



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

شماره مجوز مجله: ۸۰۴۰۰

زمان پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۰۳/۱۵

اهمیت توجه به معنویات و ارزش ها در مدارس

الهام حیاتی^۱، سعیده خوشرو^۲، زهرا عرب^۳، سکینه پایکاری^۴

۱- کارشناسی امور تربیتی دانشگاه فرهنگیان علی بن مهزیار اهواز

۲- آموزش ابتدایی اداره آموزش و پرورش شهرستان سراوان

۳- کارشناسی آموزش کودکان استثنایی دانشگاه فرهنگیان پردیس شرافت

۴- کارشناسی مشاوره دانشگاه فرهنگیان شهید مفتاح شهر ری

Hayati.elham@gmail.com

چکیده

برخی استدلال می‌کنند که سلامت معنوی یک جنبه بسیار متنوع و اغلب فردی برای سلامتی است و به تمام بخش‌های دیگر زندگی ما و تجربیات زندگی مان زمینه و معنا می‌دهد. نشانه‌های سلامت معنوی را می‌توان شامل؛ ایجاد هدف در زندگی، داشتن توانایی گذراندن زمان انعکاسی به تنهایی، وقت گذاشتن برای تأمل در معنای رویدادهای زندگی، داشتن درک درست و نادرست و عمل کردن بر اساس آن، داشتن توانایی توضیح اینکه چرا به آنچه اعتقاد دارید اعتقاد دارید، مراقبت و اقدام برای رفاه دیگران و محیط زیست، توانایی تمرین بخشش و شفقت در زندگی و .. دانست. انسان در هر زمانی به معنویت احتیاج دارد و بهترین زمان برای تعلیم دادن معنویت دینی زمان کودکی و زمان به مدرسه رفتن است. جوامع در گذر از نهادهای اجتماعی و آموزشی خود مانند نهاد خانواده، نهاد آموزش و پرورش و امروزه رسانه‌های جمعی در تلاش هستند تا افراد جامعه خود را به‌خصوص فرزندان را نسبت به ارزش‌ها جامعه‌پذیر کنند. مطالعه حاضر به بررسی اهمیت توجه به سلامت معنوی دانش‌آموزان در مدارس می‌پردازد و با مرور مقالات، چالش‌ها و راهکارهای این موضوع را مورد بررسی قرار می‌دهد.

کلمات کلیدی: آموزش ارزش، سلامت معنوی، معنویت، معنویت در مدرسه



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

مقدمه

سلامت معنوی اغلب مفهومی است که درک درستی از آن وجود ندارد. این به هیچ عمل یا ایدئولوژی مذهبی یا معنوی خاصی اشاره نمی‌کند، بلکه به نیاز انسان به معنا، هدف و ارتباط با چیزی بالاتر از خودمان اشاره دارد. این جنبه از رفاه ما ممکن است از طریق عمل به یک ایمان مذهبی، از طریق پیوند عمیقاً احساس شده با طبیعت یا از طریق اشتیاق به حرفه حرفه ای ما برآورده شود. این یک جنبه بسیار متنوع و اغلب فردی برای سلامتی است، اما برخی استدلال می‌کنند که مهم‌ترین جنبه است و به تمام بخش‌های دیگر ما و تجربیات زندگی‌مان زمینه و معنا می‌دهد (عباس زاده، فرشاد، ۱۳۹۸).

سلامت معنوی ممکن است چیزی نباشد که خیلی به آن فکر کنید، اما تأثیر آن بر زندگی شما اجتناب ناپذیر است. اساس معنویت این است که احساس معناداری را در زندگی خود کشف کنید و بدانید که هدفی دارید که باید انجام دهید. عوامل بسیاری در تعریف معنویت نقش دارند - ایمان مذهبی، اعتقادات، ارزش‌ها، اخلاق، اصول و اخلاق. برخی از طریق رشد در روابط شخصی خود با دیگران، یا از طریق صلح با طبیعت، معنویت را به دست می‌آورند. معنویت به ما این امکان را می‌دهد که آرامش و آرامش درونی لازم برای گذر از هر آنچه را که زندگی به ارمغان می‌آورد، پیدا کنیم، صرف نظر از اینکه فرد چه باورهایی دارد یا در کجا ممکن است در سفر معنوی شما باشد (Hosseini et al., 2022).

روح انسان نادیده گرفته شده‌ترین جنبه ماست. درست همانطور که برای تنظیم بدن خود ورزش می‌کنیم، یک روح سالم با تمرین هدفمند پرورش می‌یابد. روح جنبه ای از خودمان است که می‌تواند ما را از هر چیزی عبور دهد. اگر مراقب روحیه خود باشیم، حتی زمانی که زندگی ضربه سختی به ما وارد می‌کند، می‌توانیم احساس آرامش و هدف را تجربه کنیم. یک روحیه قوی به ما کمک می‌کند که حتی در مواجهه با سختی‌ها زنده بمانیم و با فضل شکوفا شویم (Witte et al., 2022).

در حال حاضر اصطلاح معنویت از زمینه تاریخی خود جدا شده است و به نظر می‌رسد نتیجه آن پدیدار شدن شکلی از معنویت است که به صورت فردی تعیین می‌شود و منجر به کمرنگ شدن اصطلاح معنویت می‌شود و ممکن است هویت معنوی از دست برود. در این حالت اشکال متعددی از معنویت که فرد تعیین می‌کند، ظاهر می‌شود. برخی مطرح می‌کنند که این مسئله منعکس کننده اشتغال فکری سیستم مراقبت سلامتی با نظریه فردگرایی (Individualism) است (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸).

همانگونه که پیش از این اشاره شد، عموماً ذکر می‌شود که معنویت، کیفیتی فراتر از وابستگی مذهبی است و برای الهام، احترام، خشیت، معنا و هدف تلاش می‌کند. در این حالت، معنویت حتی در کسانی که به هیچ خدایی اعتقاد ندارند، می‌تواند وجود داشته باشد. معنویت لزوماً نباید شامل یک جزء مذهبی باشد؛ اگرچه مذهب ممکن است شیوه‌ای باشد که توسط آن افراد، معنا را در مورد زندگی‌شان، درک کنند (Francis et al., 2021).

برخی دیدگاه‌ها بیانگر آن است که فعالیت‌هایی همچون مراقبه، مجسمه‌سازی و فعالیت‌های حمایتی گروهی ممکن است اجزاء مختلف سلامت معنوی همچون معنا و هدف در زندگی، خود آگاهی و اتصال به خود، دیگران و یک واقعیت بزرگ‌تر را تأمین کنند. گاه، موارد زیر نیز به عنوان اموری که به فرد از نظر معنوی کمک می‌کنند، ذکر می‌شود: کار با سرویس اجتماعی یا کار داوطلبانه، نیایش، خواندن آوازهای عبادی، خواندن کتاب‌های وحی، پیاده‌روی در طبیعت، داشتن زمانی بدون سر و صدا برای فکر کردن، انجام یوگا، انجام یک ورزش یا حضور در خدمات مذهبی (Witte et al., 2022).

هنگامی که هدف از برخورداری از سلامت معنوی، احساس راحتی، آرامش درونی و... بیان می‌گردد، این نتیجه را در پی دارد



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

که با توجه به متفاوت بودن افراد، آنچه ممکن است برای فردی احساس راحتی و آرامش ایجاد کند، ممکن است برای دیگری کارایی نداشته باشد (Mozafarinia et al., 2014).

پس هر کس باید در پی چیزی باشد که برای شخص وی احساس راحتی، امید، معنا و آرامش درونی به ارمغان آورد و مطالب فوق نتیجه طبیعی این دیدگاه است. در این راستا بیان می‌شود که بسیاری از مردم به معنویت از طریق مذهب دست می‌یابند، برخی از طریق موسیقی، هنر یا ارتباط با طبیعت. دیگران آن را در ارزش‌ها و اصول خود می‌یابند. با دیگران، تعاملات معنوی مشخص به وسیله عشق، اعتماد، صداقت و درستکاری، یکپارچگی، احترام، فداکاری و دلسوزی، تجربیاتی در مورد طبیعت که احساس نزدیکی و اتحاد با دنیای طبیعی را ایجاد کند، ارتباط با ارواح جدا شده از جسم، ارتباط غیر شخصی با برخی نیروهای برتر یا قدرتی که جهان را هدایت می‌کند یا با یک خدای شخصی که فرد را می‌شناسد و از او مراقبت می‌کند (Como, 2007).

برخی معتقدند معنویت یک تجربه شخصی است که از فردی به فرد دیگر شکل آن متفاوت است. در این دیدگاه، زمینه‌های مشترک که در تمام تظاهرات معنوی گسترده‌اند، عبارتند از: احساسات دوست داشتن و دوست داشته شدن، کمک کردن به دیگران، لذت را تجربه کردن، یک هدف اساسی در زندگی داشتن، تجربه کمال و آرامش در زندگی (Como, 2007).

سلامت معنوی برای دانش آموزان

سلامت معنوی برای فرآیند پیمایش در تجارب زندگی ضروری است، به ویژه در طول دوره تحصیلات تکمیلی و سایر مراحل زندگی که بر آن تأثیر می‌گذارد (Hsiao et al., 2010). مراقبت معنوی از دانش‌آموزان حمایت می‌کند تا چارچوب اعتقادی خود را توسعه دهند و هدف و معنای زندگی و هویت خود را کشف کنند. ما هر زمان که از افراد دچار ضرر، بحران و گذار می‌شویم حمایت می‌کنیم، به‌ویژه با توانایی‌شان در معناسازی و زندگی هدفمند. هر موقعیتی که احساس کنند زندگی آنها را دشوار می‌کند، هر زمان که درک آنها از خود، دنیای اطراف یا احساس تعلق و ارتباط آنها با چالش مواجه شود، دارای یک عنصر انسجام است (Witte et al., 2022).

دانش‌آموزان می‌توانند از طریق قرار ملاقات‌های انفرادی با ارائه‌دهندگان مراقبت‌های معنوی از انواع سنت‌های نه تنها مربوط به دین، بلکه به فلسفه و جهان بینی، به پشتیبانی شخصی محرمانه دسترسی پیدا کنند. در این زمان، قرار ملاقات‌ها از طریق تلفن یا یک پلت فرم چت تصویری امن ارائه می‌شود. بسته به هویت معنوی دانش‌آموز، راه‌هایی وجود دارد که می‌توان آنها را روحانی، مذهبی، بی‌خدا یا آگنوستیک معرفی کرد. ما سعی می‌کنیم به دانش‌آموزان اطلاع دهیم که معنویت یک مؤلفه اساسی رفاه است که همه افراد را بدون در نظر گرفتن اینکه چگونه شناسایی می‌کنند، درگیر می‌کند. فقط این است که همه ما یک شکل منحصر به فرد از ظاهر آن داریم (عباس زاده، فرشاد، ۱۳۹۸).

در محیط مناسب، دانش‌آموزان فرصت‌هایی برای ارتباط با تعدادی از روحانیون از سنت‌های مختلف، بزرگان بومی، گروه‌های مذهبی فعال و سایر منابع مرتبط مرتبط با دانشگاه دارند. با این وجود، کسانی که احساس راحتی کمتری در ملاقات با ارائه‌دهنده مراقبت معنوی دارند که نشان دهنده یک سنت اعتقادی خاص است، می‌توانند گزینه‌های موجود را بیشتر مورد بحث قرار دهند. مراقبت معنوی، در نهایت، مراقبت‌های شخص محور را ارائه می‌دهد و مراقبت‌هایی را ارائه می‌دهد که به ویژگی‌های ارزش‌ها و سنت‌های شخصی توجه دارد (Como, 2007).



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

علاوه بر ارائه حمایت برجسته از دانش آموزان در سطح فردی، هدف دیگر از برنامه‌های ارائه شده توسط مراقبت معنوی، ایجاد محیطی است که تنوع در هویت‌های معنوی را در مدرسه در بر گیرد. بخشی از نقش ما این است که به مردم یادآوری کنیم که جامعه‌ای به زیبایی متکثر و متنوع داریم، و می‌توانیم تفاوت‌ها را محترم بشماریم و با وقار رفتار کنیم (Hawks et al., ۱۹۹۵).

سلامت معنوی دانش‌آموزان در آموزش، انعطاف‌پذیری و انعطاف‌پذیری عاطفی را متحد می‌کند و نقش مهمی در کمک به دانش‌آموزان ایفا می‌کند. جنبه‌های سلامت روانی در دانش‌آموزان عبارتند از: شجاعت، نیکوکاری، خلاقیت، نشاط، مراقبت، انضباط، برابری، وفاداری، نیکی، صداقت، فروتنی، شادی، کمک، سخت‌کوشی، شوخ‌طبعی، مهربانی، رفتار، اطاعت، وقت‌شناسی، صلح، مودب، اجتماعی، مشارکت‌فداکاری، اخلاص، سادگی، راستگویی و ارزش بودن (Witte et al., 2۰۲۲).

آموزش معنوی، اخلاقی، اجتماعی و فرهنگی به دانش‌آموزان ما کمک می‌کند تا ویژگی‌های فردی شخصی خود را پرورش دهند که به آنها کمک می‌کند تا به اعضای ارزشمند جامعه تبدیل شوند. به عنوان مثال، متفکر بودن، صداقت، احترام به تفاوت، اصول اخلاقی، استقلال و احترام به خود (Hosseini et al., 2022).

نشانه‌های سلامت معنوی

برای بررسی سلامت معنوی، می‌توان نشانه‌های سلامت معنوی را مورد بررسی قرار داد (Yuen, 2015):

- ایجاد هدف در زندگی
- داشتن توانایی گذراندن زمان انعکاسی به تنهایی
- وقت گذاشتن برای تأمل در معنای رویدادهای زندگی
- داشتن درک درست و نادرست و عمل کردن بر اساس آن
- داشتن توانایی توضیح اینکه چرا به آنچه اعتقاد دارید اعتقاد دارید
- مراقبت و اقدام برای رفاه دیگران و محیط زیست
- توانایی تمرین بخشش و شفقت در زندگی

سوالاتی برای بررسی سلامت معنوی

در این بخش سوالاتی برای بررسی سلامت معنوی مطرح می‌گردد (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸):

- آیا به خودتان اجازه می‌دهید تنها باشید؟
- آیا نماز می‌خوانی؟ یا دستیابی به قدرت بالاتر؟
- آیا به معنای زندگی فکر می‌کنید؟
- آیا در طبیعت قدم می‌زنید؟ قدرتان تحول هر فصل هستی؟
- آیا مکث می‌کنید تا به خود یادآوری کنید که زندگی همه چیز شما نیست؟
- آیا گوشی خود را زمین می‌گذارید تا فقط باشید؟
- آیا فعالیت‌هایی را تمرین می‌کنید که به شما امکان می‌دهد سرعت خود را کاهش دهید؟



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

ترویج معنا و هدف در زندگی

فعالیت‌هایی که معنا و هدف را ترویج می‌کنند:

- تقویت حس کنترل: دانش‌آموزان باید احساس کنند که می‌توانند توانایی انتخاب یا تأثیرگذاری بر مشارکت خود را داشته باشند
- ترویج احساس ارزشمندی: برای تلاش و مشارکت دانش‌آموزان ارزش قائل شوید و به رسمیت بشناسید
- معنی دار و معتبر بودن: دانش‌آموزان باید احساس کنند کاری که انجام می‌دهند ارزشمند است

تشویق مشارکت دانش‌آموزان

اصطلاح مشارکت توصیف می‌کند که چگونه دانش‌آموزان نظرات خود را در مورد آنچه در کلاس، مدرسه و جامعه گسترده‌تر اتفاق می‌افتد ارائه می‌دهند. استراتژی‌ها عبارتند از (Mozafarinia et al., 2014):

- افزایش فرصت‌های دانش‌آموز برای به اشتراک گذاشتن افکار و نظرات خود مانند مشارکت در تهیه مواد آموزشی یا علامت‌گذاری معیارهای یک واحد کاری یا در سطح وسیع‌تر، کمک به ایجاد برنامه‌های رفاه مدرسه (Como, 2007).
- دادن حق انتخاب به دانش‌آموزان در یادگیری خود مانند توانایی انتخاب حالت‌های مختلف تکلیف
- فرصت‌های یادگیری واقعی یا «زندگی واقعی» که به دانش‌آموزان معنا و هدف برای یادگیری آنها می‌دهد عبارتند از: یادگیری مبتنی بر تحقیق، فعالیت‌های هم‌درسی و ایجاد پیوندهای فراتر از کلاس درس.
- ساختارهای رسمی رهبری دانشجویی، مانند پشتیبانی همتایان، راهنمایی همتایان (Hawks et al., 1995).
- تسهیل اداره کلوب‌ها و گروه‌های فوق برنامه توسط دانش‌آموزان (Witte et al., 2022).
- تسهیل کار دانش‌آموزان در مدرسه و جامعه گسترده‌تر، به عنوان مثال، داوطلب شدن یا انجام پروژه ای با جامعه محلی (Francis et al., 2021).

ایجاد روابط مثبت با دانش‌آموزان

- فرصت‌هایی را برای دانش‌آموزان فراهم کنید تا فعالانه تمرین کنند و با ارزش‌هایی که توسط مدرسه پرورش می‌یابند زندگی کنند
- آموزش ارزش‌های مثبت و ویژگی‌های شخصیتی را در برنامه درسی قرار دهید. تمرین‌ها و برنامه‌های متمرکز بر رشد ارزش‌ها و شخصیت‌های مثبت شامل فعالیت‌هایی مانند (Witte et al., 2022):
- اختصاص زمان کلاس به آموزش و کشف ارزش‌ها
- سازماندهی نمایش بصری ارزش‌ها در کلاس‌های درس، که ممکن است پوسترهای تولید شده توسط دانش‌آموزان باشد
- بحث در مورد الگوهای نقش برای نشان دادن اینکه چگونه افرادی که ما آنها را تحسین می‌کنیم با این ارزش‌ها زندگی می‌کنند (Francis et al., 2021).
- تجلیل و به رسمیت شناختن اقدامات دانش‌آموزان که باعث ترویج مدرسه یا ارزش‌های مشترک می‌شود



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

- حمایت از فعالیتهای مشترک، به عنوان مثال باشگاه محیط زیست یا داوطلب شدن در جامعه

ایجاد ارتباطات اجتماعی

مدارس ارتباطات اجتماعی مختلفی را برای اهداف خاص ایجاد می‌کنند. برخی برای بهبود آگاهی دانش آموزان از مسائل جهانی، آموزش دانش آموزان در مورد ارزش شهروندی فعال و ارائه فرصتهای خدمات. دیگران به ایجاد ظرفیت و هویت جمعی در جامعه کمک می‌کنند (Francis et al., 2021). شرکای جامعه می‌توانند فرصتهای واقعی را برای دانش آموزان فراهم کنند تا با خیال راحت تجربه، اعمال، درونی کردن، اجرا و تأمل در مورد رفاه معنوی خود را داشته باشند. استراتژی‌ها عبارتند از (Hawks et al., 1995):

- کار با جامعه و درون آن
 - فعالیتهای جمع آوری کمک‌های مالی
 - دانش آموزان، کارکنان و جامعه روی موضوعاتی که انتخاب می‌کنند و برایشان ارزش قائل هستند، با هم کار می‌کنند
 - مشارکت دادن گروه‌های اجتماعی در مجامع و دیگر انجمن‌ها
 - جشن گرفتن و حمایت از تنوع
- به دانش آموزان فرصت دهید تا با زمینه‌های فرهنگی، مذهبی و معنوی خود ارتباط برقرار کنند. استراتژی‌ها عبارتند از (Hawks et al., 1995):

- فرصت‌هایی برای جشن میراث، به عنوان مثال، روز هارمونی، هفته NAIDOC، سال نو قمری و اجرای فرهنگی در مجامع
- تطبیق مناسب نمازهای دانش آموزی
- ترجمه اسناد برای والدین در صورت نیاز
- اطمینان از در دسترس بودن فعالیتهای برای همه دانش آموزان

معنویت در دیدگاه اسلامی

براساس انسانشناسی اسلامی، ساحت معنوی انسان را می‌توان براساس حقایقی چند مشخص کرد. در این دیدگاه، انسان دارای دو بعد جسم و روح است، و معنویت به بعد روحانی انسان مربوط می‌شود. از آنجا که روح انسان دارای استعدادهای فراوان و متنوعی است و از این جهت، کامل‌تر از روح سایر حیوانات است، بعد روحانی انسان را می‌توان دارای مراتبی دانست. یکی از مراتب روح انسان، مرتبه ای است که در آن با سایر حیوانات مشترک است یا به خودی خود، با مبدأ هستی، که مبدأ ارزش حقیقی برای انسان است ارتباط مستقیم ندارد (عباس زاده، فرشاد، ۱۳۹۸). این مرتبه را می‌توان روان انسان نامید. اما ویژگی‌هایی همچون خداشناسی آگاهانه، خداجویی، حس پرستش و بندگی خداوند و عشق به او، خداگزینی، و تسلیم و رضا در برابر خداوند را می‌توان از ویژگی‌های متعالی روح انسانی دانست که در سایه ارتباط روح با خداوند متعال حاصل می‌شوند. این مرتبه متعالی روح را بعد معنوی انسان می‌نامیم (Hosseini et al., 2022).

انسان دارای قوا و استعدادهای متنوعی است که خداوند با حکمت بالغه خود، همه آنها را برای نیل به هدف از آفرینش وی



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در وجود او نهاده است، وصول به این هدف تنها با به کارگیری هماهنگ و متعادل آنها در جهت هدف مزبور که تقرب به خداوند متعال است حاصل می‌شود. به عبارت دیگر، تعالی حقیقی انسان در صورتی حاصل می‌شود که علاوه بر تأمین سایر نیازمندی‌های انسان، همه آنها در راستای این هدف واحد سامان یابند، به طوری که نه هیچ‌یک از آنها به طور افراطی و بیش از آنچه برای این هدف لازم است مورد توجه قرار گیرد، و نه درباره هیچ‌یک تفریط صورت گرفته، از آن غفلت شود (عباسی، ۱۳۹۱).

قوا و استعدادهای مزبور را به طور کلی می‌توان به سه دسته بینش‌ها، گرایش‌ها و توانایی‌ها تقسیم کرد همچنین هریک از آنها دارای مراتب گوناگونی است و پیشرفت در هریک به تدریج صورت می‌گیرد. بدین ترتیب، سلامت معنوی را می‌توان وضعیتی دانست که ناظر به تقرب به خداوند متعال است و بسته به سطح بینش، گرایش و توانایی حاصل، می‌توان به درجات گوناگونی از آن دست یافت (عباس زاده، فرشاد، ۱۳۹۸). رفتارهای انسانی، اعم از درونی (جوانحی) و برونی (جوارحی) نمایانگر میزان تعالی روح در ساحت معنوی هستند و از این طریق نیز می‌توان میزان سلامت معنوی را مورد سنجش قرار داد (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸).

برای وصول به هدف نهایی سلامت معنوی که تقرب به خداوند متعال است، باید بینش‌ها، گرایش‌ها و توانایی‌های لازم فراهم باشد. بدین ترتیب، اهداف متوسط سلامت معنوی را می‌توان در سه دسته اهداف بینشی، گرایشی و رفتاری، دسته‌بندی کرد و برای هریک نمونه‌هایی ذکر کرد. در زیر به برخی از نمونه‌های هریک از این سه دسته اشاره می‌کنیم (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸):

۱. اهداف بینشی: شناخت خداوند متعال و رابطه او با سایر موجودات، شناخت پیامبر اکرم (ص) و امامان معصوم (ع) و یادگیری معارف دین از منابع اصیل؛

اهداف گرایشی: احساس محبت و عشق به خداوند، خوش گمان بودن به او، امید به او در همه حال، احساس خوف و خشیت در برابر خدا و درباره نافرمانی او، تسلیم در برابر احکام الهی، روحیه رضایت و شکر در برابر خداوند، احساس خضوع و خشوع در برابر او و شرمساری و پشیمانی از گناه و نافرمانی او؛

اهداف رفتاری: ایمان به خدا و غیب، تقوا، بندگی محض در برابر خدا، اطاعت از اولیای الهی، توجه و یاد خدا در همه حال، اخلاص، توکل، شکر، صبر بر مصیبت، طاعت، ترجیح دادن خشنودی خدا، التزام عملی به احکام دین، انس با قرآن و روایات معصومین (ع) و شرکت فعال در مساجد و مراسم عبادی (عباس زاده، فرشاد، ۱۳۹۸).

عوامل و موانع درونی بیرونی دخیل در سلامت معنوی

برای تأمین سلامت باید علاوه بر عوامل و موانع درونی، عوامل و موانع بیرونی دخیل در سلامت را نیز شناسایی و آن دسته از آنها را که در اختیار ما هستند به نحو مناسب کنترل کنیم. مهم‌ترین عوامل و موانع درونی و بیرونی دخیل در امر سلامت معنوی عبارتند از (عباسی، ۱۳۹۱):

عوامل درونی: علم و دانش نسبت به خداوند متعال و دین حق، محبت به امور معنوی، امید به تعالی و وصول به مقام قرب الهی، همت بلند و احساس شرافت، ایمان و اطاعت از خدا و اولیای او، توکل، صبر، اخلاص، تقوا و پرهیز از گناه،



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

یاد خدا و نعمت‌های الهی، تفکر درباره مرگ و جهان آخرت، شکر، دعا و استغاثه، شرح صدر؛

موانع درونی: خودپسندی، خودرایی، دنیاگرایی، تجمل‌گرایی، لذت‌گرایی و شهوت پرستی، راحت طلبی، احساس بی‌نیازی از خدا و آرزوهای دور و دراز، سستی و اهمال؛

عوامل بیرونی: معلم و مربی متقی و مومن، خانواده و دوستان مناسب، سخنوران و هنرمندان متعهد، مساجد و اماکن مذهبی، رسانه‌ها و مواهب طبیعی مناسب؛

موانع بیرونی: مراکز گناه، هم‌نشینیان و دوستان، فقر و بیکاری، مال حرام. برای ارتقای سلامت معنوی، باید عوامل و روش‌های متنوعی را بسته به گروه‌های هدف و شرایط موجود بکار گرفت و موانع احتمالی را برطرف کرد. اما به کارگیری عوامل، رفع موانع و استفاده از روش‌های گوناگون، در صورتی ما را به نتیجه مطلوب می‌رساند که در عملیات مزبور از اصول خاصی پیروی کنیم. این اصول راهنمای عمل دست‌اندرکاران آموزش سلامت معنوی در مراحل گوناگون هستند که در اینجا به مهم‌ترین آنها اشاره می‌کنیم.

۱. ایجاد هماهنگی میان عوامل و نهادهای تأثیرگذار در امر سلامت معنوی، مانند آموزش و پرورش و خانواده، بر محور تعالیم اسلام و الگو قرار دادن شیوه معصومین علیهم السلام؛
۲. توجه هم‌زمان به نیازهای مادی و معنوی، و ظاهر و باطن؛ ۳. رعایت تناسب و توازن در زمان بندی برنامه‌های پیشنهادی، محتوا و روش‌ها، با اهداف، شرایط، فرصت‌ها، سطح، پیشینه، استعداد و ظرفیت مخاطبان؛
۴. رعایت اصل تدریج در حرکت به سوی تثبیت گرایش‌ها و خصلت‌های معنوی مثبت، مانند تزکیه، تقوا، زهد، عزت و کرامت، احساس مسئولیت و فطرت‌گرایی، و رفع گرایش‌ها و عادات منفی؛
۵. استمرار برنامه‌ها و نظارت دائمی بر اجرای آنها و ارزیابی مستمر آنها؛
۶. اولویت دادن به اهداف متعالی و معنوی نسبت به سایر اهداف در برنامه‌های سازمان‌ها و نهادهای مختلف؛
۷. به‌کارگیری معلمان و مربیان متعهد و پایبند به معنویت و اخلاق اسلامی
۸. مدیریت سلامت معنوی شامل برنامه ریزی، سازمان دهی، بسیج منابع انسانی و امکانات لازم، هدایت و رهبری فرآیند سلامت معنوی و کنترل و ارزیابی مستمر آن.

آموزش سلامت معنوی به دانش‌آموزان در مدارس

برای آموزش سلامت معنوی به دانش‌آموزان، از روش‌های متنوعی می‌توان استفاده کرد. استدلال، تفکر، تمرین و تکرار، شبه‌زدایی، عبرت‌آموزی، تحلیل، نقل داستان، الگوبرداری، تقلید و همانندسازی، معرفی بزرگان اخلاق و معنویت، مطالعه سرگذشت ایشان و دیدار با آنها، مشاوره، موعظه عمومی و خصوصی، برگزاری مراسم عبادی، توسل به معصومین علیهم السلام، مسابقه و رقابت سالم، استفاده از جاذبه‌های محیطی در القای مفاهیم معنوی، تشویق، امتیازدهی و تحسین، توبه و بازگشت سریع از گناه و خطا، مبارزه با انحرافات محیطی و اسباب آن، پرورش روحیه حیا، عفت، عفو و بزرگواری.



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

در خصوص آموزش معنویت در حوزه آموزش دانش‌آموزان، برنامه ریزان درسی باید نیازهای آموزشی، محتوای آموزشی، روش‌های آموزشی، ارزشیابی آموزشی را بررسی و طراحی کنند (عباسی، ۱۳۹۱).

انسان در هر زمانی به معنویت احتیاج دارد و بهترین زمان برای تعلیم دادن معنویت دینی زمان کودکی و زمان به مدرسه رفتن است. چنانکه خداوند در آیه‌ای یادآوری می‌کند که دین هم‌هنگ با فطرت و طبیعت انسانی است و بنابراین همیشه به صورت یک احتیاج ضروری و قطعی بشر خود نمایی می‌کند. معنویت در مدارس باید به گونه‌ای مطرح شود که بتواند متناسب با درک و فهم دانش‌آموزان آنها را متوجه عوامل روحی و معنوی کند.

وظیفه مدرسه تنها تلقین معلومات و معارف نیست، بلکه مانند محیط منزل و خانواده، عامل مهمی در ایجاد اخلاق و قلب سلیم است. جمع شدن دانش‌آموزان در مدرسه، سبب پیوستگی اخلاق بین آنها می‌شود که این امر با آموزش صحیح معنویت در مدارس با رعایت اصل میانه روی و تعادل امکان پذیر است (Bensley, 1991).

جوامع در گذر از نهادهای اجتماعی و آموزشی خود مانند نهاد خانواده، نهاد آموزش و پرورش و امروزه رسانه‌های جمعی در تلاش هستند تا افراد جامعه خود را به خصوص فرزندان را نسبت به ارزش‌ها جامعه‌پذیر کنند. از آنجا که هر جامعه‌ای و به دنبال آن هر نهادی در صدد درونی کردن و نهادینه کردن فرهنگ خود در مخاطبانانشان است، بحث جامعه‌پذیری مطرح می‌شود. در حوزه جامعه‌پذیری می‌توان مدعی شد که از میان سه عنصر اساسی، یعنی محتوا، روش‌ها یا مکانیسم‌ها و منابع، عنصر مکانیسم‌ها مهم‌ترین عامل برای انتقال و ساختن ارزش‌های فرهنگی و تبدیل آن به هویت فرهنگی و هویت دینی یا معنوی است (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸).

اکثریت قریب به اتفاق جمعیت کشور ما مسلمان و حکومت آن نیز اسلامی است و یکی از وظایف اصلی آموزش و پرورش، اهتمام به تأمین سلامت معنوی نسل جدید است. فعالیت‌های آموزش و پرورش به طور مستقیم یا غیر مستقیم در تربیت دانش‌آموزان مؤثر است. در این میان نقش معلمان و مربیان از دیگر افراد برجسته‌تر می‌نماید. با توجه به نقش مهمی که تعلیم و تربیت در تأمین سلامت معنوی دانش‌آموزان دارند هرگاه از مسائل تربیتی دانش‌آموزان سخن به میان می‌آید نقش و جایگاه معلمان و مربیان بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد.

روح به عنوان کارکردی از آموزش و پرورش به طور حتم ایده‌های نو نیست و طی هزاران سال توسط مؤلفان (گوناگون) توصیف شده است. با این حال، در خلال دهه‌های پیش از دهه ۱۹۹۰ فقدان گفت‌وگوهای جدی روی این موضوع مشهود بوده است. واژه‌هایی همانند روح، معنویت و راز حیات در آموزش و پرورش سکولار یا گفتمان جدی، نامتناسب تلقی شده بود اما همین واژه‌ها در زندگی معاصر و از جمله آموزش و پرورش به‌طور فزاینده‌ای هم‌گون و متناسب تلقی شدند. در زمانهای اخیر دانشمندانی پیدا شده‌اند که با صراحت تمام از داخل‌سازی روح (معنویت) در قلمرو آموزش و پرورش سخن گفته‌اند.

روح را نه به عنوان یک شیء که به عنوان کیفیت یا حالتی برای تجربه تمامیت زندگی تعریف می‌کنند. روح (در این تعریف) با ابعادی از تجارب زندگی پیوند خورده که در برگیرنده ژرفا، عشق (مهر)، تعلق، قلب و رشد شخصی است. روح با علم حضوری بهتر شناخته شده و عبارت است از آنچه که صداقت و عمق معنا به تمامی ابعاد زندگانی ما می‌دهد. مور، پیوستگی طبیعی روح را بدین گونه شاخص‌گذاری می‌کند که با همه ابعاد زندگی ما، از یک گفت‌وگوی رضایت‌بخش گرفته تا تجارب واقعی و صادقانه‌ای که در حافظه ما می‌ماند و با دلمان تماس می‌یابد، در ارتباط است (اسدزندی، مینو، ۱۳۹۸).

برای این که موضوع روح در تعلیم و تربیت را به پژوهش بکشیم، پیش از هر چیز باید بدانیم که روح کارکردی از



ماهنامه علمی تخصصی پایا شهر

ISSN ۲۹۸۰-۷۷۸۶

روشنشناسی، استراتژی و یا حل مسأله نیست. باور اولیه در آموزش و پرورش امروز این است که اگر چیزی خطا باشد پس باید آن را تصحیح کرد. به روح نمی‌توان به عنوان چیزی که نیازمند تصحیح است، نگاه کرد؛ بلکه باید روح را چیزی دانست که نیازمند توجه و مراقبت شخصی مستمر، هم در انتخاب‌های کوچک ابعاد معمولی زندگی است که به زندگی عمق و معنا می‌دهد، و هم در تصمیم‌های کلانی که زندگی‌های ما را متحول می‌کند. روح نیازمند مراقبت و شکوفایی است نه نیازمند درمان برای رهایی از یک آسیب (عباسی، ۱۳۹۱).

قرار است روح در مرکز فرایند یادگیری یافت شود. هنگامی که روح مورد مراقبت و توجه ویژه قرار گیرد تعلیم و تربیت با نشاط و برانگیزاننده خواهد بود و این همان روند رایج پیش از ورود ما به ورطه سفر تعلیم و تربیتی رسمی است. احیای روح در آموزش و پرورش بر معنایی عمیق‌تر از یادگیری و دانستن متمرکز است که نه تنها کارکرد عقل بلکه کارکرد تمامی ابعاد ماهیت انسان با لحاظ احساسات و تخیلات است. روح ما سرچشمه‌ای است که یادگیری عمیق از آن بیرون می‌تراود. آوردن روح به مرکز فرایند آموزش و پرورش به یادگیری معنا و حیات می‌دهد و دانش‌آموزان را دعوت می‌کند که خود را در آن دسته از تجارب یادگیری داخل کنند که از رویه خود آنها و نه راهی که دیگران پیش پایشان می‌گذارند، نشأت می‌گیرد (Hosseini et al., 2022).

نتیجه‌گیری

این مقاله به بررسی اهمیت توجه به سلامت معنوی دانش‌آموزان در مدارس می‌پردازد و با مرور مقالات، چالش‌ها و راهکارهای این موضوع را مورد بررسی قرار می‌دهد. سلامت معنوی شامل زندگی هدفمند، تعالی و فعلیت بخشیدن به ابعاد و ظرفیت‌های مختلف انسان است. سلامت معنوی بین جنبه‌های جسمی، روانی و اجتماعی زندگی انسان تعادل ایجاد می‌کند. اگر دانش‌آموزان بخواهند به‌عنوان شهروندانی شایسته جهانی عمل کنند، باید تأثیر عمیق دین بر تاریخ، سیاست، جامعه و فرهنگ را درک کنند. آنها باید حقایق و اصول اساسی دینی را بدانند و تنوعی را که در هر نظام اعتقادی در زمان و مکان وجود دارد، بشناسند.

برخی از مزایای سلامت معنوی شامل شفقت، ظرفیت عشق و بخشش، نوع دوستی، شادی و رضایت است. ایمان مذهبی، ارزش‌ها، اعتقادات، اصول و اخلاقیات است. معنویت هویت دینی را مشخص می‌کند و می‌تواند به دانش‌آموزان کمک کند از سلامت معنوی خود حفاظت نمایند. رشد معنوی کودکان از طریق تمام جنبه‌های ارائه ما تقویت می‌شود. این در مورد روابط و ارزش‌هایی است که ما آنها را مهم می‌دانیم و همچنین توسعه دانش، مفاهیم، مهارت‌ها و نگرش‌ها.

معنویت در تعلیم و تربیت به ارتباط عمیقی بین دانش‌آموز، معلم و آزمودنی اشاره می‌کند که به قدری صادقانه، حیاتی و پر جنب و جوش است که می‌تواند به شدت با سلامت روانی مرتبط باشد. معنویت یک بعد مهم از رشد همه جانبه کودکان خردسال است، مانند استقلال، انعطاف پذیری و مسئولیت پذیری. متأسفانه، اغلب به عنوان یک منطقه فراموش شده در آموزش دوران کودکی در بسیاری از فرهنگ‌ها باقی می‌ماند.

از طریق رشد سلامت معنوی، کودکان یاد می‌گیرند که از ویژگی‌هایی مانند احترام، مسئولیت و احترام به خود و دیگران آگاه باشند و از آنها راحت باشند. آنها یاد می‌گیرند که بتوانند تفاوت‌های بین افراد را بدون احساس ترس به رسمیت بشناسند. آنها به زمین عشق می‌ورزند و برای محافظت از آن اقدام می‌کنند.



منابع

- ۱- اسدزندی، مینو. (۱۳۹۸). تبیین چگونگی تأثیر سلامت معنوی بر سایر ابعاد سلامت. نشریه فرهنگ و ارتقاء سلامت، ۳(۲)، ۱۶۴-۱۷۴.
- ۲- عباس زاده، فرشاد. (۱۳۹۸). مبانی سلامت معنوی. نشریه فرهنگ و ارتقاء سلامت، ۳(۲)، ۱۹۸-۲۰۶.
- ۳- عباسی، محمود، عزیزی، فریدون، شمسی گوشکی، احسان، نصری راد، محسن، اکبری لاکه، مریم. (۱۳۹۱). تعریف مفهومی و عملیاتی سازی سلامت معنوی: یک مطالعه روش شناختی. نشریه: اخلاق پزشکی. دوره: ۶، شماره: ۲۰، صفحات: ۱۱-۴۴.
- ۴- Hosseini, S. M., Hesam, S., & Hosseini, S. A. (2022). Relationship of Hardiness Components to General Health, Spiritual Health, and Burnout: The Path Analysis. *Iranian Journal of Psychiatry*, 17(2), 196.
- ۵- Bensley, R. J. (1991). Defining spiritual health: A review of the literature. *Journal of Health Education*, 22(5), 287-290.
- ۶- Hawks, S. R., Hull, M. L., Thalman, R. L., & Richins, P. M. (1995). Review of spiritual health: definition, role, and intervention strategies in health promotion. *American journal of Health promotion*, 9(5), 371-378.
- ۷- Como, J. M. (2007). Spiritual practice: a literature review related to spiritual health and health outcomes. *Holistic nursing practice*, 21(5), 224-236.
- ۸- Mozafarinia, F., AMIN, S. F., & HYDARNIA, A. (2014). RELATIONSHIP BETWEEN SPIRITUAL HEALTH AND HAPPINESS AMONG STUDENTS (SPIRITUAL HEALTH).
- ۹- Hsiao, Y. C., Chiang, H. Y., & Chien, L. Y. (2010). An exploration of the status of spiritual health among nursing students in Taiwan. *Nurse education today*, 30(5), 386-392.
- ۱۰- Francis, L. J., Lankshear, D. W., & Eccles, E. L. (2021). Introducing the Junior Spiritual Health Scale (JSHS): assessing the impact of religious affect on spiritual health among 8-to 11-year-old students. *International journal of children's spirituality*, 26(4), 199-213.
- ۱۱- Yuen, C. Y. (2015). Gender differences in life satisfaction and spiritual health among the junior immigrant and local Hong Kong secondary students. *international Journal of Children's Spirituality*, 20(2), 139-154.
- ۱۲- Witte, T., Amick, M., & Smith, J. (2022). Recovery Identity and Psychosocial-Spiritual Health: A Survey of Individuals in Remission From Substance Use Disorders. *Journal of Drug Issues*, 00220426221133039.