

بررسی تطبیقی نقش هیجان در آموزه‌های اسلامی و دیدگاه تحولی تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط

ghaffari@um.ac.ir
zasgari73@gmail.com

ابوالفضل غفاری / استادیار گروه مبانی تعلیم و تربیت، دانشگاه فردوسی مشهد
زهرا عسگری / دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد
دریافت: ۱۳۹۷/۱۲/۱۶ - پذیرش: ۱۳۹۸/۰۴/۲۳

چکیده

هدف این پژوهش، بررسی تحلیلی و مقایسه‌ای آموزه‌های اسلامی و دیدگاه تحولی یکپارچه‌نگر (تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط) درباره نقش و اهمیت هیجان و تعیین میزان انطباق آنها با یکدیگر است. پرسش اصلی پژوهش این است که تفاوت آموزه‌های اسلامی و الگوی تحولی یکپارچه‌نگر، در زمینه اهمیت هیجان در تحول چیست؟ به این منظور، با مراجعه به منابع معتبر، با استفاده از تحلیل محتوایی متون مربوط تلاش شده است تا دیدگاه‌های این دو رویکرد در حوزه هیجان و نقش آن در تحول فردی مشخص شود. پژوهش نشان می‌دهد که بین دو دیدگاه، در مواردی مشابهت و در برخی موارد تفاوت وجود دارد. مشابهت‌ها در این است که هر دو بر اهمیت هیجان، مدیریت و تنظیم هیجان در روند زندگی، نقش و جایگاه خانواده در تحول هیجانی و قائل شدن کارکردی دوجبهی برای هیجان (هم تسریع در رشد و تحول و هم آسیب و کاستی در آن) تأکید می‌نمایند؛ اما، اولاً در نوع نگاه به جایگاه هیجان در تحول، تفاوت دارند؛ یعنی درحالی که رویکرد یکپارچه‌نگر بر نگاه تحولی تأکید دارد، دریچه نگاه اسلام به این موضوع، اخلاقی است؛ ثانیاً در میزان برتری دادن به هیجان بر دیگر ابعاد آدمی (از جمله بعد شناختی)، از یکدیگر فاصله می‌گیرند.

کلیدواژه‌ها: هیجان، آموزه‌های اسلامی، دیدگاه تحولی یکپارچه‌نگر.

روان انسان از ابعاد گوناگون و پیچیده‌ای تشکیل شده، که هریک از این ابعاد قابل بررسی و تفحص است. یکی از مهم‌ترین و پیچیده‌ترین این ابعاد، هیجان‌ها هستند. هیجان‌ها به دلیل اینکه دارای مؤلفه‌های بسیار ذهنی، روانی، فیزیولوژیکی و رفتاری هستند، به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل شکل‌دهنده رفتار و شخصیت آدمی به‌شمار می‌روند و نقش عمده‌ای در شکل‌گیری صحیح تعاملات اجتماعی و جلوگیری از به‌وجود آمدن بسیاری از بیماری‌های جسمی، روانی و رفتاری ایفا می‌کنند؛ به همین جهت موضوع هیجان‌ها و چگونگی نقش آنها در زندگی انسان از اهمیت بسیاری برخوردار است (شجاعی، ۱۳۹۱، ص ۱۹۵).

بنابراین از آنجاکه توجه به هیجان می‌تواند بستر مناسبی برای اعتلای رشد فردی و اجتماعی در حوزه‌های مختلف و متنوع داشته باشد، تاریخ همواره شاهد ارائه نظریه‌های گوناگون برای فهم و تبیین هیجان بوده است، که هریک از عینک مفروضه‌های خود، توصیف متفاوتی از هیجان داشته‌اند. ضرورت نقش هیجان در زندگی تا بدان حد است که سال‌ها پیش از شکل‌گیری علم و نظریه‌های علمی به مفهوم امروزی، در دین مبین اسلام نیز به ضرورت توجه به آن اشاره شده است (عباسی و همکاران، ۱۳۹۴).

اما آنچه مورد توجه است، این مسئله می‌باشد که به‌راستی هیجان تا چه میزان در میان وجود چندبعدی و پیچیده انسان حائز اهمیت است. در قلمرو رشد و تربیت، باورهای افراطی یا حتی نادرستی در نتیجه دیدگاه‌های مختلف روان‌شناسی در باب میزان نقش هیجان و عواطف وجود دارد، که با توجه به نقش پررنگ هیجان در فرایند رشد و تربیت آدمی، می‌تواند آسیب‌زا باشد. اقدام‌های اولیه، مربیان و روان‌شناسان، البته با نیت خیر و اصلاح صورت می‌پذیرد؛ ولی داشتن فهم نادرست از اهمیت و نقش هیجان، می‌تواند این هدف را ناکام کند (مرتضوی، ۱۳۷۵، ص ۱۱۲).

درک روشن از نقش و اهمیت هیجان، ضمن جلوگیری از پذیرش بی‌چون‌وچرای هر ادعایی در زمینه هیجان، کمک به همه کسانی خواهد بود که دغدغه آشفته‌گی‌های روحی و روانی فرزندان خود را دارند؛ چراکه شواهد بسیاری ثابت می‌کند، افرادی که به درک درستی از نقش هیجان در زندگی خود دست یافتند، در هر حیطه‌ای از زندگی ممتازند؛ چه در روابط عاطفی و صمیمانه؛ چه در فهم قواعد ناگفته‌ای که در خطمشی زندگی به پیشرفت می‌انجامد؛ چه در آموزش و تربیت فرزند و مسائل خانواده و چه در بخش سلامت روان و شخصیت (میردریگوندی، ۱۳۹۰، ص ۱۰۴). در این میان، نقش نظریه‌ها و رویکردهایی که بر مبنای روش‌های علمی به تبیین هیجان پرداختند، در فهم و درک هیجان بسیار راهگشاست.

یکی از رویکردهای جدیدی که نگاه متفاوتی به هیجان در کنار دیگر ابعاد آدمی دارد و دارای دلالت‌های مهمی در حیطه تعلیم و تربیت، تشخیص و درمان اختلال‌های کودکی، فرزندپروری و رشد خصوصاً هیجان می‌باشد، آموزه‌های تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط (Developmental, individual differences, relationship-based model) است که به‌عنوان چارچوبی یکپارچه‌نگر به تحول انسان، تلاش

دارد تصویر جامعی از رشد انسان ارائه دهد. گریسین و ویبر به عنوان نظریه پردازان این الگو شناخته می‌شوند. این الگو از نظریه‌هایی که تنها یک بعد انسان را مدنظر قرار می‌دهند، انتقاد می‌کند و معتقد است که باید نگاهی همه‌جانبه‌نگر به ابعاد رشد انسان داشت (امین‌یزدی، ۱۳۹۱).

از سوی دیگر، در آموزه‌های اسلامی ما نیز شاهد نگاه کلی به انسان هستیم؛ به گونه‌ای که در آموزه‌های مذکور برای انسان کامل شدن، بر توجه و پرورش همه ابعاد صحنه می‌گذارد؛ چنان که قرآن کریم (آل عمران: ۱۵۹) در باب عدم توجه صرف به عقل و شناخت، خطاب به پیامبر ﷺ می‌فرماید: «به سبب رحمتی که از سوی الهی (در قلب تو، ای پیامبر فرود آمده است) با ایشان نرم‌خوبی کن؛ و اگر بدخو و سخت‌دل بودی، قطعاً مردم از اطراف تو پراکنده می‌شدند». این آیه به اهمیت تبلور هیجانات در کنار سایر ابعاد در رشد و بهبود شرایط اشاره دارد.

مقایسه دیدگاهی برخلاف دیگر رویکردهای تک‌بعدی روان‌شناسی تحول، با آموزه‌های اسلامی - که هر دو در نوع نگاه به انسان و دیدگاه همه‌جانبه‌نگر به رشد آدمی مشترک‌اند - زمینه‌ای مغتنم برای برداشتن گام‌هایی آغازین در نزدیک کردن برخی از آموزه‌های روان‌شناسی عصر مدرن با آموزه‌های اسلامی است. زیربنای بسیاری از رویکردها، نگرشی است که به انسان دارند. بدون شناخت انسان نمی‌توان به بهره‌برداری صحیح از استعدادها و ارضای درست نیازهای او پرداخت و مسئله تربیت به حل‌وفصل نهایی خود نخواهد رسید. بنابراین برای داشتن درک درستی از بعد مهم وجودی انسان (یعنی هیجان) از منظر هر نظریه‌ای، ضرورتاً باید ابتدا فهمی از انسان در آن نظریه داشت. رویکردها و اندیشمندان متفاوت، هریک برداشت متفاوتی از انسان داشتند؛ برای نمونه، توماس هابز معتقد است که طبیعت انسان شر می‌باشد و انسان گریگ است. روسو برخلاف هابز انسان را دارای طبیعت نیک می‌داند و شرارت را ناشی از تمدن و نهادهای اجتماعی مطرح می‌کند. علاوه بر وجود اختلاف بین این نظریه‌ها، ملاحظه می‌شود که غالباً به یک بعد از ابعاد وجودی انسان توجه کرده و سایر ابعاد را نادیده گرفته‌اند (سیدموسوی و عبدخدایی، ۱۳۸۹، ص ۸۷). داشتن نگاه تک‌بعدی ما را از تصویر یکپارچه و صحیح انسان دور می‌کند.

در مقابل دیدگاه‌های تک‌بعدی به انسان، دو رویکرد مدنظر در پژوهش حاضر، دیدگاهی یکپارچه به آدمی دارند؛ بدین معنا که نه صرفاً بر بعد منفی تأکید دارند و نه صرفاً بر بعد مثبت؛ بلکه توجه خود را بر هر دو جنبه انسان معطوف می‌نمایند. پرداختن به نگاهی که نظریه تحول یکپارچه و آموزه‌های اسلامی به انسان دارند، گام اول در رسیدن به فهم کامل دیدگاه آنان از هیجان و جایگاه آن در تحول انسان است.

بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد در دو حوزه اسلام و روان‌شناسی به دلیل اهمیت هیجان‌ها، به‌طور جدی و دقیق مفهوم هیجان و تأثیرات آن مورد بررسی قرار گرفته است و کتاب‌ها و مطالعات بسیار متنوعی به موضوع هیجان و مطالعات آن از نگاه قرآن و روان‌شناسی پرداخته‌اند. از جمله کتاب‌هایی که در این زمینه می‌توان به آنها اشاره کرد، دو کتاب *قرآن و روان‌شناسی* (نجاتی، ۱۳۸۱) و *گامی فراسوی روان‌شناسی اسلامی* (شرقاوی، ۱۳۶۶) است. همچنین مقالاتی پراکنده انجام شده‌اند که صرفاً به مطالعه رفتارهای هیجانی از منظر اسلام و روان‌شناسی

پرداخته‌اند؛ اما کتاب یا مقاله‌ای که با دید تحلیل محتوایی به موضوع بررسی هیجان از نظر قرآن و آموزه‌های تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط پرداخته باشد، یافت نشد. بنابراین این پژوهش با هدف بررسی نقش هیجان در رویکرد یکپارچه‌نگر نسبت به دیگر ابعاد آدمی و میزان انطباق آن با آموزه‌های اسلامی انجام شده است تا در این راستا تفاوت‌ها و شباهت‌های دو دیدگاه استخراج شود.

آنچه دو دیدگاه را قابل مطالعه جهت درک میزان انطباق یا افتراق می‌کند، وجود نقطه اشتراک و همسنجی در یکی از اضلاع، مانند مسئله، مبنای، لوازم، روی آورد فرضیه، نظریه، بستر معرفتی و مانند اینهاست. این ملاک حداقل گرایانه است و لذا تفاوت عمده، نه تنها نفی‌کننده امکان تطبیق نیست، بلکه فایده آن را افزون می‌کند. برای این مقایسه، ابتدا دو تصویر دقیق از هیجان در هر دو سو مطرح می‌گردد؛ سپس میزان توافق دو دیدگاه در محوریت هیجان بررسی می‌شود. براین اساس، مهم‌ترین پرسش این پژوهش این است که در رویکرد یکپارچه‌نگر تحولی، هیجان چه جایگاهی در مقایسه با دیگر جنبه‌های وجود آدمی دارد؟ چنین جایگاهی تا چه میزان با آموزه‌های اسلامی منطبق است؟

روش پژوهش

با توجه به اینکه پژوهش در حیطه تحقیقات توصیفی و از گونه اسنادی محسوب می‌شود، برای جمع‌آوری اطلاعات از روش «تحلیل محتوا» و روش کتابخانه‌ای استفاده گردید. این پژوهش با مراجعه به آثار مهم و دست اول دو دیدگاه به منظور شناخت، توصیف و برجسته کردن محورها و خطوط اصلی متون مکتوب با هدف فراهم کردن تحلیلی توصیفی (ساروخانی، ۱۳۷۸، ص ۲۸۹) انجام شده و داده‌ها به صورت نظری و تحلیل عقلی از لابه‌لای آنها پردازش و استنباط شده است.

چیستی هیجان

هیجان از آن دسته واژه‌هایی است که همه ما تصور می‌کنیم معنای آن را می‌دانیم و درست یا غلط، همواره آن را به کار می‌بریم؛ اما وقتی از کسی خواسته می‌شود تعریف دقیقی از هیجان ارائه دهد، دچار مشکل می‌گردد. البته این به ماهیت هیجان برمی‌گردد؛ زیرا پدیده‌ای کاملاً پیچیده بوده و نظریه‌های مختلفی در این زمینه ارائه گردیده است (ابادری و همکاران، ۱۳۹۵).

از نظر ریو (۲۰۰۵)، هیجان به‌طور کلی اشاره به پدیده‌های احساسی، انگیزشی، هدفمند و بیانگر دارد و به ما کمک می‌کند تا با فرصت‌ها و چالش‌هایی که هنگام رویدادهای مهم زندگی مواجه می‌شویم، سازگار شویم. هافمن و همکاران (به نقل از: شجاعی، ۱۳۹۱) ابعاد مختلف هیجان را در سه محور کلی در نظر گرفته‌اند:

۱. **مؤلفه شناختی**: مؤلفه شناختی هیجان به افکار، باورها و انتظاراتی که نوع و شدت پاسخ هیجانی را تعیین می‌کنند، اشاره دارد. جنبه احساسی هیجان کاملاً جنبه شخصی دارد؛ بنابراین آنچه برای یک فرد فوق‌العاده لذت‌بخش است، ممکن است برای دیگری کسل‌کننده یا آزاردهنده باشد؛

۲. مؤلفه فیزیولوژیکی: که شامل تغییرات فیزیولوژیکی در بدن است. برای مثال، در هنگام خشم، ضربان قلب بیشتر و مردمک چشم گشاد می‌شود؛

۳. مؤلفه رفتاری: به حالت‌های مختلف تجلی هیجان‌ها در رفتار اشاره دارد و معمولاً به صورت فریاد زدن، پرخاشگری و حرکات‌های بیانگر حالت خشم، شادی، غم و هیجان‌های دیگر تظاهر پیدا می‌کند. ابعاد شناختی، فیزیولوژیکی و رفتاری سه جنبه اصلی هیجان را تشکیل می‌دهند. به‌طور کلی تحول هیجانی نقش مهمی در شکل‌دهی به رفتار و توانایی‌های سازشی فرد ایفا می‌کند. افراد براساس سطح تحول هیجانی و نیازها و انگیزه‌های هیجانی خود، توانایی‌های متفاوت برای سازش با محیط دارند و در نتیجه الگوهای رفتاری متفاوتی نشان می‌دهند. بدیهی است که ابعاد تحول هیجانی، عامل مهمی در سنجش رفتار سازش‌یافته به‌شمار می‌آید (اباذری و همکاران، ۱۳۹۵).

نقش و کارکرد هیجان در آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر

آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر (DIR) به‌عنوان چارچوبی یکپارچه‌نگر به تحول روان‌شناختی انسان، تلاش دارد تا با استفاده از آخرین یافته‌ها، الگوی جامعی از رشد انسان ارائه دهد. این الگو از نتایج تحقیق گریسپین و ویدر-الهام گرفت. چارچوب الگوی تحولی تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط، از روان‌شناسی تحولی، روان‌تحلیلی‌گری، تحقیقات عصب‌شناختی، زبان، یکپارچه‌سازی حسی و تعلیم و تربیت ریشه گرفته است (امین یزدی، ۱۳۹۱). دیدگاه تحولی یکپارچه‌نگر، رویکردی است که به‌طور خاص منطبق بر یک مکتب نیست؛ به این معنا که از یک سو آموزه‌های سازنده‌گرایی اجتماعی در آن دیده می‌شود؛ و از سوی دیگر به آرای پیائزه می‌رسد. همچنین عقاید و آرای تجربه‌گراها، عقل‌گراها یا روان‌تحلیل‌گرایان را نیز می‌توان به‌طور پراکنده در آموزه‌های این رویکرد جست‌وجو کرد. بنابراین یک نظریه فلسفی خاصی پشتوانه این رویکرد نیست.

این رویکرد نگاهی کل‌گرا به آدمی دارد و بیان می‌کند که در هر رفتار، مجموعه ویژگی‌های سیستمی ما درگیر هستند. این الگو بر سه بینش استوار است که در عنوان آن بدان اشاره شده است. «D» به‌معنای تحول است و به وجود مراحل تکاملی اشاره دارد که انسان از بدو تولد طی می‌کند. «A» به تفاوت‌های فردی اشاره دارد؛ یعنی هر کودکی با ویژگی‌های زیستی و روانی منحصر به فردی به دنیا می‌آید. «R» یعنی چگونگی روابط کودک با مراقبان و کیفیت تعاملات هیجانی و اجتماعی با دیگران - که تحت تأثیر ویژگی‌های زیستی کودک و سبک تعامل و تربیت والدین می‌باشد - تعیین‌کننده نهایی چگونگی تحول روان‌شناختی کودک است.

فرد برای دستیابی به سطوح عالی رشد، به گذر موفقیت‌آمیز از نه مرحله به‌عنوان پلکان تحولی رشد، نیاز دارد. قابلیت‌های این مراحل عبارت‌اند از: توجه و تنظیم؛ جذب شدن به انسان‌ها؛ ارتباطات دوطرفه؛ ارتباطات حل مسئله اجتماعی؛ خلق و استفاده از ایده‌ها؛ پل زدن بین ایده‌ها؛ تفکر چندعلیتی؛ تفکر نسبی و تفکر خودارزیاب. تسلط بر

شش قابلیت اول، از طریق تعاملات هیجانی محقق می‌شود و فرد را قادر به درک و تعامل با دنیای اطراف می‌سازد و سایر قابلیت‌ها (اجتماعی، حرکتی، شناختی، زبانی، فضایی و حسی) را رهبری می‌کند. از این رو شش مرحله مذکور، هیجانی کارکردی نامیده می‌شوند. در واقع علت اینکه پلکان رشد تحولی را هیجانی نامیده‌اند، این است که از منظر DIR این هیجان‌ها هستند که ابعاد مختلف وجود آدمی را سازمان می‌دهند (گرینسپن و ویدر، ۲۰۰۶).

از منظر این دیدگاه، انسان در مسیر تحول از بدو تولد خود دارای نقشه تحولی است. اگر مسیر زندگی او به‌گونه‌ای باشد که بتواند پلکان رشد سالم را طی کند، تبدیل به انسان مثبتی خواهد شد که ویژگی‌های فطرتاً مثبت نهاده‌شده در وجود او، تبلور می‌یابد. مراد از ویژگی‌های نهاده‌شده، صفاتی چون مهربانی، منطقی فکر کردن، دوست داشتن و ظلم نکردن می‌باشد؛ اما اگر انسان با همه ویژگی‌ها و استعدادهای خود، در طی تحول به‌گونه‌ای باشد که منطبق با نقشه تکامل خود حرکت نکند و نتواند پلکان تکامل و رشد سالم را طی طریق کند، قطعاً تبدیل به انسانی می‌شود که مستعد موجودی منفی است که دیگر آن صفات بالذات مثبت و توانایی‌های نهفته در او پرورش نمی‌یابد. در چنین شرایطی که محیط خانواده، مدرسه و به‌طور کلی محیط و ارتباطات، او را از مسیر درست منحرف می‌کند، ما شاهد موجودی با صفات منفی و تعدیل‌نشده هستیم؛ همچون پرخاشگری، ظلم، حسادت، غیرمنطقی بودن.

گرینسپن و ویدر با بررسی تحول هیجانی، هیجان را به‌عنوان عامل فیزیولوژیکی، رفتاری و عاطفی بسیار مهم برای تحول همه فعالیت‌های ذهنی می‌دانند؛ به‌گونه‌ای که از لحظه تحول، نقش بارزی در تحول دارد و به نسبت رشد، هیجان‌نا تمایز و کلی کودک، به هیجان‌نا پخته‌تری تبدیل می‌گردد. از منظر رویکرد یکپارچه‌نگر، هیجان‌ها نقش محوری در فرایند رشد یکپارچه دارند؛ به‌گونه‌ای که در این الگو اعتقاد این است که تعاملات هیجانی بین کودک و مراقبین بستری را فراهم می‌کند که از طریق آن، رشد سالم یا ناسالم به وقوع می‌پیوندد. در واقع، ایده این رویکرد چنین است که هیجان‌ها برای رشد ذهن و مغز حیاتی‌اند. مرکز رویکرد یکپارچه‌نگر، نقش ضروری علایق و هیجان‌نا طبیعی کودک در شکل‌دهی تعاملات هیجان‌نا محور است که بخش‌های مختلف مغز و ذهن را قادر به کارکردی یکپارچه و ایجاد سطوح بالاتر ظرفیت‌های فکری، اجتماعی و عاطفی می‌کند. به باور گرینسپن، هیجان‌ها ابعاد مختلف وجود آدمی را سازمان می‌دهند و توانمندی‌های کودک را تعیین می‌کنند؛ هیجان، رهبر تیم ذهنی آدمی است. به عبارت دیگر، هیجان‌ها عامل پدیدآمدن شناخت، تفکر، اخلاق، خودآگاهی و خلاقیت در نظر گرفته می‌شوند (گرینسپن، ۲۰۰۱).

الگوی تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط، با تأکید بر نقش تعاملات هیجانی در رشد روان‌شناختی انسان معتقد است که همه توانایی‌های پایه انسانی، نه به‌عنوان ویژگی‌های از قبل تعیین‌شده، بلکه قابلیت‌های اکتسابی‌ای هستند که در درون روابط هیجانی با دیگران ساخته می‌شوند و تحول می‌یابند (امین‌یزدی، ۱۳۹۱). روابط، بخصوص روابط اجتماعی و هیجانی، نقش مهمی در این نظریه دارند. عوامل زیستی، بالقوه‌های رشد انسان را تعیین می‌کنند؛ اما کیفیت‌های تعاملات هیجانی است که آنها را بالفعل می‌کند. هیجان یک عامل زیستی است؛ اما تعامل هیجانی است

که واسطه‌ای برای رشد سطح بالاتر است. در این تعامل هیجانی، مادر نقش اساسی بر عهده دارد. الگوی تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط، تمامی هیجان‌ها حتی خشم، حسادت و کینه را ارزشمند می‌داند؛ اما آن زمانی مثبت است که کودک در تعاملات هیجانی آن را تجربه کند و خود را بروز دهد و مادری داشته باشد که به آن جهت دهد، و با او همدلی کند و در اثر تعاملات اجتماعی این هیجان اولیه جهت بیابد (گریسپن، و ویدر، ۲۰۰۶).

فرد باید هیجان‌ها را در روابط اجتماعی تجربه کند و یاد بگیرد که چگونه باید آنها را تنظیم کند. در واقع از منظر این آموزه‌ها، هر کودکی با سیستم عصبی منحصر به فردی به دنیا می‌آید که این سیستم عصبی خود را در کارکرد حواس و انواع پردازش‌ها از جمله پردازش هیجانی نشان می‌دهد. از طرف دیگر، خانواده و محیطی که فرد بعد از تولد در آن قرار می‌گیرد، با کودک به ارتباط متقابل می‌پردازد. کیفیت تعامل ویژگی‌های زیستی - هیجانی و سبک تربیتی والدین، تعیین‌کننده سلامت یا اختلال تحولی است. عاملی که ارتباطات کودک - والدین را در تحول روان‌شناختی انسان تعیین‌کننده می‌نماید، هیجان‌هایی است که در این فرایند تعاملات ظاهر می‌شوند. بنابراین منطبق با این دیدگاه، اولین تنظیم هیجان و مدیریت را فرد از والدین خود می‌آموزد. ارتباطات جاری هیجان محور یک عامل سازمان‌دهنده در رشد است. در نهایت، کیفیت ارتباطات و نوع تعاملات انسان است که سرنوشت نهایی‌اش را تعیین می‌کند (جان‌نثار، ۱۳۹۱، ص ۱۳).

علت این تأثیرگذاری هیجان از ابتدای زندگی از این دیدگاه، در این نکته است که هر کدام از حس‌ها علاوه بر دریافت فیزیکی، اثر هیجانی را نیز ایجاد می‌کند. این موضوع، رمزگذاری دوگانه است که کلید درک نقش هیجان‌ها در سازمان‌دهی رفتار است (مثلاً دیدن منظره‌ای از طبیعت، علاوه بر حس بینایی، ممکن است هیجان لذت نیز داشته باشد) (امین‌یزدی، ۱۳۹۱). به همین دلیل نیز گریسپن قابلیت‌های پایه رشد (شش سطح اول رشد) را به ویژگی‌های هیجانی - کارکردی متصف نموده است.

در مجموع بایستی مطرح کرد که از این دیدگاه، اگر درصدد توانمند ساختن انسان‌ها برای برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری، تفکر و حل مسئله در موقعیت‌های زندگی واقعی باشیم، بایستی کیفیت‌های هیجانی و اجتماعی آنان را پرورش دهیم؛ چراکه این پرورش با عملیات قشری عالی مغز مرتبط است، و با ارتباطی که با حافظه و توجه دارد، یادگیرنده را برای عمل مستقل و فعال و همچنین خلق و اجرای برنامه‌های متناسب با مسائل مختلف آماده می‌کند (شالیان، ۱۳۹۴، ص ۴۵). بنابراین منطبق با این دیدگاه می‌توانیم موجودات انسانی شویم و انسانیت خود را حفظ کنیم؛ اما کلید تحقق این تحول، هیجان است.

نقش و کارکرد هیجان از منظر آموزه‌های اسلامی

در منابع اسلامی مفهوم هیجان به دو شکل مورد توجه قرار گرفته است:

الف) کاربرد کلمه هیجان: در برخی موارد، مفهوم هیجان با استفاده از ماده «هیجان» و مشتقات آن در متون و منابع اسلامی به کار رفته است. در همه مواردی که کلمه هیجان به کار رفته، تحریک، برانگیختگی و خارج شدن

از حالت طبیعی در آن لحاظ شده است (مجلسی، ۱۳۶۵، ج ۱۶، ص ۲۴۷). دعای هشتم «صحیفه سجادیه» با این فراز آغاز می‌شود: «اللهم انی اعوذ بک من هیجان الحرص و سورة الغضب...»؛ که در آن دو واژه هیجان و سوره به معنای برانگیختگی و غلیان درونی مورد توجه امام سجاده^ع قرار گرفته‌اند.

ب) عواطف و احساسات: کلمه «عواطف» و «احساسات» نیز برابر نهاده هیجان و از جمله اصطلاحاتی‌اند که معمولاً برای اشاره به هیجان‌ها به کار می‌روند و منظور، حالت‌هایی همچون دوستی، دشمنی، غم و... هستند (شجاعی، ۱۳۹۱، ص ۲۱۹). استفاده از مفاهیمی نظیر حب، غضب، شهوت، عشق و مانند اینها در آیات و روایات، در این بخش مورد توجه قرار می‌گیرد.

از دیدگاه اسلام، انسان موجودی دوبعدی است: یک بعد وجودی انسان جنبه مادی و جسمانی اوست که آفرینش انسان از خاک حاصلخیز و تبدلات آن به گل تیره و بدبو و نهایتاً گل خشک شکننده، به این جنبه از وجود وی دلالت دارد؛ و دیگری بعد معنوی و غیرمادی وجود انسان است که از آن به روح یا نفس یاد می‌شود. در سوره «مؤمنون»، آیات ۱۲-۱۴ خداوند می‌فرماید: «و همانا انسان را از عصاره‌ای از گل آفریدیم...؛ سپس آن را آفرینشی دیگر دادیم (و در آن روح دمیدیم)؛ پس پاینده است خدایی که بهترین آفرینندگان است». نفس انسان مجموعه‌ای از صفات لاهوتی و ناسوتی را داراست. در آموزه‌های اسلام، انسان دارای دو بعد مثبت و منفی است. او هم می‌تواند سیر صعودی پیدا کند؛ چنان که قرآن کریم می‌فرماید: «ای نفس ملکوتی به سوی پروردگارت بازگرد که هم تو از او خشنود باشی و هم او از تو. داخل در زمره بندگان خاص من و وارد بهشت من شو» (فجر: ۲۷-۳۰)؛ و هم می‌تواند سیر نزولی پیدا کند: «سپس او را به پست‌ترین منازل بازگرداندیم؛ مگر آنان که ایمان آوردند و عمل صالح انجام دادند؛ سپس برایشان مزدی بی‌منت است» (تین: ۴-۶) (ریاضی هروی و شمشی، ۱۳۹۲). اما بروز بعد مثبت در آدمی، با اثرپذیری از فطرت، نفس لوامه، عقل و اراده است. با داشتن چنین درکی از چیستی انسان در رویکرد اسلامی، می‌توان به جایگاه هیجان در وجود انسان پرداخت.

خداوند هیجان‌های مختلف را به صورت فطریاتی در وجود انسان قرار داده و شرایط آن را فراهم کرده است (آل عمران: ۱۴). بیان امام صادق^ع، به خوبی جمله قبل را تصدیق می‌کند. ایشان می‌فرمایند: «بنگر که چگونه برای هر کدام از این افعال که قوام حیات و بقای زندگی وابسته به آن است، در درون و به‌طور طبیعی محرک و عامل حرکت‌دهنده آن قرار داده شده است» (پسندیده و همکاران، ۱۳۹۰). آیه مذکور نشان‌دهنده توجه اسلام به نقش و جایگاه هیجان در زندگی و رشد آدمی است؛ اما با همه تأکیدی که اسلام به نقش هیجان و فواید آن در روند رشد کودک تا مرحله بلوغ دارد، همواره تعادل در هیجان‌ات را توصیه می‌کند. در آیه ۱۴۳ سوره «بقره» آمده است: «و بدین گونه شما را امتی میانه قرار دادیم». این آیه به عدم افراط در دنیاگرایی و عدم تفریط در دنیاگریزی تفسیر شده است (مرادی، ۱۳۹۳). بنابراین آنچه از مفهوم اعتدال استنباط می‌شود، ضرورت مدیریت و تنظیم هیجان در طول زندگی است. ریشه تأکید بر این ضرورت و تعدیل نمودن هیجان‌ات، به نوع نگاه این آموزه‌های اسلامی به انسان

برمی‌گردد؛ یعنی آدمی ترکیبی از خوب و بد است؛ جنبه‌های منفی آدمی اگر مهار نگردند و در محیط نامساعدی قرار بگیرند، هیجانات او را متأثر می‌کنند و هیجان‌های منفی همچون حرص، بخل، حسد، طمع و خشم در انسان جلوه‌گر می‌گردند (انصاری، ۱۳۹۵، ص ۳۴۲).

در *نهج البلاغه* (نامه ۳۱)، امیرمؤمنان علی علیه السلام به فرزندش امام حسن مجتبی علیه السلام در خصوص نقش والدین در تربیت فرمودند: «قلب انسان جوان مانند زمین خالی از کشت است؛ هر چه که در آن پاشیده شود، آن را می‌پذیرد؛ لذا پیش از آنکه دلت قساوت بگیرد و عقلت مشغول شود، به تأدیب تو پیش‌دستی کردم».

بنابراین از روایت مذکور استنباط می‌شود که در درجه اول، مسئولیت تربیت هیجان در دوران کودکی، با والدین به‌ویژه مادر است. بخش زیادی از یادگیری چگونگی اداره هیجان‌ها و عمل در این شرایط، در محیط خانواده و آغوش مادر میسر می‌شود و این‌گونه است که آدمی در مسیر مثبت فطرت خود گام می‌نهد (فلسفی، ۱۳۹۴، ص ۳۰۰).

از آموزه‌های اسلامی استفاده می‌شود که تنظیم هیجان بخش جدایی‌ناپذیری از تفکر و تعقل است. امیرمؤمنان علی علیه السلام در باب تسلط بر هیجان‌ها در همه حال می‌فرماید: «فرد خردمند کسی است، که نفس خویش را در خشم، رغبت و ترس در اختیار خود بگیرد» (تمیمی آمدی، ۱۳۹۰، حدیث ۲۰۰۸، ص ۱۴۰). همچنین می‌فرماید: «عاقل‌ترین مردم کسی است که به عیب خود بینا باشد و به عیب دیگران کور و نابینا»؛ چنان‌که یکی از آثار عقل این است که آدم عاقل همواره حد و مرز و اندازه خود را می‌شناسد و از آن تجاوز نمی‌کند (عباسی و همکاران، ۱۳۹۴).

خداوند در سوره «توبه» آیه ۱۲۸ می‌فرماید: «همانا رسولی از جنس شما برای (هدایت) شما آمد که فقر و پریشانی و جهل و فلاکت شما بر او سخت می‌آید و بر (آسایش و نجات) شما بسیار حریص، و با مؤمنان بسیار رئوف و مهربان است». چنان‌که ملاحظه می‌شود، هیجانی چون حرص در وجود انسان - که امام سجاد علیه السلام از آن به خداوند پناه می‌جوید - در این آیه به‌عنوان وجه مثبتی از صفات پیامبر صلی الله علیه و آله مورد توجه قرار گرفته است که حاکی از نگاهی دووجهی به هیجانات در آموزه‌های اسلامی است و می‌تواند کارکردی مثبت در کسب رضایت خداوند یا کارکردی منفی در دور شدن از خداوند داشته باشد و این جز با مدیریت عقلانی هیجانات ممکن نیست. همچنین در معطوف ساختن محبت به مردم یا دنیا نیز همین دووجهی بودن نمایانده می‌شود؛ آنجا که امام رضا علیه السلام می‌فرماید: «محبت به مردم، خود نیمی از عقل است» (مجلسی، ۱۳۶۵، ج ۱۶، ص ۱۹۰)، وجه مثبت آن، و آنجا که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «محبت دنیا، منشأ تمامی اشتباهات است»، وجه منفی آن نمایان می‌شود (میردریگوندی، ۱۳۹۰).

اسلام دین عقل است؛ اما تأکید اسلام بر عقل و اندیشه به‌معنای آن نیست که از منظر اسلام اولویت وجود آدمی با عقل اوست؛ بلکه در مکتب اسلام بر پرورش هر دو بعد عقل و هیجان تأکید شده است. عقل در سعادت، هادی و راهنمای بشر است؛ ولی قدرت محرک آدمی احساسات و هیجانات است. با استفاده از آیه ۹۰ سوره «تحل» می‌توان گفت: جامعه برای تعیین حدود و حقوق افراد، عدل و عقل لازم دارد؛ ولی عاطفه و هیجان، اجتماع را از محبت و مهر سیراب می‌کند. غذای عقل، علم است و غذای هیجان و عواطف، اخلاق و فضیلت. بنابراین این‌گونه از آموزه‌های

اسلامی استنباط می‌شود که ضمن پاس داشتن عقل، همواره باید هیجان مورد توجه قرار گیرد و از تفریط یا افراط آن ممانعت گردد. به همین دلیل است که در اسلام علاوه بر تأکید بر عقل به‌عنوان ابزار مناسب برای تنظیم هیجان‌ها، به روش‌های متفاوتی چون روش‌های شناختی - اعتقادی (مانند ایمان و توکل)، روش‌های عاطفی - معنوی (مانند یاد خدا و دعا) و روش‌های رفتاری (مانند صبر و ازدواج) اشاره شده است (شجاعی، ۱۳۹۱، ص ۲۰۲).

مقایسه رویکرد یکپارچه‌نگر و آموزه‌های اسلامی در مورد هیجانات

با توجه به مطالب مورد اشاره در بالا، از مهم‌ترین موارد اشتراک و افتراق این دو دیدگاه، موارد زیر قابل توجهند:

الف) مشابهت‌ها

۱. **مدیریت و تنظیم هیجانات:** براساس آنچه در شرح آموزه‌های اسلامی هیجان بیان شد، یک نکته اساسی در این آموزه‌ها برجسته است. منطبق با روایات و آیات، هیجان‌ها آن قدر که مهم‌اند، اداره کردن آنها مهم‌تر است. در روایت مشابه با روایت‌های پیشین، در دعای هشتم «صحیفه سجاده‌یه»، نکته‌هایی در این‌باره ذکر گردیده است: «پروردگارا پناه می‌برم به تو از هیجان حرص و شدت غضب و تسلط خشم و کمی صبر و پیروی از هوای نفس یا تمایلات...». از این دعا این گونه فهم می‌شود که افراد پیوسته با هیجانات سرکش در نبردند، درحالی که اگر بر آن مسلط شوند و به‌درستی آن را اداره کنند، به یک رضایت روحی و روانی دست می‌یابند.

مشابه این آموزه اسلامی مبنی بر اداره و مدیریت هیجان‌ها را در رویکرد یکپارچه‌نگر نیز می‌توان یافت. از منظر این دیدگاه، یکی از قابلیت‌هایی که بر ضرورت پرورش آن در همان سال‌های آغازین تولد تأکید شده، قابلیت تنظیم، مدیریت هیجان و انعطاف‌پذیری است. درواقع براساس این دیدگاه، تنظیم حالت‌های برانگیختگی و هیجان‌ها برای انطباق موفق با محیط، حیاتی است و برای شکل‌گیری این توانایی، افراد نزدیک فرد نقش پررنگی دارند. چنان که از نگاه گرینسپن و ویدر، یکی از معیارهای ارزیابی قابلیت‌های شخصیتی انسان‌ها این است که یک انسان تا چه اندازه توانایی درک و تنظیم هیجانات در خود و دیگران را دارد و تا چه اندازه توانمند است که در موقعیت‌هایی مانند شکست یا تنهایی، هیجان‌هایی همچون غم و خشم را تشخیص دهد و مدیریت کند تا بتواند به حالت اول خود برگردد؛ و این قابلیت، نه به‌عنوان یک قابلیت شخصی، بلکه به‌عنوان توانایی فهم هیجان‌های دیگران نیز می‌باشد تا از رهگذر چنین فهمی، تعاملات و ارتباطات بهینه بسط یابد.

از آنچه گذشت، نتیجه گرفته می‌شود که هیجان‌ها ضرورتاً باید با موقعیت و شرایط تناسب داشته باشند؛ هرگاه به‌شدت فرونشاندن شوند، کسالت و فاصله ایجاد می‌کنند؛ و هرگاه از کنترل خارج شوند، یعنی شدید و دیرپا باشند، مرضی می‌شوند؛ اما نکته‌ای که نباید از نظر دور داشت، این است که منشأ تأکید هر دو رویکرد به مدیریت هیجان در روند زندگی، به نوع نگاه آنان به انسان (دارای دو بعد مثبت و منفی) برمی‌گردد. هر دو اشاره می‌کنند، که انسان برخوردار از گرایش‌های مثبت فطری است؛ درحالی که هم‌زمان زمینه‌های نقصان و میل به بدی در او وجود دارد. همان‌طور که پیش‌تر اشاره شد، اگر در مسیر زندگی، هیجان‌اتی چون عجزول بودن، خشم و حرص مهیار نشوند، سبب بروز بعد منفی آدمی می‌شوند.

۲. نقش خانواده در تنظیم هیجان‌ها: نکته‌ای که پس از مطالعه هر دو رویکرد درک می‌شود، نقشی است که خانواده از نگاه این دو دیدگاه در کمک به سلامت هیجانی در کودک دارد. از منظر این دو دیدگاه، همان‌طور که سلامت جسم کودک مورد توجه قرار می‌گیرد، سلامت هیجان‌ها و عواطف او نیز باید از سوی والدین مورد کمال توجه باشد. به همین دلیل، هر دو معتقدند برای اینکه کودک یاد بگیرد در موقعیت‌های متفاوت به مدیریت و تنظیم هیجان خودش بپردازد، باید ابتدا در محیط خانواده از لحاظ هیجانی تامین شود. از منظر این رویکرد، اگر والدین دارای نقش و الگوی مناسبی در هیجان‌ها نباشند، فرد بهترین منبع یادگیری خود را از دست خواهد داد؛ اما در صورتی که کودک در رابطه با والد خود تنظیم هیجان‌ها را بیاموزد، در سال‌های بعد در ارتباطات خود و در تنظیم احساسات خود با دیگران، به‌خوبی هیجان‌های خود و دیگران را می‌شناسد.

حتی اگر کودکی به‌طور ذاتی در برابر محیط خود بیش‌واکنش یا کم‌واکنش باشد، در صورت داشتن مادری که محیط و تعامل هیجانی مناسبی با او برقرار کند، این کودک می‌تواند از لحاظ هیجانی رشد کند و شخصیت سالمی در او پرورش یابد. اگر والدینی باشند که هیجان‌ها و نیازهای کودک را تشخیص دهند و به‌موقع پاسخ گویند، او به فردی تبدیل می‌شود که قادر به اداره بهینه هیجان‌ها خود خواهد بود و نسبت به درک و کمک هیجان‌های دیگران توانمند خواهد بود.

شبهه چنین نگاهی به نقش والدین را می‌توان در آموزه‌های اسلام نیز جست‌وجو کرد. امیرمؤمنان علی^ع در آستانه شهادت خود به امام حسن مجتبی^ع می‌فرماید: «در خانواده خود با کوچکترها عطف و مهربان باش» (فلسفی، ۱۳۹۴، ص ۲۰۰). این روایت بر اهمیت جو هیجانی‌ای که والدین در محیط کودک برقرار می‌کنند، تأکید جدی دارد؛ به‌گونه‌ای که اگر جو هیجانی منفی در محیط حاکم باشد، هیجان‌های نامطلوب و رنج‌آوری در کودکان رشد می‌کند و جنبه‌های متعدد زندگی او را متأثر می‌سازد. در احادیث دیگری همچون حدیث معروف تقسیم دو دهه اول زندگی به سه هفت سال سیادت، تبعیت و وزارت، بر انتقال حس بزرگی و ارجمندی به کودک، برای پرورش مناسب او تأکید می‌شود (موحدی پارسا، ۱۳۹۵، ص ۳۸). حدیث «اکرموا اولادکم و احسنوا آدابهم یغفر لکم» (مجلسی، ۱۳۶۵، ج ۱۶، ص ۱۱۵)؛ یعنی فرزندان‌تان را گرمی بدارید و آنان را نیکو تربیت و ادب کنید تا آمرزیده شوید، نیز بر همین معنا تأکید شده است. به بیان دیگر، در آموزه‌های اسلامی، می‌توان گفت که خداوند انسان را با زمینه‌های ذاتی خلق کرده است تا در انتخاب راه خیر و شر و ضلال و صلاح، حجت را بر او تمام نماید؛ زیرا وسیله تشخیص را به همگان عطا کرده و از سویی نیروی اختیار و انتخاب را وسیله آزمایش انسان‌ها قرار داده است که کدامین طریق را برمی‌گزینند. پاسخ به خواهش‌های نفس اماره، با هدایت رحمانی نفس لواحه و نفس مطمئنه، مطلب قابل تأملی است. توجه به عوامل تأثیرگذار در انتخاب راه سعادت، در اختیار انسان است. از جمله این عوامل، تربیت خانوادگی و ویژگی‌های روحی و روانی و رفتاری والدین است. بنابراین می‌توان درک کرد که این دو دیدگاه، هرچند در زمینه ادبیات با یکدیگر متفاوت‌اند، اما در زمینه اهمیت قائل شدن برای خانواده در تنظیم هیجان، تقریباً مفهوم یکسانی بیان می‌کنند و در این خصوص هم جهت‌اند.

الف) افتراقات

۱. **نقش و اهمیت هیجان در کل ساختار وجودی انسان:** از نکات قابل توجه در میان این دو دیدگاه، نقش و اهمیت هیجان در کل ساختار وجودی انسان از نگاه این دو رویکرد است. رویکرد یکپارچه‌نگر، نقش بسیار مهمی برای هیجان در روند رشد و تحول آدمی قائل است. از منظر این دیدگاه، از همان لحظه‌های آغازین عمر، این هیجان‌ها هستند که بخش‌های مختلف ذهن را هماهنگ و آن را قادر می‌سازند تا با دیگران به شیوه‌ای منسجم عمل نماید (کریمیان، ۱۳۹۰، ص ۲۷).

تیم ذهنی انسان شامل حواس، حرکات، توجه، تفکر و حافظه، تحت هدایت هیجان، هماهنگ و یکپارچه می‌شوند. هیجان‌ها با فراهم ساختن هدف برای رفتار، قسمت‌های مختلف ارگانسیم را هماهنگ می‌نمایند. به عبارت دیگر، گریسین پیشنه‌اد کرد که هیجان‌ات و تحریک شناختی به‌عنوان معمار اصلی ذهن خدمت می‌کنند. از نگاه او، گسترش هیجان‌ات در زندگی آدمی، نقش مهمی در ایجاد، سازمان‌دهی و ترتیب بسیاری از ویژگی‌های مهم ذهنی و شناختی دارند. آنچه انسان در فرایند رشد در ارتباطات تجربه می‌کند، جنبه‌های شناختی ارتباطات نیست؛ بلکه مبادلات هیجانی است. بنابراین ویژگی‌های شناختی آدمی در نتیجه تبادل هیجانی در فرایند رشد با اطرافیان پدید می‌آید (باری، پالمبو، و بندیسن، ۲۰۰۹).

از منظر این رویکرد، جریان مداوم و پیوسته‌ای از هیجان‌ها بین هر انسان و اطرافیان‌ش برای رشد، مخصوصاً رشد سطوح بالاتر تفکر ضروری است. این سطوح عالی تفکر، شامل خویشتن‌نگری، تفکر، خلق کردن راهبردهای حل مسئله، داشتن بینش، همدلی، تنظیم رفتار و خلق و خوست. آنچه عموماً هوش، مهارت اجتماعی و اخلاقیات نامیده می‌شود، بر مبنای توانایی کودک در استفاده از احساسات و هیجان‌ات برای تفکر بنا می‌گردد (مفرد، ۱۳۹۱، ص ۵۰). بحث تقابل عقل و عشق، از دیرباز در فضای فلسفی و علمی مطرح بوده است؛ اما در فضای پسامدرن، چرخشی به نفع رویکردهای عاطفه‌گرا و فمینیستی در برابر رویکردهای عقل‌گرای دوران مدرنیسم اتفاق افتاده است که به‌نظر می‌رسد در رویکرد یکپارچه‌نگر نیز چنین موضعی متأثر از این فضا باشد.

در آموزه‌های اسلامی نیز منطبق با آیاتی که پیش‌تر ذکر گردید، هیجان‌ها دارای اهمیت فراوان هستند؛ اما مسئله اینجاست که در آموزه‌های اسلامی، رشد تمامی سطوح عالی در انسان نتیجه هیجان نیست؛ به‌طور مثال، از آیه ۹۰ سوره «نحل» - که قبلاً به آن اشاره شد - استفاده می‌شود که عدل زاییده عقل است و احسان مولود عواطف. به عبارت دیگر، زندگی در جامعه‌ای که تنها بر آن حاکم باشد، فاقد هیجان و عواطف، جانکاه و طاقت‌فرسا خواهد بود و افراد به کمال جامع و کامل انسانی نخواهند رسید. متقابلاً در صورت حاکم بودن هیجان‌ات صرف، شاهد رشد و تکامل واقعی نخواهیم بود (فلسفی، ۱۳۹۴، ص ۱۰۰). امیرمؤمنان علی علیه السلام می‌فرمایند: بر خردمند روا نیست که از حدود بگذرد؛ بلکه بر اوست تا هر چیز را در جای خود نهد. از آنجاکه گذار از حد و مرزها، به‌دلیل هیجان‌اتی همچون طغیان، بغی، حرص، کبر و مانند اینها اتفاق می‌افتد (انصاری، ۱۳۹۵، ص ۲۴۸) این روایت نیز بر تسلط بر خود، کنترل حالات خود و رعایت حد اعتدال در هیجان‌ات توسط عقل دلالت دارد.

براین اساس، آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر، تا آنجا که از تکمیل عقل به وسیله هیجان سخن می‌گوید، مورد تأیید اسلام است؛ اما از آنجا که از تقدم و برتر آمدن هیجان بر تفکر و اندیشه سخن می‌راند، از اسلام فاصله می‌گیرد. چرایی این تفاوت را می‌توان در مبانی و زیربنای این دو دیدگاه جست‌وجو کرد. عقل و تفکر در اسلام جایگاه ویژه‌ای دارد، در فرهنگ قرآن کریم، عقل به منزله چشم دیگری است که مایه بصیرت نسبت به حقایق برتر است. نگاه ترکیبی مثبت و منفی به آدمی در آموزه‌های اسلامی، بر ضرورت عقل تأکید می‌کند.

۲. نوع نگاه به هیجان (تحولی یا اخلاقی): مطالعه چارچوب هر دو منظر، این موضوع را نشان می‌دهد که رویکرد یکپارچه‌نگر، یک نگاه رشدی و تحولی به چگونگی تنظیم هیجان دارد؛ این در حالی است که اسلام نگاهی اخلاقی به این مقوله دارد.

هنگام مطالعه استدلال‌ها و آرای رویکرد یکپارچه‌نگر، این نکته آشکار می‌شود که دیدگاه مذکور هیجان را به دلیل نقش آن در عبور از نقشه تکامل و پلکان رشدی از بدو تولد، برای رسیدن به سلامت روانی و بروز ویژگی‌های مثبت دارای نقشی محوری می‌داند؛ تاجایی که بدین منظور بیان می‌کند، بدون وجود تنظیم صحیح هیجان، فرد جریان رشدی و تحولی ناسالمی را طی خواهد کرد؛ چراکه هیجان سبب می‌شود که دیگر توانایی‌های ضروری وجود آدمی در روند تحول بروز کند و همگی به‌طور یکپارچه موجب سلامت روان و رشد فرد شود. در واقع جریان مداوم و پیوسته‌ای از هیجان جهت رشد سطوح بالاتر در آدمی ضروری است (کریمیان، ۱۳۹۰، ص ۴۸). بنابراین با توجه به آنچه گفته شد، نگاه تحول یکپارچه‌نگر به هیجان، یک نگاه تحولی است؛ به گونه‌ای که اگر بر اهمیت پرورش آن یا مدیریت آن یا بروز جنبه‌های مثبت آن تأکید می‌نماید، به دلیل نقش آن برای تحول سالم است.

از سوی دیگر، اسلام از تربیت هیجانی سخن می‌راند و بیان می‌کند که این هدایت و راهنمایی هیجان به منظور رساندن انسان به کمال است و کمال انسان نیز قرب به خداست. در آموزه‌های قرآنی، تزکیه و تهذیب نفس، عامل رستگاری و سعادت انسان معرفی شده است و آسیب‌های اخلاقی همچون کینه، حسد، حرص را منشأ رذالت‌ها و بدبختی‌ها و مایه زیان می‌شناسد. نکته مهمی که از آیات ۹۸ سورة «شمس» استنباط می‌شود، این است که از دیدگاه قرآن، نفس انسان قابلیت تزکیه یا آلودگی را دارد و این امر بر مبنای انتخاب و اختیار انسان صورت می‌گیرد؛ انسان اگر بخواهد، آن را پاک یا آلوده می‌سازد (انصاری، ۱۳۹۵، ص ۲۲۵).

از این روست که همواره در آموزه‌های اسلامی تأکید شده است، که آدمی به سوی جنبه‌های مثبت فطرت خود حرکت نماید و نگذارد که جنبه‌های نقصان وجودی‌اش، از جمله هیجانات سرکش، بر او تأثیرگذار شود؛ لذا تربیت عاطفی قصد دارد تحت اراده و هدایت مربی، انسان را به حدی از رشد هیجانی برساند که همه هیجانات خود را جهت رضای خدا و تقرب به او به کار گیرد (کهزاد، ۱۳۹۴، ص ۲۶). از نظر اسلام، رشد و تحول هیجان‌ها باید در مسیر صحیح و هماهنگ با اخلاقیات باشد. می‌توان گفت که فضایل اخلاقی در نتیجه قرار گرفتن صحیح هیجان در مسیر واقعی آن است و رذایل اخلاقی از کنار گذاشتن این برنامه آسمانی نشئت می‌گیرد (ساجدی، ۱۳۹۲).

بنابراین، نوع نگاه این دو دیدگاه به تنظیم هیجان، متفاوت است. رویکرد یکپارچه‌نگر، مدیریت هیجان را برای رشد و تحول سالم و بروز همه توانایی‌های سطح بالاتر الزامی می‌داند؛ درحالی‌که از آموزه‌های اسلامی چنین برمی‌آید که برای پرورش دیگر صفات عالی در انسان و پرورش صحیح عقلانی، ضروری است که هیجان به مسیر درست آن حرکت کند و رنگ اخلاقی داشته باشد و از سرکشی هیجان جلوگیری شود.

نتیجه‌گیری

مقایسه آموزه‌های اسلام و رویکرد یکپارچه‌نگر در هیجان، مشکل به نظر می‌رسد؛ چراکه این دو دیدگاه با دو ادبیات کاملاً متفاوت سخن گفته‌اند و مبانی تقریباً متفاوتی دارند. به‌رغم این موضوع، مقایسه آرای آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر درباره هیجان، در مقایسه با آرای اسلامی، مبین آن است که بیشترین مشابهت دو دیدگاه، در اهمیتی است که برای نقش هیجان و توجه به پرورش آن در خانواده و مدیریت آن قائل می‌باشند. هر دو دیدگاه معتقدند که زندگی انسان در تمام مراحل رشد، مملو از هیجاناتی است که موجب زیبایی حیات او می‌شوند؛ در واقع هیجان‌ها سوپاپ‌های زندگی روانی و جسمانی انسان به‌شمار می‌روند که او را در رسیدن به آرامش یاری می‌کنند؛ با وجود این هرگونه زیاده‌روی یا بی‌توجهی به آنها برای سلامت جسم و روان انسان مضر می‌باشد. استدلال و تبیینی که از آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر در مورد هیجان بیان شد و مشابهت‌هایی که با آموزه‌های اسلام از آن استخراج گردید، به‌خوبی ما را به این مسئله آگاه کرد که این رویکرد نوین، تا چه حد می‌تواند در زمینه تربیت هیجانی، ضمن در نظر گرفتن آرای اسلام، ما را راهبری کند. این دیدگاه، نگاهی همه‌جانبه‌نگر به انسان دارد که در برخی جنبه‌ها در باب هیجان به آموزه‌های اسلامی نزدیک است.

با توجه به نتایج این پژوهش، پیشنهاد می‌شود که نظام تعلیم و تربیت اسلامی، اهتمام خود را مصروف افزایش و تعمیق آگاهی والدین و معلمان درباره اهمیت هیجان و تربیت هیجانی بکند، تا نه‌تنها در محیط خانواده‌ها، بلکه در محیط مدرسه نیز به ضرورت تربیت هیجانی توجه شود؛ به‌گونه‌ای که هرگونه جمود فکری ناآگاهانه و تأکید غیرضروری صرف و بیش‌ازحد بر تفکر و تعقل را کنار گذارند و هیجان‌ها را به درستی ارزیابی و تحلیل کنند. با انجام اقداماتی جهت تهیه بسته‌های آموزشی تربیت هیجانی مخصوص والدین و معلمان توسط پژوهشگران، و طراحی الگوی ارتقای سلامت هیجانی افراد براساس آموزه‌های رویکرد یکپارچه‌نگر ضمن در نظر گرفتن آموزه‌های اسلامی، می‌توان گام بسیار مثبتی برای افزایش سلامت هیجانی حاکم بر جو تربیتی و آموزشی کشور برداشت.

منابع

- نهج البلاغه، ۱۳۸۶، ترجمه محمدتقی جعفری، مشهد، به نشر.
- صحیفه سجادیه، ۱۳۸۷، مشهد، آستان قدس رضوی.
- اباذری، کبری و همکاران، ۱۳۹۵، «تحول هیجانی کودکان درخودمانده براساس مدل تحولی تفاوت‌های فردی»، *روان‌شناسی تحولی: روانشناسان ایران*، ش ۱۳ (۵۰)، ص ۱۳۳-۱۴۲.
- امین‌یزدی، سیدامیر، ۱۳۹۱، «رشد یکپارچه انسان: مدل تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط»، *پژوهشنامه مبانی تعلیم و تربیت*، ش ۲ (۱)، ص ۱۰۹-۱۲۶.
- انصاری، محمدعلی، ۱۳۹۵، *سودای نفس (ساخت آسیب‌های نفس در پرتو قرآن کریم)*، مشهد، بیان هدایت نور.
- پسندیده، عباس و همکاران، ۱۳۹۰، «پایه نظری و الگوی هیجان‌ثابت از دیدگاه اسلام»، *مطالعات اسلام و روانشناسی*، ش ۹، ص ۱۴۵-۱۶۶.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، ۱۳۹۰، *غررالحکم و دررالکلم*، ترجمه لطیف راشدی و سعید راشدی، قم، پیام علمدار.
- جان‌نثار، مریم، ۱۳۹۱، *رابطه تئوری ذهن و رشد هیجانی با پرخاشگری کودکان پیش دبستانی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، مشهد، دانشگاه فردوسی.
- ریاضی هروی، شیدا و بابک شمشیری، ۱۳۹۲، «بررسی مفهوم خودشناسی از نگاه اسلام و استنتاج اهداف و روش‌های تربیتی آن»، *معرفت*، ش ۱۹۱، ص ۴۵-۵۸.
- ساجدی، اکبر، ۱۳۹۲، «بسترسازی قرآن در مدیریت اعتدال‌گرایانه غم و شادی»، *معرفت*، ش ۱۸۶، ص ۳۷-۵۰.
- ساروخانی، باقر، ۱۳۸۷، *روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی*، تهران، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- سیدموسوی، حسین و محمدسعید عبدخداپی، ۱۳۸۹، *مقدمه‌ای بر نفس و جنبه‌های روان‌شناختی آن از دیدگاه اسلام*، مشهد، سنبله.
- شالیان، رحیم، ۱۳۹۴، *طراحی الگو برنامه درسی ویژه دانش‌آموزان آسیب دیده شنوایی در دوره اول دبستان مبتنی بر آموزه‌های تحول یکپارچه (DIR)*، رساله دکتری، مشهد، دانشگاه فردوسی.
- شجاعی، محمدصادق، ۱۳۹۱، *انگیزش و هیجان (نظریه‌های روان‌شناختی و دینی)*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- شرقاوی، محمدحسن، ۱۳۶۶، *گامی فرانسوی روان‌شناسی اسلامی یا اخلاق و بهداشت روانی در اسلام*، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- عباسی، نوذر و همکاران، ۱۳۹۴، «امام علی علیه السلام و مدیریت عواطف در خطبه‌های «شش‌شنبه» و «جهاد»، *پژوهش‌نامه علوی*، ش ۶ (۱)، ص ۶۱-۸۰.
- فلسفی، محمدتقی، ۱۳۹۴، *کودک از نظر وراثت و تربیت*، قم، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- کریمیان، سیدجواد، ۱۳۹۰، *بررسی رشد هیجانی کارکردی کودکان پیش دبستانی دارای نشانه‌های ADHD و مقایسه آن با کودکان عادی از دیدگاه مدل تحولی - تفاوت‌های فردی مبتنی بر ارتباط (DIR)*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی تربیتی، مشهد، دانشگاه فردوسی.
- کهنزاد، فاطمه، ۱۳۹۴، *نقش رفتارهای عاطفی در تربیت اسلامی کودکان از منظر قرآن و سنت*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران،

دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی.

گرینسپن، استانلی و سرنا ویدر، ۱۳۹۴، *بهداشت روانی نوزادان و کودکان: آموزه‌های تحول یکپارچه به سنجش و درمان*، ترجمه سیدامیر امین یزدی و همکاران، مشهد، فرنگیزش

مجلسی، محمدباقر، ۱۳۶۵، *بحار الانوار*، جلد شانزدهم، ترجمه دارالکتب الاسلامیه، بیروت، مؤسسه الوفا.

مرادی، مرتضی، ۱۳۹۳، «نگرشی بر مؤلفه‌های هوش هیجانی با آموزه‌های اسلامی»، *توسعه و مدیریت منابع انسانی و پشتیبانی*، ش ۳۴، ص ۴۳-۶۸

مرتضوی، سیدمحمد، ۱۳۷۵، *اصول و روش‌ها در نظام تربیتی اسلام*، تهران، گل‌نشر.

مفرد، فریبا، ۱۳۹۱، *بررسی ارتباط بین رابطه مادر - کودک با رشد هیجانی کارکردی و رشد کاربردی زبان در کودکان پیش دبستانی ناحیه ۷ مشهد*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، روان‌شناسی تربیتی، مشهد، دانشگاه فردوسی.

موحدی پارسا، فاطمه، ۱۳۹۵، *تربیت اخلاقی کودکان سرور بر اساس آموزه‌های اسلام (آیات و روایات)*، رساله دکتری، مشهد، دانشگاه فردوسی.

میردریگوندی، رحیم، ۱۳۹۰، «هوش هیجانی، پیشینه و آموزه‌ها از نگاه دین و روان‌شناسی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۴ (۳)، ص ۹۷-۱۲۴. نجاتی، محمدعثمان، ۱۳۸۱، *قرآن و روان‌شناسی*، مشهد، آستان قدس رضوی.

Barry J. K., Palombo, J., Bendicson, H.K, 2009, *Guide to Psychoanalytic Developmental Theories*, New York, Springer.

Greenspan, S, 2001, "The affect diathesis hypothesis: The role of emotion in the core deficit in autism and the development of intelligence and social skill", *Jornal of Developmental and Learning Disorders*, N. 5, p. 1-45.

Greenspan, S., Wieder, S, 2006, *Infant and childhood mental health: A comprehensive, developmental approach*, American Psychiatric Publishing, Inc.