

روان شناسی و دین

سال نهم، شماره چهارم، پیاپی ۳۶، زمستان ۱۳۹۵



مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

فصل نامه «روان شناسی و دین» به استناد ماده واحده مصوب ۱۳۸۷/۳/۲۱ شورای عالی انقلاب فرهنگی و بر اساس نامه شماره ۱۰۴/الف مورخ ۱۳۹۰/۳/۲۱ شورای اعطای مجوزها و امتیازهای علمی وابسته به شورای عالی حوزه‌های علمیه، از شماره ۹ حائز رتبه «علمی - پژوهشی» گردید.

مدیر مسئول

محمدناصر سقایی بی‌ریا

سر دبیر

محمدرضا احمدی

مدیر اجرایی

سجاد سلگی

صفحه آرا

مهدی دهقان

ناظر چاپ

حمید خانی

سامانه ارسال و پیگیری مقالات

Nashriyat.ir/SendArticle

اعضای هیئت تحریریه

محمد رضا احمدی

استاد یار روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

علی رضا اعرافی

دانشیار علوم تربیتی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

غلامعلی افروز

استاد روان‌شناسی دانشگاه تهران

محمد کریم خداپناهی

استاد روان‌شناسی تربیتی دانشگاه شهید بهشتی

محمد جواد زارعان

استاد یار علوم تربیتی جامعه المصطفی العالمیه

محمد ناصر سقایی بی‌ریا

استاد یار علوم تربیتی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

عباسعلی شاملی

استاد یار علوم تربیتی جامعه المصطفی العالمیه

سید محمد غروی

استاد یار روان‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

علی فتحی آشتیانی

استاد روان‌شناسی بالینی دانشگاه علوم پزشکی بقیة الله

نشانی: قم، بلوار امین، بلوار جمهوری اسلامی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی

امام خمینی، طبقه چهارم، اداره کل نشریات تخصصی

تحریریه ۳۲۱۱۳۴۷۹ - مشترکان ۳۲۱۱۳۴۷۴ - دورنگار ۳۲۹۳۴۴۸۳ (۰۲۵)

صندوق پستی ۱۸۶-۳۷۱۶۵

پيامک: ۱۰۰۰۲۵۳۲۱۱۳۴۷۳

www.iki.ac.ir & www.nashriyat.ir

فروشگاه اینترنتی: <http://eshop.iki.ac.ir>

نمایه در:

sid.ir & isc.gov.ir & magiran.com & noormags.ir

راهنمای تهیه و تنظیم مقالات

الف) شرایط عمومی

۱. مقالات ارسالی باید برخوردار از صبغه تحقیقی - تحلیلی، ساختار منطقی، انسجام محتوایی، و مستند و مستدل بوده و با قلمی روان و رسا به زبان فارسی نگارش یافته باشند.
۲. مقالات خود را در محیط WORD با پسوند Doc از طریق وبگاه نشریه به <http://nashriyat.ir/SendArticle> ارسال نمایید.
۳. حجم مقالات حداکثر در ۲۵ صفحه (۳۰۰ کلمه‌ای) تنظیم شود. از ارسال مقالات دنباله‌دار جدا خودداری شود.
۴. مشخصات کامل نویسنده شامل: نام و نام خانوادگی، مرتبه علمی / تحصیلات، نشانی کامل پستی، نشانی صندوق الکترونیکی، شماره تلفن تماس، شماره دورنگار، مؤسسه علمی وابسته، همراه مقاله ارسال شود.
۵. مقالات ارسالی نباید قبلاً در نشریات داخلی و یا خارجی و یا به‌عنوان بخشی از یک کتاب چاپ شده باشند. و نیز همزمان برای چاپ به سایر مجلات علمی ارسال نشده باشند.
۶. از ارسال مقالات ترجمه شده خودداری شود. نقد مقالات علمی و یا آثار و کتاب‌های منتشر شده، که حاوی موضوعات بدیع یا نکات علمی ویژه، که با مقتضیات و نیاز جامعه علمی تناسب داشته باشد، امکان چاپ دارند. البته، چاپ مقالات پژوهشی و تألیفی بر این‌گونه مقالات اولویت خواهد داشت.

ب) نحوه تنظیم مقالات

- مقالات ارسالی باید از ساختار علمی برخوردار باشند؛ یعنی دارای عنوان مشخصات نویسنده، چکیده، کلیدواژه‌ها، مقدمه، بدنه اصلی، نتیجه و فهرست منابع باشند.
۱. چکیده: چکیده فارسی مقاله (در صورت امکان به همراه چکیده انگلیسی) حداکثر ۱۵۰ کلمه تنظیم گردد و به اختصار شامل: بیان مسئله، هدف پژوهش، روش و چگونگی پژوهش و اجمالی از یافته‌های مهم پژوهش باشد. در چکیده از طرح فهرست مباحث یا مرور بر آنها، ذکر ادله، ارجاع به مأخذ و بیان شعاری خودداری گردد.
 ۲. کلیدواژه‌ها: شامل حداکثر ۷ واژه کلیدی مرتبط با محتوا که ایفاکننده نقش نمایه موضوعی مقاله باشد.
 ۳. مقدمه: در مقدمه مقاله، مسئله تعریف، به پیشینه پژوهش اشاره، ضرورت و اهمیت پژوهش طرح، جنبه نوآوری بحث، سؤالات اصلی و فرعی، تصویر اجمالی ساختار کلی مقاله بر اساس سؤالات اصلی و فرعی مطرح و مفاهیم و اصطلاحات اساسی مقاله تعریف گردد.
 ۴. بدنه اصلی: در سامان‌دهی بدنه اصلی مقاله، یکی از شرایط زیر لازم است:
 - الف - ارائه‌کننده نظریه و یافته جدید علمی؛
 - ب - ارائه‌کننده تقریر و تبیین جدید از یک نظریه؛
 - ج - ارائه‌کننده استدلال جدید برای یک نظریه؛
 - د - ارائه نقد جامع علمی یک نظریه.
 ۵. نتیجه‌گیری: نتیجه بیانگر یافته‌های تفصیلی تحقیق است که به‌صورت گزاره‌های خبری موجز بیان می‌گردد. از ذکر بیان مسئله، جمع‌بندی، مباحث مقدماتی، بیان ساختار مباحث، ادله، مستندات، ذکر مثال یا مطالب استطرادی در این قسمت خودداری شود.
 ۶. فهرست منابع: اطلاعات کتاب‌شناختی کامل منابع و مأخذ تحقیق (اعم از فارسی، عربی، و لاتین) در انتهای مقاله بر اساس شیوه زیر آورده می‌شود:
 - نام خانوادگی و نام نویسنده، (سال نشر) نام کتاب، (ترجمه یا تحقیق)، نوبت چاپ، محل نشر، ناشر.
 - نام خانوادگی و نام نویسنده، (سال و ماه یا فصل نشر) «عنوان مقاله»، نام نشریه، شماره نشریه، صفحات ابتدا و انتهای مقاله.
 - آدرس‌دهی باید بین متنی باشد: (نام نویسنده، سال نشر، صفحه)

ج). یادآوری

۱. حق رد یا قبول و نیز ویرایش مقالات برای مجله محفوظ است.
۲. مجله حداکثر پس از چهار ماه از دریافت مقاله، نتیجه پذیرش یا عدم پذیرش را به نویسنده اطلاع خواهد داد.
۳. حق چاپ مقاله پس از پذیرش برای مجله محفوظ و امکان نقل مطالب در جای دیگر با ذکر نشانی نشریه بلامانع است.
۴. مطالب مقالات مبین آراء نویسندگان آنهاست و مسئولیت آن نیز بر عهده آنهاست.
۵. مقالات دریافتی، نرم‌افزارها، و... در صورت تأیید یا عدم تأیید بازگردانده نمی‌شود.

فهرست مطالب

ساختار مفهومی هویت بر پایه منابع اسلامی / ۵

کجه نجیب‌الله نوری / علی عسگری / رحیم نارویی نصرتی / محمدصادق شجاعی

بررسی اثربخشی درمان شناختی - رفتاری مبتنی بر پیش‌فرض‌های خداپنداره، خودپنداره و ... / ۲۵

کجه حسن انصاری / مسعود جان بزرگی

اثربخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی دین‌محور بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی نوجوانان / ۴۱

شهناز خالقی‌پور

بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ سالمندان مقیم خانه سالمندان / ۵۷

کجه افسانه سرتیپ‌زاده / مهناز علی‌اکبری دهکردی / سیده راضیه طباطبائی

کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و ... / ۷۱

محمد خالدیان / کجه زهرا کرمی باغظیفونی

بررسی تأثیر آموزش مهارت ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت‌نفس و سلامت روان / ۸۷

کجه زهرا شاهسواری / رحیم میردریکوندی

بررسی ازخودبیگانگی از دیدگاه اریک فروم و مقایسه آن با دیدگاه اسلام / ۱۰۳

بهبود یاری قلی / کجه صادق صیادی

بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان / ۱۳۳

کجه سیدمحمدحسن فاطمی اردستانی / شیما پژوهی نیا / محمود اسلامی / معصومه کفیلی یوسف‌آباد

نمایه الفبایی مقالات و پدیدآورندگان سال نهم (شماره‌های ۳۳-۳۶) / ۱۴۹

ملخص المقالات / ۱۵۵

۱۷۰ / Abstracts

ساختار مفهومی هویت بر پایه منابع اسلامی

نحبیب‌الله نوری / دانشجوی دکتری روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی*
 NooRi1351@gmail.com

علی عسگری / استادیار روان‌شناسی تربیتی دانشگاه خوارزمی

رحیم نارویی نصرتی / استادیار روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی*

محمدصادق شجاعی / استادیار روان‌شناسی جامعه‌المصطفی العالمیه

دریافت: ۱۳۹۵/۲/۱۵ - پذیرش: ۱۳۹۵/۷/۱

چکیده

این پژوهش با هدف کشف ساختار مفهومی هویت در منابع اسلامی انجام شد. بدین‌منظور، با استفاده از روش کیفی تحلیل محتوا و معناشناسی زبانی، هویت در منابع اسلامی معادل‌یابی و مؤلفه‌های ساختاری آن استخراج گردید. سپس، برای بررسی روایی محتوایی، معادل‌ها و مؤلفه‌های هویت در اختیار کارشناسان علوم حوزوی، که دارای تخصص روان‌شناسی یا علوم تربیتی بودند، قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد پس از بررسی ۵۶۱ مفهوم از منابع اسلامی، نخست ۱۷ مورد و در نهایت، ۷ مفهوم فطرت، شاکله، سجیه، ایمان، تسلیم، معرفت‌نفس و هویت فلسفی، بیشترین هماهنگی را با سازه هویت نشان داد و بر پایه شواهد نظری و دیدگاه متخصصان، «معرفت‌نفس» مناسب‌ترین معادل برای هویت معرفی شد و ۱۶ مؤلفه ساختاری برای آن استخراج گردید. بر پایه درجه‌بندی متخصصان، ۹ مؤلفه باورها، ارزش‌ها، اهداف، گرایش‌ها، شناخت اکتسابی، ویژگی‌های پایدار، احساس هشیارانه، خودارزشمندی و خودپایی، به عنوان مؤلفه‌های نهایی ساختار هویت معرفی شد. بنابراین، هویت در منابع اسلامی پاسخ به سؤال کیستی فرد است که جنبه‌های گوناگون خود را شامل می‌شود.

کلیدواژه‌ها: هویت، معرفت‌نفس، ساختار مفهومی، منابع اسلامی، مؤلفه‌های ساختاری.

«هویت» از مباحث مهمی است که در گرایش‌های مختلف علمی مانند فلسفه، تاریخ، مردم‌شناسی، جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، مطالعات فرهنگی، مطالعات جنسیتی، علوم سیاسی و اقتصاد مورد پژوهش قرار گرفته است (همک (Hammack)، ۲۰۱۴، ص ۱۲). این مفهوم بیشترین حجم تحقیقات را در علوم اجتماعی به خود اختصاص داده است (بروباگر و کوپر (Brubaker & Cooper)، ۲۰۰۰؛ کوته (Côté)، ۲۰۰۶).

از نظر تیلور (Taylor) (۱۹۸۹)، ریشه تاریخی بحث هویت به مفهوم «خود» در نظریه دانشمند یونانی، آگوستین بر می‌گردد. اما بامیستر (۱۹۸۷)، آن را به «مفهوم فراخوانی» موجود در ادبیات پروتستان نسبت می‌دهد. در قرن هفدهم، این مفهوم یک موضوع فلسفی بود که در چارچوب ادراک و حافظه بحث می‌شد. احتمالاً ریشه آن، به جمله معروف دکارت (۱۹۷۳) بر می‌گردد که گفت «می‌اندیشم پس هستم». هشیاری نسبت به خود را مطرح و نوعی انسجام درونی بین اندیشه فرد و هستی او ایجاد کرد. در قرن هجدهم هیوم (۱۷۳۹)، این اندیشه را طرح کرد که فرایند حافظه وحدت فرد را تضمین می‌کند و کانت (۱۷۸۱)، مدعی شد که انسان تنها در ارتباط با دیگران خویشتن را درک می‌کند. اندیشه‌های فلسفی قرن نوزدهم درباره حافظه، معنایی، ارتباطی بودن، تفاوت و همسانی در دیدگاه‌های ویلیام جیمز (۱۸۹۰) و جرج هربرت مید (۱۹۳۴) منعکس شده است (همک، ۲۰۱۴، ص ۱۲).

در تحقیقات مربوط به هویت، سه سیر پژوهشی را می‌توان از هم متمایز کرد؛ سیر پژوهشی اول، مربوط به فروید است که ذیل بحث همانندسازی، به هویت پرداخته است. وی معتقد بود: احساس فرد در مورد خودش از درون‌فکنی والدین در جریان شکل‌گیری فرامن به وجود می‌آید. این درون‌فکنی‌ها، نه تنها پایه‌های تعریف خود را در دوران کودکی شکل می‌دهد، بلکه در دوران نوجوانی و بزرگسالی نیز مورد تجدید نظر قرار نمی‌گیرد. فروید، درباره فرایند همانندسازی و سایر فرایندهای شبه هویت مطالب زیادی نوشت، اما هویت‌یابی با رویکرد روان‌پویایی، توسط اریکسون (۱۹۵۰) در کتاب *کودکی و جامعه* منتشر شد. اریکسون معتقد بود: عناصر خودانتخابی، هویت کودکی را از نوجوانی و بزرگسالی تفکیک می‌کند و تحکیم و تثبیت هویت پایان کودکی به حساب می‌آید. پس از اریکسون، نظریه‌پردازانی چون مارسلیا (Marcia) (۱۹۶۶)، برزونسکی (Berzonsky) (۱۹۸۸)، گروتونوت (Grotevant) (۱۹۸۷)، کوته (۱۹۹۷)، کرتینز (Kurtines) (۱۹۹۹)، آدامز و همکاران (۱۹۸۷) و بوسما (Bosma) (۱۹۸۵)، به موضوع هویت پرداختند که دیدگاه‌های نواریکسونی خوانده می‌شود (شوارتز (Schwartz)، ۲۰۰۱).

سیر پژوهشی دوم، مربوط به ویلیام جیمز و پژوهش‌هایی است که در تکمیل و گسترش دیدگاه‌های وی انجام شده است. با اینکه دیدگاه جیمز در مورد «خود فردی» مقدم بر اریکسون است، اما دیدگاه‌ها و پژوهش‌هایی که سازه هویت را در چارچوب نظر جیمز پیگیری می‌کنند، به اندازه خود نظریه جیمز قدمت ندارند. در نظریه جیمز، خود به دو بخش «من» (خود فاعلی) و «مرا» (خود مفعولی) تقسیم شده است. خود مفعولی به نوبه خود، از سه بخش خود مادی، خود اجتماعی و خود معنوی تشکیل یافته است. دیدگاه ویلیام جیمز درباره خود، توسط آندرسون (۱۹۹۸) و روزر و همکاران (۲۰۰۶) در بحث هویت فردی گسترش یافته است.

سیر پژوهشی سوم، توسط جرج هربرت مید (۱۹۳۴) با قرار دادن هویت در چارچوب خود اجتماعی مطرح شد. مید، با تأکید بر جهان بیرونی معتقد است: خود در تعامل و ارتباط اجتماعی تحول می‌یابد. او در مقایسه با جیمز، شناخت و عاملیت فردی را کمرنگ در نظر گرفته و بر ساخته شدن هویت در بافت اجتماعی تأکید کرده است. دیدگاه‌هایی که در این رویکرد حرکت کردند، مانند نظریه برجسب گافمن (۱۹۶۳)، مدل هویت نقش مک‌کال و سیمون (۱۹۶۶)، نظریه هویت استریکر (Stryker) (۱۹۶۸) و نظریه هویت اجتماعی تاجفیل و ترنر (۱۹۸۶)، ارتباط و تعامل را اساس شکل‌گیری هویت می‌دانند.

درباره تعریف «هویت» نیز دیدگاه‌های گوناگونی وجود دارد؛ برای نمونه، اریکسون (۱۹۶۳)، (۱۹۶۸)؛ با تمایز سازه هویت از مفهوم «خود» و «خودپنداره»، هویت را ادراک فردی از تداوم و یکپارچگی خود می‌داند. در حالی که جیمز (۱۹۸۰)، خود به دو بخش خود فاعلی و خود مفعولی تقسیم می‌شود و هویت برابر با بخش خود مفعولی فرد است. از نظر هربرت مید (۱۹۳۴)، هویت هم معنا با خود و به ایده‌آل‌های درونی‌شده جامعه تعریف می‌شود.

با آنکه ماریسا (۱۹۶۶، ۱۹۸۰) و برزونسکی (۱۹۸۸، ۲۰۱۱)، هویت را به سازمان یافتگی درونی منسجم تعریف می‌کنند، اما ماریسا سازمان یافتگی را ترکیبی از شناخت و کشاننده‌ها و برزونسکی یک ساخت شناختی در نظر می‌گیرد. مک‌آدامز (۱۹۸۵، ۲۰۱۱) با تأثیرپذیری از دیدگاه اریکسون، هویت را داستان استنتاجی و ساخته‌شده‌ای می‌داند که فرد آن را درونی‌سازی کرده است. در تعریف روزر و همکاران (۲۰۱۵)، که از پیروان دیدگاه جیمز هستند، هویت یک بازنمایی ذهنی از جنبه‌های مختلف خود است. مک‌کال و سیمونز (۱۹۶۶)، هویت‌ها را نقش‌های اجتماعی می‌دانند که یک فرد به تعداد نقش‌ها، می‌تواند هویت‌های مختلف داشته باشد. تاجفیل (۱۹۷۰)، با رویکرد اجتماعی، هویت را عضویت فرد در یک گروه اجتماعی می‌داند که اختصاص به نقش او در گروه ندارد. استریکر (۱۹۶۸)،

۲۰۰۷)، با برداشت از دیدگاه هربرت مید، هویت را یک شناخت اجتماعی می‌داند که مربوط به تفسیر فرد از موقعیت‌ها می‌شود.

به رغم این دیدگاه‌ها و رویکردهای نظری مختلف در روان‌شناسی، که از مبانی فلسفی و انسان‌شناسی متعدد ریشه گرفته‌اند (همک، ۲۰۱۴، ص ۱۱)، مفهوم «هویت»، بر پایه مبانی اسلامی با رویکرد روان‌شناسی و نگاه ساختاری مورد بحث قرار نگرفته است. البته در مورد هویت دینی از دیدگاه اسلام، *لطف‌آبادی و نوروزی (۱۳۸۳)*، هویت دینی را شامل پنج مؤلفه اعتقادی، عملکردی، اخلاقی، سخت‌گیرانه و سهل‌گیرانه دینی می‌دانند. *آخوندی (۱۳۸۳)*، هویت دینی را مرکب از دو بخش پایبندی نظری به دین و پایبندی عملی می‌داند. حبی و همکاران (۱۳۸۷)، هویت‌یابی دینی را در قالب پایبندی به برخی آموزه‌ها و ارزش‌های اخلاقی معنا کرده است. وی حجاب، بخشش، توکل، توجه به رزق حلال، وفای به عهد، توجه به بیت‌المال، صبر در برابر مصائب و انجام تکالیف را از شاخص‌های هویت‌یابی دینی معرفی کرده است.

بر پایه منابع اسلامی و روایت امیرالمؤمنین علیه السلام: «خدا رحمت کند کسی را که بداند از کجاست، در کجا قرار دارد و به چه جهتی در حرکت است» (صدرالمتألهین، ۱۹۸۱، ج ۱، ص ۲۲)، هویت یعنی پاسخ به این سؤال که من کیستم؟ اما پاسخ این سؤال، در سه سطح معنا پیدا می‌کند: نخست، در سطح نوع بشری، یعنی انسان در مقابل موجودات دیگر کیست و چیست. دوم، یک گروه مانند مؤمنان در برابر گروه‌های دیگر مانند غیرمؤمنان چه کسانی هستند. سوم، در سطح فرد یک شخص در برابر اشخاص و افراد دیگر چه کسی است. پاسخ فرد به سؤال کیستی او، هویت شخص را شکل می‌دهد. پاسخی که فرد در پاسخ به سؤال «من کیستم» ارائه می‌دهد، جنبه‌های گوناگون وجودی او را شامل می‌شود. این پژوهش، به دنبال این است که آن جنبه‌های مختلف کدامند و در چه دسته‌هایی قرار می‌گیرد. مجموع آنها، مؤلفه‌های ساختاری هویت فرد را شکل می‌دهد. بنابراین، این سؤال مطرح می‌شود که آیا در منابع اسلامی، واژه‌ای وجود دارد که بتوان آن را معادل «هویت» دانست؟ مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده هویت بر پایه منابع اسلامی کدامند؟ بنابراین، هدف این پژوهش، تبیین سازه هویت در منابع اسلامی و تعیین مؤلفه‌های ساختاری آن می‌باشد.

منظور از «منابع اسلامی» در این پژوهش، متون قرآن، حدیث و آثار دانشمندان مسلمان است. هرچند اصطلاح «منابع اسلامی» به متون قرآن و حدیث اطلاق می‌شود، اما از آنجایی که در این پژوهش، معادل هویت و برخی مؤلفه‌های آن از آیات و روایات به دست آمده است و تنها در توضیح‌ها و یافتن برخی مصادق از آثار دانشمندان استفاده شده است، اطلاق «منابع اسلامی» بر همه آنها صادق است.

روش پژوهش

روش این پژوهش، تحلیل محتوا و معناشناسی زبانی است. از روش تحلیل محتوا، برای تحلیل تعریف‌ها، ویژگی‌ها، مؤلفه‌ها و نیز مفهوم‌سازی و تبیین ساختار مؤلفه‌ای سازه هویت در منابع اسلامی استفاده شد. این روش، شامل تحلیل محتوای یک سخنرانی، پیام، مقاله، عقاید، احساسات و نظرهاست (جعفری‌هرندی و همکاران، ۱۳۸۷). به کمک این روش مفاهیم، اصول، نگرش‌ها، باورها و کلیه اجزای مطرح شده در قالب یک متن بررسی شود (شعبانی، ۱۳۸۰، ص ۲۰۴). از روش معناشناسی زبانی برای یافتن معادل مفهومی هویت و استخراج مؤلفه‌ها از منابع اسلامی استفاده شد. این روش، که برای فهم معنا در مطالعات زبانی به کار می‌رود، بر دو شیوه تحلیل مؤلفه‌ای و معناشناسی ساخت‌گرا استوار است (شجاعی و همکاران، ۱۳۹۳). بر پایه این روش، مفاهیم مربوط به موضوع گردآوری و تحلیل شد. تکرار و مقوله‌بندی این مفاهیم، در جدول یافته‌ها، نشان می‌دهد که به نوعی تحلیل کمی مد نظر قرار گرفته است. اطلاق روش تحلیل محتوا و معناشناسی زبانی، بر آن صادق است.

جامعه آماری این پژوهش عبارت است از: تمامی متخصصان و کارشناسان علوم حوزوی در قم، که در زمینه روان‌شناسی، علوم تربیتی یا معارف اسلامی تخصص داشتند. از این جامعه، دو گروه نمونه یکی برای انتخاب معادل هویت و دیگری روایی محتوایی مؤلفه‌های هویت به صورت داوطلبانه انتخاب شد (جدول ۱).

جدول ۱. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه‌های نمونه

گروه نمونه دوم (n=۱۲)			گروه نمونه یکم (n=۱۱)			مرحله
%	n	متغیر	%	n	متغیر	متغیر
۱۶/۷	۲	دانشیار	۱۸	۲	دانشیار	رتبه علمی
۵۸/۳	۷	استادیار	۵۴	۶	استادیار	
۲۵/۰	۳	مریی	۲۷	۳	مریی	
۵۸/۳	۷	روان‌شناسی	۶۳/۶	۷	روان‌شناسی	رشته تحصیلی
۲۵/۰	۳	علوم تربیتی	۳۶/۴	۴	علوم تربیتی	
۱۶/۷	۲	معارف اسلامی				سطح تحصیل
۷۵/۰	۹	دکتری	۷۲/۷	۸	دکتری	
۲۵/۰	۳	دانشجوی دکتری	۲۷/۳	۳	دانشجوی دکتری	

برای گردآوری داده‌ها، از دو فرم نظرخواهی: ۱. فرم نظرخواهی مربوط به معادل‌یابی هویت در منابع اسلامی؛ ۲. فرم درجه‌بندی نظر متخصصان برای روایی محتوایی مؤلفه‌های هویت استفاده شد. اعتبار فرم‌ها، از طریق ضریب همبستگی درون طبقه‌ای و ضریب آلفای کرونباخ برآورد شد.

برای تحلیل داده‌ها، از مشخصه‌های آمار توصیفی برای بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه‌ها و نیز متغیرهای مورد مطالعه و از روش تحلیل محتوا و معناشناسی زبانی، برای تحلیل کیفی مفاهیم اسلامی و روان‌شناسی استفاده شد. عملیات آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام شد.

یافته‌های پژوهش

هدف این پژوهش، دستیابی به ساختار مفهومی هویت در منابع اسلامی و یافتن پاسخ این سؤال بود که مفهوم معادل «هویت» در منابع اسلامی چیست؟ بدین منظور، مفاهیم مختلف از منابع قرآنی، حدیثی و اخلاقی، با توجه به ویژگی‌های هویت در روان‌شناسی استخراج شد. نتایج این بررسی نشان داد که با توجه به ویژگی‌های هویت، ۱۷ مفهوم از میان ۵۶۱ مورد، می‌توانند به عنوان معادل «هویت» پیشنهاد شوند. در بررسی‌های بیشتر و هم‌اندیشی با متخصصان علوم دینی و روان‌شناسی، مشخص شد که ۷ مفهوم معرفت نفس، فطرت، سجیه، شاکله، ایمان، تسلیم و هویت فلسفی، بیش از مفاهیم دیگر می‌تواند معنای هویت در روان‌شناسی را نشان دهد. تعاریف و نوع ارتباط این مفاهیم، با هویت در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. معادل‌یابی هویت در منابع اسلامی

مفهوم	تعریف	نوع ارتباط با هویت
معرفت نفس	آگاهی شهودی از خود و جنبه‌های مختلف خود از طریق توجه و درون‌بینی یا تحقیق، مطالعه و جست‌وجوگری	پاسخ به سؤال من کیستم، داشتن احساس هشیارانه از خود، نشان دادن تداوم و انسجام فرد
فطرت	ماهیت متعالی انسان که شامل گرایش‌ها و بینش‌های همگانی، جهان‌شمول و تغییرناپذیر است	پاسخ به سؤال من کیستم و نشان دادن تداوم و پیوستگی در وجود فرد
سجیه	ویژگی‌های درونی تثبیت شده و درونی‌سازی شده	نشان دادن ساخت روانی، تداوم و ثبات فرد
شاکله	هیئت درونی، صفات، عادات، طریقت، مذهب و خلقت درونی انسانی که موجب صدور رفتارها می‌شود	نشان دادن ساخت روانی، تداوم و ثبات درونی فرد
ایمان	باور، اذعان، راست شمردن، پابندی، التزام و تعهد	نشان دادن تعهد فرد نسبت باورها
تسلیم	سرسپردگی، گردن نهادن، فرمان‌برداری و هدایت تمامی امیال و رفتارهای خود در مسیر انتخاب شده	تعهد و پابندی و ثبات در مسیر واحد
هویت فلسفی	حقیقت، واقعیت، ماهیت، نفس و عقل انسان که این‌همانی او را در طول زمان نشان می‌دهد	حقیقت و ماهیت انسان و این‌همانی

همان‌گونه که جدول ۲ نشان می‌دهد، هفت مفهومی که به عنوان مفاهیم معادل هویت از منابع اسلامی پیشنهاد گردید، هر یک با توجه به ویژگی‌های خاصی، به بحث هویت ارتباط پیدا می‌کند.

برای اطمینان بیشتر نسبت به تعیین معادل مفهومی مناسب برای هویت، تعاریف، منابع و نیز مستندات لازم برای معادل‌های پیشنهادی در اختیار متخصصان (۱۱ نفر با تخصص در حوزه معارف

اسلامی، روان‌شناسی و علوم تربیتی) قرار گرفت. از آنها خواسته شد تا نظر خود را در مورد میزان تناسب معادل‌های پیشنهادی، با تعریف هویت در یک پیوستار صفر تا ده رتبه‌بندی نمایند (جدول ۳). ضریب هماهنگی بین داورها ۰/۶۷ به دست آمد.

جدول ۳. نتایج درجه‌بندی متخصصان درباره معادل‌های هویت

متغیر	میانگین	میان	کمینه	پیشینه
معرفت نفس	۷/۰۹	۸/۰۰	۲	۱۰
شاکله	۶/۱۸	۶/۰۰	۳	۱۰
فطرت	۵/۰۹	۵/۰۰	۱	۱۰
سجیه	۵/۳۶	۵/۰۰	۲	۱۰
ایمان	۴/۰۰	۴/۰۰	۱	۱۰
تسلیم	۴/۰۹	۳/۰۰	۱	۷
هویت فلسفی	۴/۳۶	۳/۰۰	۱	۹

همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد، بر پایه نمره میانه معرفت نفس، بیش از مفاهیم دیگر می‌تواند معادل هویت در منابع اسلامی به شمار رود.

پرسش بعدی این بود که سازه هویت، از چه مؤلفه‌هایی تشکیل شده است؟ بدین منظور، مؤلفه‌های معرفت نفس از آیات و روایات و مصادق آن، از آثار دانشمندان، که بر پایه استنباط مفاهیم جزئی از کلی طرح شده بود، گردآوری شد. سپس، موارد به دست آمده بر پایه قرابت معنایی دسته‌بندی شد که منجر به استخراج شانزده مؤلفه معرفت نفس شده است. عنوان مؤلفه‌ها، مفاهیمی که این مؤلفه‌ها از آنها استخراج شده است و منابع آنها در جدول ۴ قرار دارد.

جدول ۴. مؤلفه‌های هویت در منابع اسلامی بر پایه تحقیق نظری

مؤلفه	مفاهیم	منبع
باورها	شناخت مبدأ، مقصد، مسیر و جایگاه، شناخت محل پیدایش و بازگشت، معاد، از کجا آمده‌ام و در کجا هستم	صدرالمتألهین (۱۹۸۱)، مصباح (۱۳۹۱)، مطهری (۱۳۷۹)، فیض کاشانی (۱۴۰۶ق)، جوادی آملی (۱۳۸۸)، کلینی (۱۳۶۵)، تراقی (۱۳۷۷)
ارزش‌ها	فضائل نفسانی، اخلاق حسنه، عقل عملی، اخلاقیات متکی بر وجدان، حسن و قبح عقلی، اخلاق درونی، ملکات فاضله و رذیله، حالات پسندیده و ناپسند، ارزش‌های انسانی	مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، طباطبائی (۱۴۱۷ق)، مصباح (۱۳۹۱)، مهدوی کنی (۱۳۷۶)، فیض کاشانی (۱۴۰۶ق)، مطهری (۱۳۷۹)، کربلایی (۱۴۰۴ق)، جوادی آملی (۱۳۸۹)
هدف‌ها	به کجا می‌روم، شناخت مصالح و کمالات خود، هدف افعال، بازگشت خود، رسیدن به کمال، رسیدن به سعادت و شقاوت	مصباح (۱۳۹۱)، مطهری (۱۳۷۹)، صدرالمتألهین (۱۹۸۱)، جوادی آملی (۱۳۸۸)، فیض کاشانی (۱۴۰۶ق)، تراقی (۱۳۷۷)
گرایش‌ها	خوف، شهوت، خشم، هیجانات، امیال فطری، غرایز، احساسات، عواطف، انگیزه‌ها، نیازها، خواسته‌ها، کشش‌های درونی، غصبت، میل، هوای نفس، نفس اماره، نفس نباتی، نفس حیوانی	صدرالمتألهین (۱۹۸۱)، مصباح (۱۳۹۱)، جوادی آملی (۱۳۸۹)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، مهدوی کنی (۱۳۷۶)، کربلایی (۱۴۰۴ق)
ویژگی‌های پایدار	صفات، اوصاف نفسانی، ملکات فاضله و رذیله، ملکات پسندیده و ناپسند، صفات نفسانی، حال و ملکه، ایمان مستودع و مستقر	علامه طباطبائی (۱۴۱۷ق)، فیض کاشانی (۱۴۰۶ق)، مصباح (۱۳۹۱)، غزالی (۱۳۸۰)، جوادی آملی (۱۳۸۸)
توانمندی‌ها	قوای نفس، استعدادها، نیروها، توانایی‌ها، دانش‌هایی که بخشی از وجود فرد می‌شوند، گنج‌های درون جان، عقل عملی و نظری	علامه طباطبائی (۱۴۱۷ق)، حسن‌زاده‌آملی (۱۳۷۱)، مصباح (۱۳۹۱)، جوادی آملی (۱۳۸۹)، موسوی خمینی (۱۳۷۸)، مولوی (۱۳۸۷)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، مهدوی کنی (۱۳۷۶)، کربلایی (۱۴۰۴ق)

مؤلفه	مفاهیم	منبع
آسیب‌پذیری	محدودیت دانش، فراموشکاری، بیماری، مرگ، ناتوانی در مدیریت افکار، بی‌اطلاعی از ضررها و منافع خود؛ وابستگی وجودی، لغزشگاه‌های شهوت و غضب، کاستی‌ها، نقص‌ها، عیب‌ها، نفس فانیه، ردایل نفسانی، ضعف‌های فیزیکی، ضعف‌های فردی	جوادی‌آملی (۱۳۸۹)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، نراقی (۱۳۸۶)، مصباح (۱۳۹۱)، مهدوی‌کنی، (۱۳۷۶)، فیض‌کاشانی، (۱۴۰۶)، طبرسی (۱۳۷۲)
شناخت اکتسابی	علم حصولی، شناخت، معرفت، ادراک، تفکر، توجه به نفس، نگاه کردن به خود، تشخیص موقعیت وجودی خود، استخراج استعدادها، اطلاع از استعدادها، قوا، کمال، ضعف‌ها و صفات خود، التفات به نفس	صدرالمآلهین (۱۹۸۱)، علامه طباطبائی (۱۴۱۷)، مهدوی‌کنی (۱۳۷۶)، کربلایی (۱۴۰۴)، حسینی‌تهرانی (۱۴۱۹)، جوادی‌آملی (۱۳۸۹)، مهدوی‌کنی (۱۳۷۶)، طباطبائی (۱۴۱۷)، نراقی (۱۳۷۷)، فیض‌کاشانی، (۱۴۰۶)
احساس هشیارانه	علم حضوری به نفس، معرفت شهودی باورها، علم به علم، بازیافتن ارزش خود، علم حضوری به ضعف‌ها، توانایی‌ها و تمایلات، فراموش نکردن هدف‌ها و کمال، عدم نسیان فطرت و گرایش‌های فطری، آگاهی به ارزش‌ها	موسوی خمینی (۱۳۷۸)، علامه طباطبائی (۱۴۱۷)، مصباح (۱۳۹۱)، مطهری (۱۳۷۹)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، ملکی تبریزی (۱۳۷۸)، مهدوی‌کنی (۱۳۷۶)، مولوی (۱۳۸۷)، حسینی‌تهرانی (۱۴۱۹)، محدث بندرریگی (۱۳۷۶)
خودارزشمندی	شناخت کرامت و عظمت خود، درک ارزش خود، یافتن قدر و منزلت خود، شناخت گوهر فرشته‌ای، معرفت جوهر شریف و گوهر قیمتی	نهج‌البلاغه (۱۳۷۲)، شیخ صدوق (۱۳۷۶)، شیخ مفید (۱۴۱۳)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، غزالی (۱۳۸۰)، مهدوی‌کنی (۱۳۷۶)، نراقی (۱۳۷۷)
فطرت‌یابی	گرایش‌ها و پیش‌های سرشش، بایدها و نبایدهای عقلانی	جوادی‌آملی (۱۳۸۹)، مصباح (۱۳۹۱)، مطهری (۱۳۷۹)، مکارم‌شیرازی (۱۳۸۵)، شیروانی (۱۳۷۶)
تلفیق عناصر	فعالیت‌های شناختی نفس، جریان نیروی نفس در اعضای بدن، مدیریت قوا	صدرالمآلهین (۱۹۸۱)، علامه طباطبائی (۱۴۱۷)
حل تعارض	تضاد شهوت و سعادت، جمع بودن خصوصیات حیوانات و فرشتگان، پیوند فضیلت و رذیلت، سعادت و شقاوت، فجور و تقوا در نفس، لشکر عقل و جهل، طبیعت‌های متضاد	کلینی (۱۳۶۵)، محدث‌نوری (۱۴۰۸)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، نراقی (۱۳۷۷)، فیض‌کاشانی (۱۴۰۶)، مهدوی‌کنی (۱۳۷۶)، جوادی‌آملی (۱۳۸۹)، نراقی (۱۳۸۶)
خودپایی	شکوفایی استعدادها، تحقق خویش، خودسازی، تزکیه نفس، تهذیب نفس، ریاضت نفس، دیدن حقیقت، افزایش مرتبه وجودی	مولوی (۱۳۸۷)، ملکی تبریزی (۱۳۷۸)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)، محدث بندرریگی (۱۳۷۶)، مصباح (۱۳۸۲)، طبرسی (۱۳۷۲)، علامه طباطبائی (۱۴۱۷)، موسوی خمینی (۱۳۷۸)
خود بدنی	ویژگی‌ها و پیچیدگی‌های بدن، کارکرد سیستم‌ها و اعضای بدن، توانایی‌ها، ضعف‌ها و تصور فرد درباره بدن	موسوی خمینی (۱۳۷۸)، صدرالمآلهین (۱۹۸۱)، علامه طباطبائی (۱۴۱۷)، غزالی (۱۳۸۰)، مفصل (۱۹۶۹)، مجلسی (۱۴۰۴)، مکارم‌شیرازی (۱۳۷۷)
روابط خود	ارتباط با جهان، طبقه اجتماعی، ملت و نژاد، ارائه انسان متشابه بر انسان محکم	مطهری (۱۳۷۹)، جوادی‌آملی (۱۳۸۹)

همان‌گونه که جدول ۴ نشان می‌دهد، ۱۶ مؤلفه بر پایه منابع اسلامی برای معرفت نفس قابل طرح است که عبارتند از: باورها (گزاره‌های مقبول فرد در باره خود، خدا و جهان، که در الهیات با عنوان عقاید شناخته می‌شود، اگر با پذیرش شناختی و گرایش عاطفی همراه گردد، باور نامیده می‌شود)، ارزش‌ها (معیارها، استانداردها و اصولی که اعمال فرد بر پایه آنها ارزشیابی می‌شود و به صورت خوب و بد، یا باید و نباید مشخص می‌شود)، اهداف (ایده‌ها، آرمان‌ها و نتایجی که فرد پیش از انجام فعالیت، آنها را در نظر می‌گیرد و اعمال خویش را برای رسیدن به آن سوق می‌دهد)، گرایش‌ها (کشش‌ها، امیال، انگیزه‌ها و هیجان‌های فردی و نوعی)، ویژگی‌های پایدار (صفات اخلاقی مثبت و منفی و صفات عمومی فرد)، توانمندی‌ها (توانایی‌ها و ظرفیت‌های نوعی، مهارت‌ها، دانش‌ها و استعدادها و ویژه فرد)، آسیب‌پذیری (کاستی‌های موجود در خلقت انسان، ضعف‌های او در برابر خداوند، رشد نیافتگی

اخلاقی، ضعف‌های فیزیکی، مهارتی، دانشی و رفتاری)، شناخت اکتسابی (آگاهی حاصل از مطالعه، تحقیق و تفکر درباره خود)، احساس هشیارانه (توجه، آگاهی و هشیارای فرد نسبت به اجزای خود، که بر پایه آن فرد نسبت به خود و جنبه‌های مختلف آن هشیار است و آنها را از یاد نمی‌برد و غافل نمی‌شود)، خودارزشمندی (حس ارزشمند دانستن خود، با توجه به کرامت انسانی، منزلت اجتماعی، ایمان دینی و توانایی‌های فردی)، فطرت‌یابی (یافتن گرایش‌ها و بینش‌های سرشتی خود و شکل دادن هویت بر پایه آنها)، تلفیق عناصر (تلاش شناختی فرد برای ایجاد همخوانی و هماهنگی بین عناصر خود)، حل تعارض (هشیارای فرد از تضاد موجود بین نیروهای عقلانی با نیروهای شهوی و غضبی و تلاش آگاهانه فرد جهت ایجاد هماهنگی بین این عناصر)، خودپایی (تلاش عملی و مداوم فرد برای تحقق خود، که بر پایه آن فرد به مراقبت، نظارت، کنترل، جهت‌بخشی و تنظیم خویش می‌پردازد)، خودبدنی (به ویژگی‌ها و پیچیدگی‌های بدن، کارکرد سیستم‌ها و اعضای بدن، توانایی‌ها، ضعف‌ها و تصور فرد درباره بدن خود) روابط خود (آگاهی فرد از داشتن یا نداشتن ارتباط با دیگران و دلایل آن و اینکه عضو چه گروه، نژاد، طبقه و فرهنگ است).

همچنین یافته‌های پژوهش در مورد روایی محتوایی مؤلفه‌های هویت، از طریق درجه‌بندی نظر متخصصان، با توجه به مستندات و تعاریف مؤلفه‌ها، نشان داد که ۹ سازه (باورها، ارزش‌ها، اهداف، گرایش‌ها، شناخت اکتسابی، ویژگی‌های پایدار، احساس هشیارانه، خودارزشمندی، خودپایی)، مؤلفه‌های اصلی هویت هستند. نتایج این درجه‌بندی و مشخصات آماری آن، در جدول ۵ ارائه شده است.

جدول ۵. مشخصه‌های آمار توصیفی درجه‌بندی متخصصان برای میزان مناسب مؤلفه‌های معرفت نفس در متون اسلامی

ردیف	مؤلفه	میانگین	میانه	کمینه	بیشینه
۱	باورها	۹/۰۹	۱۰	۶	۱۰
۲	گرایش‌ها	۸/۸۱	۱۰	۶	۱۰
۳	احساس هشیارانه	۸/۷۲	۹	۷	۱۰
۴	شناخت اکتسابی	۹/۰۹	۹	۷	۱۰
۵	خودپایی	۸/۶۳	۹	۷	۱۰
۶	ارزش‌ها	۷/۸۱	۹	۳	۱۰
۷	خودارزشمندی	۹/۰۹	۹	۷	۱۰
۸	هدف‌ها	۹/۱۸	۹	۷	۱۰
۹	ویژگی‌های پایدار	۸/۱۸	۹	۶	۱۰
۱۰	توانمندی‌ها	۸/۰۰	۸	۶	۱۰
۱۱	اسیب‌پذیری	۸/۰۹	۸	۵	۱۰
۱۲	فطرت‌یابی	۸/۳۶	۸	۷	۱۰
۱۳	حل تعارض	۷/۵۴	۷	۵	۱۰
۱۴	خودبدنی	۶/۲۷	۷	۲	۱۰
۱۵	تلفیق عناصر	۷/۵۴	۷	۴	۱۰
۱۶	روابط	۶/۴۵	۷	۲	۱۰

در این درجه‌بندی، همبستگی درون‌طبقه‌ای، یا ضریب اعتبار اندازه واحد، که بیانگر اعتبار درجه‌بندی یک داور و واحد تحلیل در آن نمره‌های انفرادی (و نه میانگین نمره‌ها) است، برابر با $0/18$ به‌دست آمده است. این امر نشان می‌دهد که همگونی نمره‌ها در یک داور از نظر آماری معنادار است. ضریب اعتبار اندازه‌های متوسط، که در واقع نزدیک به ضریب آلفای کرونباخ است و واحد تحلیل در آن، میانگین همه درجه‌ها یا نمره‌هاست، برابر با $0/78$ به دست آمد. این امر نشان می‌دهد که بین متخصصان حاضر سطح بالایی از همگونی درونی وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش (جدول ۳)، نشان داد که معرفت نفس مناسب‌ترین معادل سازه هویت در منابع اسلامی به شمار می‌رود. این یافته از سه جنبه قابل تبیین است:

نخستین تبیین، به این حقیقت اشاره دارد که هویت و معرفت نفس، پاسخ‌های صریح یا ضمنی در پاسخ به این سؤال است که من کیستم. معرفت نفس، پاسخ به این سؤال است که من کیستم، منشأ پیدایش من چیست و از چه مسیری به سوی چه مقصدی حرکت می‌کنم (مصباح، ۱۳۹۰، ص ۸۹). بررسی سازه هویت در روان‌شناسی، نشان می‌دهد که «هویت» پاسخ صریح یا ضمنی به این سؤال است که من کیستم، یا ما کیستیم (ویگنولز (Vignoles) و همکاران، ۲۰۱۱). پژوهش‌های بسیاری در روان‌شناسی هویت را پاسخ به سؤال کیستی فرد می‌دانند (ر.ک: بامبرگ و همکاران، ۲۰۱۱؛ بورکیت (Burkitt)، ۲۰۱۱، گرگ (Gregg) و همکاران، ۲۰۱۱؛ گروتونت و ون‌کورف (Grotevant & Von Korff)، ۲۰۱۱؛ مک‌آدامز و زاپاتا‌گیلت، ۲۰۱۴؛ کروستی و میوس، ۲۰۱۴). علاوه بر تعریف‌های فوق، تعبیرهایی در روان‌شناسی وجود دارد که نشان می‌دهد، هویت جنبه خودشناسی دارد و دیدگاه فرد را نسبت به خود نشان می‌دهد. برای نمونه، در تعریف اریکسون (۱۹۶۸) و ویلیام جیمز (۱۹۸۰)، تعبیرهای آگاهی از خود و ادراک خود و در نظریه برزونسکی، «تئوری خود» نشان می‌دهد که هویت به شناخت خود و آگاهی از خود و برداشت و تفسیر فرد از خود اشاره دارد. همچنین، اصطلاح «تعریف خود» در آثار مختلف روان‌شناسی (ر.ک: بوسی (Bussey)، ۲۰۱۱؛ دیلون (Dillon) و همکاران، ۲۰۱۱؛ هاسلم و المرز (Haslam & Ellemers)، ۲۰۱۱؛ هوفمن، ۲۰۰۶؛ واترمن، ۲۰۱۴؛ وای‌نرب و ریچیا (Wainryb & Recchia)، ۲۰۱۴)، به شناخت فرد از خود اشاره دارد و دیدگاه او را درباره‌ی خویشتن منعکس سازد. بنابراین، همان‌گونه که هویت به آگاهی، ادراک، برداشت، تعریف و تئوری فرد درباره‌ی

خود مربوط می‌شود، معرفت نفس نیز به خودآگاهی (مطهری، ۱۳۷۹، ج ۲، ص ۳۰۴)، خودشناسی (مکارم‌شیرازی، ۱۳۷۷، ج ۱، ص ۳۲۲) و توجه، هشیاری و التفات به خود (مصباح، ۱۳۹۰، ص ۸۵) اشاره دارد؛ یعنی دیدگاه فرد را نسبت به خود نشان می‌دهد.

دومین تبیین، به شباهت هویت و معرفت نفس از نظر اجزاء ساختاری و عناصر مؤلفه‌های آنها بر می‌گردد. برای نمونه، در آثار دانشمندان مسلمان، معرفت نفس از اجزایی مانند چیستی، کجایی و چرایی خود (صدرالمতألہین، ۱۹۸۱، ج ۱، ص ۲۲)، فطرت مشترک (مطهری، ۱۳۷۹، ج ۲، ص ۳۰۹)، فضائل نفسانی (فیض‌کاشانی، ۱۴۰۶، ج ۱، ص ۱۳۵)، ملکات فاضله و رذیله، حالات پسندیده و ناپسند (طباطبائی، ۱۴۱۷، ج ۶، ص ۱۷۰)، حسن و قبح عقلی (مکارم‌شیرازی، ۱۳۷۷، ج ۱، ص ۶۷)، شناخت کمال، سعادت، شقاوت، هدف و کمال (مصباح، ۱۳۸۲، ص ۱۲ و ۱۳)، شناخت خوف، شهوت، خشم و هیجانات (صدرالمتألہین، ۱۹۸۱، ج ۸، ص ۶۵)، شناخت امیال فطری، غرایز، احساسات، عواطف، انگیزه‌ها، نیازها، خواست‌ها، کشش‌های درونی (مصباح، ۱۳۹۱، ص ۵۰)، شهوت، غضب، عصبیت، میل (جوادی‌آملی، ۱۳۸۹، ص ۱۷۶)، هوای نفس، انگیزه‌های شهوت (مکارم‌شیرازی، ۱۳۷۷، ج ۱، ص ۳۲۲) و نفس اماره (مهدوی‌کنی، ۱۳۷۶، ص ۵۰) برخوردار است. درحالی‌که هویت در نظریه‌های روان‌شناسی نیز از اجزایی مانند باورهای اساسی و بنیادی فرد درباره خود، ترجیحات و انتخاب‌ها (اریکسون، ۱۹۸۶، ص ۶۷)، اهداف، ارزش‌ها، باورها (واترمن، ۲۰۱۴، ص ۱۹۵)، کشاننده‌ها، توانایی‌ها و تاریخچه فردی (مارسیا، ۱۹۸۰)، مفروضه‌ها، فرضیه‌ها، روان‌بنه‌ها (برزونسکی، ۲۰۱۱). نقش‌ها و صفات (مک‌آدامز، ۲۰۱۱)، انتظارات، هنجارها و استانداردها (اسمیت، ۲۰۰۹) تشکیل شده است. بنابراین، شباهت معرفت نفس، با هویت از نظر اجزای سازنده آن، نشان می‌دهد که معرفت نفس می‌تواند معادل مناسبی برای هویت باشد.

تبیین سوم، به مفاهیم متضاد با معرفت نفس مانند «خودفراموشی»، «از خودبیگانگی»، «جهل به نفس» و «گم کردن خود» مربوط می‌شود که با بحران هویت، یعنی نقطه مقابل هویت‌یافتگی برابری می‌کند. قرآن کریم می‌فرماید: «مانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خداوند کاری کرد که خود را فراموش کنند» (حشر: ۱۹). «به یقین، گروه بسیاری از جن و انس را برای دوزخ آفریدیم، آنها دل‌هایی دارند که با آن نمی‌اندیشند و نمی‌فهمند و چشمانی که با آن نمی‌بینند و گوش‌هایی که با آن نمی‌شنوند آنان همچون چهارپایانند، بلکه گمراه‌تر، اینان همان غافلانند» (اعراف: ۱۷۹) این دو آیه، که در مورد فراموشی و غفلت از خود است، به بحث هویت مربوط می‌شود (مصباح، ۱۳۹۰، ص ۸۵).

مکارم شیرازی، ۱۳۷۷، ج ۲۳، ص ۵۴۰). مفاهیم جهل به نفس و گم کردن خود در روایات (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۵۲)، به عنوان مفاهیم متضاد معرفت نفس نیز خصوصیت شبیه بحران هویت را منعکس می‌کند. همان‌گونه که فرد در بحران هویت نمی‌داند که کیست، چه وظایفی دارد و چه فعالیت‌هایی باید انجام دهد، مفاهیم غفلت از خود، بیگانگی با خود، فراموشی خود و گم کردن خود نیز همین خصوصیات را نشان می‌دهد.

یکی دیگر از یافته‌های پژوهش (جدول ۵)، این بود که بر پایه منابع اسلامی، باورها، ارزش‌ها، اهداف، گرایش‌ها، شناخت اکتسابی، ویژگی‌های پایدار، احساس هشیارانه، خودارزشمندی و خودپایی ساختار مؤلفه‌ای هویت را تشکیل می‌دهد. باورها می‌تواند هویت‌های مختلف را از یکدیگر تفکیک کند. در قرآن کریم، هویت‌های پرهیزگاران، برندگان، بازندگان، مؤمنان، منافقان و کافران بر اساس باورها از هم متمایز شده‌اند: پرهیزگاران کتاب‌های آسمانی را می‌پذیرند و نسبت به غیب و آخرت یقین دارند (بقره: ۲ و ۳). گروه برندگان (میمنه)، به نشانه‌های خداوند معتقدند، اما گروه بازندگان (مشمه) آنها را تکذیب می‌کنند (بلد: ۱۹-۱۸). مؤمنان به خدا، فرشتگان، پیامبران (بقره: ۲۸۵)، به آموزه‌های نازل شده بر پیامبران و روز جزا اعتقاد دارند (نساء: ۱۶۲). منافقان با آنکه ادعای ایمان دارند، اما خداوند شهادت می‌دهد که آنان دروغ می‌گویند (منافقون: ۱) و کافران آیات خدا را باور ندارند و دعوت پیامبر را انکار می‌کنند (زمر: ۵۹). بنابراین، باورها از مؤلفه‌های هویت شناخته می‌شود. این یافته با نظریات و پژوهش‌های روان‌شناسی هماهنگ است؛ زیرا/اریکسون (۱۹۶۸)، ماریسا (۱۹۸۰)، برزونسکی (۱۹۸۹، ۲۰۱۱)، واترمن (۲۰۱۴)، مک‌آدامز (۱۹۸۵، ۲۰۱۱)، بل و دیوید (۲۰۰۹)، سوول (۲۰۱۰)، روزر و همکاران (۲۰۰۶)، ویگنولز و همکاران (۲۰۱۱)، باورها را از مؤلفه‌های ساختاری هویت شمرده‌اند.

ارزش‌ها با فراهم آوردن «چارچوب مرجع»، می‌تواند هویت افراد را تفکیک کند. افراد ایده‌هایی درباره‌ی خوب یا بد، مناسب یا غیرمناسب و ضروری و یا غیرضروری بودن امور دارند. هنگامی که این ایده‌ها در چارچوب معیارها و ملاک‌ها سازمان‌دهی شود، یک نظام ارزشی پدید می‌آید که هویت افراد را از یکدیگر متمایز می‌سازد. در منابع اسلامی، اموری مانند سعادت و رستگاری (مصباح، ۱۳۹۱، ج ۱، ص ۴۸)، کمال معنوی و سعادت اخروی (طباطبائی، ۱۴۱۷ق، ج ۱، ص ۳۷۳)، تسلط عقل بر سایر نیروهای درونی (ر.ک: کلینی، ۱۳۶۵، ج ۲) و تعادل قوای درونی (نراقی، ۱۳۷۷، ص ۴۸)، ملاک‌های ارزشی است که هویت افراد بر پایه آنها قابل تفکیک است و یکی از مؤلفه‌های هویت به شمار می‌رود.

این یافته، با نظریات و پژوهش‌های روان‌شناسی هماهنگ است؛ زیرا اریکسون (۱۹۶۸)، مارسیا (۱۹۸۰)، سول (۱۹۹۹)، چک و همکاران (۲۰۰۲)، روزر و همکاران (۲۰۰۶)، اسمیتز (۲۰۰۹)، سوول (۲۰۱۰)، هاردی و کارلو (۲۰۱۱)، مک‌آدامز (۲۰۱۱)، برزونسکی (۲۰۱۱) و واترمن (۲۰۱۴)، ارزش‌ها را از مؤلفه‌های هویت دانسته‌اند.

اهداف، مؤلفه دیگری است که می‌توان بر پایه آن، هویت‌های مختلف را از هم متمایز ساخت. در منابع اسلامی، هدف افراد عاقل رعایت آموزه‌ها و هدف افراد جاهل روایت آنها (مجلسی، ۱۴۰۴ق، ج ۲، ص ۱۶۰)، هدف عابد تنها اصلاح خود و هدف فقیه اصلاح خود و دیگران (همان، ص ۵)، هدف عاقل حکمت و هدف جاهل حماقت (تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶، ص ۵۵)، هدف افراد مؤمن ذکر و سپاسگزاری (نهج‌البلاغه، خ ۱۹۳)، هدف افراد دنیاگرا رسیدن به هوسرانی (مجلسی، ۱۴۰۴ق، ج ۶۴، ص ۲۹۱)، هدف افراد زاهد، مخالفت هوا و رهایی از شهوت‌ها، هدف افراد خردمند ترک گناه و اصلاح عیب‌ها (کراجکی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۰۰)، هدف افراد پست، انجام گناه و هدف افراد زرتنگ طاعت خدا (تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶، ص ۸۱ و ۱۸۵) معرفی شده است. در این روایت‌ها، مجموعه‌ای از گروه‌ها بر پایه اهداف از هم تفکیک شده‌اند که نشان می‌دهد اهداف می‌تواند یک مؤلفه برای هویت باشد. این یافته، با دیدگاه‌ها و پژوهش‌های روان‌شناسی هماهنگ است. برای نمونه، اریکسون (۱۹۶۸)، مارسیا (۱۹۸۰)، سول (۱۹۹۹)، چک و همکاران (۲۰۰۲)، روزر و همکاران (۲۰۰۶)، اسمیتز (۲۰۰۹)، برزونسکی (۲۰۱۱)، مک‌آدامز (۲۰۱۱)، هاردی و کارلو (۲۰۱۱) و واترمن (۲۰۱۴)، اهداف را یکی از مؤلفه‌های ساختاری هویت در نظر گرفته‌اند.

گرایش‌ها، در منابع اسلامی می‌تواند هویت افراد را از هم متمایز سازد. برای نمونه، مؤمنان با غیرمؤمنان از نظر خوف، شهوت، خشم (کلینی، ۱۳۶۵، ج ۲، ص ۲۲۶)، محبت به اموال، علاقه به خدا (توبه: ۲۴)، دوستی با مؤمنان (همان، ص ۲۴۱)، میل به مشرکین (آل‌عمران: ۲۸)، خشیت در برابر خدا و ترس از مردم (احزاب: ۳۹) تفاوت دارند. این شواهد، نشان می‌دهد که گرایش‌ها در منابع اسلامی، یکی از مؤلفه‌های هویت است. این یافته، با پژوهش‌های روان‌شناسی همخوانی دارد؛ زیرا مارسیا (۱۹۸۰)، سول (۱۹۹۹)، چک و همکاران (۲۰۰۲)، روزر و همکاران (۲۰۰۶)، ویگنولز و همکاران (۲۰۱۱)، مک‌آدامز (۲۰۱۱) و بل (۲۰۱۳)، از گرایش‌ها به عنوان یک مؤلفه ساختاری هویت نام برده‌اند. شناخت اکتسابی هویت، افراد را از یکدیگر متمایز می‌سازد. در منابع اسلامی، تأکید شده است که اطلاعات کافی در مورد مسائل گردآوری شود. پیامبر اسلام ﷺ «خداوند دانش‌اندوزان افراطی را دوست

می‌دارد» (حرعاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۷، ص ۲۶). هرکس بدون دانش، دست به کاری بزند، خرابی او بیش از آبادی اوست (کلینی، ۱۳۶۶، ج ۱، ص ۴۴). نوع هویت فرد، تحت تأثیر میزان اطلاعات او قرار می‌گیرد. هرچه فرد در یک زمینه اطلاعات مثبت داشته باشد، به احتمال زیاد آن هویت را برمی‌گزیند. رسول خدا ﷺ «بهترین وزیر ایمان علم است» (همان، ص ۴۸). امام صادق ﷺ: «ایمان هفت سهم دارد: یکی از آنها معرفت و دیگری علم است» (همان، ج ۲، ص ۴۲). پس شناخت اکتسابی، از مؤلفه‌های هویت است که با یافته‌های روان‌شناسی همخوانی دارد. برای نمونه، در آثار ویلیام جیمز (۱۸۹۰)، اسمیتز (۲۰۰۹)، مک‌آدامز (۲۰۱۱)، ویگنولز و همکاران (۲۰۱۱)، شناخت‌های فرد به عنوان جزء تشکیل‌دهنده هویت مطرح شده است.

ویژگی‌های پایدار و صفات افراد، می‌تواند گروه‌های هویتی از هم متمایز سازد. برای نمونه، مؤمنان (مؤمنون: ۹-۱)، پرهیزکاران (نهج‌البلاغه، خ ۱۹۳)، کافران (بقره: ۳۹، ۱۷۱) و منافقان (توبه: ۶۷) از طریق ویژگی‌ها از هم متمایز شده‌اند. بنابراین، ویژگی‌های پایدار یکی از مؤلفه‌های هویت به شمار می‌رود. این یافته، با اندیشه‌های ویلیام جیمز (۱۸۹۰) و یافته‌های چک و همکاران (۲۰۰۲)، روزر و همکاران (۲۰۰۶)، اسمیتز (۲۰۰۹) و مک‌آدامز (۱۹۸۵، ۲۰۱۱) همخوانی دارد.

احساس هشیارانه، هویت افراد را متمایز می‌سازد؛ زیرا فردی که خود را فراموش نکند (حشر: ۱۹)، خدا را به یاد داشته باشد (احزاب: ۴۱؛ انفال: ۴۵)، از نعمت‌های خداوند غافل نشود (مائده: ۱۱؛ فاطر: ۳)، ضعف‌های خود را از یاد نبرد (نساء: ۲۸) و به یاد مرگ باشد (آل‌عمران: ۱۸۵)، هویت متفاوت از کسانی دارد که خود، خدا، نعمت‌ها، آسیب‌ها، و مرگ خود را فراموش می‌کند. بنابراین، احساس هشیارانه که شامل آگاهی نسبت به این جنبه‌ها است، یکی از مؤلفه‌های هویت به شمار می‌رود. این یافته، با دیدگاه ناهشیار جمعی یونگ (۱۹۳۴)، درباره هویت ناهمخوان و با دیدگاه‌های اریکسون (۱۹۶۸) و جیمز (۱۹۸۰)، که تعبیر آگاهی و ادراک را در مورد هویت به کار برده‌اند، همخوان است.

خودارزشمندی، هویت افراد را متمایز می‌سازد؛ زیرا به تعریف و شناخت مربوط می‌شود. امام علی ﷺ (نهج‌البلاغه، خ ۱۰۲): عالم کسی است که قدر و منزلت خود را بشناسد. در نادانی فرد همین بس که ارزش خود را درک نکند، هلاک نمی‌شود کسی که ارزش خود را بداند (شیخ صدوق، ۱۳۷۶، ص ۴۴۷). تمام خوبی‌ها در اختیار کسی است که ارزش خود را بداند (شیخ مفید، ۱۴۱۳ق، ص ۲۳۱). آینده از آن کسی است که ارزش خود را درک کند (صدوق، ۱۳۷۸، ج ۱، ص ۲۷۶). این روایت‌ها، نشان می‌دهند که خود ارزشمندی، شناخت و تعریف خود را تسهیل می‌کند.

خودپایی، به تلاش عملی و مداوم فرد برای جهت تحقق خود اشاره دارد که بر پایه آن، فرد به مراقبت، نظارت، کنترل، جهت‌بخشی و تنظیم خویش می‌پردازد. خودپایی از این نظر، هویت افراد را متمایز می‌سازد که میزان تحقق خود را تحت تأثیر قرار می‌دهد. مفهوم «خودپایی»، از آموزه‌هایی مانند خودسازی (مصباح، ۱۳۸۲، ص ۷)، تزکیه نفس (اعلی: ۱۴؛ شمس: ۹)، تهذیب نفس (تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶، ص ۲۳۹) و ریاضت نفس اقتباس شده است. منظور از «خودسازی»، پرداختن به خویش، شکل دادن و جهت بخشیدن به فعالیت‌های حیاتی خود، تنظیم کوشش‌های علمی و عملی و سوق دادن آنها، به سوی هدف و کمال انسان است (مصباح، ۱۳۸۲، ص ۱۱).

در نتیجه، این پژوهش با هدف تعیین ساختار مفهومی هویت در منابع اسلامی، به دو پرسش اساسی پاسخ داد: پرسش اول، به یافتن معادل مفهومی هویت مربوط می‌شد. در پاسخ به این پرسش، معرفت نفس به عنوان معادل مناسب برای هویت در منابع اسلامی معرفی شد که می‌تواند پاسخ به سؤال من کیستم را پاسخ گوید. پرسش دوم، به مؤلفه‌های ساختاری هویت در منابع اسلامی می‌پرداخت. در پاسخ به این سؤال، نه مؤلفه باورها، ارزش‌ها، اهداف، گرایش‌ها، شناخت اکتسابی، ویژگی‌های پایدار، احساس هشیارانه، خودارزشمندی و خودپایی، ساختار مؤلفه‌ای هویت را در منابع اسلامی به وجود می‌آورد؛ زیرا هر کلمه از آنها هویت‌های افراد را از یکدیگر متمایز می‌سازد، از مؤلفه‌های هویت به شمار می‌رود.

با اینکه در این پژوهش، معادل مفهومی و مؤلفه‌های ساختاری هویت معرفی شد، اما این پژوهش با محدودیت‌هایی مواجه بود: نخست اینکه، مؤلفه‌ها تنها به صورت نظری معرفی شده است. پیشنهاد می‌شود این مؤلفه‌ها به صورت عملیاتی و میدانی مورد آزمون قرار گیرد. دوم اینکه، در این پژوهش استخراج مؤلفه‌ها، به مؤلفه‌های ساختاری و محتوایی اختصاص یافته است. پیشنهاد می‌شود، مؤلفه‌های فرایندی هویت در منابع اسلامی بررسی شود.

منابع

- نهج البلاغه، ۱۳۷۲، ترجمه محمد دشتی، قم، بنیاد نهج البلاغه.
- آخوندی، محمدباقر، ۱۳۸۳، *هویت ملی - مذهبی جوانان*، قم، بوستان کتاب.
- احسانی، محمد، ۱۳۹۴، *شاخصه‌های رفتاری هویت دینی در بعد اجتماعی از منظر قرآن*، رساله دکتری قرآن و علوم تربیتی، قم، جامعه المصطفی العالمیه.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد، ۱۳۶۶، *غرر الحکم و درر الکلم*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی.
- جعفری هرندی، رضا و همکاران، ۱۳۸۷، «تحلیل محتوا روشی پر کاربرد در مطالعات علوم اجتماعی، رفتاری و انسانی، با تأکید بر تحلیل محتوای کتاب‌های درسی»، *روش‌شناسی علوم انسانی*، ش ۵۵، ص ۳۳-۵۸.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۸۸، *تفسیر تسنیم*، چ سوم، قم، اسراء.
- _____، ۱۳۸۹، *تفسیر انسان به انسان*، چ پنجم، قم، اسراء.
- حبی، محمدباقر و همکاران، ۱۳۸۷، «بررسی شاخص‌های هویت‌یابی دینی و ملی در گروه از جوانان شهر تهران»، *علوم انسانی*، سال شانزدهم، ش ۷۳، ص ۹-۳۵.
- حرعاملی، محمدبن حسن، ۱۴۰۹ق، *وسائل الشیعه*، قم، مؤسسه آل‌البیت ع.
- حسن‌زاده‌آملی، حسن، ۱۳۷۱، *عیون مسائل النفس و شرح العیون فی شرح العیون*، تهران، امیرکبیر.
- حسینی تهرانی، سیدحسین، ۱۴۱۹ق، *رساله لب اللباب*، چ نهم، قم، علامه طباطبائی.
- شجاعی، محمدصادق و همکاران، ۱۳۹۳، «کاربرد نظریه حوزه‌های معنایی در مطالعات واژگانی ساختار شخصیت بر پایه منابع اسلامی»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۱۵، ص ۷-۳۸.
- شعبانی، حسن، ۱۳۸۰، *مهارت‌های آموزشی و پرورشی*، تهران، سمت.
- شهیدثانی، زین‌الدین علی‌ابن‌احمد، ۱۴۰۹ق، *حقائق الایمان مع رسالتی الاقتصاد والعدله*، قم، مکتبه مرعشی نجفی.
- شیخ مفید، محمدبن نعمان، ۱۴۱۳ق، *الارشاد*، قم، کنگره جهانی هزاره شیخ مفید.
- شیروانی، علی، ۱۳۷۶، *سرشت انسان: پژوهشی در خداشناسی فطری*، قم، نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها.
- صدرالدین شیرازی، محمدبن‌ابراهیم، ۱۹۸۱، *الحکمه المتعالیه فی الاسفار العقلیه الاربعه*، چ سوم، بیروت، داراحیاء التراث العربی.
- صدوق، محمدبن علی، ۱۳۷۸، *عیون اخبار الرضا*، تهران، جهان.
- _____، ۱۳۷۶، *الأمالی*، چ ششم، تهران، کتابچی.
- طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۴۱۷ق، *المیزان فی تفسیر القرآن*، قم، جامعه مدرسین.
- طبرسی، فضل‌بن حسن، ۱۳۷۲، *مجمع البیان فی تفسیر القرآن*، چ سوم، تهران، ناصر خسرو.

- غزالی، ابوحامد، ۱۳۸۰، *کیمیای سعادت*، چ نهم، تهران، علمی و فرهنگی.
- فیض کاشانی، ملامحسن، ۱۴۰۶ق، *الوافی*، اصفهان، کتابخانه امیرالمؤمنین علیه السلام.
- کربلایی، شیخ جواد، ۱۴۰۴ق، *الأنوار الساطعة فی شرح الزيارة الجامعة*، قم، دارالحدیث.
- کلینی، محمد، ۱۳۶۵، *کافی*، چ چهارم، تهران، دارالکتب الإسلامیة.
- کراجکی، ابوالفتح، ۱۴۱۰ق، *کنزالفوائد*، قم، دارالذخایر.
- لطف آبادی، حسین و وحیده نوروزی، ۱۳۸۳الف، «سنجش رابطه هویت دینی و ملی دانش آموزان نوجوان ایران با نگرش آنان به جهانی شدن»، *روش شناسی علوم انسانی (حوزه و دانشگاه)*، ش ۴۰، ص ۱۰-۳۱.
- مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۴ق، *بحار الأنوار*، بیروت، مؤسسه الوفاء.
- محدث بندریگی، ابراهیم، ۱۳۷۶، *ترجمه المراقبات*، تهران، اخلاق.
- محدث نوری، میرزاحسین، ۱۴۰۸ق، *مستدرک الوسائل*، قم، مؤسسه آل‌البیت علیهم السلام.
- مصباح، محمدتقی، ۱۳۸۲، *خودشناسی برای خودسازی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- _____، ۱۳۹۱، *اخلاق در قرآن*، چ پنجم، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- _____، ۱۳۹۰، *به سوی او*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۷۹، *مجموعه آثار*، چ دوم، تهران، صدرا.
- مفضل جعفری، بن عمر کوفی، ۱۹۶۹، *توحید المفضل*، قم، مکتبه الداوری.
- مکارم شیرازی، ناصر، ۱۳۷۷، *اخلاق در قرآن*، قم، مدرسه الامام امیرالمؤمنین علیه السلام.
- _____، ۱۳۸۵، *اخلاق اسلامی در نهج البلاغه*، قم، نسل جوان.
- ملکی تبریزی، میرزا جواد آقا، ۱۳۷۸، *أسرار الصلاة*، چ هشتم، تهران، پیام آزادی.
- مهدوی کنی، محمدرضا، ۱۳۷۶، *نقطه‌های آغاز در اخلاق عملی*، چ هفتم، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- موسوی خمینی، سیدروح‌الله، ۱۳۷۸، *چهل حدیث*، چ بیستم، تهران، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
- مولوی، جلال‌الدین، ۱۳۸۷، «خودشناسی در دیدگاه مولوی»، نوشته بخشعلی قنبری، *اطلاعات حکمت و معرفت*، ش ۳۵، ص ۵۸-۶۴.
- نراقی، ملااحمد، ۱۳۷۷، *معراج السعاده*، چ پنجم، قم، هجرت.
- نراقی، محمدمهدی، ۱۳۸۶، *جامع السعادات*، چ هفتم، قم، مؤسسه اسماعیلیان.

Adams, G. R, et al, 1987, Parent-adolescent relationships and identity formation, *Family Perspective*, v. 21, p. 249-260.

Anderson, J.B, 1998, *William James's theory of personal identity*, Master Thesis, Defended April, University of OTTAWA.

- Ashmore, R.D, & Jussim, L, 1997, *Self and Identity: Fundamental Issues*, New York, RUTGERS.
- Bamberg, M, et al, 2011, *Discourse and Identity Construction*, in: S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research*, New York: Springer.
- Baumeister, R. F, 1987, How the self became a problem: A psychological review of historical research, *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 52 (1), p. 163–176.
- Bell, M, & David, 2009, *Religious identity; Conceptualization and measurement of the religious self*, doctoral dissertation to the Faculty of the Graduate School of Emory University.
- Bell, N. J, 2013, Dialogic processes of self-transformation: The sample case of eating disorder recovery, *Identity: An International Journal of Theory and Research*, v. 13, p. 46–72.
- Berzonsky, M. D, 1988, *Self-theorists, identity status, and social cognition*. In D.K. Lapsley & F. C. Power (Eds.), *Self, ego, and identity: Integrative approaches*(pp. 243–262). New York: Springer.
- _____, 1989, The self as a theorist: Individual differences in identity formation, *International Journal of Personal Construct Psychology*, v. 2, p. 363–376.
- _____, 2011, *A social-cognitive perspective on identity construction*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, and V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research*, vol.1. (pp. 55-76) New York: Springer.
- Bosma, H. A, 1985, *Identity development in adolescents: Coping with commitments. Unpublished doctoral dissertation*, University of Groningen, The Netherlands.
- Brubaker, R, & Cooper, F, 2000, Beyond “identity”, *Theory and Society*, v. 29, p. 1–47.
- Burkitt, I, 2011, *Identity construction in sociohistorical context*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 267–283). New York: Springer.
- Bussey Kay, 2011, *Gender Identity Development In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles* (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 603–628). New York: Springer.
- Cheek, et al, 2002, *Relational identity orientation: A forth scale for the AIQ*, Annual Meeting, Savannah, GA.
- Côté, J. E, 1997, An empirical test of the identity capital model, *Journal of Adolescence*, v. 20, p. 577-597.
- _____, 2006, Identity studies: How close are we to establishing a social science of identity? An appraisal of the field, *Identity, An International Journal of Theory and Research*, v. 6, p. 3–25.
- Côté, J. E., & Levine, C. G, 2002, *Identity formation, agency, and culture: A social psychological synthesis*, Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Crocetti, E, & Meeus, W, 2014, *The Identity Statures: Strengths of a Person-Centered Approach of Identity Development*, in McLean, K.C. and M Syed, *The Oxford Handbook of Identity Development*, first published, New York, Oxford University Press.
- Descartes, R, 1937, *Discourse on method and related writings (D. M. Clarke, Trans)*, New York: Penguin. (published 2000).
- Dillon, F. R, et al, 2011, *Sexual identity as a universal process*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 649–670). New York: Springer.

- Erikson, E. H, 1950, *Childhood and society*, New York, Norton.
- _____, 1963, *Childhood and society (2nd Ed)*, New York, Norton.
- _____, 1968, *Identity: Youth and crisis*, New York, Norton.
- Gregg, Aiden P, et al, 2011, *Dynamics of Identity: Between Self-Enhancement and Self-Assessment*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research (pp. 305–328). New York: Springer.
- Grotevant, H. D, 1987, Toward a process model of identity formation, *Journal of Adolescent Research*, v. 2, p. 203–222.
- Grotevant, H.D, & VonKorff, L, 2011, *Adoptive Identity*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research (pp. 585–602). New York: Springer.
- Goffman, E, 1963, *Stigma: Notes on the management of spoiled identity*, New York: Simon & Schuster.
- Hammack, P. L, 2014, *Theoretical Foundations of Identity, in McLean, K.C. and M Syed, The Oxford Handbook of Identity Development, first published*, New York, Oxford University Press.
- Hardy, S.A, & Carlo, G, 2011, *Moral Identity*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research, (pp495-514), New York: Springer.
- Haslam, A, & Ellemers, N, 2011, *Identity Processes in Organizations*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research, (pp715-745), New York: Springer.
- Hoffman, R. M, 2006, Gender self-definition and gender self-acceptance in women: Intersections with feminist, womanist, and ethnic identities, *Journal of Counseling and Development*, v. 84, p. 358–372.
- Hume, D, 1739, *A treatise of human nature. New York: Penguin*, (published, 1986).
- James, W, 1890, *The principles of psychology*, New York: Henry Holt.
- Jung, C. G, 1934, *The archetypes and the collective unconscious*, (R. F. C. Hull, Trans.; 2nd ed, Collected works of C. G. Jung, v. 9, part 1). Princeton, NJ: Bolligen.
- Kant, I, 1781, *Critique of pure reason (M. Weigelt, Trans)*, New York: Penguin (published 2007).
- Kurtines, W.M, 1999, A Co-constructivist perspective on human behavior and development, Manuscript submitted for publication.
- Marcia, J.E, 1966, Development and validation of ego identity status, *Journal of personality and social psychology*, v. 3, N. 5, p. 551-558.
- _____, 1980, *"Identity in adolescent" the chapter five in Adver*, Handbook of adolescent, New York.
- McAdams, D. P, 1985, *Power, intimacy, and the life story: Personological inquiries into identity*, Homewood, IL: Dorsey Press.
- McAdams, D. P, & Zapata-Gietl, C, 2014, *Three Strands of Identity Development Across the Human Life Course: Reading Erik Erikson in Full*, in McLean, K.C. and M Syed, The Oxford Handbook of Identity Development, (pp 81-96), first published, New York, Oxford University Press.
- McAdams, D.P, 2011, *Narrative Identity*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research, (pp 99-116), New York: Springer.

- McCall, G.J, & Simmons, J.L, 1966, *Identities and interactions: An examination of human associations in everyday life*, New York, Free Press.
- Mead, G. H, 1934, *Mind, self, and society*, Chicago: University of Chicago Press.
- Roeser, R. W, et al, 2006, *Self and identity processes in school motivation, learning, and achievement*, In P. A. Alexander, P. R. Pintrich, and P. H. Winne, eds. Handbook of educational psychology, 2nd ed., (pp 391–424). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Roeser, et al, 2015, *Self and Identity Processes in Spirituality and Positive Youth Development*, Available from: Robert W Roeser, Retrieved on: 01 July 2015.
- Schwartz, S. J, 2001, *The evolution of Eriksonian and neo-Eriksonian identity theory and research: A review and integration*, Identity: An International Journal of Theory and Research, v. 1, p. 7–58.
- Seol, K, 2010, *Religious identity as a mediator between religious socialization from parents, peers, and mentors and psychological well-being and adjustment among Korean American adolescents*, A Dissertation for the degree of doctor of philosophy, Richard M. Lee, Ph.D. Adviser, submitted to the faculty of the Graduate school of the university of Minnesota.
- Smits I, 2009, *Identity styles in adolescence, measurement and associations with perceived parenting*, personal well-being, and interpersonal functioning, Doctoral dissertation submitted to obtain the degree of Doctor in Psychology, Catholic university, Germany, Leuven.
- Stryker, S, 1968, Identity salience and role performance: The relevance of symbolic interaction theory for family research, *Journal of Marriage and the Family*, v. 30, p. 558–564.
- Stryker, S, 2007, Identity theory and personality theory: Mutual relevance, *Journal of Personality*, v. 75(6), p. 1083–1102.
- Tajfel, H, 1970, Experiments in intergroup discrimination, *Scientific American*, v. 223, p. 96–102.
- Tajfel, H, & Turner, J. C, 1986, *The social identity theory of intergroup behavior*, In: S. Worchel & W.G. Austin (Eds.). Psychology of intergroup relations, Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Taylor, C, 1989, *Sources of the self*, The making of the modern identity, Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Vignoles, V.L, et al, 2011, *Introduction: toward an integrative view of identity*, In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), Handbook of identity theory and research, (pp 1-27), New York: Springer.
- Wainryb, C, & Recchia, H, 2014, *Conflict: Implications for Processes of Identity Development, in McLean, K.C. and M Syed*, The OxfordHandbook of Identity Development, (pp 369-388), first published, New York, Oxford University Press.
- Waterman, A.S, 2014, *Identity as Internal Processes: How the “I” Comes to Define the “Me”*, in McLean, K.C. and M Syed, The OxfordHandbook of Identity Development, (pp195-209) first published, New York, Oxford University Press.

بررسی اثربخشی درمان شناختی- رفتاری مبتنی بر پیش فرض‌های خداپنداره، خودپنداره و آخرت‌پنداره بر شدت اختلال وسواس- بی‌اختیاری: مطالعه موردی

hansari@rihu.ac.ir

حسن انصاری / دانشجوی دکتری روان‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

مسعود جان بزرگی / دانشیار گروه روان‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه

دریافت: ۱۳۹۵/۳/۵ - پذیرش: ۱۳۹۵/۷/۸

چکیده

هدف این پژوهش، معرفی الگوی درمانی شناختی- رفتاری مبتنی بر پیش‌فرض‌های مذهبی اصلاح خداپنداره، خودپنداره به عنوان مقدمه و زمینه مهم اصلاح خداپنداره و آخرت‌پنداره و بررسی اثربخشی آن در کاهش شدت اختلال وسواس- بی‌اختیاری بود. در یک طرح تک‌موردی، فرایند درمان بر دو مراجع مرد انجام شد. مراجعان، با مقیاس وسواس- بی‌اختیاری بیل‌براون به عنوان متغیر وابسته، در چهار مرحله پیش از درمان (خط پایه)، جلسه دهم، جلسه آخر (جلسه بیستم) و سه ماه پس از درمان (پیگیری) سنجیده شدند. در مقیاس بیل‌براون، نمره مراجع اول از ۲۷ در مرحله پیش از درمان به ۶ و مراجع دوم از ۱۸ به صفر در مرحله پس‌آزمون و پیگیری کاهش نشان دادند. بنابراین، درمان شناختی- رفتاری مبتنی بر پیش‌فرض‌های مذهبی خداپنداره، خودپنداره و آخرت‌پنداره در کاهش شدت اختلال وسواس- بی‌اختیاری مؤثر است.

کلیدواژه‌ها: اختلال وسواس، بی‌اختیاری، درمان شناختی رفتاری مذهبی، خداپنداره، خودپنداره، آخرت‌پنداره.

مقدمه

اختلال وسواس - بی‌اختیاری، با افکار وسواسی، یا رفتار وسواسی یا هر دو مشخص می‌شود. افکار وسواسی، شامل افکار، تمایلات یا تصورات مکرر و پایدار و شک‌های بی‌معنی هستند که به شکل مزاحم و ناخواسته تجربه می‌شوند. شخص آنها را تفرانگیز، هجوم‌آور، غیرقابل کنترل، محرک احساس گناه و حتماً پایدار می‌داند (آبرامویتز، ۲۰۱۴). درحالی‌که وسواس‌های عملی (بی‌اختیاری‌ها)، رفتارها یا فعالیت‌های ذهنی تکراری هستند که فرد احساس می‌کند باید آنها را در پاسخ به یک فکر وسواسی یا بر طبق تشریفات که باید به طور سفت و سخت اجرا شوند، انجام دهد (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳).

میزان شیوع مادام‌العمر OCD، در جمعیت عمومی حدود دو تا سه درصد است. طبق تخمین برخی پژوهشگران، این اختلال در ده درصد از بیماران سرپایی مطب‌ها و درمانگاه‌های روان‌پزشکی یافت می‌شود. با توجه به ارقام مذکور، OCD چهارمین بیماری روان‌پزشکی، بعد از فوبیا، اختلالات مرتبط با مواد و افسردگی اساسی است (سادوک و سادوک (Sadock B. J & Sadock V. A)، ۱۳۹۳، ص ۲۶۷؛ گران (Grant J. E)، ۲۰۱۴). طبق بررسی‌های فراگیر شناختی انجام شده در اروپا، آسیا و آفریقا، ثابت شده که این ارقام در تمام حوزه‌های فرهنگی یکسان است. شباهت قابل توجهی در فرهنگ‌ها از نظر توزیع جنسیتی، سن، شروع و همزمانی اختلالات با OCD وجود دارد (سادوک و سادوک، ۱۳۹۳، ص ۲۶۷).

OCD در سراسر جهان، دارای ساختار نشانه‌ای مشابهی است. با این حال، در ابراز نشانه‌ها، تنوع منطقه‌ای وجود دارد. عوامل فرهنگی ممکن است محتوای وسواس‌ها را شکل دهند (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۱۳). در فرهنگ‌هایی که در نظام‌های تعلیم و تربیتی آنها، اعتقادات مذهبی غالب می‌باشد، ممکن است عضو غالب محتوای OCD را مذهب تشکیل دهد (ویل و ویلسون، ۱۳۸۵، ص ۳۴). در ایران نیز پژوهشگران گزارش داده‌اند که افکار وسواسی، یا مناسب بی‌اختیاری، رنگ و بوی دینی دارند (فتی، ۱۳۷۶؛ دادفر و همکاران، ۱۳۸۰؛ رضانی فرانی و دادفر، ۱۳۸۴).

در حال حاضر، مهم‌ترین رویکردهای درمانی OCD، درمان زیستی، رفتاری و شناختی-رفتاری است (کرینگ و همکاران، ۲۰۱۲، ص ۲۱۲). مهم‌ترین درمانی که نظریه زیستی مطرح می‌کند، دارودرمانی است. داروها در ۶۰ درصد، موارد علائم را کاهش می‌دهند، اما پس از قطع دارو، اغلب بیماری عود می‌کند (دوراند و همکاران، ۲۰۱۳، ص ۱۵۵). مهم‌ترین رویکرد رفتار درمانگری، روش

مواجهه و جلوگیری از پاسخ (ERP) است (همان). اما روش مواجهه و جلوگیری از پاسخ، در مورد وسواس جنسی، مذهبی و بیمارانی که معتقدند: نگرانی‌های وسواسی آنها منطقی است، مناسب نیست. حدود ۲۵ درصد افراد وسواسی از مواجهه با موقعیت اضطراب‌زا سرباز می‌زنند (استکتی، پیگت، ۱۳۸۹، ص ۱۵). در درمان شناختی-رفتاری (CBT)، فرد پیش از مواجهه با رفتارهای وسواسی، با باورهای وسواسی و سوءتعبیر افکار ناخواسته‌اش آشنا می‌شود و اعتبار آنها را از اینکه باید به آنها عمل کند و نسبت به آنها مسئولیت دارد، به چالش می‌کشد. با این کار، تمایل شخص وسواسی برای عمل به افکار وسواسی و سختی مواجهه با موقعیت‌های وسواسی برای وی کمتر می‌شود. احتمالاً از تکنیک رفتاری سود بیشتری می‌برد (کامر (Comer R. J)، ۲۰۱۵، ص ۱۶۷).

شواهدی وجود دارد که CBT، معمول برای بیماران با وسواس مذهبی تأثیر کمی دارد (ورهاگن (Verhagen P. J) و همکاران، ۲۰۱۰). مهم‌ترین خلأ CBT، تأکید بر نسبی‌نگری و بی‌توجهی به ملاک‌های ارزشی افکار، بی‌توجهی به عوامل انگیزشی در تشکیل شناخت‌ها و نظام ارزشی در جهت‌دهی به شناخت‌هاست. بی‌توجهی به عوامل معنوی، به عنوان عنصری اساسی در سلامت و آسیب روان‌شناختی، مشکل عمده درمان‌گری‌های شناختی-رفتاری است. به عبارت دیگر، ایمان به خدا در نظریه شناختی-رفتاری جایگاهی ندارد (ر.ک: جان‌بزرگی و غروی‌راد، ۱۳۹۴).

در مدل درمان شناختی-رفتاری OCD، معمولاً این نگرانی و ترس برای افراد وجود دارد که واکنش‌های فرد، می‌تواند به خسارت و آسیب به خود یا دیگران منجر شود. بنابراین، فرد برای کاهش این نگرانی‌ها به رفتارهای وسواسی متوسل می‌شود. اما در این نظریه، معنا و جهت‌گیری فرهنگی-مذهبی خسارت و آسیب مورد توجه قرار نگرفته است (ورهاگن و همکاران، ۲۰۱۰). تحقیقات تجربی در زمینه تأثیرات عوامل فرهنگی-مذهبی، نشان می‌دهند که نظام اعتقادی-ارزشی ناکارآمد، از طریق مقابله‌های مذهبی منفی (آگوراستوس (Agorastos) و همکاران، ۲۰۱۲)، ممکن است به سوءتعبیرها یا نگرش‌های نادرستی در افراد مبتلا به OCD منجر شود. سوءتعبیرها عبارتند از: خداپنداشت غلط (حدادی کوهسار و غباری‌بناب، ۱۳۹۱؛ هایمن و پدريک (Hyman B. M & Pedrick C)، ۱۳۹۲، ص ۲۲۶؛ سیلتون (Silton N. R) و همکاران، ۲۰۱۳)، نگاه افراطی به عذاب اخروی و احساس گناه مرضی (ویلهم و استکتی (Steketee G)، ۱۳۹۲، ص ۲۵۸؛ هایمن و پدريک، ۱۳۹۲، ص ۲۲۶؛ شاپیرو و استوارت (Shapiro L. J, Stewart S. E)، ۲۰۱۱)، عدم هشجاری واقعی به اهداف معنوی/مذهبی (هاوپرت و سیو، ۲۰۱۰) و خودپنداره

منفی (یاثو (Yao) و همکاران، ۱۹۹۷، یوسفی و همکاران، ۱۳۸۷؛ ویل و ویلسون، ۱۳۸۵، ص ۲۲۴؛ ویلهلم و استکتی، ۱۳۹۲، ص ۳۱۷؛ آردن و دالکورسو (Dal Corso)، ۱۳۹۴، ص ۷۸).

در رابطه با خداپنداشت غلط در OCD، می‌توان به تحقیقات زیر اشاره کرد: حدادی کوهسار و غباری بناب (۱۳۹۱)، نشان دادند میزان یا شدت وسواس - بی‌اختیاری دانشجویان را به‌طور کلی می‌توان از نوع تصور آنان از خدا پیش‌بینی کرد. دانشجویانی که تصور پذیرنده و مثبتی از خدا داشتند، از وسواس - بی‌اختیاری کمتر و دانشجویان با تصور منفی از خدا، از وسواس بیشتری برخوردار بودند. شاب - جانکر و همکاران (۲۰۰۲) و فلائلی و همکاران (۲۰۱۰)، در پژوهش‌های خود به این نتیجه رسیدند که بین تصور فرد از خدا با افکار وسواسی همبستگی معناداری وجود دارد (حدادی کوهسار و غباری بناب، ۱۳۹۱).

در رابطه با خودپنداره غلط در مبتلایان به OCD، یافته‌ها نشان می‌دهد که در مبتلایان به وسواس - بی‌اختیاری، نسبت به جامعه نرمال، احساس کهتری بالاتر (یوسفی و همکاران، ۱۳۸۷) و تصور منفی‌تر از خود (همان) وجود دارد. ویل و ویلسون بیان می‌کنند که در بسیاری از افراد مبتلا به OCD، پایین بودن عزت‌نفس، از همان دوران جوانی زندگی آنها را تحت‌الشعاع قرار داده است. آنها احساس می‌کنند که در دنیا، تنها می‌مانند و خودشان را بی‌ارزش و ناکارآمد می‌دانند و تصور می‌کنند به هیچ وجه دوست داشتنی نیستند (ویل و ویلسون، ۱۳۸۵، ص ۲۲۴).

در رابطه با آخرت، پنداره غلط و احساس گناه افراطی در مبتلایان به OCD، می‌توان به تحقیقات زیر اشاره کرد: ویلهلم و استکتی بیان می‌کنند که یکی از نشانه‌های رایج در مبتلایان به OCD، نوعی احساس مبالغه‌آمیز مسئولیت‌پذیری است که احتمالاً در بیشتر این بیماران، به عنوان یک باور ددرسرساز ظاهر می‌شود؛ باوری که با احساس گناه قوی همراه است (ویلهلم و استکتی، ۱۳۹۲، ص ۲۵۵). رایج‌ترین ترس‌های افراد مبتلا به OCD، ترس از اشتباه کردن، ترس از آسیب‌زدن به دیگران یا ناتوانی در محافظت از دیگران است. رایج‌ترین تفسیرهای این‌گونه ترس‌ها، شامل موارد ذیل است: ۱. من مقصرم (خودم را ملامت می‌کنم)؛ ۲. من باید به جهنم بروم؛ ۳. خداوند مرا تنبیه خواهد کرد؛ ۴. دیگران مرا طرد خواهند کرد. یافته‌ها نشان می‌دهد که هر چقدر شدت OCD بیشتر باشد، به همان نسبت وابستگی آن به مذهب و احساس گناه بیشتر است (ویل و ویلسون، ۱۳۸۵، ص ۳۴). شاپیرو و استوارت (۲۰۱۱)، چهارده تحقیق را در رابطه با احساس گناه مرضی و OCD بررسی کردند. محتوی این مقالات، به طور قاطع نشان داد که احساس گناه مرضی، نقش قابل توجه و معناداری در OCD و

علائم آن دارد. بنابراین، توجه به این عامل تأثیرگذار بر OCD، نتایج درمانی را بهبود و میزان عود این بیماری مزمن عودکننده و ناتوان‌کننده را کاهش می‌دهد.

الاتونجری (Olatunji B. O) و همکاران (۲۰۰۷)، در تحقیقی رابطه بین احساس گناه مرضی را با نشانه‌های OCD بررسی کردند. نتایج تحقیق نشان داد که تمام مقیاس‌های پرسش‌نامه وسواس مذهبی-اخلاقی، که شامل دو حوزه ترس مرضی از خدا و گناه است، با نشانه‌های OCD (شامل حوزه‌های شستشو، واریسی، شک و تردید، افکار وسواسی، خستی‌سازی ذهنی، نظم و انباشت) همبستگی قوی دارند. کایوانی و همکاران (۲۰۱۵) نیز در تحقیقی، رابطه بین احساس گناه مرضی را با نشانه‌های OCD و سبک‌های شناختی مرتبط با آن، در یک نمونه ۸۰ نفری از مبتلایان به OCD در ایران بررسی کردند. نتایج پژوهش نشان داد که احساس گناه مرضی، با نمره کل نشانه‌های OCD رابطه‌ای معنادار دارد. این پژوهشگران، یافته خود را همسو با نتایج تحقیقات نلسون و همکاران (۲۰۰۶)، آبرامویتز و همکاران (۲۰۰۲)، ویزیک (۲۰۰۵)، وارشسکی (Warshowsky A) (۲۰۰۶)، الاتونجری و همکاران (۲۰۰۷)، اینوزو (Inozu M) و همکاران (۲۰۱۲) یافتند. این پژوهشگران بیان کردند که این ارتباط معنادار نشان می‌دهد وسواس مذهبی-اخلاقی، که اساساً همان احساس گناه مرضی در مورد موضوعات مذهبی و اخلاقی است، فراتر از باورهای مرتبط با فرهنگ است و احتمالاً با آسیب‌شناسی OCD ارتباط دارد.

در پژوهش‌های مختلف، اثربخشی استفاده از روش‌های فرهنگی-دینی، در درمان وسواس-بی‌اختیاری گزارش شده است. خلأ تحقیقات مذکور این است که: الف. با وجود اینکه ادبیات پژوهشی نشان می‌دهد که معنادهی مذهبی-اخلاقی (احساس گناه مرضی)، با تمام خرده‌مقیاس‌های OCD همبستگی دارد، اما در عمل مداخله‌های مذهبی فقط به خرده‌مقیاس وسواس مذهبی (آکوچکیان و همکاران، ۱۳۸۹؛ آبرامویتز، ۲۰۰۱، ۲۰۱۴) و یا نظافت و شستشو (نارویی نصرتی و منصور، ۱۳۸۸) در فرهنگ دینی پرداخته‌اند و برای همه نشانه‌های OCD اجرا نشده‌اند. ب. مداخلات درمانی با رویکرد دینی برای درمان وسواس-بی‌اختیاری انجام شده (بیان‌زاده و همکاران، ۱۳۸۳؛ رضانی‌فرانی و دادفر، ۱۳۸۴؛ جان‌بزرگی و راجزی اصفهانی، ۱۳۹۰؛ میکائیلی و همکاران، ۱۳۹۰؛ اسلام و همکاران، ۲۰۱۵)، اما به‌رغم وجود تحقیقات تجربی در مورد نشأت گرفتن احساس گناه افراطی مبتلایان به OCD، از خودپنداره، خداپنداره و آخرت‌پنداره نادرست، به اصلاح این حوزه‌ها به‌طور منسجم پرداخته نشده است. در این تحقیق، تلاش شده است تا اثربخشی درمان شناختی-رفتاری، مبتنی بر پیش‌فرض‌های مذهبی اصلاح خداپنداره، آخرت‌پنداره و خودپنداره بر روی دو بیمار مبتلا به OCD بررسی گردد و به

این سؤال پاسخ داده شود که تأثیر درمان شناختی-رفتاری با رویکرد اسلامی (اصلاح خداینداره، آخرت‌پنداره و خودپنداره)، در کاهش شدت OCD چگونه است؟

روش پژوهش

این پژوهش، با بهره‌گیری از طرح تجربی تک‌موردی انجام شد. از میان مراجعه‌کنندگان به یک مرکز مشاوره در شهر قم، دو نفر مبتلا به اختلال وسواسی-بی‌اختیاری، بر اساس مصاحبه بالینی، ملاک‌های DSM-5، و تست ییل‌براون وسواس انتخاب شدند. مبتلا نبودن به افسردگی و اضطراب شدید، اختلال‌های شخصیتی شدید، دوقطبی و روان‌پریشی به عنوان معیارهای کنترل در نظر گرفته شدند. برای گردآوری اطلاعات، در مورد متغیر وابسته از پرسش‌نامه ییل‌براون وسواس (YBOCS) استفاده شد. این مقیاس، در سال ۱۹۸۹ توسط گودمن و همکاران تهیه و تدوین شده است. ییل‌براون، وسواس‌ها و بی‌اختیاری‌ها را جداگانه بررسی می‌کند و شامل بیش از ۵۰ وسواس و بی‌اختیاری شایع، از جمله افکار وسواسی در رابطه با پرخاشگری، آلودگی و مسایل جنسی و بی‌اختیاری‌ها در مورد نظافت، وارسی، نظم و ترتیب و جمع‌کردن و انبار کردن می‌باشد. پرسش‌نامه ییل‌براون دو بخش دارد: یکی سیاهه نشانه و دیگری مقیاس شدت. سیاهه، نشانه خرده‌مقیاس‌ها را نشان می‌دهد و در مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای و به صورت خودگزارشی پاسخ داده می‌شود. مقیاس شدت، شدت وسواس‌ها و اجبارها را در مقیاس لیکرت، پنج درجه‌ای در پنج بعد فراوانی، تداخل در کارکردها، آشفتگی ذهنی، میزان مقاومت و کنترل نشانه‌ها ارزیابی می‌کند. راجزی اصفهانی و همکاران (۱۳۹۰)، ثبات درونی دو بخش سیاهه نشانه (SC) و مقیاس شدت (SS) را به ترتیب ۰/۹۷ و ۰/۹۵، اعتبار دونیمه‌سازی برای SC و SS را به ترتیب ۰/۹۳ و ۰/۸۹ و اعتبار بازآزمایی را ۰/۹۹ به دست آوردند.

مراجعه‌ان با مقیاس وسواس ییل‌براون، به عنوان متغیر وابسته، در مرحله پیش از درمان (خط پایه)، جلسه دهم، جلسه آخر (جلسه بیستم) و سه ماه پس از درمان (پیگیری) سنجیده شدند. مراجع اول؛ مرد، ۲۹ ساله و دارای تحصیلات حوزوی که از حدود ۵ سال پیش به بیماری وسواس-بی‌اختیاری مبتلا شده بود. اما از ۲ سال پیش، پس از انجام اعمال حج، بیماریش شدت پیدا کرده بود. در تست ییل‌براون، وسواس دارای وسواس‌های فکری آسیب، آلودگی، مذهبی، احتکار، متفرقه و جسمی و وسواس‌های عملی شستشو، وارسی و متفرقه بود. مراجع دوم؛ مرد، ۳۱ ساله، معلم و دارای مدرک

لیسانس، که از حدود ۳ سال پیش به وسواس مبتلا شده بود و دارای وسواس‌های فکری آسیب، آلودگی، احتکار، مذهبی، تقارن، وسواس جسمی، متفرقه و وسواس‌های عملی شستشو، واریسی، آداب تکرار، احتکار و متفرقه بود.

برای تهیه بسته مذهبی، ابتدا موضوع (معنادهی‌های نادرست مذهبی - اخلاقی افراد مبتلا به OCD) از تحقیقات تجربی به دست آمد و سپس راه‌حل آنها از منابع دینی استخراج شد. هفت پیش‌فرض، به عنوان راه‌حل‌های مذهبی برای بسته درمانی مذهبی OCD از آیات و روایات به دست آمد. فنون مربوط به پیش‌فرض‌ها، از مدل درمان چندبعدی معنوی (ر.ک: جان‌بزرگی و غروی‌راد، ۱۳۹۴)، که مبانی نظری روان‌درمانگری اسلام‌محور را در چهار حوزه ادراکی خداشناسی، هستی‌شناسی، انسان‌شناسی و آخرت‌شناسی خلاصه می‌کند، وام گرفته شد. در مدل درمان چندبعدی، معنوی فرض بر این است که غیرفعال شدن بعد معنوی موجب ارزیابی‌های نادرست از موقعیت‌ها، خود و جهان شده، زمینه آسیب‌پذیری را برای انسان فراهم می‌کند. درمان چندبعدی معنوی، اساس معنویت را در انسان، توجه به مبدأ و معاد می‌داند. توجه به مبدأ ادراک شده (توحید)، نوعی معنادهی به پدیدایی انسان است و توجه به غایت ادراک شده (معاد)، هدفمندی اعمال را فعال می‌کند (همان).

پس از انجام مراحل فوق، هفت پیش‌فرض دینی و فنون مربوط، در دو بخش مورد ارزیابی قرار گرفتند. در بخش اول، روایی محتوی (مذهبی) الگوی درمانی، توسط پنج کارشناس مذهبی ارزیابی شد. در این ارزیابی، تناسب پیش‌فرض‌های مذهبی با مفاهیم خداشناسی، انسان‌شناسی و آخرت‌شناسی و نیز تناسب فنون تنظیم شده، با پیش‌فرض‌های مذکور مورد بررسی قرار گرفت. در بخش دوم، تناسب و اثربخشی فنون مذهبی نسبت به مراحل درمان وسواس، توسط پنج کارشناس مذهبی روان‌درمانگر مورد ارزیابی قرار گرفت. در هر دو بخش، موارد اصلاحی در الگوی درمان مذهبی اعمال گردید. متوسط R اسپیرمن، برای روایی محتوی کارشناسان مذهبی، ۰/۹۸ و متوسط R اسپیرمن، برای کارشناسان روان‌درمانی ۰/۹۷ محاسبه شد؛ یعنی رابطه و همخوانی بین کارشناسان معنادار و برداشت از محتوی یکسان است و بسته درمانی از محتوی تقریباً ثابتی تبعیت می‌کند.

پیش‌فرض‌های بسته درمانی شناختی-رفتاری، با رویکرد دینی عبارتند از:

الف. پیش‌فرض‌های مربوط به اصلاح خداپنداره شامل: ۱. فطرت الهی و وابستگی وجودی انسان به خداوند سمیع و علیم (روم: ۳۰؛ بقره: ۱۸۶؛ حدید: ۴؛ غافر: ۶۰؛ ق: ۶؛ اعراف: ۲۰۰)؛

۲. سبقت گرفتن رحمت (انعام: ۵۴؛ زمر: ۵۳؛ حجر: ۵۶؛ دعای جوشن کبیر) و حفاظت الهی (شوری: ۶؛ انفطار: ۱۰) بر غضبش؛

ب. پیش فرض مربوط به اصلاح آخرت‌پنداره: عاقبت‌اندیشی صحیح (بقره: ۲۲۵؛ شوری: ۳۴؛ آمدی، ۱۳۶۶، ح ۱۰۸۸۶، ۱۰۹۱۵ و ۱۰۸۵۸)؛

ج. پیش فرض‌های مربوط به اصلاح خودپنداره شامل: ۱. قضاوت بر اساس علم و عدم تبعیت از حدس و گمان (اسراء: ۳۶؛ انعام: ۱۴۸؛ نجم: ۲۳)؛ ۲. الگوگیری از حضرت رسول ﷺ و معصومین (ولایت) (احزاب: ۲۱؛ انبیاء: ۷؛ نساء: ۵۹؛ نهج‌البلاغه، ص ۴۳)؛ ۳. توجه به کرامت و استعدادهای وجودی انسان (تین: ۴؛ حجر: ۲۹؛ اسراء: ۷۰؛ بقره: ۲۹، ۳۰، ۳۴؛ صدرالمآلهین، ۱۳۶۶، ج ۳، ص ۶۶)؛ ۴. اصلاح سبک زندگی، با استناد به منابع دینی (خواب: نبأ؛ ۹؛ تغذیه: عبس: ۲۴؛ نحل: ۶۹؛ تحرک: بقره: ۲۴۷؛ کفعمی، ۱۴۲۳ق، دعای ابوحمزه ثمالی و کمیل).

فن مربوط به پیش فرض‌های اصلاح خداپنداره عبارت است از: بررسی، تحلیل و اصلاح خداپنداره فرد، شامل خدای سریع‌العقاب، غضب‌کننده، سخت‌گیر و رهاکننده در خطرات و فن مربوط به پیش فرض آخرت‌شناسی، اصلاح ارتباط بین فکرهای مزاحم و سواسی با احساس گناه مرضی است. فنون مربوط به پیش فرض‌های دینی اصلاح خودپنداره، به ترتیب عبارتند از: الف. بررسی ملاک‌های فکر صحیح، منظر مذهب و پذیرش و سواس و بخشش خود؛ ب. ایفای نقش معصوم در تفسیر فکر مزاحم و سواسی؛ ج. بررسی، تحلیل و اصلاح روان‌بنه‌های منفی مربوط به خود (من دوست داشتنی نیستم، من درمانده هستم، من آسیب‌پذیر هستم، من بد/شیطان/رذل هستم، من کنترل‌ناپذیر/دیوانه هستم، من شکست خورده هستم، من ضعیف هستم و...)، با استناد به گزاره‌های دینی؛ د. اصلاح سبک زندگی شامل اصلاح خواب، تغذیه و تحرک.

برنامه درمان طی ۲۰ جلسه یک ساعته صورت گرفت. خلاصه جلسات درمانی به شرح ذیل است:
جلسه اول: ۱. آشنایی با تعریف و سواس و نشانه‌های آن (نشانه‌های رفتاری و ذهنی)؛ ۲. آشنایی با علل و سواس (زیستی، رفتاری و شناختی)؛ ۳. آشنایی با پیش فرض‌های مذهبی مرتبط با و سواس (پیش فرض‌های خداشناسی، انسان‌شناسی و آخرت‌شناسی) و تحقیقات تجربی مؤید آنها؛ ۴. آشنایی با طرح درمان شناختی-رفتاری، با رویکرد مذهبی؛ ۵. بررسی سود و زیان درمان و سواس، با توجه به نتایج مذهبی / معنوی؛ ۶. تکلیف خانگی: نوشتن سوده‌های معنوی / مذهبی درمان و سواس.

جلسه دوم: ۱. پذیرش وسواس، به عنوان بیماری، نه به عنوان آدم بد، گناه‌کار، فاسق یا... بودن و بخشش خود: اصلاح افکار و بازخوردهای منفی مذهبی (قضاوت منفی، احساس گناه و خودسرزنشگری)، درباره وسواس و وجود افکار وسواسی؛ ۲. تقویت اعتماد به نفس با اصلاح سبک زندگی، شامل اصلاح خواب، تغذیه و تحرک با استناد به منابع اسلامی (سبک زندگی از جلسه دوم شروع و در جلسات بعدی ادامه پیدا می‌کند)؛ ۳. تکالیف خانگی مربوط.

جلسه سوم: ۱. آشنایی با چگونگی تقویت افکار مزاحم وسواسی، با توضیح چرخه معیوب شناختی-رفتاری وسواس، با توجه به پیش‌فرض‌های مذهبی مربوط به خودپنداره، خداپنداره و آخرت‌پنداره و پیاده کردن آن، در قالب چند مثال وسواس (تمرین عملی)؛ ۲. تکالیف خانگی مربوط. مثال خداپنداره:

موقعیت وسواس نجاست و پاکی ← نکنه بدنم نجس مانده باشه ← پس بدنم نجسه و جاهای دیگر را نجس می‌کنم یا اعمال عبادیم باطل می‌شود ← پس با عدم انجام تکلیف الهی و به دنبال آن با غضب خدا روبرو خواهم شد ← افزایش اضطراب ← افزایش رفتار وسواسی (شستشوی مکرر و...) ← تقویت افکار مزاحم وسواسی. مثال آخرت‌پنداره غلط و احساس گناه افراطی:

در تعبیر و تفسیر فکر مزاحم در وسواس‌های جنسی، مذهبی، آسیب، نجاست و پاکی، درستکاری مذهبی (صحت و بطلان اعمال عبادی مثل وضو، نماز، غسل و...) ← فرد احساس گناه شدید می‌کند و خود را مستوجب عذاب (جهنم) می‌داند ← افزایش اضطراب ← سعی زیاد برای کنترل فکر، اجتناب از فکر یا رفتار ← تقویت افکار مزاحم وسواسی مربوطه. مثال خودپنداره غلط (خود در معرض خطر):

در تعبیر و تفسیر موقعیت واریسی، چک کردن، آداب تکرار، شمارش و نظم ← فکر می‌کند نکنه اشتباه کرده‌ام؟ ← اگر اشتباه کرده باشم پس اتفاق بدی برای خودم یا نزدیکانم می‌افتد ← افزایش اضطراب ← چک کردن مکرر، شمارش مکرر و نظم افراطی ← تقویت افکار مزاحم وسواسی.

جلسه چهارم: ۱. آموزش انواع باورها و خطاهای وسواسی، در تعبیر و تفسیر فکر مزاحم، با توجه به ضعف در پیش‌فرض‌های مذهبی و پیاده کردن آنها در چند مثال وسواس (تمرین عملی). به عنوان مثال، ۱. خطای مبالغه در تهدید: فرد احتمال یا شدت پیامدهای منفی را بیش برآورد می‌کند. بنابراین، در تعبیر و تفسیر فکر مزاحم، روبرو شدن با غضب الهی را احساس می‌کند. مبالغه در مسئولیت: من

مقصرم و احساس گناه می‌کنم؛ ۲. خطاهای اهمیت دادن به افکار و نیاز به کنترل افکار: اگر افکار و سواسی گناه‌آلود را کنترل نکنم، به جهنم می‌روم. خطای کامل‌گرایی و خطای نیاز به قطعیت و عدم تحمل ابهام: برای فرد اشتباهاتی هر چند کوچک، پیامدهای جدی و بدی در پی خواهد داشت. بنابراین، در تعبیر و تفسیر فکر مزاحم، با پیامدهای ناگوار و عدم حفاظت الهی (خود در معرض خطر) روبه‌رو می‌شود؛ ۲. تکالیف خانگی مربوط.

جلسه پنجم و ششم: ۱. بررسی ملاک‌های فکر صحیح و غلط از منابع دینی: الف. از راه بررسی شواهد معتبر (له و علیه) برای فکر: از منابع مذهبی بتوانیم دلایل معتبر برای صحت فکرییابیم. ب. بررسی واقعیت: بررسی نظر خداوند متعال (شارع مقدس) و سیره معصومین علیهم‌السلام (در حکم). البته در موضوعات نظر عرف و عقلا معتبر است. ج. تحلیل سود و زیان فکر: غلبه سود بر زیان، به‌طوری‌که فرد را به اهداف مذهبی و معنوی برساند و یا با اهداف مذهبی مغایر نباشد. ۲. تکالیف خانگی مربوط.

جلسه هفتم تا سیزدهم: ۱. تهیه سلسله مراتب موقعیت‌های وسواس عملی (شدت خیلی کم تا خیلی زیاد) بر اساس تست *یل‌براون* وسواس؛ ۲. شروع مواجهه از ضعیف‌ترین وسواس عملی و جلوگیری از پاسخ رفتاری، همراه با چالش مذهبی / معنوی باورهای وسواسی و تقویت نظام ارادی و عزم و استفاده از فنونی، که پیش‌تر برای اصلاح خطاهای شناختی با توجه به رویکرد مذهبی (اصلاح خودپنداره، خداپنداره و آخرت‌پنداره) معرفی شد. ۳. تکالیف خانگی مربوط.

جلسه چهاردهم تا نوزدهم: ۱. تهیه سلسله مراتب (شدت خیلی کم تا خیلی زیاد) موقعیت‌های ذهنی یا وسواس‌های فکری بر اساس تست *یل‌براون*؛ ۲. شروع به مواجهه از شدت خیلی کم وسواس ذهنی، با استفاده از تکنیک پاسخ ندادن و قضاوت مذهبی منفی نکردن نسبت به افکار مزاحم وسواسی. در روش مذهبی، به جای فکر کردن به تمام جزئیات و با بدترین شکل ممکن پیامدها، خود فکر مزاحم وسواسی را که به ذهن آمده است، تمرین می‌کند که نسبت به آن هیچ تعبیر و تفسیر و قضاوت نداشته باشد (مشاهده ذهن آگاهانه). قضاوت‌هایی مثل: من بدم که این فکر به ذهنم می‌آید، با غضب خداوند روبه‌رو خواهم شد. جهنمی خواهم شد و...، تا به تدریج، با آن فکر مزاحم خو بگیرد و کاهش پیدا کند. همزمان با مواجهه با افکار وسواسی، در جلسات چهاردهم و پانزدهم به طور خاص روی خودپنداره (من دوست داشتنی نیستم، من درمانده هستم، من آسیب‌پذیر هستم، من بد/شیطان/رذل هستم، من کنترل‌ناپذیر/دیوانه هستم، من شکست خورده هستم، من ضعیف هستم و...)، به عنوان مقدمه مهم اصلاح خداپنداره با استناد به گزاره‌های دینی کار می‌شود. جلسه شانزدهم

و هفدهم، به طور تفصیلی به بررسی، تحلیل و اصلاح خداپنداره فرد (خدای سریع‌العقاب، غضب‌کننده، طردکننده، رهاکننده در خطرات و...) و جلسه هجدهم و نوزدهم، به اصلاح آخرت‌پنداره و ارتباط بین فکرهاى مزاحم و سواسی، با احساس گناه و عذاب اخروی با استناد به منابع دینی پرداخته می‌شود؛ ۳. تکالیف خانگی مربوط.

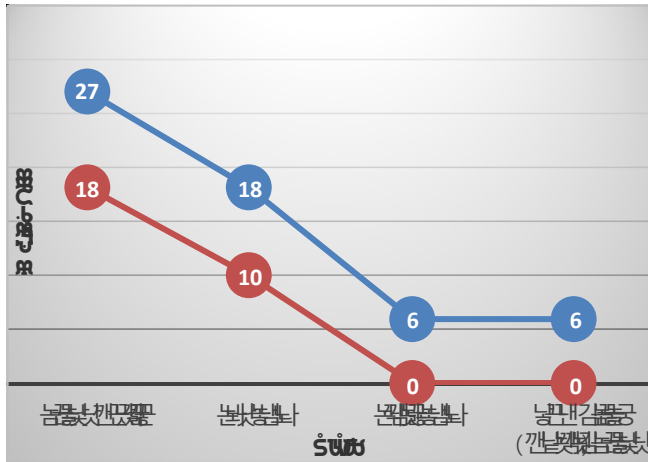
جلسه بیستم (پیشگیری از عود): ۱. تأکید بر ادامه سبک زندگی اسلامی (خواب، تغذیه و تحرک صحیح)؛ ۲. رویارویی و جلوگیری از پاسخ را بخشی از زندگی قرار دادن؛ ۳. نگرش مثبت به آینده بر اساس خودپنداره، خداپنداره و آخرت‌پنداره اصلاح شده؛ ۴. تعیین جلسات پیگیری.

یافته‌های پژوهش

مراجع اول، مرد ۲۹ ساله‌ای بود که از حدود ۵ سال پیش به بیماری وسواس-بی‌اختیاری مبتلا شده بود و دارای وسواس‌های فکری آسیب، آلودگی، مذهبی، احتکار، متفرقه، جسمی و وسواس‌های عملی شستشو، واری و متفرقه بود. در این مراجع، وسواس‌های عملی شدت بیشتری داشت. در سیر درمان، حدود جلسه هشتم، که بیشتر روی موضوعاتی مثل پذیرش وسواس برای کاهش احساس گناه مرضی، آگاه‌سازی فرد نسبت به معنادهی‌های مذهبی-اخلاقی، در چرخه وسواس و بررسی فکر منطقی از منظر منابع دینی کار شده بود، وسواس‌های فکری مثل وسواس مذهبی، آسیب و متفرقه نسبت به وسواس‌های عملی کاهش محسوسی داشت. به طوری که در حدود جلسه شانزدهم، که غالب وسواس‌های عملی کاهش پیدا کرد، وسواس‌های فکری تقریباً به طور کامل از بین رفته و نیازی برای کار روی آنها نبود.

مراجع دوم؛ مرد، ۳۱ ساله، معلم و دارای مدرک لیسانس که از حدود ۳ سال پیش به وسواس مبتلا شده بود و دارای وسواس‌های فکری آسیب، آلودگی، احتکار، مذهبی، تقارن، وسواس جسمی، متفرقه و وسواس‌های عملی شستشو، واری، آداب تکرار، احتکار و متفرقه بود. در این مراجع، وسواس‌های فکری، بخصوص وسواس آسیب شدت بیشتری داشت. در حدود جلسه دهم، با کار روی پذیرش وسواس، بررسی چرخه وسواس با نگاه مذهبی-اخلاقی و ملاک‌های فکر منطقی از منظر منابع دینی، وسواس‌های فکری مثل آلودگی، مذهبی و متفرقه کاهش محسوسی پیدا کرد. جلسه چهاردهم، وسواس‌های عملی از بین رفت و جلسات باقیمانده روی وسواس‌های فکری شامل آسیب، تقارن و احتکار کار شد. جلسه بیستم، علاوه بر کاهش شدت وسواس (نمودار ۱)، تقریباً تمام خرده‌مقیاس‌های هر دو مراجع کاهش محسوس نشان داد.

مراجعات در جلسه اول (مرحله خط پایه)، دارای نمره ۲۷ و ۱۸ در مقیاس ییل-براون بودند. در جلسه دهم، نمره‌ها به ترتیب ۱۸ و ۱۰ و در جلسه بیستم (آخرین جلسه)، شدت وسواس به نمره ۶ و صفر کاهش یافت. در مرحله پیگیری (سه ماه بعد)، این نمرات تغییری پیدا نکرد (نمودار ۱).



نمودار ۱. شدت نشانه‌های اختلال وسواس تا سه ماه پس از مداخله بر پایه نمره پرسش‌نامه ییل-براون

بحث و نتیجه‌گیری

سؤال پژوهش این بود که تأثیر درمان شناختی-رفتاری، با رویکرد اسلامی (شامل اصلاح خودپنداره با محتوی مذهبی، اصلاح خداپنداره و آخرت‌پنداره)، در کاهش شدت OCD چگونه است؟

بسته درمان مذهبی، شدت وسواس را در هر دو مراجع به طور محسوسی کاهش داد. این الگوی درمانی، با اصلاح معنادهی‌های نادرست مذهبی-اخلاقی (در حیطه خود، خدا و آخرت)، در چرخه وسواس مربوط به تمام خرده‌مقیاس‌های OCD، موجب کاهش احساس گناه مرضی در هر دو مراجع شد. از این طریق، شدت وسواس را به طور محسوسی کاهش داد.

این یافته، با تحقیقات بیان‌زاده و همکاران (۱۳۸۳)، آکوچکیان و همکاران (۱۳۸۹)، جان‌بزرگی و راجزی‌اصفهان‌ی (۱۳۹۰)، میکائیلی و همکاران (۱۳۹۰)، اسلام و همکاران (۲۰۱۵)، کاوینی و همکاران (۲۰۱۵)، شاپیرو و استوارت (۲۰۱۱)، همسو و با تحقیقات آبراموینتز (۲۰۰۱ و ۲۰۱۴) ناهمسو است. آبراموینتز (۲۰۰۱ و ۲۰۱۴) CBT مذهبی را فقط در خرده‌مقیاس وسواس مذهبی-اخلاقی مؤثر می‌داند. اصلاح شناخت، نسبت به مبدأ یا خداپنداره و معاد یا آخرت‌پنداره، موضوعی است که درمان شناختی

رفتاری فقط در درمان وسواس مذهبی-اخلاقی به آن پرداخته و در خرده‌مقیاس‌های دیگر OCD، به آن توجه‌ای نکرده است.

لازم به یادآوری است که این الگوی مذهبی، علاوه بر کاهش شدت وسواس که سؤال تحقیق بود، تقریباً تمام خرده‌مقیاس‌های فکری و عملی هر دو مراجع را نیز به طور محسوس کاهش داد. این کاهش، در شدت و نشانه‌های وسواس، می‌تواند نقش مهم معنادهی‌های مذهبی-اخلاقی و احساس گناه افراطی را در تمام نشانه‌های OCD برساند. البته تأیید آن، به تحقیقات با نمونه‌های بیشتر و مقایسه با گروه کنترل نیاز دارد.

این پژوهش، با محدودیت‌های مطالعات موردی از جمله عدم تعمیم‌پذیری و فقدان اعتبار درونی برای مطالعه روابط علی روبه‌رو است. انجام پژوهش در حد وسیع‌تر و به شکل گروهی و همچنین در مقایسه با سایر درمان‌ها در شرایط کنترل شده، می‌تواند ارزش اثربخشی آن را برجسته کند.

منابع

- آبرامویتز، جانانان، ۱۳۹۲، *چیرگی بر اختلال وسواسی-اجباری در ۱۰ گام*، ترجمه فاطمه قدیری، تهران، ارجمند.
- آردن، جان و دانیل دالکورسو، ۱۳۹۴، *کتاب کار درمان وسواس*، ترجمه مسعودجان بزرگی و مژگان آگاه‌هریس، تهران، ارجمند.
- آکوچکیان، شهلا و همکاران، ۱۳۸۹، «تأثیر روان‌درمانی مذهبی بر علائم وسواس و علائم همبودی در بیماران وسواسی با محتوای مذهبی»، *مجله دانشکده پزشکی اصفهان*، ش ۱۱۴، ص ۸۰۱-۸۱۱.
- آمدی، عبدالواحد بن محمد، ۱۳۶۶، *تصنیف غررالاحکم و دررالکلم*، قم، دفتر تبلیغات.
- استکنی، گیل و تریزا پیگت، ۱۳۸۹، *اختلال وسواس*، ترجمه حبیب‌الله قاسم‌زاده، چ دوم، تهران، ارجمند.
- انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۱۳۹۳، *راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، چ سوم، تهران، روان.
- بیان‌زاده، سیداکبر و همکاران، ۱۳۸۳، «بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری مذهبی فرهنگی در بهبود مبتلایان به اختلال وسواسی بی‌اختیاری»، *مجله دانشگاه علوم پزشکی ایران*، سال یازدهم، ش ۴۴، ص ۹۱۳-۹۲۴.
- جان‌بزرگی، مسعود و سپیده راجزی اصفهانی، ۱۳۹۰، «گروه‌درمانی چند بعدی اختلال وسواسی-اجباری»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، سال هفدهم، ش ۴، ص ۲۸۹-۲۹۶.
- جان‌بزرگی، مسعود و سیدمحمد غروی‌راد، ۱۳۹۴، *نظریه‌های نوین روان‌درمان‌گری و مشاوره: اصول، فنون و مطابقت‌های فرهنگی*، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- حدادی کوهسار، علی‌اکبر و باقر غباری‌بناب، ۱۳۹۱، «رابطه تصور فرد از خدا با رفتارهای وسواسی در دانشجویان»، *علوم رفتاری*، دوره ششم، ش ۱، ص ۱۱-۱۶.
- دادفر، مریم و همکاران، ۱۳۸۰، «شیوع علایم وسواس-اجباری»، *اندیشه و رفتار*، جلد ۷، ش ۱ و ۲، ص ۲۷-۳۲.
- راجزی اصفهانی، سپیده و همکاران، ۱۳۹۰، «پایایی و روایی نسخه فارسی مقیاس وسواسی-اجباری بیل‌براون»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، سال هفدهم، ش ۴، ص ۲۹۷-۳۰۳.
- رضوانی‌فرانی، عباس و محبوبه دادفر، ۱۳۸۴، «معرفی یک مداخله شناختی-رفتاری دینی در درمان اختلال وسواس»، *تقد و نظر*، ش ۳۷ و ۳۸، ص ۳۳۸-۳۴۸.
- سادوک، ویرجینیا و بنجامین سادوک، ۱۳۹۳، *خلاصه روان‌پزشکی*، ترجمه مهدی گنجی، تهران، ساوالان.
- صدرالمتألهین، ۱۳۶۶، *شرح اصول الکافی*، تهران، وزارت فرهنگ و آموزش عالی، مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی.
- فتی، لادن، ۱۳۷۶، «کاربرد شناخت-رفتار درمانی در درمان بیماران مبتلا به وسواس فکری-عملی مقاوم به درمان (گزارش موردی)»، *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، دوره سوم، ش ۲، ص ۵۲-۶۰.
- کفعمی، ابراهیم‌بن علی، ۱۴۲۳ق، *المصباح الکفعمی*، قم، محبین.

- میکائیلی، نیلوفر و همکاران، ۱۳۹۰، «نقش مذهب در کاهش وسواس»، *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ش ۸، ص ۲۷-۴۸.
- نارویی نصرتی، رحیم و محمود منصور، ۱۳۸۸، «طرح خودیابی اسلامی و درمان وسواس (آلودگی و طهارت و نجاست)»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۵، ص ۱۴۵-۱۷۰.
- ویل، دیوید و راب ویلسون، ۱۳۸۵، *وسواس و درمان آن*، ترجمه سیاوش جمالفر، تهران، ارسباران.
- ویلهلم، سابین و گایل استکتی، ۱۳۹۲، *شناخت درمانی وسواس فکری عملی*، ترجمه نگار اصغری‌پور و همکاران، تهران، سایه سخن.
- هایمن و پدریک، ۱۳۹۲، *رهایی از وسواس*، ترجمه حبیب‌الله قاسم‌زاده، تهران، ارجمند.
- یوسفی، رحیم و همکاران، ۱۳۸۷، «احساس کهنتری در بیماران مبتلا به هراس اجتماعی و وسواس - بی‌اختیاری»، *روان‌شناسی تحولی*، ش ۱۷، ص ۶۳-۶۸.
- Abramowitz, J, et al, 2002, Religious obsessions and compulsions in a non-clinical sample: The Penn Inventory of Scrupulosity (PIOS), *Behavior Research and Therapy*, v. 40, N. 7, p. 825-838.
- Abramowitz, Jonathan S, 2001, Treatment of scrupulous obsessions and compulsions using exposure and response prevention: A case report, *Cognitive and Behavioral Practice*, v. 8(1):79-85.
- _____, 2014, Scrupulosity: A cognitive-behavioral analysis and implications for treatment, *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, v. 3, p. 140-149.
- Agorastos A, et al, 2012, Religiosity, magical ideation, and paranormal beliefs in anxiety disorders and obsessive-compulsive disorder: a cross-sectional study, *Journal of Nervous and Mental Disease*, v. 200(10), p. 876-884.
- American Psychiatric Association, 2013, *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*, 5th ed. Arlington, VA.
- Aslam Muhammad, et al, 2015, Brief culturally adapted cognitive behaviour therapy for obsessive compulsive disorder: A pilot study, *Pak J Med Sci*, v. 31(4), p. 874-879.
- Barlow, et al, 2015, *Abnormal Psychology, An Integrative Approach*, Cengage Learning Stamford, CT 06902.
- Comer, Ronald J, 2015, *Abnormal Psychology*, Worth Publishers.
- Durand V, et al, 2013, *Essentials of Abnormal Psychology, Sixth Edition*, Publisher: Jon- David Hague. Wadsworth, Cengage Learning.
- Grant , Jon E, 2014, *Obsessive-Compulsive Disorder, The new england journal of medicine*, p. 646-653.
- Huppert, J.D, & Siev, J, 2010, Treating Scrupulosity in Religious Individuals Using Cognitive-Behavioral Therapy, *Cognitive and Behavioral Practice*, v. 17, p. 382-392.
- Inozu, M, et al, 2012, Scrupulosity in Islam: A comparison of highly religious Turkish and Canadian samples, *Behaviour Therapy*, v. 43, N. 1, p. 190-202.
- Kaviani, S, et al, 2015, The Relationship between Scrupulosity, Obsessive-Compulsive Disorder and Its Related Cognitive Styles, *Clinical Psychology*, v. 3, N. 1, p. 47-60.

- Kring, AM, et al, 2012, *Abnormal Psychology*, 10th Edition, Publisher: John Wiley and Sons.
- Lawrence, R. T, 1997, Measuring the Image of God: The God image inventory and the God image scales, *Journal of Psychology and Theology*, v. 25(2), p. 214-226.
- Leslie J, et al, 2001, God images and self-worth among adolescents in Scotland, *Mental Health, Religion & Culture*, v. 4, p. 103-108.
- Nelson, E. A, et al, 2006, Scrupulosity in patients with obsessive-compulsive disorder: Relationship to clinical and cognitive phenomena, *Journal of Anxiety Disorders*, v. 20, N. 8, p. 1071-1086.
- Olatunji. Bunmi O, et al, 2007, Scrupulosity and obsessive-compulsive symptoms: Confirmatory factor analysis and validity of the Penn Inventory of Scrupulosity, *Journal of Anxiety Disorders*, v. 21, p. 771-787.
- Pargament, kenneth, 2007, *Spiritually Integrated Psychotherapy, Understanding and addressing the sacred*, New York, Guilford.
- Ryan, juanita R, 2008, *Seeing God in New Ways: Recovery from Distorted Images of God*, The National Association for Christian Recovery.
- Shapiro, L. J, & Stewart ES, 2011, Pathological guilt: a persistent yet overlooked treatment factor in obsessive-compulsive disorder, *Ann Clin Psychiatry*, p. 63-70.
- Silton ,Nava R, et al, 2013, Beliefs About God and Mental Health Among American Adults, *Journal of Religion and Health*, 10.1007/s10943-013-9712-3.
- Verhagen P J, et al, 2010, *Religion and Psychiatry: Beyond Boundaries*, John Wiley & Sons Ltd, ISBN: 978-0-470-69471-8.
- Warshowsky, A, 2006, *Scrupulosity, magical thinking and neutralization effectiveness*, ETD Collection for Fordham University, Paper AAI3240066.
- Witzig, T. F, 2005, Obsessional beliefs, religious beliefs, and scrupulosity among fundamental protestant Christians, Dissertation. *Abstracts International*, v. 65, p. 3735.

اثر بخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی دین محور بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی نوجوانان

شهناز خالقی پور / استادیار گروه روان‌شناسی، واحد نایین، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران
 دریافت: ۱۳۹۴/۲/۲۲ - پذیرش: ۱۳۹۴/۷/۱۰
 shkhaleghipour@yahoo.com

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی اثر بخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی دین محور، بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی نوجوانان انجام گرفت. روش مطالعه نیمه تجربی، از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری، دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه ۱۴-۱۷ ساله، که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، تعداد ۳۰ نفر انتخاب شدند و در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل قرار گرفتند. برای گردآوری داده‌ها از پرسش‌نامه هویت دینی استفاده شد. گروه آزمایش، تحت مداخله آموزه‌های فضایل اخلاقی قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کواریانس چندمتغیره انجام شد. نتایج نشان داد آموزه‌های فضایل اخلاقی بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی منع شده، زودرس، آشفته و موفق مؤثر بود، ولی بر هویت دینی کلیشه‌ای اثر بخش نبود. آموزه‌های اخلاقی مبتنی بر دین، می‌تواند آگاهی و تعهد به ارزش‌های بنیادین دینی را افزایش داده، بر شکل‌گیری هویت دینی موفق تأثیر گذار باشد.

کلیدواژه‌ها: نوجوان، هویت دینی، اخلاق، دین.

مقدمه

«دین»، یکی از محوری‌ترین مباحث در قرآن کریم است و در بیش از ۱۳۰ آیه از قرآن، موضوعات مربوط به دین آمده است که بخش عمده آن، مربوط به ماهیت و حقیقت دین اسلام است (محمدنژاد عمران، ۱۳۹۳). دین محاسبه و تنظیم زندگی طبیعی و روانی در مسیر تکامل، رو به جاذبیت الهی است که یک رکن آن، عقاید دینی و رکن دیگر آن، سکناات اخلاقی است (جعفری، ۱۳۴۹، ص ۱۲۳). اخلاق از چنان ارزش و جایگاهی برخوردار است که پیامبر بزرگوار اسلام ﷺ، هدف بعثت خود را «اتمام مکارم اخلاق» می‌داند (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۲، ص ۲۸۲-۲۸۵). این مهم بدان علت است که اخلاق افزون بر آنکه صاحبش را به عالی‌ترین درجات انسانیت می‌رساند و بر دیگر افراد بشر فضیلت می‌دهد، در آخرت نیز به عالی‌ترین درجات ارتقاء خواهد داد و همچون مصالح ساختمانی، برای پی‌ریزی بنای حیات ابدی او به حساب می‌آید. از منظر قرآن کریم، دین همواره عجین و همراه با اخلاق است؛ به این معنا که اخلاق بدون دین و دین بدون اخلاق، قابل تصور نخواهد بود (محمدنژاد عمران، ۱۳۹۳).

در بینش قرآنی، حقیقت انسان را روح جاودانه او تشکیل می‌دهد که هویتی از او و به سوی او دارد. من حقیقی و متعالی، همان فردیت انسانی است که خودش باشد و با استعدادهای نهفته در وجودش همانی باشد که از عالم قدسی آمده و وجودش بارقه‌ای ملکوتی است که تجلی‌گاه حضرت قدسیت است (رضوانی‌پور، ۱۳۸۶).

در قرآن کریم، بارها نسبت به غفلت از خود حقیقی، عدم هویت‌یابی و سرسپردگی انسان به غیر خدا هشدار داده است: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ» (حشر: ۱۹)؛ و از پیروی از هوای نفس و تقلید ناآگاهانه از بزرگان منع شده است؛ زیرا غفلت از خود حقیقی و الهی سبب از خود بیگانگی و بی‌هویتی شخصیتی می‌شود. انسان در نگرش دینی و قرآنی، نه موجودی تماماً پیش ساخته و محکوم سرنوشت و تقدیر جبری است، و نه موجود تهی، رها و به خود واگذار شده (قیامه: ۳۶)، بلکه سرشار از تمایلات، استعدادها و انگیزه‌های خیرخواهانه و شیرانه است (شمس: ۸). در این آمیختگی، جهت‌گیری و جانب غالب، خیر، کمال و نیکی است که با آموزه‌های اخلاقی، می‌توان او را به کمال رساند.

موضوع علم اخلاق، اعم از ملکات نفسانی است که شامل همکاری‌های اختیاری انسان که دارای بار ارزشی است می‌شود، متصف به خوب و بد بوده، می‌تواند برای نفس کمالی را فراهم آورد و یا

موجب رذیلت و نقصی در نفس شود (مصباح، ۱۳۷۸). یکی از مباحث مهم در مبانی اخلاق، ارتباط میان اخلاق و دین است. اخلاق، با مبنای عقل عرفی استنتاجات اخلاقی دارد. از سوی دیگر، نص صریح دین، حکمی اخلاقی ارائه می‌دهد. مبانی مطرح در اخلاق اسلامی، با لحاظ الزامات اخلاق دینی راهبردهایی را برای حل مشکلات اخلاقی ارائه می‌کنند (فاطمی تبار، ۱۳۸۷).

فضایل اخلاقی نقش اساسی در تربیت روحی و معنوی انسان دارد و موجب می‌شود که انسان برای ارزش‌های والای انسانی ارزشی قائل شده، و همواره خدا را ناظر اعمال خود ببیند. دین و اخلاق، گاهی همراه هم بوده و گاه رقیب همدیگر. زمانی اخلاق از دین اثر پذیرفته و زمانی دیگر، دین از اخلاق. در مفهوم «استنتاج اخلاق از دین»، به غایات دین و اخلاق و نیازهای اخلاق به دین اشاره می‌شود. برای نمونه، در این ارتباط، به نقش اعتقادات دینی در ضمانت اجرایی دستورات اخلاقی تأکید می‌کند. اخلاق می‌تواند همان اهدافی را دنبال کند که دین دنبال می‌کند. هر دو دنبال تعالی بخشیدن به انسان هستند و انسان را از خودخواهی و خودمحوری نجات داده، او را تعالی می‌بخشند و حقیقت را محور رفتار و کردار او قرار می‌دهند (فاطمی تبار، ۱۳۸۷).

رابطه اخلاق با دین، رابطه ارگانیکی است؛ مثل رابطه تنه و درخت. دین دارای ریشه، تنه، شاخه، برگ و میوه است. ریشه دین، همان عقاید است، تنه‌اش اخلاق و شاخ و برگ و میوه‌هایش احکام هستند. پس تنه اگر صبغه دینی داشته باشد، جزء خود درخت خواهد بود. با این نگرش، اتحادات یعنی اتحاد یک جزء با کل خودش (مصباح، ۱۳۷۸).

علامه طباطبائی، اخلاق را بخشی از دین معرفی می‌کنند؛ به این صورت که دین وظیفه دارد اصول اخلاقی را به انسان تعلیم دهد و از امور قبیح بپرهیزاند. این کار دین، خود کاشفیت از ارزش‌های اخلاقی است (وجدانی و همکاران، ۱۳۹۱).

شهید مطهری در رابطه دین و اخلاق می‌گویند: اعتقاد بر اخلاق و عمل تأثیر می‌گذارد و اخلاق و عمل نیز به نوبه خود، بر اعتقاد اثر می‌گذارد. برای اعتقاد محکم و استوار، باید فضای مساعد اخلاقی و عملی فراهم آورد. برای مثال، اعتقاد الهی در فضای مساعد اخلاقی و عملی معنوی استحکام یافته و پایدار می‌ماند. در غیر این صورت، مادیت اخلاقی به تدریج آن را مضمحل و فرسوده می‌کند (مطهری، ۱۳۷۲، ص ۱۷۰-۱۷۴).

محققان بسیاری بر این موضوع صحه گذاشته‌اند که معنویت، مذهب و اخلاق، به طور نزدیکی با هویت پیوند یافته‌اند (ماکلین و همکاران، ۲۰۰۴؛ مارک استروم و همکاران، ۱۹۹۴؛ واتسون و همکاران،

۲۰۰۵). رست، انگیزش اخلاقی را وابسته با اولویت‌های ارزشی فرد و بخصوص اهمیتی که آنها برای ارزش‌های اخلاقی در برابر سایر ارزش‌ها قائلند، می‌داند (میری و همکاران، ۲۰۱۰).

هویت دینی، متضمن سطحی از دینداری است که با اجتماع دینی مقارنه دارد. همچنین، نوعی از هویت جمعی است که دربرگیرنده باورها، ارزش‌ها و اعتقادات دینی می‌باشد که فرد به یک مجموعه از اصول و عقاید دینی در گروه‌های مذهبی خاص دست می‌یابد، به‌طوری‌که بخشی از شخصیت او می‌گردد و نسبت به آنها اعتقاد و شناخت حاصل می‌کند. تجلی چنین احساس و تمایلی در اعمال و رفتار دینی آشکار می‌شود که افراد همه یا بخشی از تعالیم و دستورات دینی، اعم از عقاید، اخلاقیات و احکام را پذیرفته، و نسبت به آن نوعی احساس پابندی مستمر و نسبتاً با ثباتی پیدا می‌کنند. تماس با ارزش‌های مذهبی و اخلاقی، در تشکیل شخصیت تأثیر بسیاری دارد و نوجوان را وادار می‌کند که وجود خود را به منزله جزء و تابعی از جهان بزرگ بداند (احمدی، ۱۳۸۸، ص ۱۷).

مارسیا (۱۹۸۰)، دین را به عنوان یک حوزه مهم و یک عامل فرهنگی زمینه‌ای، در کاهش بحران هویت جوامع مذهبی معرفی می‌کند. وی بر این باور است در جوامعی که مذهب حاکم نیست، بحران‌های هویتی شدیدتر است؛ چرا که مذهب به مهم‌ترین سؤالات نوجوانان و جوانان، همانند از کجا آمده‌ام، به کجا می‌روم، چه کسی هستم و هدفم در زندگی چیست و زندگی چه ارزشی دارد، پاسخ می‌دهد (کاپلان و فلام، ۲۰۱۰).

اریکسون، مذهب را در چارچوب نظریه خود می‌پذیرد و آن را نهاد ارزشمندی برای تأمین نیازهای روان‌شناختی و ارضاء اعتماد پایه می‌داند. او اعتماد دوران کودکی را پایه ظرفیت ایمان در جوانی و بزرگسالی می‌داند. وی در یک نگاه کارکردگرایانه به مذهب، جذب جوانان به امور مذهبی را موجب جهت‌گیری آنها در زندگی و سپری در مقابل از خود بیگانگی معرفی می‌کند (آدامز و همکاران، ۲۰۰۵).
مارسیا با توجه به نقش مؤثر مذهب در تثبیت تعهد یا کاهش بحران و میزان طی کردن مراحل اکتشاف و تعهد، چهار نوع هویت دینی را مطرح کرد:

۱. هویت دینی موفق: افراد این گروه در زمینه جهان‌بینی، اعتقادات گذشته خود را ارزیابی می‌کنند و به راه‌حلی می‌رسند که آنها را برای انجام فعالیت آماده می‌کند. آنها دارای یک نظام باوری متفاوت با نظام باوری دوران کودکی هستند.

۲. هویت دینی تعلیق یافته: آنها همواره در حال جست‌وجو و تجزیه و تحلیل عقاید و اندیشه‌های متفاوت هستند و از تعهد به طور موقت اجتناب می‌کنند. در بعد دینی، هم‌نوایی فرد با دیگران کاهش پیدا

می‌کند و به جایی می‌رسد که خود را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و از خود می‌پرسد که چه کسی است و به چه چیزی باور دارد. این وضعیت برای درونی کردن ایمان و رسیدن به هویت یگانه لازم است.

۳. هویت دینی زودرس: در این وضعیت، فرد بدون اینکه مراحل اکتشاف را گذرانده باشد، نسبت به بعضی مسائل هویت تعهد دارد. او بیشتر پیرو نظرات دیگران است و عقیده‌ای که از جانب آنها در زمینه مذهب و سیاست به او ارائه می‌شود، بدون چون و چرا می‌پذیرد. چنین شخصی از مسئولیت‌هایی که با آزادی فردی همراه است وحشت دارد. تمایلی به کسب تجربه‌های جدید ندارد و تعهدهای زندگی خود را کمتر مورد سؤال قرار می‌دهد.

۴. هویت دینی مغشوش: در این وضعیت، فرد مرحله اکتشاف را نگذرانده است و در افکار و رفتار او، به میزان کافی تعهد به چشم نمی‌خورد. تعهد این گروه به دیگران، نسبت به اصول و باورها اندک است، صاحب اندیشه نیستند، نقش‌های اجتماعی را پیوسته مورد آزمایش قرار داده، سریع تصمیم می‌گیرند و به راحتی در سیطره هر نقشی در می‌آیند. این افراد بی‌هدف و سرگردان به نظر می‌رسند و از آگاهی‌های جدید اجتناب می‌کنند. چنین افرادی در مورد ایدئولوژی، که شامل دین و بینش سیاسی است، کمی می‌اندیشند و پرداختن به مسائل مرتبط با فلسفه زندگی را نوعی اتلاف وقت می‌دانند. آنها آمادگی بیشتری برای گرایش به انحرافات رفتاری دارند (لویکس و همکاران، ۲۰۰۷).

پالمور معتقد است: هرچه در طول دوره زندگی، اخلاق همراه با نگرش مذهبی مثبت و با دوامی وجود داشته باشد، اهمیت مذهب در گذر زمان افزایش یافته، با احساس شادمانی، مفید بودن و سازگاری همبستگی دارد. عقاید و رفتارهای مذهبی قدرت تعدیل هیجانات را دارند و بر احساس بامعنا بودن، عزت‌نفس و هویت موفق تأثیر می‌گذارد (ویلیام، ۱۹۸۸؛ جاکوبسون، ۱۹۹۸). عقاید و فعالیت‌های مذهبی، با سازگاری اجتماعی و شخصی مناسب و خود ارزشمندی در نوجوانی رابطه مثبت دارد (کراوس، ۱۹۹۸؛ کریم‌زاده، ۱۳۹۱). اخلاق، عقاید و مناسک، پیش‌بینی‌کننده‌های معنی‌داری در تعیین هویت فردی به شمار می‌روند (برجعلی و همکاران، ۱۳۹۲). پژوهش‌های بسیاری نشان می‌دهند که دینداری سالم با رفتارهای اخلاقی مانند کمک به دیگران (اوسلانر، ۲۰۰۲؛ لم، ۲۰۰۲)، گذشت (گرساچ و هاو، ۱۹۹۳؛ مک‌الخ و همکاران، ۲۰۰۵)، صداقت (پیرین، ۲۰۰۰؛ ترورورت و همکاران، ۱۹۹۴)، خودمهارگری (گی‌یر و باوماستیر، ۲۰۰۵) و قدردانی (آقابابایی و تبیک، ۲۰۱۳؛ مک‌الخ و همکاران، ۲۰۰۲) رابطه مثبت دارد. یافته‌های تحقیق شعبانی (۱۳۹۱) نشان می‌دهد که خوددفعی اخلاقی، مقابله با خطرات و شرکت داوطلبانه در فعالیت‌های عام‌المنفعه را افزایش می‌دهد. پژوهش‌های

دیگر نشان داد که بین جهت‌گیری‌های مذهبی و سبک‌های هویت رابطه وجود دارد. برای داشتن هویت موفق، باید جهت‌گیری‌های مذهبی مورد توجه قرار گیرد (رضایی فرح‌آبادی و احقر، ۱۳۸۹). پژوهش هاردی و همکاران (۲۰۱۰)، نشان داد افرادی که دارای هویت اخلاقی بالاتر هستند، رفتارهای اخلاقی بهتری را نشان می‌دهند. پژوهش *دالبرت* و همکاران (۱۹۹۶)، حکایت از آن دارد که باورهای عادلانه با نگرش‌های مذهبی ارتباط دارد. *لئونارد* (۲۰۱۰) نشان داد که دینداری، نگرش دینی و ارتباطات اجتماعی، از عوامل افزایش هویت اخلاقی می‌باشد.

از آنجایی که افراد از طریق اخلاق به توانایی انطباق رفتار خود با معیارهای صحیح دست پیدا می‌کنند و این توانایی، در سه زمینه تشخیص درست از نادرست، ایجاد یک نظام ارزشی اخلاقی و یادگیری انجام عمل طبق اصول و معیارهای اخلاق دینی ظاهر می‌شود و چنین مؤلفه‌هایی از طریق آموزش و توضیح ارزش‌ها، الگوهای نقش و تقویت گروهی صورت می‌پذیرد و نیز با توجه به پژوهش‌هایی که نشان داده افرادی که به سوی دستاوردهای هویتی پیش رفته‌اند، سطوح بالاتری از اعتقادات و اعمال مذهبی را بیان می‌کنند و روحیه سازش‌پذیری بالاتری دارند و قوه استدلال عاقلانه آنها ارتقا می‌یابد و همچنین با توجه به نقش مهم نوجوانان برای هویت ملی اسلامی، توجه به رشد اخلاق و شکل‌گیری هویت دینی موفق بیش از پیش ضروری است. از این رو، این پژوهش با هدف اثربخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی، مبتنی بر دین بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی نوجوانان انجام گرفت.

روش پژوهش

این پژوهش، نیمه تجربی از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون، با گروه کنترل می‌باشد. مداخلات مربوط به آموزه‌های فضائل اخلاقی در هشت جلسه یک ساعته، به صورت هفتگی بر اساس پروتکل تدوین شده توسط پژوهشگر با زیربنای دینی - روان‌شناختی، بر اساس مدل اجرایی رفتار اخلاقی چهار مؤلفه‌ای *جیمز رست*، شامل حساسیت اخلاقی، قضاوت اخلاقی، انگیزش اخلاقی، و ویژگی‌های اخلاقی با محتوای دینی و مذهبی برگرفته از قرآن، نهج‌البلاغه و سایر کتب دینی به صورت گروهی انجام شد. محتوای جلسات در مورد سه طبقه از وظایف، در رابطه با خود - خداوند و در معاشرت با مردم تدوین شد. خودشناسی، آگاهی و شناخت از شکل‌گیری انواع هویت و بحران‌های ناشی از هویت معلق و بدون مبنای دینی، ضرورت دین در شکل‌گیری هویت، شناخت پیامدهای دنیوی و اخروی، ناشی از دین‌گریزی و سوق یافتن به سمت ردائل در ارتباط با خداوند، حرکت به سمت ردائل در

ارتباط با خویشتن، رذائلی که در معاشرت اجتماعی ظاهر می‌شود، شناخت، آگاهی و راه‌های تقویت ویژگی‌های اخلاقی و فضایل درونی که به رابطه انسان و خداوند، رابطه انسان با خویشتن خویش و رابطه انسان با دیگران مربوط می‌شود و توجه و تمرکز بر بُعد مناسکی و اعمال دینی.

جامعه آماری، کلیه دانش‌آموزان پسر مدارس متوسطه شهر اصفهان، ۱۴-۱۷ ساله بودند که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، تعداد ۸۰ نفر انتخاب شدند. ۳۰ نفر از آنان که نمره هویت دینی پایین کسب کردند، وارد پژوهش شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری آزمایش و کنترل قرار گرفتند.

ابزار پژوهش

پرسش‌نامه هویت دینی: این پرسش‌نامه با توجه به مبنای نظری هویت‌یابی دیدگاه ماریا توسط کراسکیان موجه‌باری (۱۳۸۱)، برای دانش‌آموزان دوره دبیرستان هنجاریابی شد. اعتبار و روایی آن برای همه عامل‌ها مورد تأیید قرار گرفت. سؤالات با استفاده از طیف لیکرت، از یک تا پنج نمره‌گذاری شد. پرسش‌نامه تدوین شده دارای ۵۰ سؤال می‌باشد که دارای پنج عامل هویت منع شده (۱۲ سؤال) با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳، هویت دیررس (۱۰ سؤال) با ضریب ۰/۸۲، هویت دینی موفق (۱۳ سؤال) با ضریب ۰/۷۴، هویت دینی کلیشه‌ای (۱۰ سؤال) با ضریب ۰/۷۸ و هویت دینی آشفته (۵ سؤال) با ضریب ۰/۳۵ می‌باشد.

یافته‌های پژوهش

میانگین سن آزمودنی‌های مورد مطالعه در گروه آزمایش ۱۶/۲۴ و در گروه کنترل ۱۶/۷۳ بود. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه قبل و بعد از مداخله در جدول ۱ ارائه شده است. میانگین هویت آشفته، دیررس، منع شده پس از مداخله کاهش و میانگین هویت دینی موفق افزایش داشته است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار مقیاس‌های هویت دینی گروه کنترل و آزمایش

متغیرها		هویت موفق		هویت آشفته		هویت دیررس		هویت منع شده		هویت کلیشه‌ای	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
آزمایش	قبل از مداخله	۴/۹۱	۲۳/۱۲	۳/۶	۱۷/۲۷	۶/۱۹	۲۶/۱۴	۴/۱۷	۱۸/۴۲	۹/۲۵	
	بعد از مداخله	۹/۰۴	۱۹/۱۴	۱/۷	۱۳/۲۵	۲/۴۲	۱۷/۹۲	۳/۹۱	۱۷/۳۶	۷/۴۸	
کنترل	قبل از مداخله	۳/۸۹	۲۵/۴۲	۴/۷۳	۱۸/۱۹	۶/۲۳	۲۴/۱۷	۴/۴۱	۱۷/۴۶	۸/۲۷	
	بعد از مداخله	۲/۷۰	۲۹/۱۳	۵/۴۳	۱۸/۷۳	۵/۱۲	۲۴/۰۶	۳/۵۶	۱۶/۹۱	۵/۱۹	

در ابتدا به بررسی نرمال بودن داده‌های پژوهش، در مرحله پیش‌آزمون پرداخته شد تا نرمال بودن توزیع نمرات همسان با جامعه مورد بررسی قرار گیرد. این پیش‌فرض، نمایانگر این است که تفاوت مشاهده شده بین توزیع نمرات گروه نمونه و توزیع نرمال در جامعه برابر صفر است. بدین‌منظور، از آزمون شاپیرو - ویلک استفاده گردید. نتایج حاصل از اجرای این پیش‌فرض، در مورد نمرات زیرمقیاس‌های هویت دینی در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. سطح معنی‌داری خرده‌مقیاس‌های هویت دینی در آزمون نرمال بودن شاپیرو - ویلک

متغیر	آزمایش	معناداری	کنترل	معناداری
هویت موفق	۰/۹۲۸	۰/۱۸۷	۰/۶۷۵	۰/۷۴۲
هویت آشفته	۰/۸۶۴	۰/۴۸۱	۰/۷۴۹	۰/۸۳۱
هویت دیررس	۰/۵۳۹	۰/۴۱۲	۰/۳۲۱	۰/۳۱۶
هویت منع شده	۰/۴۹۰	۰/۲۱۱	۰/۵۸۳	۰/۱۹۸
هویت کلیشه‌ای	۰/۴۱۶	۰/۲۹۰	۰/۳۸۰	۰/۱۸۹

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، فرض صفر مبنی بر نرمال بودن توزیع نمرات خرده‌مقیاس‌های هویت دینی، در همه گروه‌ها در مرحله پیش‌آزمون معنی‌دار نیست؛ توزیع نمرات نمونه نرمال و همسان با جامعه است.

جدول ۳. نتیجه آزمون لوین به منظور برابری واریانس‌های دو گروه در متغیر هویت دینی

متغیرات	F	df1	df2	معناداری
موفق	۱/۵۴	۱	۲۸	۰/۸۶۳
آشفته	۲/۴۹	۱	۲۸	۰/۸۱۲
دیررس	۱/۵۰	۱	۲۸	۰/۵۲۹
منع شده	۲/۶۴	۱	۲۸	۰/۴۱۲
کلیشه‌ای	۲/۸۴	۱	۲۸	۰/۱۲۶

همان‌طور که در جدول ۳ دیده می‌شود، پیش‌فرض لوین مبنی بر برابری واریانس‌ها در گروه‌ها، در نمرات پیش‌آزمون هویت دینی در مرحله پیش‌آزمون پژوهش در جامعه رد نشده و باقی مانده است که با توجه به تأیید شدن پیش‌فرض‌ها، در اکثر موارد استفاده از آزمون‌های پارامتریک بلامانع است. از آنجاکه طرح پژوهش، از نوع تجربی و با دو مرحله پیش‌آزمون - پس‌آزمون می‌باشد، برای تحلیل داده‌ها و بررسی معناداری مقدار تغییرات به دست آمده و همچنین، تعیین اثربخشی مداخله آموزه‌های فضایل اخلاقی بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی، نمره‌های پیش‌آزمون تعدیل شد و از آزمون تحلیل کواریانس بین گروهی میانگین‌های پس‌آزمون استفاده گردید. نتایج بررسی تفاوت دو گروه، در متغیرهای پژوهش در مرحله پیش‌آزمون با استفاده از تحلیل مانکوا در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل مانکوا نمرات هویت دینی در مراحل پس‌آزمون دو گروه آزمایش و کنترل

تغییرات	منبع	لامبدای ویکلز	F	درجه آزادی	معناداری	حجم اثر	توان آماری
موفق	پیش‌آزمون	۰/۵۱۱	۱۰/۰۲	۲	۰/۰۰۱	۰/۲۱۷	۰/۹۷۳
	گروه	۰/۱۱۲	۱۶/۳۸	۲	۰/۰۰۱	۰/۸۳۲	۱
آشفته	پیش‌آزمون	۰/۳۱۸	۳۱/۴۹	۲	۰/۰۰۱	۰/۱۱۹	۰/۸۶۱
	گروه	۰/۲۱۶	۲۹/۲۳	۲	۰/۰۰۱	۰/۶۴	۰/۵۲۱
دیررس	پیش‌آزمون	۰/۴۱۸	۱۱/۲۱	۲	۰/۰۰۱	۰/۱۰۶	۰/۷۹۰
	گروه	۰/۳۱۹	۲/۱۹	۲	۰/۰۱۷	۰/۰۱۲	۰/۶۱۹
منع شده	پیش‌آزمون	۰/۶۱۲	۱۲/۲۱	۲	۰/۰۰۱	۰/۱۱۰	۱
	گروه	۰/۳۱۷	۱۷/۶۱	۲	۰/۰۰۱	۳۱/۹۰	۱
کلیشه‌ای	پیش‌آزمون	۰/۳۱۹	۴/۱۹	۲	۰/۰۰۱	۰/۲۱۰	۰/۴۱۹
	گروه	۰/۲۱۷	۱/۵۷	۲	۰/۲۰۱	۰/۰۱۶	۰/۸۳۴

بر اساس یافته‌های جدول ۴، میانگین خرده‌مقیاس نمرات هویت دینی، در بعد هویت موفق، آشفته، دیررس و منع شده در دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($P \leq 0/001$). آموزه‌های فضایل اخلاقی، بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی موفق، آشفته، دیررس و منع شده تأثیرگذار بود، ولی مداخله بر هویت دینی کلیشه‌ای مؤثر نبوده است.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که آموزه‌های فضایل اخلاقی بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی آشفته، دیررس و منع شده مؤثر می‌باشد. ولی این اثر بر بهبود هویت کلیشه‌ای مشاهده نشد. نتایج یافته‌های واترمن (۲۰۰۷)، رضایی‌فرح‌آبادی و احقر (۱۳۸۹)، برجعلی و همکاران (۱۳۹۲)، که جهت‌گیری‌های دینی را با شکل‌گیری هویت موفق مرتبط دانسته‌اند، همسو با یافته‌های این پژوهش است. احساس دینداری، موهبتی فطری و درونی است که بدون دریافت‌های بیرونی، خود به خود قابلیت جوشش از درون و برون را دارد، ولی تأثیر یادگیری‌ها و بارش اطلاعات، با محتوای اخلاقی بر اساس اصل تعادل‌جویی، می‌تواند موانع متضاد با فطرت و هویت دینی را در ممانعت از فوران این احساس درونی و به بیراهه رفتن آن از بین ببرد. در این دوره، به لحاظ گسترش ساخت‌های شناختی و ظهور هوش انتزاعی و وسعت دامنه تجربیات اجتماعی و ارتباط با همسالان، دگرگونی بنیادی در نظام ارزشی و اخلاقی پدید می‌آید. برنامه‌های مدون اخلاقی موجب می‌شود که نوجوان با انتخاب، آگاهی و تجدیدنظر در ارزش‌ها و قالب‌های گذشته، به داوری مستقل بنشیند و اخلاق دینی را درون‌سازی کند. نوجوان هنوز در مرحله‌ای نیست که برای شناخت دین، هدف‌گذاری آن و ایدئولوژی‌ها، بتوان ماهیت دین را به صورت انتزاعی برایش بیان کرد، بلکه لازم است ماهیت دین با استفاده از آموزه‌های اخلاق

دینی، به صورت عملیاتی تبیین شود. روان نوجوان، روانی عقیدتی است که در جست‌وجوی وحدت بخشیدن به ایده‌ها و عقاید مختلف است. وجود جامع‌ترین برنامه‌های ارزشی - مذهبی، برای وحدت یافتگی شخصیت و رشد یافتگی اخلاقی می‌تواند نوجوان را از هم‌پاشیدگی شخصیت حفظ کند. آنها با شناختن فضایل اخلاقی دنیای عادلانه را می‌پذیرند و اصول حاکم بر آن را یاد می‌گیرند. این اصول، نوعی علیت‌گرایی را بین شایستگی - رفتار و دستاوردهای معنوی و غیرمادی در دنیا برای نوجوان ایجاد می‌کند، به گونه‌ای که در رفتارهای خود اخلاقی‌تر شده، اهداف و معنای زندگی را درک می‌کند. نوجوان در ابتدای راه، توأمأ سرشار از انگیزه‌های خیرخواهانه و شیرانه است، جهت‌گیری غالب‌تر با توجه به ویژگی‌های دوران رشد شرارت و سرکشی است. شرارت آشفتگی و فوران موجب رفتارهای منفی می‌شود که فرد را در انتخاب راه‌حل‌ها با تناقض روبه‌رو کرده، و وی را نسبت به مسائل دینی و مذهبی بی‌توجه می‌کند. فضایل اخلاقی کمک می‌کند تا جهت‌گیری دیگری همچون خیر، کمال و نیکی فعال شود. سنت‌گریزی و تضاد با ارزش‌های اخلاقی کاهش یافته، خودتنظیمی بیشتری بر رفتارها حاکم شده و تمایلات غیراخلاقی محدود شود. اولویت‌های اخلاقی و ارزشی نیروی غالب زندگی شده و جهت همه فعالیت‌های وی، به سمت تحقق ارزش‌ها حرکت کند (هاکرمن و کینگ، ۱۹۹۸). در این شرایط، جهان‌بینی الهی پیدا کرده، مبدأ و مقصد خود را کشف کرده و پی می‌برد که برای چه آفریده شده و غایت آفرینش او چیست، می‌تواند در مورد مسائل زندگی بهتر تصمیم بگیرد. حضور خداوند را در همه لحظه‌های زندگی حس کرده، موجب می‌شود افراد بر اساس آموزه‌های دینی، که از طریق فرامین الهی به آنها امر شده، عمل نماید؛ زیرا باورهای دینی و اخلاقی ماهیتاً نقش رهنمودی و حمایتی بر عهده دارند. این امر موجب اتخاذ سبک زندگی دینی شده و در برابر حوادث زندگی، مقابله‌های سالم‌تری را در پی دارد. آموزه‌های اخلاقی، نقش نوعی قرارداد شخصی را بین فرد و دنیا بر عهده دارد. فرد را ملزم می‌کند تا به گونه‌ای رفتار کند که اعتدال، انصاف و عدالت را در رفتار خود به نمایش بگذارد. به رفاه جامعه بیندیشد، در ارتباط با دیگران از وجدان خود پیروی کند. به هنجارهای دینی و اخلاقی احترام بگذارد و به طور آسان‌تر، با مسائل دینی انطباق یابد. همچنین اصول اخلاقی در وی درونی شده و می‌اندیشد که یک عمل درست، عملی است که با دستورات وجدان وی مطابقت داشته باشد، با اعتقاد به اصول انسانی و جهان شمول، آنچه را آزادانه و آگاهانه اخلاقی می‌داند، به اجرا در می‌آورد. در این شرایط، درست و نادرست با تصمیم و انتخاب آگاهانه، بر اساس اصول اخلاقی و دینی به صورت جهانی تعیین می‌گردد (نورمن و همکاران، ۱۹۹۸) رفتارهایی که در دین اسلام با مکارم

اخلاق از آن یاد می‌شود، همچنین نظام ارزشی، جهت‌گیری اخلاقی و دینی ممنوعیت‌ها، انتقادات و ایده‌ها را به درون خود راه داده، «فرامن» را انباشته می‌سازد، با شکل‌گیری «فرامن»، «من» متعادل با برقراری ارتباط بین «بن» و «فرامن» سازش برقرار می‌کند. به گونه‌ای که مسائلی را که مخالف ارزش‌های دینی است و جنبه غیر اخلاقی دارد، تعدیل می‌کند یا به کنار می‌نهد و موارد همخوان با ارزش‌های دینی را می‌پذیرد. همچنین، تظاهرات زیست مایه در تماس با واقعیت محیط خارج متحول می‌شود که بر اثر آن، انگیزه‌هایی پدید می‌آیند که متکی بر دوام تصویری هستند؛ چیزی که انسان از وجود خویش در ذهن خود بنا می‌کند و شامل یک نوع وجدان خود پیرو و مستقل است که جهت‌گیری‌های بلندمدتی برای انسان به وجود می‌آورد (برک، ۱۹۹۱). در این شرایط، فرد در مناسبات خویش، تکلیف یا الزام بخش ارزش‌هایی را که با آن روبرو می‌شود را در خود احساس می‌کند که بیشتر اصل ارزش بر انگیزه‌های انسانی می‌باشد. تحول اخلاقی نوجوان، حاصل انفعالاتی است که در اثر تأثیر این نیروها و محیط تربیتی در وی ایجاد می‌شود. این نیروها از متن نیازهای روانی فرد سرچشمه می‌گیرد و او را وادار به حرکت و رفتار می‌کند و مراحل تحول رفتار، شخصیت و هویت را معین و هموار می‌کند (زاه، ۲۰۱۰). این تبیین، همسو با نظر بلات و کلبرگ (۱۹۷۵) می‌باشد که ارتقا ساخت‌های شناختی آنها را به سمت تحول اخلاقی سوق می‌دهد؛ چون تفکر صوری برای استقرار اخلاقی لازم است. بنابراین، رشد اخلاقی در ماهیت تفکر صوری ابتدایی موجب تجدید زمان در سازمان شناختی می‌شود و به باز سازمان‌دهی قابل پیش‌بینی به استدلال اخلاقی منتهی شده و در نهایت به شکل‌گیری هویت دینی مطلوب می‌انجامد. نوجوانان برای اینکه بفهمند چگونه رفتار کنند، نیمی از آموزش اخلاق است و نیمی دیگر از آن عمل کردن است. آنچه در آموزش مفاهیم و قواعد اخلاقی ضرورت دارد، صرفاً ارتقاء مفاهیمی چون راستگویی، درستکاری، عدالت، شجاعت، محبت به دیگران و... نیست، بلکه فراتر از آن زمینه‌سازی و ایجاد آمادگی روانی و عاطفی برای تبدیل کردن گفتار اخلاقی، به رفتار دین‌محور است تا آن‌گاه هویت‌یابی به سهولت شکل گیرد. فعالیت‌های اخلاقی، به همراه شیوه‌های مذهبی به شخص امکان می‌دهد با مشکلات مواجهه فعال داشته باشد، بایدها و نبایدهای اخلاقی و ارزش‌های اختصاصی رشد یابد. این عامل، موجب هدف‌گذاری بهتر شده و در شرایط خاص با فراهم‌سازی تکیه‌گاه‌های تبیینی، نوجوان را از تعلیق و بی‌معنایی نجات دهد. تبیین و تصریح اهداف، اصول، روش‌ها و محتوای اخلاقیات دینی موجب رشد تفکر گردیده، زمینه را برای یافتن پاسخ سؤالات ارزشی آماده می‌کند. تبیین این مسئله، در دیدگاه رست که انگیزش و هویت

اخلاقی را وابسته به اولویت‌های ارزشی فرد و بخصوص اهمیتی که آنها برای ارزش‌های اخلاقی و فرهنگ بومی در برابر سایر ارزش‌ها قائلند می‌داند مشهود است، نوجوان با آگاهی و شناخت تجارب و احساسات دینی، پابندیش به جوهر دین و ارزش‌های بنیادین اخلاقی بیشتر شده، تعلق و تعهدش به مشارکت در اعمال و آیین جمعی دینی و فراگیر بودن این ارزش‌ها ارتقا یافته، مراحل اکتشاف و تعهد را آسان‌تر طی می‌کند (میری و همکاران، ۲۰۱۰). آنها در زمینه جهان‌بینی، عقیده‌های گذشته خود را ارزیابی کرده، و به راه‌حلی می‌رسند که آنها را برای انجام فعالیت آماده می‌کند. بر اعمال قبلی خود تفکر بیشتری داشته، در شرایط دشوار سازش باالغانه نشان داده و تحت تأثیر عقاید جزمی و یا بدون مبنای دینی دیگران، برای تصمیم‌گیری‌ها وابستگی کمتری نشان می‌دهند و یک نظام باوری مطلوب، بر اساس اطلاعات دریافتی به دست می‌آورند. آموزه‌های اخلاقی می‌تواند کسب ظرفیت داوری اخلاقی در مورد رفتار خوب و بد، بر اساس توجه به رفاه اجتماعی انسان‌ها یا اصول جهان‌شمول اخلاقی و عدالت، در رشد یافتگی و تکوین هویت را ارتقا دهد. ارزش‌ها می‌توانند حداقل برای برخی افراد ایده‌آل‌های فراموقعیتی فراهم آورد تا باورهایشان را درباره آنچه می‌خواهند انجام دهند و به آن وسیله، نگرش‌ها و رفتارشان را تنظیم کنند (شانگهی، ۲۰۰۰). بنابراین، پیوند ارزش‌ها با هویت، به فرد انگیزه می‌دهد تا رفتار، ارزیابی و انتخاب‌های خود را بر اساس چارچوب ارزشی بنیان نهد. این حالت، بر شرایط قضاوت اخلاقی تأثیر می‌گذارد، زیرا مذهب می‌تواند فرد را به سمتی هدایت کند که اهمیت بیشتری به ارزش‌هایی که محافظه‌کاری (سنت، همنوایی) و خود‌تعالی‌بخشی (خیرخواهی) است، حرکت دهد (بنسون و همکاران، ۲۰۰۳؛ شوارتز، ۲۰۰۹). در این پژوهش، مشخص شد آموزه‌های اخلاقی بر بهبود بعد هویت دینی کلیشه‌ای موثر نبود. متغیرهای فردی، همانند عواملی از قبیل شخصیت، تحول شناختی، ارزش‌ها و نگرش‌های خانواده، عدم انعطاف‌پذیری و سبک‌های والدگری، می‌تواند در عدم اثرگذاری آموزه‌های اخلاقی بر هویت دینی تأثیرگذار باشد. افراد با هویت کلیشه‌ای، بدون داشتن تجربه بحران نوجوانی نسبت به اهداف خاص، تعهد پیدا کرده‌اند. آنها در چارچوب برنامه‌هایی که دیگران و والدین از قبل برای آنها تدارک دیده‌اند، اهداف خاصی را پذیرفته‌اند و به شدت به خانواده‌های خود وابسته‌اند و احساس رضایت می‌کنند. از مراجع قدرت پیروی می‌کنند و به قوانین احترام می‌گذارند و بعد اعتقادی برای خود انتخاب کرده‌اند، بدون آنکه خود نقش فعالی داشته باشند. زمانی که دچار بحران می‌شوند، تلاشی جهت شناسایی خود و مبارزه برای استقلال و اثبات خود انجام نمی‌دهند. آنها با حالاتی چون احساس جدایی و پوچی درونی و ناتوانی فزاینده، در ارتباط با دیگران روبرو هستند و

دچار بی‌تفاوتی، عدم تعهد به اهداف خاص و سطحی‌نگر بوده، ابهام نقش و تردید در تصمیم‌گیری را که حالات بحران هویت است، تجربه نمی‌کنند. پس، به علت داشتن نقش منفعل در باورها و اعتقادات مذهبی خود و عدم تلاش در جهت تغییر آنها، ابعاد اخلاقی را کمتر می‌پذیرند و توان برقراری روابط صمیمی با دیگران را ندارند. به علت حالات جزمی بودن آنها، آآموزه‌هایی را که از بیرون به آنها ارائه می‌شود، کمتر می‌پذیرند. به هر حال، هدف اساسی هر نظامی از برنامه‌ریزی فرهنگی و تربیتی در مدارس، جامعه‌پذیر کردن جوانان و نوجوانانی است که به ارزش‌های دینی ارج نهاده و به هنجارهای آن عمل نمایند. ارزش‌ها و هنجارهای دینی، به سؤالات اساسی و مهم که در تعارض با هویت دینی پیش می‌آید، به شکلی ساده جواب می‌دهد. اگر نوجوان قادر به یافتن ارزش‌های مثبت پایدار در فرهنگ، دین یا ایدئولوژی خود نباشد، ایده‌اش به هم می‌ریزد. فردی که از در هم ریختگی هویت دینی رنج می‌برد، نه می‌تواند ارزش‌های گذشته را ارزیابی کند و نه صاحب ارزش‌هایی شود که به کمک آنها، بتواند آزادانه برای آینده طرح‌ریزی کند. بنابراین، برای بسیاری از نوجوانان داشتن نوعی فلسفه زندگی برای شکل‌گیری هویت موفق ضروری می‌باشد. کسب هویت دینی، همراه با رشد اخلاقی موجب ایجاد وحدت اجتماعی و نظام‌های معنایی شده و بر رشد سالم نوجوان تأثیر دارد. از این‌رو، مدارس، دانشگاه‌ها و مسئولان آموزشی و فرهنگی می‌توانند با ارائه پیشنهادات علمی و عملی دینی و اخلاقی، دانش‌آآموزان را در کسب هویت دینی کمک کنند.

این پژوهش بر روی جامعه دانش‌آآموزان پسر انجام شده است، پیشنهاد می‌شود بر روی دختران دانش‌آآموز و دانشجویان برنامه جامع آآموزه‌های فضیلت‌های اخلاقی انجام شود و نتایج مورد مقایسه قرار گیرد.

منابع

- احمدی، یعقوب، ۱۳۸۸، «وضعیت دینداری و نگرش به آینده دین در میان نسل‌ها مطالعه موردی شهر سنندج»، *معرفت فرهنگی اجتماعی*، سال اول، ش ۱، ص ۱۷-۴۴.
- برجعلی، زهرا و همکاران، ۱۳۹۲، «نقش جهت‌گیری مذهبی در ساختار هویت فردی»، *روان‌شناسی دین*، سال ششم، ش ۳، ص ۹۷-۱۰۸.
- جعفری، محمدتقی، ۱۳۴۹، *ترجمه و تفسیر نهج البلاغه*، قم، فرهنگ اسلامی.
- رضایی فرح‌آبادی، سمانه و قدسی احقر، ۱۳۸۹، «بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و سبک‌های هویت و مقایسه آنها در دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر تهران»، *مطالعات ملی*، سال یازدهم، ش ۳، ص ۲۵-۴۷.
- رضوانی‌پور، مهدی، ۱۳۸۶، «کرامت انسان از دیدگاه قرآن»، در: همایش امام خمینی و قلمرو دین، کرامت انسان، ش ۲، <http://maarefquran.org/index.php/page.viewPrintArticle/LinkID,6575>
- شعبانی، زهرا، ۱۳۹۱، «فراتحلیل تحول اخلاقی در تحقیقات انجام شده طی سال‌های ۱۳۶۵-۱۳۸۸»، *پژوهش نگارش کتب دانشگاهی*، سال شانزدهم، ش ۲۷، ص ۴۲-۸۱.
- فاطمی تبار، سیداحد، ۱۳۸۷، «استنتاج اخلاق از دین»، *اخلاق و تاریخ پزشکی*، سال اول، ش ۲، ص ۷-۱۴.
- کراسکیان موجمباری، آدیس، ۱۳۸۱، *تدوین و هنجاریابی پرسش‌نامه هویت دینی برای دانش‌آموزان دوره دبیرستان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه آزاد اسلامی.
- کریم‌زاده، صادق، ۱۳۹۱، «رشد اخلاقی: تغییر در روی‌آوردهای معاصر»، *روان‌شناسی و دین*، سال پنجم، ش ۳، ص ۶۳-۹۵.
- محمدنژاد عمران، مرتضی، ۱۳۹۳، «رابطه اخلاق و دین از منظر قرآن کریم»، *فتوحات مکیه*، ص ۷-۲۹.
- مصباح، محمدتقی، ۱۳۷۸، «دین و اخلاق»، *قیاسات*، ش ۱۳، ص ۳۰-۳۷.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۷۲، *علل گرایش به مادیگری*، تهران، صدرا.
- نوری، محدث، ۱۴۰۸ق، *مستدرک الوسائل*، قم، مؤسسه آل‌بیت علیه السلام.
- وجدانی، فاطمه و همکاران، ۱۳۹۱، «پایه‌های فطری اخلاق در نظریه علامه طباطبائی و اصول تربیتی مبتنی بر آن»، *پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی*، سال بیستم، دوره جدید، ش ۱۵، ص ۹-۲۷.
- Adams GR, et al, 2005, Identity processing styles and Canadian adolescents' self-reported delinquency, *Identity: An Int J Theor Res*, v. 5, p. 57-65.
- Aghababaei, N, & Tabik, M.T, 2013, *Gratitude and mental health: Differences between religion & culture*, v. 16, p. 761-766.
- Benson, P. L, et al, 2003, Spiritual development in childhood and adolescences: Toward a field of inquiry, *Applied Developmental Science*, v. 7, p. 204-212.
- Berk, L.E, 1991, *Child development*, p. 499-511.
- Blatt, M. M, & Kohlberg L, 1975, The effects of classroom moral discussion upon children's moral of judgment, *Journal of Moral Education*, v. 4, p. 129-161.

- Dalbert C, et al, 1996, "The belief in a just world in Hangary", *Journal of Cross - Cultural Psychology*, v. 27(3).
- Geyer, A.L, & Baumeister, R.F, 2005, *Religion, morality and self control ,values , virtues and vices .In R.F.paloutzian & C.L. Pord* (Eds). Handbook of the psychology of Religion & spirituality: (pp.412-432), Newyork, The Guilford press.
- Gorsuch, R. L, & Hao, J.Y, 1993, Forgiveness: An exploratory factor analysis and its relationship to religious variables, *Review of Religious Research*, v. 34, p. 333-347.
- Hackerman A. F, & King, P, 1998, "Adolescent spirituality: A foundation for recovery from drug dependency", *Addiction Treatment Quarterly*, v. 15.
- Hardy, S. A, et al, 2010, Moral identity and psychological distance: The case of adolescent parental socialization, *Journal of Adolescence*, v. 33, p. 111-123.
- Hardy. S. A, 2010, Moral identity. Virginia Lemos, S. M. (1995). Students goals and selfregulation in the classroom, *International Journal of Educational Research*, v. 31, p. 471-485.
- Jakobson, J, 1998, *Islam in transition*, London, Routledge.
- Kaplan, A, & Flum, H, 2010, Achievement goal orientations and identity formation styles, *Educational Research Review*, v. 5, p. 50-67.
- Krause, N, 1998, Stressors in highly valued roles, religious coping and morality, *Journal of psychology and aging*, v. 13(2), p. 242-255.
- Lam P.Y, 2002, AS the flocks gather: How religion affect voluntary association participation, *Journal for the scientific study of Religion*, v. 41, p. 405-422.
- Laura Berk, E, 1991, *Child development*, p. 499-511.
- Leonard, G. R, 2010, *Moral identity in adolescence: A literature review*, University of Asuza, California.
- Luychx, K, et al, 2007, Information- oriented identity processing, identity consolidation, and well- being: The moderating role of autonomy, self- reflection, and self- rumination, *Personality and Individual Differences*, v. 43, p. 1099-1111.
- Maclean. A. M, et al, 2004, Transcendence and the Moral Self: Identity Integration, Religion, and Moral Life, *Journal for the Scientific Study of Religion*, v. 46, p. 429-437.
- Marcia, James. E, 2002, Identity and psychosocial development in adulthood, Identity: An international, *Journal of theory and research*, v. 2(1), p. 7-28.
- Markstrom, C. A, et al, 1999, *Religious Involvement and Adolescent psychosocial*, London, Routledge.
- Mccullough, M. E, et al, 2002, The grateful disposition: A conceptual and empirical topography, *Journal of personality and social psychology*, v. 82, p. 112-127.
- _____, 2005, *Religion and forgiveness In R.F. paloutzian*, p. 394-411, New yourk, The Guilford press.
- Muyre, L, et al, 2010, Impathy, perspective taking and personal value as predictors of moral schema, *Journal of Moral Educational*, v. 39(2), p. 213-233.
- Norman, G. R, et al, 1998, Relative effectiveness of in-struction in forward and backward reasoning, Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association, San Diego, CA.
- Perrin, R. D, 2000, Religiosity and honesty: Continuing the search for the consequential dimension, *Review of Religious Research*, v. 41, p. 534-544.
- Schwartz, K.B, 2009, *Basic Human values. Seminar on the quality and comparability of measures for constructs in comparative research: Method and Application*, Bolzano, Italy.

- Shang Hee, K.J, 2000, *Identity formation status, spiritual well being and family functioning type among college students in korea*. <http://ezproxy.marshall.edu:2056/p4web/dis7319145618/sid=28fmt=28/clie=ntld=162378/RQT=30>.
- Tervoert, M, et al, 1994, The effect of religion on self – interest morality, *Review of Religious Research*, v. 35, p. 302-323.
- Uslaner, E. M, 2002, Religion and civic engagement in canada and the united states, *Journal for the scientific study of Religion*, v. 41, p. 239-250.
- Waterman, A. S, 2007, Doing well: The relationship of identity status to three measures of well-being, *International Journal of Theory and Research*, v. 7, P. 289-307.
- Watson, P. J, et al, 2005, Spiritual Experience and Identity: Relationships with Religious Orientation, *Religious Interest, and Intolerance of Amiguity, review of Religious Research*, v. 46, p. 371-379.
- William, D, 1988, *The moral child: Nurturing children's natural moral growth*, New York, The Free Press.
- Zaha, A. N, 2010, *Moral identity formation and its relationship to adolescent volunteer behavior*, University of Asuza, California.

بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ سالمندان مقیم خانه سالمندان

afsane.sartipzade@yahoo.com

کافسانه سرتیپ‌زاده / دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی دانشگاه آزاد واحد خوراسگان

مهناز علی‌اکبری دهکردی / دانشیار دانشگاه پیام‌نور

سیده راضیه طبائیان / استادیار دانشگاه اصفهان

دریافت: ۱۳۹۳/۱۰/۱۱ - پذیرش: ۱۳۹۴/۳/۱۷

چکیده

این پژوهش به بررسی تأثیر معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ سالمندان می‌پردازد. روش این مطالعه «نیمه‌آزمایشی» و با طرح «پیش‌آزمون، پس‌آزمون - پیگیری» با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش تمام سالمندان مقیم خانه سالمندان هستند. از بین سالمندانی که در مقیاس اضطراب مرگ نمره بالای ۷ کسب نمودند، ۲۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه ۱۰ نفری آزمایشی و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایشی مداخله مبتنی بر رویکرد معنویت‌درمانی را دریافت کردند. سپس پرسش‌نامه «اضطراب مرگ» در مراحل پس‌آزمون و پیگیری توسط نمونه پژوهش شده تکمیل گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها با روش «تحلیل واریانس» با اندازه‌گیری‌های مکرر انجام شد. یافته‌ها حاکی از آن است که معنویت‌درمانی به شیوه گروهی موجب اختلاف بارز در میانگین نمرات گروه آزمایش در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به مرحله پیش‌آزمون می‌گردد و در کاهش اضطراب مرگ سالمندان مؤثر بوده است. نتیجه آنکه معنویت‌درمانی روش مناسبی برای کاهش اضطراب مرگ سالمندان است.

کلیدواژه‌ها: سالمند، اضطراب مرگ، معنویت‌درمانی.

انسان با سایر مخلوقات در تولد، بیماری، جوانی، بلوغ، سالمندی و مرگ سهیم است، ولی از میان همه جانداران، تنها انسان است که می‌تواند پایان کار خویش را انتظار کشد. او آگاه است از اینکه سرانجام زمان مرگش فراخواهد رسید و تدابیر و دوران‌دیشی‌های خاصی به خرج می‌دهد تا از خود در برابر خطر نابودی محافظت کند. در اواخر بزرگسالی، سالمندان به مرگ می‌اندیشند و درباره آن صحبت می‌کنند. آنها از تغییرات جسمانی، میزان بالاتر بیماری و معلولیت و از دست دادن خویشاوندان و دوستان، شواهد بیشتری برای مرگ به دست می‌آورند. بدین‌روی، انسان را از تفکر در باب مرگ و کوشش برای شناخت آن گریزی نیست. اما این تفکر در باب مرگ بهایی دارد که انسان باید پردازد و آن سپری کردن عمری در سایه ترس از مرگ است. ترس از مرگ هراس از ناشناخته‌ها نیست و معنای آن بسیاری از ترس‌های موجود در زندگی را هم، که در محرومیت‌ها و شکست‌ها انعکاس می‌یابد، دربر می‌گیرد. «اضطراب مرگ» به عنوان یک ترس غیرعادی و بزرگ از مرگ است که همراه با احساساتی همچون وحشت از مرگ یا دلهره به هنگام فکر کردن به فرایند مردن یا چیزهایی که پس از مردن رخ می‌دهد، تعریف می‌شود (رایس، ۲۰۰۹). اضطراب مرگ را به عنوان احساسی منفی که یک فرد درباره مرگ و مردن تجربه می‌کند، تعریف می‌کنند. تامر و الیسون (۲۰۰۸) نیز اضطراب مرگ را چنین تعریف می‌کنند: به‌طور معمول، اضطرابی است که افراد در پیش‌بینی حالتی که آنها وجود ندارند، تجربه می‌کنند. یالوم (Yalom, E) (۱۹۸۰)، به نقل از لئو و استین (Leo, R & Stien, M)، (۲۰۰۹) «اضطراب» و «ترس درباره مرگ» را مترادف می‌داند، و «اضطراب مرگ» را این‌گونه تعریف می‌کند که اضطراب مرگ «ترس از مرگ است که در ناخودآگاه جای دارد، و ترسی است که در اوایل زندگی و قبل از رشد تصور دقیق، شکل گرفته، و ترسی است وحشتناک و نیمه‌تمام که در خارج از زبان و تصور وجود دارد».

اضطراب مرگ با افزایش آگاهی از بارز بودن مرگ از طریق یادآوری کنندگان فانی بودن شخص آغاز می‌شود. یادآوری کنندگان مرگ در سه گروه مشخص همپوشانی و دسته‌بندی می‌شود: ۱. محیط‌های استرس‌زا، مانند جنگ و یا تجربه غیرقابل پیش‌بینی شرایط؛ ۲. تشخیص یک بیماری تهدیدکننده زندگی یا تجربه حادثه تهدیدکننده زندگی؛ ۳. تجارب مرتبط با مرگ (لئو و استین، ۲۰۰۹). طبق مطالعات آگراس (Agras, S) و همکاران (۱۹۶۹)، ۱۶ درصد مردم از اضطراب مرگ رنج می‌برند و ۳ درصد دارای اضطراب مرضی در این خصوص هستند. زنان نسبت به مردان سطح بالاتری از

اضطراب مرگ را گزارش می‌کنند. سطح تحصیلی، اقتصادی، اجتماعی بالاتر با سطح پایین‌تر اضطراب مرگ همراه است، و سطح بالای باورهای مذهبی و مشارکت در فعالیت‌های دینی با سطح پایین‌تر اضطراب مرگ همراه است (سهیل و اکرم، ۲۰۰۲). در یک نمونه بزرگ از افراد مسن ۶۱ تا ۸۰ ساله، زنان سالمند به میزان قابل توجهی اضطراب مرگ بالاتری نسبت به مردان نشان دادند (هیچ‌سان، هوسلی، و بویل، ۱۹۸۸). شواهد حاکی از آن است که معنویت می‌تواند در کاستن از اضطراب مرگ کمک کند و با توجه به آنکه معنویت به عنوان نیاز فطری انسان در خلال بزرگسالی افزایش می‌یابد و سالمندان در این دوره به احساس پخته‌تری از معنویت نیاز دارند از این رویکرد در درمان اضطراب مرگ می‌توان بهره برد.

مشکلات روانی غالباً جلوه‌های بیماری وجودی هستند (رک: مدی، ۱۹۸۹). در معنویت‌درمانی، سعی می‌شود از ظرفیت‌های وجودی، گرایش‌ها و انگیزه‌های الهی و فضیلت‌های اخلاقی در بهبود و درمان بیماری استفاده شود. آنچه در معنویت‌درمانی حایز اهمیت است جنبه معناگرایانه آن است که محتوای درمان را شکل می‌دهد، و در قالب اصول و عادات هر دین و مذهبی تجلی پیدا می‌کند. این سازه‌ها و فنون درمانی در معنویت‌درمانی می‌تواند جنبه رفتاری، شناختی، فراشناختی، عاطفی و اخلاقی داشته باشد که در مفاهیم و رفتارهای دینی همچون توکل، صبر، نماز، دعا، نیایش، و مراقبه تعریف می‌شود.

اسلام بر اعتقاد به عالم برزخ بر بقای روح پس از مرگ استوار است که در ادیان الهی و غیرالهی نیز به عنوان یک اصل مهم به‌شمار می‌آید، به‌گونه‌ای که بیشتر ادیان برای انسان بقا و حیاتی طولانی‌تر از عمر این جهان قایل هستند و پیروان خود را به سوی آن جهان دعوت می‌کنند و نسبت به حساب و کتاب آن اندرز می‌دهند. شاید معدود انسانی را بتوان یافت که مرگ را پایان زندگی بدانند و از درون به آن راضی باشد. پس مرگ باب فنا و نابودی نیست، بلکه بعکس وارد شدن به عالمی دیگر است که جاودانه است. مرگ در واقع، گذرگاهی است که با عبور از آن، از سوی وجود به سوی وجود دیگر سفر می‌کنیم. ارزش و اهمیت مرگ را از اینجا نیز می‌توان دریافت که حضرت علی علیه السلام در **نهج البلاغه** بیش از ۸۰ بار درباره مرگ سخن گفته است. اهمیت اعتقاد به مرگ و زنده شدن دوباره در روز قیامت در اسلام، به اندازه‌ای است که انکار آن به منزله انکار یکی از اصول آن (اصل معاد) تلقی می‌شود و موجب خارج شدن از اسلام می‌گردد. روشن است که با اعتقاد به مرگ و زنده شدن دوباره در روز قیامت، مرگ به عنوان یک رویداد طبیعی تلقی شود و از ترس او درباره مرگ بکااهد. معنویت و دین‌داری در نهایت، بر یکدیگر اثر می‌گذارند و در تعامل کامل قرار

می‌گیرند و هر کدام نیروبخش دیگری می‌گردد تا آدمی به کمال شایسته انسان در این عالم دست یابد. به عبارت دیگر، یاد و ذکر معبود و ارتباط همیشگی یا اکثری با او موجب می‌شود که بنده بهتر به برنامه دینی عمل کند و عمل به برنامه دین کم و کیف یاد خدا را بالا می‌برد و هر روز که می‌گذرد، تعامل این دو تشدید می‌گردد. روان‌درمانگران مداخلات معنوی، تمرین‌ها و یا سنت‌هایی را که از آنها استفاده می‌کنند قرن‌هاست معتقدان به ادیان الهی به نحوی در رفتارهای مذهبی، از آنها استفاده می‌کنند؛ مثل نیایش، مراقبه، خواندن متون مقدس، بخشایشگری. هر یک از این تمرین‌های معنوی به شکل‌های گوناگون در ادیان توحیدی، از جمله اسلام تأیید گردیده و به کارگرفته شده است. از نظر روان‌شناسان، علت آنکه این تمرین‌ها در ادیان گوناگون به کار گرفته شده است و قرون متمادی بشر آنها را به کار بسته، دلالت بر این دارد که نیازهای عمیق انسانی را مطرح نموده و یا به آنها پاسخ می‌گوید و در حل مشکلات انسان‌ها در قرون متمادی مفید واقع شده است (غباری‌بناب و همکاران، ۱۳۸۴). در نیویورک، نیلیس و نایاک، (۱۹۸۲، به نقل نورانی، ۱۳۸۷) پژوهشی را بر روی افراد مسن از ادیان گوناگون انجام دادند که نشان داد دین‌گرایی با «اضطراب مرگ» رابطه معکوس داشته، با احساس سلامت روانی و معنادار بودن زندگی رابطه مستقیم دارد.

در مطالعات سیسرلی (Cicirelli, V.G) (۲۰۰۲) نشان داده شده است، که اعتقاد به زندگی پس از مرگ و گرایش‌های مذهبی با ترس از مرگ ارتباط منفی دارد. تمپلر و لونتو (۱۹۸۶) نیز نتیجه گرفتند که به طور کلی، افراد مذهبی اضطراب مرگ کمتری را تجربه می‌کنند. آنها گزارش کردند که مطالعات دلالت می‌کند بر اینکه مراقبت‌های مذهبی، فعالیت‌های دینی شخصی مثل دعا، عبادت و خواندن متون مقدس، ارزش مذهب نزد افراد، میزان روابط با دوستان و فرزندان، میزان مشارکت در فعالیت‌های گروهی، جنسیت، سن، وضعیت تأهل، درآمد، و سلامتی بر اضطراب مرگ تأثیر دارند. در مطالعات انجام شده در ایران نیز بین جهت‌گیری مذهبی و اضطراب مرگ رابطه منفی وجود دارد (علی‌اکبری و همکاران، ۱۳۹۰؛ منصورنژاد و کجباف، ۱۳۸۹).

با توجه به مطالب مزبور، فرضیه این مطالعه عبارت است از: معنویت درمانی موجب کاهش اضطراب مرگ سالمندان مقیم «خانه سالمندان» شهر اصفهان می‌شود.

این مطالعه نیمه‌آزمایشی و با طرح «پیش‌آزمون، پس‌آزمون-پی‌گیری» با گروه کنترل است. جامعه آماری را در این پژوهش تمام سالمندان (دامنه سنی ۶۰ سال به بالا) مقیم «خانه سالمندان» شهر اصفهان تشکیل می‌دهد.

از جامعه آماری پژوهش حاضر و از بین کسانی که علاقه به شرکت در این مطالعه را داشتند، و در مقیاس اضطراب مرگ نمره بالای ۷ کسب کردند، ۲۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه ۱۰ نفری، آزمایشی و کنترل (گروه در نوبت انتظار) قرار گرفتند. جنس آزمودنی‌ها در گروه آزمایش ۸۰ درصد زن و ۲۰ درصد مرد و در گروه کنترل ۷۰ درصد مرد و ۳۰ درصد زن است. ۶۰ درصد آزمودنی‌ها در گروه آزمایش در رده سنی ۶۵-۶۰ و این رقم در گروه کنترل ۵۰ درصد. بنابراین، بیشتر آزمودنی‌های در گروه سنی ۶۵-۶۰ سال هستند. ۴۰ درصد آزمودنی‌های گروه آزمایش بی‌سواد و ۶۰ درصد گروه کنترل نیز بی‌سواد بوده‌اند و تمام آزمودنی‌ها در دو گروه مسلمان هستند. از نظر سایر متغیرهای جمعیت‌شناختی نیز در دو گروه، تفاوت معناداری مشاهده نگردیده است. مقیاس اضطراب مرگ «DAS» (Death Anxiety)، هم به عنوان پیش‌آزمون و هم به عنوان ملاک غربالگری استفاده گردید. سپس گروه آزمایشی مداخله مبتنی بر رویکرد معنویت‌درمانی را طی ۸ جلسه گروهی دریافت نمود. طی این مدت، گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از اتمام جلسات درمانی، مجدداً ابزار پژوهش به عنوان پس‌آزمون و یک ماه پس از اتمام درمان، به عنوان پی‌گیری بر روی آزمودنی‌ها اجرا شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از روش «تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر» استفاده شد.

ابزار پژوهش

مقیاس اضطراب مرگ (DAS): این پرسش‌نامه توسط تمپلر در سال ۱۹۷۰ ساخته شده و شامل ۱۵ ماده است که نگرش آزمودنی‌ها را به مرگ می‌سنجد. آزمودنی‌ها پاسخ‌های خود را به هر سؤال با گزینه‌های «بلی» یا «خیر» مشخص می‌کنند. پاسخ «بلی» نشانگر وجود اضطراب در فرد است. بدین‌روی، نمره‌های این مقیاس می‌تواند بین صفر تا ۱۵ متغیر باشد، که نمره بالا معرف اضطراب زیاد افراد درباره مرگ است. ساچینو و کلاین (Saggino, R & Kline, P) (۱۹۹۶) ضریب آلفای کرونباخ را برای عامل‌های سه‌گانه‌ای که با روش «تحلیل عوامل» ویرایش ایتالیایی این مقیاس به دست آوردند - به ترتیب - ۰/۶۸، ۰/۴۹ و ۰/۶۰ گزارش کرده‌اند. بررسی‌های به عمل آمده توسط تمپلر (۱۹۷۰) در خصوص روایی و پایایی مقیاس اضطراب مرگ، نشان می‌دهد این مقیاس از اعتبار قابل قبولی برخوردار است. در فرهنگ اصلی، ضریب پایایی بازآزمایی مقیاس ۰/۸۳، روایی همزمان به وسیله آن با مقیاس اضطراب آشکار ۰/۲۷ و با مقیاس افسردگی ۰/۴۰ گزارش شده است (تمپلر، ۱۹۷۰). پایایی

و روایی این پرسش نامه را در ایران، رجیبی و بحرانی (۱۳۸۰) بررسی کرده و بر این اساس، ضریب پایایی تصنیفی را ۰/۶۰ و ضریب همسانی درونی را ۰/۷۳ گزارش داده‌اند. برای بررسی روایی مقیاس اضطراب مرگ، از دو آزمون «مقیاس نگرانی مرگ» و «مقیاس اضطراب آشکار» استفاده شده که نتیجه آن ۰/۰۴ برای ضریب همبستگی مقیاس اضطراب مرگ با مقیاس نگرانی و ۰/۳۴ برای ضریب همبستگی مقیاس اضطراب مرگ با مقیاس اضطراب آشکار بوده است (رجیبی و بحرانی، ۱۳۸۰).

جلسات گروه معنویت‌درمانی: در این پژوهش، منظور از «معنویت‌درمانی» شیوه‌های درمانی مبتنی بر اصول معنویت اسلامی همچون ارتقای نیت، نظم، توکل، دعا، نیایش، صبر، ذکر و رهنمودهای معنوی است که توسط گروه محققان تدوین گردیده و به سالمندان دارای اضطراب مرگ و سالمندانی که دچار کاهش تاب‌آوری شده‌اند، آموزش داده شده است. این فرایند درمانی طی ۸ جلسه و به صورت دو جلسه دو ساعته در هر هفته اجرا گردید. عنوان جلسات معنویت‌درمانی به شرح ذیل است:

جدول ۱. عناوین جلسات معنویت‌درمانی

جلسات	عنوان جلسات
جلسه اول	آشنایی و ارزیابی رفتاری و شناختی مراجعان: برقراری رابطه درمانی
جلسه دوم	صبر و ارتقای نیت: پرداختن به اولین و دومین پیش‌فرض انسان معنوی
جلسه سوم	عمل‌گرایی و نظم: پرداختن به پیش‌فرض سوم و چهارم انسان معنوی
جلسه چهارم	دعا و شکرگزاری: پرداختن به پیش‌فرض پنجم زندگی معنوی
جلسه پنجم	توکل: پرداختن به پیش‌فرض ششم زندگی معنوی
جلسه ششم	شناخت صفات خداوند: پرداختن به پیش‌فرض هفتم زندگی معنوی
جلسه هفتم	انفاق، بخشش، ادب در محضر خداوند و نماز: پرداختن به پیش‌فرض هشتم و نهم زندگی معنوی
جلسه هشتم	جست‌وجوی معنا، مسئولیت‌پذیری: پرداختن به پیش‌فرض دهم زندگی معنوی

پس از اجرا و نمره‌گذاری، داده‌های خام با نرم‌افزار «spss16» تجزیه و تحلیل شد. در روش‌های آمار توصیفی، از میانگین و انحراف معیار استفاده شد و در روش‌های آمار استنباطی، از تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر برای بررسی تفاوت نمرات اضطراب مرگ پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پی‌گیری، بین گروه‌های تحت پژوهش استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پی‌گیری اضطراب مرگ در گروه‌های «آزمایش» و «کنترل» در جدول ۲ ارائه شده است:

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد نمرات اضطراب مرگ در گروه‌های آزمایش و کنترل

پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پی‌گیری		تعداد	گروه	شاخص
انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین			
۲/۹	۸/۱	۱/۸	۹/۲	۲/۲	۸/۷	۱۰	گروه کنترل	اضطراب مرگ
۲/۶	۳/۸	۱/۶	۳/۵	۲/۷	۹/۵	۱۰	گروه آزمایش	

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌گردد، میانگین اضطراب مرگ دو گروه در مرحله پیش‌آزمون تقریباً در یک سطح بوده است. در مرحله پس‌آزمون، اضطراب مرگ گروه «آزمایش» کاهش زیادی داشته است، ولی در گروه «کنترل» اندکی افزایش مشاهده می‌گردد. در مرحله پیگیری نیز اضطراب مرگ گروه «آزمایش» نسبت به مرحله پیش‌آزمون کاهش یافته، ولی نسبت به مرحله پس‌آزمون اندکی افزایش یافته. در گروه «کنترل» نیز در مرحله پیگیری میانگین اضطراب مرگ مقداری کاهش داشته، اما این شاخص در گروه کنترل در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تقریباً در یک سطح است. به منظور بررسی توزیع میانگین متغیر وابسته از آزمون «کالموگروف-اسمیرنوف» استفاده گردید که فرض توزیع میانگین نمرات اضطراب مرگ در سطح معناداری ۰/۵۸۴ تأیید گردید.

در جدول ۳ نتایج آزمون «لوین» برای ارزیابی تساوی واریانس‌ها برای نمرات اضطراب مرگ در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون لوین درباره فرض تساوی واریانس‌های گروه‌های جامعه

متغیر	مراحل	F	درجه آزادی	معناداری
اضطراب مرگ	پیش‌آزمون	۱/۸۳	(۱و۱۸)	۰/۱۹۳
	پس‌آزمون	۰	(۱و۱۸)	۱
	پی‌گیری	۰/۰۰۸	(۱و۱۸)	۰/۹۲۹

با توجه به جدول ۳ مشاهده می‌شود: فرض صفر درباره تساوی واریانس‌های دو گروه در متغیر اضطراب مرگ تأیید می‌شود؛ یعنی واریانس‌های دو گروه در جامعه با یکدیگر برابر است و با هم تفاوت معناداری ندارد.

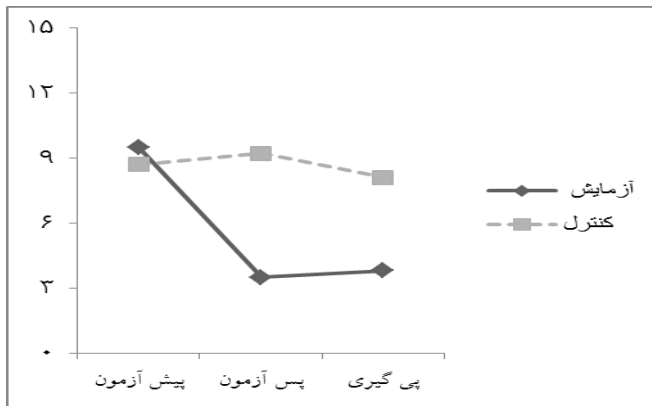
برای بررسی پیش‌فرض تساوی کواریانس‌های دو گروه از آزمون «باکس» استفاده شد و پیش‌فرض تساوی کواریانس دو گروه در متغیر «اضطراب مرگ» در سطح معناداری ۰/۴۹ تأیید گردید.

به منظور تجزیه و تحلیل نتایج تأثیر متغیر مستقل بر متغیر وابسته در مراحل پس‌آزمون و پی‌گیری، از روش تجزیه و تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه گردیده است:

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های مکرر برای بررسی تأثیر معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ

توان آماری	مجذور اتا	سطح معناداری	F	درجه آزادی	ضریب لامبدای ویلکس	منابع تغییرات
۰/۹۹۸	۰/۶۵۵	<۰/۰۰۱	۱۶/۱	(۲ و ۱۷)	۰/۳۴۵	پیگیری
۰/۹۱۶	۰/۴۰۹	۰/۰۰۲	۱۲/۵	(۱ و ۱۸)	۰/۳۳۴	گروه
۰/۹۹۹	۰/۶۸۹	<۰/۰۰۱	۱۸/۸	(۲ و ۱۷)	۰/۳۱۱	تعامل بین پیگیری و گروه

نتایج حاصل از آزمون «بون‌فرنی» با توجه به نمرات میزان معناداری، در مرحله پس‌آزمون و مرحله پیگیری، تفاوت اثر گروه‌ها را بین مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون و همچنین مراحل پیش‌آزمون و مرحله پیگیری نشان می‌دهد. شاخص دیگری که باید به آن توجه شود «اندازه اثر» است که در جدول با عنوان «مجذور اتا» مشخص شده است. مجذور اتا نشان‌دهنده درصدی از واریانس نمرات اضطراب مرگ است که در اثر اجرای عمل آزمایشی به وجود آمده است. مقدار مجذور اتای گروه ۴۰۹ درصد و در مرحله پیگیری ۶۵۵ درصد است. بدین‌صورت که ۴۱ درصد از تغییرات نمرات اضطراب مرگ در مرحله پس‌آزمون و ۶۵ درصد در مرحله پیگیری ناشی از اجرای روش درمانی است. توان آماری نیز در مرحله پس‌آزمون ۰/۹۱۶ و در مرحله پیگیری ۰/۹۹۸ بوده که نشانگر دقت آماری بالا و کفایت حجم نمونه است.



نمودار ۱. مقایسه میانگین نمرات اضطراب مرگ در مراحل آزمون در گروه‌های آزمایش و کنترل

با توجه به نمودار ۱ نمرات اضطراب مرگ گروه «آزمایش» در مرحله پس‌آزمون نسبت به مرحله پیش‌آزمون افت بارزی داشته است (۶ نمره) و این تغییر نمره در مرحله پیگیری نیز (با اندکی افزایش) تقریباً ثابت مانده است که نشانگر تأثیر مداخله بر اضطراب مرگ گروه «آزمایش» است، ولی در گروه «کنترل» این نمره‌ها در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تغییر چندانی نداشته است.

جدول ۵. مقایسه زوجی گروه‌ها روی مقیاس اضطراب مرگ در مراحل آزمون

متغیر وابسته	مرحله	تفاوت میانگین	خطای استاندارد	معناداری
اضطراب مرگ	پیش آزمون و پس آزمون	۲/۷۵	۰/۴۶	<۰/۰۰۱
	پیش آزمون و پیگیری	۳/۱۵	۰/۵۳	<۰/۰۰۱
	پس آزمون و پیگیری	۰/۴۰	۰/۵۸	۰/۵۰۲

چنان‌که در جدول ۵ مشاهده می‌گردد، تفاوت میانگین نمرات اضطراب مرگ در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون ۲/۷۵ است که با توجه به میزان معناداری در مرحله پس‌آزمون، تفاوت اثر گروه‌ها را در مرحله پس‌آزمون نشان می‌دهد و تفاوت میانگین نمرات اضطراب مرگ در مرحله پیش‌آزمون و پیگیری ۳/۱۵ است که با توجه به میزان معناداری در مرحله پیگیری، تفاوت اثر گروه‌ها را در مرحله پیگیری نشان می‌دهد و همچنین تفاوت میانگین نمرات اضطراب مرگ در مرحله پس‌آزمون و پیگیری ۰/۴۰ است که با توجه به میزان معناداری، میزان اضطراب مرگ در مرحله پیگیری نسبت به مرحله پس‌آزمون تغییر معناداری نداشته است. از این رو، با توجه به مندرجات جداول ۵ و ۶ و نمودار ۱ فرضیه پژوهش با عنوان «معنویت‌درمانی موجب کاهش اضطراب مرگ سالمندان مقیم خانه سالمندان شهر اصفهان می‌شود»، تأیید می‌گردد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این پژوهش تعیین اثربخشی رویکرد معنویت‌درمانی در کاهش اضطراب مرگ سالمندان مقیم «خانه سالمندان» بود. در این زمینه، مشخص شد که معنویت‌درمانی اثربخشی بالایی در کاهش اضطراب مرگ سالمندان دارد. یافته‌های حاصل از این پژوهش با یافته‌های قبلی جین (Jane, M) (۲۰۰۶)، یاهویون (Ya-Huiwen) (۲۰۱۰) و سهیل و اکرم (۲۰۰۲) همخوانی دارد. مرگ از ابتدای خلقت انسان، کانون اصلی خرافات و باورهای گوناگون قرار گرفته و بشر برای رویارویی با این پدیده ناشناخته و هراسناک، به مذهب و فلسفه پناه برده و با توسل به علم و هنر تحمل آن را آسان‌تر کرده است (رک: معتمدی، ۱۳۸۶). معنویت ترس از مرگ را کاهش می‌دهد (لوین، ۲۰۰۰). افرادی که دارای معنویت درونی شده و فعال هستند و از حس اخلاقی و نوع‌دوستی قوی برخوردارند و انگیزه اصلی خود را در انسان بودن و حفظ کرامت او به منظور تقرب به درگاه خداوند جست‌وجو می‌کنند، با روی آوردن به معنویات، سلامت خود و دیگران را حفظ می‌نمایند (رک: شریفی درآمدی، ۱۳۸۶). معنویت در خلال بزرگسالی افزایش می‌یابد، به گونه‌ای که اضطراب مرگ در بزرگسالانی، که افراد ایمانی راسخ به نیرو یا موجودی عالی دارند کمتر است و سالمندی دوره‌ای است که سالمندان احساس

معنویت پخته‌تری را پرورش می‌دهند؛ یعنی با آگاهی از این موضوع که زندگی آنها در آینده‌ای نزدیک به پایان می‌رسد فعالانه معنای عالی‌تری را در آن می‌جویند.

در خصوص تبیین این نتایج، به این نکته می‌پردازیم که معنویت با مذهب همپوشی دارد و سطوح مذهبی بودن در افراد پیر و جوان می‌تواند به گونه‌ای عمیق، اضطراب از مرگ را که فرد در طول زندگی تجربه می‌کند تحت تأثیر قرار دهد. برخورداری از فلسفه شخصی پیشرفته درباره مرگ نیز ترس از مرگ را کاهش می‌دهد. بدین‌سان، افرادی که دیدگاه مذهبی متزلزلی دارند مرگ را ترسناک‌تر می‌دانند (برک، ۲۰۰۱). ادراک ناقص انسان از مذهب و خدا و آموزه‌های نادرست، سبب می‌گردد که او مرگ را به منزله ورود به دنیایی پر از درد و رنج تصور کند و به این سبب، از مرگ بهراسد. علت کاهش اضطراب مرگ افرادی که گرایش مذهبی در آنان قوی است، آن است که آنها اعتقاد دارند برای رفتارهای مذهبی خود پس از مرگ پاداش خواهند گرفت. جانگ (۱۹۶۵) معتقد است: همه مذهب‌های بزرگ جهان یک آمادگی برای مرگ فراهم می‌کنند و در نتیجه، افرادی که از اعتقادات مذهبی قوی‌تری برخوردارند، مرگ را به عنوان یک فرایند طبیعی از زندگی می‌دانند. مرگ برای این افراد حسی از معنا در زندگی فراهم می‌سازد. در افراد با مذهب درونی شده، آگاهی از اجتناب‌ناپذیر بودن مرگ به عنوان یک بحران وجودی، ذاتاً افراد را به نیاز برای یافتن معنا در زندگی و دیدگاه پذیرش مرگ به جای اضطراب مرگ هدایت می‌کند. با رسیدن فرد به مرحله سالمندی، علاقه به معنویات در او تقویت می‌شود و معنویت به عنوان یکی از نیازهای درونی انسان که در قلب‌ها، ذهن‌ها و آیین‌ها، به ویژه آیین‌های مذهبی وجود دارد، می‌تواند به کاهش اضطراب مرگ کمک کند، و این زمانی میسر خواهد شد که معنویت رشد یافته، سالم و سودمند باشد (شریفی درآمدی، ۱۳۸۶). چون سالمندی مرحله گرایش به معنویات و ارتباط با یک نیروی متعالی و گسست ارتباط با دنیاست، از این رو، معنویت‌درمانی موجب کاهش اضطراب مرگ سالمندان می‌گردد.

از دیگر علل اثربخشی معنویت‌درمانی، کمک به مراجعان در رویارویی با واقعیت مرگ است. آگاهی از مرگ، حس مسئولیت‌پذیری افراد را نسبت به زندگی افزایش می‌دهد. نتیجه آنکه افراد با آگاهی از موضوع مرگ خود، تمام تلاششان را در قبال مسئولیتی که در ازای تمام لحظات زندگی دارند، به کار می‌گیرند. همچنین آگاهی از مرگ غیرقابل‌گریز شوق در رویارویی با فعالیت‌های مخاطره‌برانگیز را افزایش می‌دهد. آگاهی از مرگ غیرقابل‌گریز به مراجعان این فرصت را می‌بخشد تا با آگاهی از نقص‌ها، باز هم شجاعانه زندگی کنند.

همچنین با تبیین نقش «داشته‌های انسان در شکل‌گیری و وابستگی به زندگی دنیوی و شدت اضطراب مرگ و نقش «بودن‌ها و صفات الهی انسان در مراقبت و ایجاد توانمندی و آرامش در او در جلسات اشاره گردید. طبق آموزه‌های اسلام و دیگر ادیان الهی، ارزش انسان به بودن‌ها و صفات نیک اوست و پس از مرگ نیز هیچ‌یک از داشته‌های او در زندگی دنیوی به زندگی ابدی او راه نخواهد یافت و تنها اعمال نیک و صفات و فضایی که در زندگی دنیوی کسب نموده است موجب آرامش روح او در زندگی پس از مرگ خواهد گردید. به این طریق، از اضطراب مرگ او خواهد کاست. از سوی دیگر، گذشت از «داشته‌ها» به نفع ایجاد «بودن‌های الهی خواهد بود؛ یعنی انسان با «انفاق و بخشش داشته‌هایش» به زندگی معنوی نزدیک‌تر می‌گردد و از این راه، به آرامش روحی و روانی دست خواهد یافت.

پژوهشگران بر این باورند که معنویت به وسیله اعمال و عقاید پذیرفته شده هر فرهنگ مشخصی، بیان شده، شکل می‌گیرد (دان (Done, M)، ۱۹۹۳). این امر در جامعه ما، که مذهب و معنویت از جایگاهی ویژه برخوردار است، خود را بیشتر نشان می‌دهد. در جامعه ما، مذهب از مؤثرین تکیه‌گاه‌های روانی به شمار می‌رود که قادر است معنای زندگی را در تمامی عمر فراهم سازد و انسان را از بی‌معنایی نجات دهد. به‌ویژه، در مواقع سخت و بحرانی، می‌تواند کمکی مهم برای فرد به شمار آید. بر همین اساس، برخی از تجارب و شواهد نشان می‌دهد که در کشور ما، بسیار از اختلالات روانی و عاطفی در تعامل با مسائل معنوی قرار دارند و بدون توجه به آن، تشخیص و درمان موفقیت‌آمیز نخواهد بود. حالاتی مانند اختلالات اضطرابی و اضطراب مرگ از این نمونه است.

معنویت‌درمانی یکی از راه‌های اساسی و پراهمیت و یک روش درمانی است که بشر می‌تواند به کمک آن از اختلالات اضطرابی پیشگیری کند و سلامت جسم و روان خود را حفظ نماید و با کمک گرفتن از دین، نماز و نیایش به منبع لایزال و نامتناهی قدرت الهی وابسته شده، احساس امید و آرامش داشته باشد و بدین‌گونه، حس مسئولیت‌پذیری و معنایابی در زندگی او فراهم می‌گردد و با اعتقاد به زندگی پس از مرگ و وعده پاداش الهی در قبال اعمال نیک در دنیا، از اضطراب مرگ او کاسته خواهد شد.

محدودیت عمده این پژوهش، عدم مقایسه این رویکرد با سایر رویکردهای موجود در برطرف ساختن اضطراب مرگ برای معرفی بهترین رویکرد درمانی است. پیشنهاد می‌گردد از سایر رویکردهای درمانی در کاهش اضطراب مرگ به منظور مقایسه نتایج آنها با معنویت‌درمانی و معرفی بهترین رویکرد در این زمینه استفاده گردد.

منابع

- آذربایجانی، مسعود و سیدمهدی موسوی اصل، ۱۳۸۵، *درآمدی بر روان‌شناسی دین*، تهران، سمت.
- آقاجانی، محمد و همکاران، ۱۳۹۱، «بررسی ارتباط انس با قرآن کریم و باورهای مذهبی با میزان اضطراب مرگ در بیماران قلبی دانشگاه علوم پزشکی کاشان»، *مجله پزشکی کاشان*، ش ۱۴۲، ص ۱۱-۱۹.
- براهنی، محمدتقی و همکاران، ۱۳۷۵، *واژه‌نامه روان‌شناسی و زمینه‌های وابسته*، تهران، فرهنگ معاصر.
- برک، لورا، ای، ۲۰۰۱، *روان‌شناسی رشد*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، اسبابان.
- بک، آرون تی و گاری امری، ۱۳۸۳، *مدل‌شناختی اضطراب*، ترجمه عبدالرسول پاسالاری بهجانی، تهران، دانش پژوهان جوان.
- تبلیش، پل، ۱۳۶۶، *شجاعت بودن*، ترجمه مراد فرهادپور، تهران، سمت.
- جان‌بزرگی، مسعود، ۱۳۷۷، «بررسی اثربخشی روان‌درمان‌گری با و بدون جهت‌گیری مذهبی اسلامی بر اضطراب و تنیدگی»، *روان‌شناسی*، سال دوم، ش ۴، ص ۳۴۳-۳۳۸.
- جعفری تبریزی، محمدتقی، ۱۳۷۸، *عرفان اسلامی*، گردآوری و تنظیم: شهرام تقی‌زاده انصاری و همکاران، تهران، مؤسسه تدوین و نشر آثار علامه جعفری.
- چیریان، جان تی، ۱۳۸۳، «ارزیابی علائق دینی و معنوی در روان‌درمانی»، *تقد و نظر*، سال نهم، ش ۱ و ۲، ص ۳۳۰-۳۶۶.
- راسل، مهدی و علی اردلان، ۱۳۸۶، «آینده سالمندی و هزینه‌های خدمات سلامت، هشدار برای نظام سلامت کشور»، *سالمندی ایران*، سال دوم، ش ۴، ص ۳۰۰-۳۰۵.
- رجبی، غلامرضا و محمد بحرانی، ۱۳۸۰، «تحلیل عاملی سؤال‌های مقیاس اضطراب مرگ»، *روان‌شناسی*، ش ۲۰، ص ۳۳۱-۳۴۵.
- سروندیان، نگین، ۱۳۸۲، *مقایسه احساس تنهایی و ترس از مرگ در زنان و مردان سالمندسرای سالمندان شهرستان اهواز در سال ۱۳۸۱-۱۳۸۲*، پایان‌نامه کارشناسی روان‌شناسی عمومی، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی.
- شریفی درآمدی، پرویز، ۱۳۸۶، *هوش هیجانی و معنویت*، تهران، سپاهان.
- صادقیان، احمد، ۱۳۸۷، *قرآن و بهداشت روان*، قم، پژوهش‌های تفسیر و علوم قرآن.
- ضرغامی، مهران، ۱۳۸۰، «مقابله مذهبی و اضطراب»، خلاصه مقالات همایش نقش دین در بهداشت روان، تهران، انستیتو روان‌پزشکی تهران.
- علی‌اکبری، مهناز و همکاران، ۱۳۹۰، «بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با اضطراب مرگ و ازخودبیگانگی در سالمندان استان تهران»، *روان‌شناسی اجتماعی*، سال اول، ش ۲، ص ۱۴۰-۱۵۹.
- غباری‌بناب، باقر و همکاران، ۱۳۸۴، «ساخت مقیاس معنوی تجربه معنوی در دانشجویان»، *روان‌شناسی ۳۵*، سال نهم، ش ۳، ص ۲۶۱-۲۷۸.
- فرانکل و یکتور امیل، ۱۳۷۱، *فریاد ناشنیده برای معنی*، ترجمه علی علوی‌نیا، تهران، یاد آوران.
- _____، ۱۳۷۲، *پزشک و روح*، ترجمه فرخ سیف، تهران، درسا.
- _____، ۱۳۶۶، *انسان در جست‌وجوی معنا، پژوهش در معنادرمانی*، ترجمه مهین میلانی، تهران، درسا.
- _____، ۱۳۷۵، *خدا در ناخودآگاه*، ترجمه شهاب‌الدین عباسی، تهران، مؤسسه خدمات فرهنگی رسا.

- قربانی، الهه و همکاران، ۱۳۹۲، «رابطه امید، اضطراب مرگ با سلامت روان در دانشجویان دانشگاه ارومیه»، *مجله پزشکی ارومیه*، دوره بیست و چهارم، ش ۸، ص ۶۰۷-۶۱۶.
- قمری گیوی، حسین، ۱۳۸۷، «معنویت، هویت و بهداشت روانی در کستره زندگی»، *روان‌شناسی و دین*، سال اول، ش ۴، ص ۴۳-۷۱.
- معتدی، غلامحسین، ۱۳۸۶، *انسان و مرگ: درآمدی بر مرگ‌شناسی*، تهران، مرکز.
- منصورنژاد، زهرا و محمدباقر کجفاف، ۱۳۶۹۱، «رابطه بین جهت‌گیری مذهبی (درونی، بیرونی) و جنسیت با اضطراب مرگ در میان دانشجویان»، *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*، سال دوم، ش ۱، ص ۵۵-۶۴.
- الیاس، نوربرت، ۱۳۸۵، *تنهایی دم مرگ*، ترجمه امید مهرگان و صالح نجفی، چ دوم، تهران، گام نو.
- یالوم، اروین.دی، ۱۳۷۵، *روایت‌هایی از روان‌درمانی*، ترجمه مهشید یاسایی، تهران، آزمون.
- Agras, S, & ET AL, 1969, The epidemiology of common fears and fobia, *Comprehensive Psychiatry*, v. 10, p. 151-156.
- Amaro, J. W. F, 1998, Psychology, *Psychoanalysis and religious Faith*, <http://www.psychwww.com/psyrelig/amaro.html>.
- Argyle, Michael, 2002, *June and religious symbolism in Psychology and religion*, London, Rutledge.
- Battista, j, & Almond, R, 1973, The development of meaning of life, *Psychiatry*, p. 409-427.
- Baumeister, R. F, 1991, *The meaning of life*, New York, Guilford.
- Chatters, L. M, & et al, 1992, Antecedent and dimensions of religious invalemment among older black adults, *Journal of Gerontology*, v. 47, p. 269-278.
- Cicirelli, V.G, 2002, Fear of death in older adults, prediction from terror management theory, *Journal of Gerontology*, v. 57, p. 358-366.
- Jain, M, 2006, Spiritual intelligence: A contemporary concern with regard to living status of the senior sitizens, *Journal of Indian Academy of Applied Psychology*, v. 32 (3), p. 227-233.
- Jung, C.G, 1965, *The soul and death*. In Feifel, H. (Ed), *The meaning of death*, New York: McGraw- Hill Book Company.
- Koeing, H. G, 1994, The relationship between Judeo Christian religion and mental health middle-aged and older adults, American Psychology Association, *Advances, fal*, v. 19 (4), p. 33-39.
- _____, 1998, *religion and mental health*, California, academicpress.
- _____, 1998, religion attitudes and practices of hospitalized medically ill older adults, *international of Geriatric psyiatry*, v. 13(4), p. 35-156.
- Levin, J. S, & et al, 2002, *God faith and health*, New York, john wiley & sons, INC.
- Levin, M, 2000, *Spiritual intelligence: Awakening the power of your spirituality and intuition*, London, Hodder& Stoughton
- Lonetto, R, & Templer, D. I, 1986, *Death anxiety*, Washington, DC: Hemisphere.
- Lukas, E, 1984, *Meaning Fulliving, combridge, MA: Schenkman*, New York, john wiley & sons; INC.
- Lukas, E. & zwang Hirsch, B, 2002, Logithrapy, in: Kaslow, F. W (chief editor), *Comprehensive handbook of psychotherapy*, v. 3, p. 338-356.

- Maddi, S. R., 1989, *Personality theories: A comparative analysis*, California, Brook/ cole publishing company.
- Matlin, J. A., & et al, 1990, Situational determination of coping effectiveness, *Journal of Health Social Behavior*, v. 31, p. 103-122
- May, R., & Yalom, I., 2000, *Existential psychotherapy*, In: Corsini, R. & Wedding, D. (ed). *Current Psychotherapies*, Itasca Illinois: F. E. Peacock Publisher, INC.
- Morris, P. A., 1983, The effect of pilgrimage on anxiety, depression and religion, attitude England, Cambridge Journals, *psychology Medicine*, v. 2(3), p. 291-294.
- Nelson, L. D., 1980, Religiosity and death anxiety, A multidimensional analysis, *Review of religious research*, v. 2, p. 21-48.
- Propost, L. R., 1988, *Psychotherapy in a Religious frame work*, Amazon Try prime, Human sciences, January, p. 196-208.
- Rice, J., 2009, *The relationship between humor and death anxiety [internet]*, <http://clearinghouse.missouriwestern.edu/manuscripts/153.Php>.
- Saggino, R., & Kline, P., 1996, Item factor analysis of the Italian version of the death anxiety scale, *Journal of clinical psychology*, v. 52, p. 329-333.
- Smith, M. B., 2001, *Humanistic psychology*, In: Raichard, W. E. & Nemeroff, C. B. (ed) *The Corsini Encyclopedia of psychology and behavioral science*.
- Suhail, K., & Akram, S., 2002, Correlates of death anxiety in Pakistan, *Death study*, v. 26 (1), p. 39-50.
- Templer, D. I., 1970, The construction and validation of a Death Anxiety Scale, *Journal of General Psychology*, v. 82, p. 165-177.
- Tomer, A., & Eliason, G., 2000, *Beliefs about self, life, and death, Testing aspects of a comprehensive model of death anxiety and death attitudes*, In A. Tomer (Ed), *Death attitude and the older adult*, Washington Dc: Taylor & Francis, p. 137-156
- Worthington, E. L., & et al, 1996, Empirical research on religion and psychotherapeutic process and outcomes, *psychological bulletin*, v. 199, p. 447-447.
- Wulff, David M., 1997, *Psychology of Religion, Classic & Contemporary*, Wiley & Sons, Inc, United States of America.
- Ya-Huiwen, 2010, Religious and death anxiety, *Journal of human resource and adult learning*, v. 6, p. 127-132.
- Yalom, E., 2008, The ripple effect, *Journal of Therapy Today*, v. 19, p. 142-145.

کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری، و خوش‌بینی) در دانشجویان

محمد خالدیان / مربی گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران

karami1388zahra@gmail.com

زهرا کرمی باغطیفونی / استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران

دریافت: ۱۳۹۳/۱۲/۱۵ - پذیرش: ۱۳۹۴/۵/۵

چکیده

این پژوهش، با هدف بررسی کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) در دانشجویان انجام شد. روش پژوهش از نوع «نیمه آزمایشی» با دو گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه پژوهش تمام دانشجویان دانشگاه پیام‌نور واحد دیواندره در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ هستند. در این پژوهش، ۳۰ دانشجو با «نمونه‌گیری تصادفی در دسترس» به عنوان حجم نمونه تحقیق انتخاب شدند. نمونه آماری گروه «آزمایش» ۱۵ تن از دانشجویانی بودند که در جلسات معنویت‌درمانی به صورت داوطلب شرکت کردند. نمونه آماری گروه «کنترل» ۱۵ تن از دانشجویانی بودند که در جلسات آموزشی معنویت شرکت نکردند و از بین دانشجویان دانشگاه به صورت «تصادفی در دسترس» انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات، از مقیاس «سرمایه روان‌شناختی» (PCQ) استفاده شد و برای تحلیل آماری داده‌ها، از تحلیل کوواریانس استفاده گردید. یافته‌ها نشان داد معنویت‌درمانی با تأکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام به‌گونه‌ای معناداری در ارتقای میزان سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن در دانشجویان مؤثر است.

کلیدواژه‌ها: معنویت‌درمانی، سرمایه روان‌شناختی، تاب‌آوری، خودکارآمدی، خوش‌بینی، امیدواری.

مقدمه

یکی از موضوعاتی که هم برای معتقدان به ادیان و هم مخالفان از اهمیت زیادی برخوردار بوده، درک و اثبات تأثیر دین و مذهب بر زندگی بشر است. در دهه‌های اخیر، با رشد سریع و روزافزون دانش بشر و پیدایش علوم جدید، بحث درباره تأثیر دین بر جنبه‌های گوناگون زندگی، بیش از هر زمان دیگر به میان آمده و روان‌شناسی از جمله علمی است که همواره میدان مبارزه افکار و نظرات گوناگون در این خصوص بوده است. در آموزه‌های اسلامی، از برقراری ارتباط با خدا و یاد او، به‌عنوان عامل گشایش و تعالی روانی یاد شده است که آثار روان‌شناختی و سلامت‌بخشی بسیاری را به ارمغان می‌آورد و آموزه‌های دینی و اسلامی به‌صورت خاص بر سلامت افراد اثر می‌گذارد (ناروئی و همکاران، ۱۳۹۲). «عبودیت» ارتباط و پیوند قلبی و جوهری انسان با خداست و با شکستن دیوار غفلت، انسان را به‌گونه‌ای پرورش می‌دهد که رابطه خود با خود و جامعه را نیز منطقی و معقول تنظیم نماید. در شکل و روح عبادت‌های اسلامی، اعم از نماز، دعا، حج، جهاد و مانند آن، به حقوق خدا، خود، جامعه و جهان توجه تام شده است، در معنویت مبتنی بر عبودیت، فردگرایی و خلوت‌گزینی نیست، بلکه جمع‌گرایی و خدمت به خلق خدا - البته برای رضای خدا و در مسیر عبودیت الهی - موج می‌زند. انسان اهل عبودیت به‌تدریج، می‌تواند همه ابعاد وجودی خویش را مدیریت کند تا از همه محدودیت‌ها و قیود آزاد گردد و با آزادی معنوی یا آزادگی بر بیرون از وجود خویش نیز تسلط یابد که «ربوبیت» نام دارد که دارای مراحل است:

الف. تسلط بر نفس و قوای نفسانی خویش یا مدیریت بر کشور وجود خود؛

ب. مدیریت بر بدن به‌گونه‌ای که به‌تدریج، در برخی از فعالیت‌ها از استخدام بدن بی‌نیاز گردد؛

ج. تسلط بر طبیعت خارجی و نفوذ اراده یا ولایت بر بیرون از خویش به اذن پروردگار (مطهری، ۱۳۷۸، ص ۲۳).

بنابراین، معنویت جامع و کامل یا درونی و یا ستیز و گریز و گرایش می‌تواند معنویت همگرا با فطرت انسان باشد و فرجام و سرانجام آن سعادت حقیقی فرد و جامعه انسانی است (مطهری، ۱۳۸۳، ص ۲۵).

گزارش نظرسنجی‌ها نشان می‌دهد ۸۰ درصد مردم آمریکا به نوعی، به قدرت دعا در بهبود دوره بیماری اعتقاد دارند. از سوی دیگر، می‌توان با تأکید بیان کرد که تعالی معنوی به‌عنوان بعد مؤثر در تمام عرصه زندگی فرد حائز اهمیت است (بهرامی‌دشتکی و همکاران، ۱۳۸۵).

تحقیقات نشان می‌دهد افراد مذهبی مقید به گرایش‌های پرستش و معنویت کمتر دچار مشکلات روانی می‌شوند. به نظر می‌رسد مشخصه‌های عمده تجربیات مذهبی و معنوی انسان در احساسات او نسبت به یک حقیقت فراتر نشان داده می‌شود که غالباً در اوان کودکی آشکار می‌گردد؛ احساس مبنی بر اینکه بجز خود فرد چیزی دیگر وجود دارد، و احساس نیاز به شخصیت بخشیدن به این وجود به عنوان «رب»، و برقراری یک ارتباط من تو با او از طریق دعا کردن. همواره بین انسان و دین نسبت خاصی وجود دارد که اگر فرد مجال بروز به آن بدهد قطعاً به نحوی مطلوب ظاهر می‌گردد، و اگر این خواست را از بین ببرد و این امر درونی را سرکوب کند، این میل در اشکال انحرافی از قبیل خرافات ظهور خواهد کرد و در هر حال، خود را به منصفه بروز و ظهور می‌کشاند.

از آن رو، هر امر فطری و درونی برای فعلیت یافتن و به عرصه حضور آمدن، نیازمند زمینه و بستر مناسبی است، دینداری نیز شرایطی را می‌طلبد که بتواند خود را نشان دهد. روشن است که این شرایط برای افراد مختلف، متفاوت خواهد بود: گاهی کسی با خیال آسوده در کشتی نشسته است و ناگهان میان امواج سهمگین دریا اسیر طوفان می‌گردد. در آن لحظات سخت، که راه به جایی نمی‌برد و امید به هیچ کس و هیچ چیز ندارد، این فروغ امید در دلش روشن می‌شود و به یاد می‌آورد خدایی دارد که تنها می‌تواند از او کمک بخواهد (یاسمی‌نژاد و همکاران، ۱۳۸۹).

«سرمایه روان‌شناختی» مفهومی است که عمدتاً از نظریه و تحقیق در حیطه روان‌شناسی مثبت به دست آمده است. با آغاز سده بیست و یک، سلینگمن و همکارانش در صدد جهت‌دهی دوباره به پژوهش‌های روان‌شناختی برآمدند و دو مأموریت کاملاً جدید را مد نظر قرار دادند:

الف. کمک به افراد با شخصیت سالم برای برخورداری از شادی و بهره‌وری بیشتر در زندگی؛

ب. کمک به شکوفاسازی قابلیت‌های انسانی.

بدین گونه بود که «مکتب روان‌شناسی مثبت‌گرا» ایجاد شد (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷، ص ۱۴۵). با ظهور نهضت روان‌شناسی مثبت‌گرا، رویکرد بیماری‌گرا به سوی مثبت‌گرایی و تأکید بر جنبه‌های مثبت رفتاری تغییر جهت داد و مفهومی همچون «سرمایه روان‌شناختی» پا به عرصه نهاد که با ویژگی‌هایی از قبیل «باور فرد به توانایی‌هایش برای دستیابی به موفقیت»، «داشتن پشتکار در دنبال کردن اهداف»، «ایجاد اسنادهای مثبت درباره خود»، و «تحمل کردن مشکلات»، تعریف می‌شود (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۴).

«سرمایه روان‌شناختی»، سازه‌ای ترکیبی و به هم پیوسته است که چهار مؤلفه ادراکی - شناختی، یعنی «خودکارآمدی»، «امیدواری»، «تاب‌آوری» و «خوش‌بینی» را دربر می‌گیرد. «خودکارآمدی» قضاوت و داوری فرد درباره مهارت‌ها و توانمندی‌های خود برای انجام کارهایی است که در موقعیت‌های ویژه به آنها نیاز دارد. به نظر بندورا، داشتن مهارت‌ها و دستاوردهای قبلی افراد پیش‌بینی‌کننده‌های مناسبی برای عملکرد آینده افراد نیست، بلکه باور انسان درباره توانایی‌های خود در انجام آنها بر چگونگی عملکرد خویش مؤثر است (یوسف و لوتانز، ۲۰۰۷). خودکارآمدی باور به «من می‌توانم» فرد است. مواجهه با چالش‌های زندگی به‌طور کل و زندگی دانشجویی و به‌طور اخص، نیاز دانشجویان را به این باور هویدا می‌سازد که در صورت روبرو شدن با تکالیف جدید و مسئولیت‌های زندگی دانشجویی، باور به توانایی مواجه شدن و از عهده تکالیف و مسئولیت‌ها برآمدن، می‌تواند موجب کسب موفقیت دانشجوی در مسیر کسب دانش و سازگاری با شرایط دانشگاهی و تحصیلی گردد. در واقع، افراد با خودکارآمدی بالا، هدف‌های والایی برای خود تعیین می‌کنند، وظایفی دشوار برای رسیدن به آن هدف‌ها را بر عهده می‌گیرند، به استقبال چالش‌ها می‌روند، و برای رویارویی با چالش‌های سخت تلاش می‌کنند. انگیزه فردی آنها به شدت بالاست و برای دستیابی به هدف‌های خود، از هیچ تلاشی مضایقه نمی‌کنند (بندورا، ۲۰۰۸، ص ۱۴۵).

امید به‌عنوان یکی از منابع مقابله انسان در سازگاری با مشکلات و حتی بیماری‌های صعب‌العلاج در نظر گرفته می‌شود. همچنین امید می‌تواند به‌عنوان یک عامل شفادهنده، چندبعدی، پویا و قدرتمند توصیف شود و نقش مهمی در سازگاری با فقدان داشته باشد (خالدیان و همکاران، ۱۳۹۲). امید یکی از ویژگی‌های زندگی است که موجب می‌شود فرد به آینده امیدوار باشد و در جست‌وجوی فردایی بهتر و به دنبال موفقیت باشد. وقتی امید وجود داشته باشد شادی و سرور در زندگی حضور خواهد داشت (حسینی، ۱۳۸۸). همچنین امید مجموعه توانایی‌های فرد برای ایجاد گذرگاه‌هایی به سمت اهداف مطلوب و در ادامه، داشتن انگیزه لازم برای استفاده از این مسیرهاست.

در روان‌شناسی مثبت، ظرفیت افراد برای سازگاری با استرس و فجایع را «تاب‌آوری» نامیده‌اند. این مفهوم همچنین برای تعیین ویژگی میزان مقاومت در برابر وقایع آینده به کار می‌رود. در این معنا، «تاب‌آوری» به‌عنوان یکی از عوامل محافظتی و مقاومت در مقابل عوامل خطر ساز آینده مطرح‌نظر قرار گرفته است. «تاب‌آوری» سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است. فرد تاب‌آور

مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامون خود است. میزان تاب‌آوری دانشجویان به‌عنوان عوامل محافظتی، می‌تواند آنان را در سازگاری سالم با رویدادهای پیش رو یاری رساند و به‌عنوان یک مؤلفه روان‌شناختی موجب می‌گردد تا رفتارهای سازگارانه‌تری از خود نشان دهند. به عبارت روشن‌تر، افراد تاب‌آور وقتی در شرایط سخت و تهدیدکننده قرار می‌گیرند رفتارهای شایسته‌تر و موفقیت‌آمیزتری از خود نشان می‌دهند. این افراد واقعیت‌های زندگی را به سهولت می‌پذیرند، ایمان دارند که زندگی پرمعناست، و دارای توانایی‌های چشمگیری برای وفق دادن سریع خود با تغییرات بزرگ هستند (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۶).

«خوش‌بینی»، به معنای داشتن انتظارات مثبت برای نتایج و پیامدهاست (پترسون (Peterson)، ۲۰۰۰). تلاش برای کسب موفقیت در هنگام مواجه شدن با تکالیف جدید در زندگی، بهره‌مندی از توانایی شناختی و رفتاری در مواجهه با شرایط سخت و به‌طور کل، سازگاری سالم در زندگی، منوط به خوش‌بینی و داشتن انتظارات مثبت از نتایج تلاش‌ها، و کوشش‌هاست. سلینگمن «خوش‌بینی» را سبک تفسیری (توصیفی) تعریف می‌کند که اتفاقات مثبت را به علل دائمی، شخصی و فراگیر، و اتفاقات منفی را به علل خارجی، موقتی و شرایط خاص نسبت می‌دهد (سلینگمن (Seligman)، ۱۹۹۸، ص ۷۰). این مؤلفه‌ها در یک فرایند تعاملی و ارزشیابانه، به زندگی فرد معنا بخشیده، تلاش فرد را برای تغییر موقعیت‌های فشارزا تداوم می‌دهد (ایرز و جاج، ۲۰۰۱)، او را برای ورود به صحنه عمل آماده می‌کند (جاج و بونو، ۲۰۰۱) و مقاومت و سرسختی وی را در تحقق اهداف تضمین می‌کند (پارکر و همکاران، ۲۰۰۱). این چهار مؤلفه در نتایج پژوهش لوتانز و همکاران او (۲۰۰۷)، دارای رابطه مثبت و معنادار با یکدیگر گزارش شده است.

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد میان مذهب با سلامت روان (ساردویی، ۱۳۸۸؛ تبری و همکاران، ۱۳۸۷؛ کاظمیان مقدم و مهربانی‌زاده هنرمند، ۱۳۸۸)؛ نوعی همبستگی مثبت وجود دارد. نتایج پژوهش اژدری‌فرد و همکاران او (۱۳۸۹) با عنوان «بررسی تأثیر آموزش عرفان و معنویت بر سلامت روان دانش‌آموزان» نشان داد که این روش موجب افزایش سلامت روان و بهبود عملکرد جسمانی و عملکرد اجتماعی و کاهش اضطراب و افسردگی دانش‌آموزان شده است. مک‌گرگور (۲۰۰۸) و کزدی و همکاران او (۲۰۱۰) با انجام پژوهش‌های طولی نشان دادند که آموزش مسائل مذهبی و دینی در کودکی موجب گرایش کودکان در نوجوانی و جوانی به دین و مذهب شده، بر روی سلامت روحی و روانی آنها تأثیر مثبت بر جای می‌گذارد.

نتایج پژوهش غلامی و بشلیده (۱۳۹۰) با موضوع «اثربخشی معنویت‌درمانی بر سلامت روان زنان مطلقه» نشان داد که معنویت‌درمانی روش مناسبی برای افزایش سلامت روان زنان مطلقه است و موجب کاهش علایم جسمانی و اضطراب و اختلال خواب در زنان مطلقه می‌شود. نتایج پژوهش‌های موریرا-آلمیدا و همکاران (Moreira-Almeida) (۲۰۰۶)، و شوماکر (Schumaker) (۱۹۹۲) نشان داد که معنویت بر سلامت روان و کاهش تنش‌های روانی و کاهش اضطراب و افسردگی تأثیرگذار است. نتایج پژوهش تالیافرو و همکاران (et al Taliaferro) (۲۰۰۹) نشان داد که افراد با روحیه معنوی بالا به ندرت، دچار ناامیدی و احساس ضعف می‌شوند.

پیشرفت روان‌شناسی و ماهیت پیچیده و پویای جوامع نوین موجب شده است نیازهای معنوی بشر در برابر نیازهای مادی قد علم کرده، اهمیت بیشتری بیابد (فردریکسون، ۱۹۹۴). بنابه گفته تعداد بی‌شماری از دانشمندان، همه بیماری‌های موجود در انسان، از جهاتی با فشار روانی ارتباط دارد و متأسفانه برای مقابله با فشار روانی، دارودرمانی چندان مؤثر نیست (ابوالقاسمی، ۱۳۸۹). به همین سبب و همچنین با توجه به نقش مذهب و جهت‌گیری مذهبی در بهداشت روان و ارتقای سلامت روان (کرو و همکاران، ۲۰۰۵)، اهمیت معنویت و رشد معنوی انسان در چند دهه گذشته به صورتی روزافزون توجه روان‌شناسان و متخصصان بهداشت روانی را به خود جلب کرده است (اسپلیکا و همکاران ۲۰۰۳؛ آتن و اسشنگ، ۲۰۰۷؛ آتن و ورثینگتون، ۲۰۰۹؛ حبیب‌وند، ۱۳۸۷).

از آن‌رو که در این پژوهش به مطالعه «اثربخشی معنویت‌درمانی بر سرمایه روان‌شناختی در بین دانشجویان» پرداخته می‌شود، در اهمیت توجه به سرمایه روان‌شناختی در بین این گروه از افراد جامعه، می‌توان گفت: ورود به دانشگاه برای دانشجویان، مواجهه با رویدادها و چالش‌های جدید است که ممکن است تا پیش از آن تجربه نکرده باشند، و موفقیت در این شرایط جدید، مستلزم انطباق‌پذیری و سازگاری سالم است که این مهم از طریق ارتقای تاب‌آوری و افزایش سرمایه روان‌شناختی و سایر مؤلفه‌های آن می‌تواند حاصل شود و در پی آن، موجب موفقیت در عملکرد تحصیلی گردد. برخوردار بودن از سرمایه روان‌شناختی، افراد را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله بهتر، در موقعیت‌های استرس‌زا، کمتر دچار تنش شده، در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند، به دیدگاه روشنی درباره خود برسند و کمتر تحت تأثیر وقایع روزانه قرار بگیرند، و امیدوارانه و خوش‌بینانه به مسائل بنگرند، از این‌رو، سرمایه‌گذاری بر دانشجویان

به عنوان منابع انسانی و در جهت تحقق توسعه اجتماعی و اقتصادی از طریق غنی‌سازی ظرفیت‌های روانی ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است.

در بیان اهمیت و ضرورت این تحقیق، بیان این نکته لازم است که در جامعه ایرانی و اسلامی ما، بسیاری از رفتارها در زندگی فردی و اجتماعی افراد، مستقیم یا غیرمستقیم از آموزه‌ها و باورهای دینی متأثر بوده و غالباً با آن نیز ارزیابی می‌شود. در نتیجه، این تحقیق قصد دارد آثار و نتایج مذهب و معنویت را در زندگی روحی، روانی و اجتماعی دانشجویان بررسی کند. بنابراین، با توجه به اهمیت معنویت و آموزه‌های دینی، با اهداف گوناگون، پیشگیری و ارتقای سطح سلامت روانی و ضرورت آموزش این آموزه‌ها به افراد و به‌ویژه دانشجویان آشکار می‌شود. از این رو، با توجه به پیشینه تحقیقاتی موجود و اثربخشی معنویت‌درمانی تأکیدش بر آموزه‌های دین مبین اسلام افراد را برای رویارویی با مشکلات، سازگاری با اجتماع، و افزایش سرمایه روان‌شناختی آماده می‌کند. از این رو، هدف از پژوهش حاضر اثربخشی معنویت‌درمانی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن در بین دانشجویان است و برای پاسخ‌گویی به این سؤال به اجرا در آمد که آیا معنویت‌درمانی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن در دانشجویان مؤثر است؟

روش پژوهش

این پژوهش «نیمه آزمایشی» از نوع «پیش‌آزمون- پس‌آزمون» با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانشجویان دختر و پسر رشته‌های گوناگون مقطع کارشناسی دانشگاه پیام‌نور واحد دیواندره می‌شود که در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ مشغول به تحصیل بودند. در این پژوهش، ۳۰ دانشجو با نمونه‌گیری «تصادفی در دسترس» به عنوان حجم نمونه تحقیق انتخاب شدند. نمونه آماری گروه «آزمایش» ۱۵ تن از دانشجویانی بودند که در جلسات معنویت‌درمانی به صورت داوطلبانه شرکت کردند. نمونه آماری گروه «کنترل» ۱۵ تن از دانشجویانی بودند که در جلسات معنویت‌درمانی شرکت نکردند و از بین دانشجویان دانشگاه به صورت تصادفی در دسترس انتخاب شدند. گروه «آزمایش» طی ۹ جلسه دو ساعته تحت آموزش معنویت‌درمانی قرار گرفتند، اما گروه «کنترل» تحت هیچ‌گونه آموزشی قرار نگرفتند. برای جمع‌آوری اطلاعات، از مقیاس «سرمایه روان‌شناختی» (PCQ) استفاده شد و برای تحلیل داده‌ها، از آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون تحلیل کواریانس) استفاده گردید.

ابزار پژوهش

برای تعیین میزان سرمایه روان شناختی و مؤلفه های آن، از مقیاس «سرمایه روان شناختی» PCQ (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷) استفاده گردید. در این پرسش نامه، از مقادیر استاندارد شده ای استفاده گردیده که به طور وسیعی برای سنجش ساختارهای «امید»، «تاب آوری»، «خوش بینی» و «خودکارآمدی» استفاده می شود و قابلیت اعتبار و پایایی این خرده مقیاس ها نیز اثبات شده است. این پرسش نامه ۲۴ بخش دارد و هر خرده مقیاس شامل شش گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس شش درجه ای لیکرت از «کاملاً مخالفم» تا «کاملاً موافقم» پاسخ می دهد. سؤالات ۱ تا ۶ مربوط به خرده مقیاس «خودکارآمدی»، سؤالات ۷ تا ۱۲ مربوط به خرده مقیاس «امیدواری»، سؤالات ۱۳ تا ۱۸ مربوط به خرده مقیاس «تاب آوری» و سؤالات مربوط ۱۹ تا ۲۴ مربوط به خرده مقیاس «خوش بینی» است. نتایج تحلیل عاملی، روایی سازه آزمون را تأیید کردند. نسبت خبی دو این آزمون برابر با ۲۴/۶ است و آماره های CFI، RMSEA در این الگو - به ترتیب - ۰/۹۷ و ۰/۰۸ هستند (یوسف و لوتانز، ۲۰۰۷). در پژوهش بهادری خسروشاهی و همکاران (۱۳۹۱)، میزان پایایی این پرسش نامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شده است.

خلاصه جلسات معنویت درمانی با تأکید بر آموزه های دین مبین اسلام

جلسه اول: آماده سازی، تعیین اهداف و قوانین گروه، آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، مشاوره و بحث درباره معنویت و مؤلفه های سرمایه روان شناختی، و اجرای پرسش نامه سرمایه روان شناختی؛

جلسه دوم: داستان حضرت یوسف علیه السلام و حکمت خداوندی این داستان؛

جلسه سوم: دعای کمیل و نیایش، عبادات و مناسک مذهبی؛

جلسه چهارم: آیات قرآنی و تفسیر، ذکر اسماء الهی، توضیحاتی درباره قضا و قدر الهی، ایمان آوردن به اینکه نیرویی برتر از ما قادر است ما را به مسیر سلامت هدایت کند؛

جلسه پنجم: توضیح و تشریح محاسن و فواید شرکت در مراسم مذهبی، بخشایش و توبه، و عفو و کرم الهی، اعتقاد به اینکه خالق هستی بهترین یاور است؛

جلسه ششم: گوش دادن به صوت قرآن کریم، و روخوانی قرآن کریم توسط اعضای گروه؛

جلسه هفتم: قصه قرآنی توسل به انوار اهل بیت علیهم السلام؛

جلسه هشتم: توضیح و تشریح فواید نماز جماعت و نماز، زندگی نامه پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله؛

جلسه نهم: خلاصه و جمع بندی جلسات و اختتام، صحبت درباره آموخته های خود در گروه، مرور برنامه و جمع بندی برنامه آموزشی معنویت درمانی، و اجرای پرسش نامه «سرمایه روان شناختی».

یافته‌های پژوهش

هدف از پژوهش حاضر اثبات اثربخشی معنویت‌درمانی با تأکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام مبنی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) است که اطلاعات توصیفی نمرات سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه «آزمایش» و «کنترل»، نتایج گزارش‌آزمون، فرض همگنی شیب‌ها و نتایج آزمون تحلیل کوواریانس بر روی میانگین‌های نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون، گروه‌های «آزمایش» و «کنترل» در سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) در ذیل ارائه شده است:

جدول ۱. اطلاعات توصیفی نمرات مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون در گروه «آزمایش» و «کنترل»

مؤلفه‌ها	گروه	مرحله	آزمایش	
			پیش‌آزمون	پس‌آزمون
خود کارآمدی		میانگین	۲۱/۹۳	۲۴/۰۶
		انحراف معیار	۱/۸۷	۱/۹۵
تاب‌آوری		میانگین	۲۲/۸۷	۲۵/۵۴
		انحراف معیار	۱/۶	۱/۳۶
امیدواری		میانگین	۲۱/۴۷	۲۳/۳۳
		انحراف معیار	۲/۵۸	۲/۶۴
خوش‌بینی		میانگین	۲۲/۰۷	۲۴/۸۷
		انحراف معیار	۱/۸۴	۱/۶۵
کنترل			پس‌آزمون	پیش‌آزمون
			۲۱/۶۶	۲۱/۷۳
			۱/۷۶	۱/۷۵
			۲۲/۵۳	۲۲/۲
			۱/۶۹	۲/۰۲
			۲۱/۹۴	۲۱/۸۷
			۲/۱۷	۲/۵
			۲۲/۲۶	۲۲/۲۷
			۱/۹۹	۲/۱۷

N=۳۰

جدول ۱ اطلاعات توصیفی در پیش‌آزمون و پس‌آزمون «خودکارآمدی»، «تاب‌آوری»، «امیدواری»، و «خوش‌بینی» در دو گروه «آزمایش» و «کنترل» را نشان می‌دهد. بر اساس داده‌های جدول ۱، میانگین و انحراف معیار مقیاس «خودکارآمدی» در گروه «آزمایش» در پیش‌آزمون ۲۱/۹۳ و ۱/۸۷، و در پس‌آزمون ۲۴/۰۶ و ۱/۹۵، همچنین در «خودکارآمدی» گروه «کنترل»، در پیش‌آزمون ۲۱/۷۳ و ۱/۷۵، و در پس‌آزمون ۲۱/۶۶ و ۱/۷۶ به دست آمد. در متغیر «تاب‌آوری»، میانگین و انحراف معیار در گروه «آزمایش» - به ترتیب - در پیش‌آزمون ۲۲/۸۷ و ۱/۶ و در پس‌آزمون ۲۵/۵۴ و ۱/۳۶، همچنین در گروه «کنترل» در پیش‌آزمون ۲۲/۲ و ۲/۰۲ و در پس‌آزمون ۲۲/۵۳ و ۱/۶۹ بود. در متغیر «امیدواری»، میانگین و انحراف معیار در گروه «آزمایش» - به ترتیب - در پیش‌آزمون ۲۱/۴۷ و ۲/۵۸ و در پس‌آزمون ۲۳/۳۳ و ۲/۶۴، همچنین در

گروه «کنترل» در پیش‌آزمون ۲۱/۸۷ و ۲/۵ و در پس‌آزمون ۲۱/۹۴ و ۲/۱۷ بود. همچنین در متغیر «خوش‌بینی» میانگین و انحراف معیار در گروه «آزمایش»- به ترتیب- در پیش‌آزمون ۲۲/۰۷ و ۱/۸۴ و در پس‌آزمون ۲۴/۸۷ و ۱/۶۵؛ همچنین در گروه «کنترل» در پیش‌آزمون ۲۲/۲۷ و ۲/۱۷ و در پس‌آزمون ۲۲/۲۶ و ۱/۹۹ بود.

جدول ۲. نتایج گزارش آزمون فرض همگنی شیب‌ها برای مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجدورات	f.d	میانگین مجدورات	F	Sig	مجدور اتا
	گروه	۰/۰۹۹	۱	۰/۰۹۹	۰/۲۴۵	۰/۶۲۵	۰/۰۰۹
خودکارآمدی	پیش‌آزمون	۸۵/۱۳۹	۱	۸۵/۱۳۹	۲۱۰/۱۸۷	۰/۰۰۱	۰/۸۹
	گروه* پیش‌آزمون	۰/۰۲۸	۱	۰/۰۲۸	۰/۰۶۹	۰/۷۹۴	۰/۰۰۳
	خطا	۱۰/۵۳۲	۲۶	۰/۴۰۵			
	گروه	۰/۴۱	۱	۰/۴۱	۱/۰۵۳	۰/۳۱۴	۰/۰۳۹
تاب‌آوری	پیش‌آزمون	۵۱/۹۷۷	۱	۵۱/۹۷۷	۱۳۳/۵۳۵	۰/۰۰۱	۰/۸۳۷
	گروه* پیش‌آزمون	۰/۰۰۹	۱	۰/۰۰۹	۰/۰۲۳	۰/۸۸	۰/۰۰۱
	خطا	۱۰/۱۲	۲۶	۰/۳۸۹			
	گروه	۰/۰۱۲	۱	۰/۰۱۲	۰/۰۰۹	۰/۹۲۵	۰/۰۰۰
امیدواری	پیش‌آزمون	۱۲۷/۷۵۳	۱	۱۲۷/۷۵۳	۹۲/۵۹۹	۰/۰۰۱	۰/۷۸۱
	گروه* پیش‌آزمون	۰/۱۸۳	۱	۰/۱۸۳	۰/۱۲۳	۰/۷۱۹	۰/۰۰۵
	خطا	۳۵/۸۷۱	۲۶	۱/۳۸			
	گروه	۱/۰۸۷	۱	۱/۰۸۷	۲/۱۵۱	۰/۱۵۴	۰/۰۷۶
خوش‌بینی	پیش‌آزمون	۷۵/۷۲۴	۱	۷۵/۷۲۴	۱۴۹/۷۹۳	۰/۰۰۱	۰/۸۵۲
	گروه* پیش‌آزمون	۰/۱۵۲	۱	۰/۱۵۲	۰/۳۰۲	۰/۵۸۸	۰/۰۱۱
	خطا	۱۳/۱۴۴	۲۶	۰/۵۰۶			

بر اساس یافته‌های جدول ۲ همگنی شیب‌ها با مقدار $F(1,26)=0/07$ برای «خودکارآمدی»؛ $F(1,26)=0/023$ برای «تاب‌آوری»؛ $F(1,26)=0/133$ برای «امیدواری»؛ و $F(1,26)=0/302$ برای «خوش‌بینی» معنادار نشده است. از این رو، مفروض همگنی شیب‌های رگرسیون برای متغیرها محقق شده است. با توجه به یافته‌های مزبور، برای بررسی فرضیه منظور، از تحلیل کوواریانس استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس بر روی میانگین‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل در مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی

مؤلفه‌ها	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	f.d	میانگین مجزورات	F	Sig	مجذور اتا
	پیش‌آزمون	۸۵/۷۰۷	۱	۸۵/۷۰۷	۲۱۹/۱۴۱	۰/۰۰۱	۰/۸۹
خودکارآمدی	گروه	۳۶/۴۰۷	۱	۳۶/۴۰۷	۹۳/۰۸۷	۰/۰۰۱	۰/۷۷۵
	خطا	۱۰/۵۶	۲۷	۰/۳۹۱			
	پیش‌آزمون	۵۵/۳۳۷	۱	۵۵/۳۳۷	۱۴۷/۵۰۳	۰/۰۰۱	۰/۸۴۵
تاب‌آوری	گروه	۵۱/۳۹۹	۱	۵۱/۳۹۹	۱۳۷/۰۰۵	۰/۰۰۱	۰/۸۳۵
	خطا	۱۰/۱۲۹	۲۷	۰/۳۷۵			
	پیش‌آزمون	۱۲۸/۲۱۳	۱	۱۲۸/۲۱۳	۹۶/۰۱۷	۰/۰۰۱	۰/۷۸۱
امیدواری	گروه	۲۲/۴۶	۱	۲۲/۴۶	۱۶/۸۲	۰/۰۰۱	۰/۳۸۴
	خطا	۳۶/۰۵۳	۲۷	۱/۳۳۵			
	پیش‌آزمون	۷۹/۳۷۱	۱	۷۹/۳۷۱	۱۶۱/۱۷۷	۰/۰۰۱	۰/۸۵۷
خوش‌بینی	گروه	۵۷/۲۷	۱	۵۷/۲۷	۱۱۶/۲۹۸	۰/۰۰۱	۰/۸۱۲
	خطا	۱۳/۲۹۶	۲۷	۰/۴۹۲			

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که مقدار $F(=۹۳/۰۸۷)$ و سطح معناداری $(۰/۰۰۱)$ در متغیر «خودکارآمدی»؛ مقدار $F(=۱۳۷/۰۰۵)$ و سطح معناداری $(۰/۰۰۱)$ در متغیر «تاب‌آوری»؛ مقدار $F(=۱۶/۸۲)$ و سطح معناداری $(۰/۰۰۱)$ در متغیر «امیدواری»؛ مقدار $F(=۱۱۶/۲۹۸)$ و سطح معناداری $(۰/۰۰۱)$ در متغیر «خوش‌بینی»، بیانگر تفاوت بین دو گروه «آزمایش» و «کنترل» در پس‌آزمون متغیرها است. بنابراین، نتایج به دست آمده حاکی از اثربخشی معنویت‌درمانی بر مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی شرکت‌کنندگان است. به عبارت دیگر، معنویت‌درمانی توانسته است نمره مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی را در شرکت‌کنندگان گروه «آزمایش» افزایش و ارتقا دهد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر اثربخشی معنویت با تأکید بر آموزه‌های دین مبین اسلام بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) بر دانشجویان است که با توجه به فرضیات و یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان نتیجه گرفت استفاده از معنویت‌درمانی در بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) در دانشجویان مؤثر است. این موضوع با نتایج پژوهش‌های مشابه مانند پژوهش‌های تبرایی و همکاران (۱۳۸۷)، کاظمیان‌مقدم و مهرایی‌زاده هنرمند (۱۳۸۸)، ساردویی (۱۳۸۸)، اژدری‌فرد و همکاران (۱۳۸۹)،

غلامی و بشلیده (۱۳۹۰)، شوماکر (۱۹۹۲)، کرو و همکاران (۲۰۰۵)، موریرا-آلمیادا و همکاران (۲۰۰۶)، مک گرگور (۲۰۰۸)، تالیافرو و همکاران (۲۰۰۹)، و کزدی و همکاران (۲۰۱۰) همسو است. در تبیین این یافته‌ها، می‌توان گفت: قرآن کریم در موقعیت‌های بحرانی و تیندگی شدید، که زمینه کاهش کنترل رفتار را به دنبال دارد، از افراد می‌خواهد به یاد خدا باشند. برای نمونه، می‌خوانیم: «آنسان که چون مصیبتی به ایشان رسد، گویند: ما از آن خداییم و به سوی او باز می‌گردیم» (بقره: ۱۵۶). یاد مکرر خداوند اثر سازنده‌ای بر روح انسان دارد و موجب تعالی انسان می‌شود (مصباح، ۱۳۸۲، ص ۵۲). امیرالمؤمنین علی علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ عَمَرَ قَلْبَهُ بِدَوَامِ الذِّكْرِ حَسَنَتْ أَعْمَالُهُ فِي السِّرِّ وَالْجَهْرِ»؛ آن کس که با یاد دائمی خداوند، دل خود را آباد نگاه دارد، تمام اعمالش در پنهان و آشکار، پسندیده و نیکو خواهد بود (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۵۲). آیه شریفه و حدیث مزبور می‌تواند تبیین کامل و جامعی برای این یافته‌ها باشند. حالت آرامش روان، آرام‌سازی و آسودگی ناشی از مسائل مذهبی، از آن‌رو است که فرد آگاهانه و خالصانه به آن عشق می‌ورزد. از جمله در احوال بزرگان نیز آمده است که با نماز، قرآن و دیگر اعمال مذهبی به آرامش می‌رسیدند؛ مانند روایت بیرون کشیدن تیر از پای حضرت علی علیه السلام؛ پیامبر صلی الله علیه و آله نیز هنگام نماز به بلال می‌فرمودند: بلال ما را به آرامش برسان. بزرگانی مثل *ابن سینا* هم هنگام مواجهه با مسائل و مشکلات، دو رکعت نماز می‌خواندند. شرکت در مراسم مذهبی و عبادتی مثل نماز موجب کاهش تنش و رهایی از پریشانی‌های عاطفی می‌گردد (غلامی و بشلیده، ۱۳۹۰). این حالات می‌تواند موجب خوش‌بینی و امیدواری گردد. یافتن معنای مثبت شاید مطمئن‌ترین راه در پرورش هیجان‌های مثبت باشد، تا آنجا که ادیان، جهان‌بینی‌هایی در اختیار معتقدان خود می‌گذارند که به یاری آن، معنای مثبت را، هم در وقایع روزمره، و هم در چالش‌های بزرگ زندگی پیدا کنند آنان هیجان‌های مثبتی همچون شادی، آرامش، شکوه، قدردانی و امید را پرورش می‌دهند (فردریکسون، ۱۹۹۴).

قوانین اسلام از امتیازی برخوردارند که قوانین نوین بشری فاقد آن هستند. این امتیاز اثرات عمیق و پیامدهای نیکویی بر روان و روح انسان بر جای می‌گذارد و او را با تمام وجود و با آرامی و اختیار، با رضایت کامل به قوانین و انجام تکالیف دینی تشویق و ترغیب می‌نماید؛ زیرا می‌داند که این تکالیف توسط خالق وضع گشته‌اند؛ همو که از او انتظار عفو و عافیت را دارد، بر خلاف قوانین بشری که شخص احساس می‌کند توسط فردی نظیر خودش بر او تحمیل شده است و مسلماً آنچه را از خداوند انتظار می‌رود، نمی‌توان از چنین فردی توقع داشت. همچنین مسلمان بابت عمل خالصانه و انجام تکالیف و وظایف خود و تلقی آن به صورت عبادت

داوطلبانه، از درگاه خدای متعال توقع اجر و پاداش دارد و از این نظر احساس راحتی و آرامش درونی به او دست می‌دهد، درحالی‌که قوانین بشری فاقد چنین جنبه‌ای هستند. علاوه بر همه اینها، تشریفات دینی، تکالیف بالاتر از طاقت و توان فرد، بر او تحمیل نمی‌کنند، درحالی‌که قوانین بشری نمی‌توانند این جنبه را رعایت نمایند؛ زیرا قدرت شناخت و تخمین و برآورد دقیق توانمندی‌ها و ملاحظه کامل تفاوت‌های بین افراد را از حیث استعدادهای گوناگون ندارند. از این روست که مسلمان با رضایت خاطر و آغوش باز تکالیف خود را انجام می‌دهد (زین‌الهادی، ۱۳۸۳، ص ۲۸۰). این وضعیت هم می‌تواند موجب افزایش و ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) گردد.

همچنین دعا ارتباط انسان با خدا را به صورت قوی‌تری متجلی می‌کند و فرد در هر زمان که دچار یأس و ناامیدی می‌شود و حتی در مواقع شادی و خوشحالی، می‌تواند با خدا ارتباط برقرار کند. این به انسان نیروی تازه‌ای می‌بخشد و در واقع، شکل‌گیری چیزی که خواست فرد است، چه به صورت شفاهی و چه به صورتی که در ذهن او مفهوم در می‌آید، او را در اقدامی تازه و پیدا کردن راه‌حل برای مسئله خود رهنمون می‌کند، به‌گونه‌ای که در واقع، این تصور خود فرد است که تغییر کرده و همین او را به سمت خواسته‌هایش سوق می‌دهد (بهرامی دشتکی و همکاران، ۱۳۸۵). این نکته هم می‌تواند موجب ارتقای تاب‌آوری و امیدواری گردد.

«معنویت‌درمانی» یکی از راه‌های اساسی و پر اهمیت و یک روش درمانی است که بشر می‌تواند به کمک آن از ابتلا به بیماری‌های جسمی، روانی و اجتماعی پیشگیری کند و با کمک گرفتن از دین، نماز و نیایش، به منبع لایزال و نامتناهی قدرت الهی وابسته شده، احساس امید و آرامش داشته باشد. شرکت در مراسم مذهبی آثار روانی اجتماعی مهمی به همراه دارد که علاوه بر انجام فرایض دینی، نوعی ارتباط سالم و عاطفی بین افراد جامعه ایجاد می‌کند. بنابراین، می‌توان از یافته‌های این تحقیق در افزایش سرمایه روان‌شناختی دانشجویان استفاده نمود. معنویت می‌تواند افراد را قادر سازد تا انتخاب‌های سالم و رفتار مناسبی را در طول زندگی‌شان انجام دهند. یکی از اجزای زندگی سالم، توجه به نیازهای معنوی است. از آن‌رو که انسان موجودی دارای زیست بدنی، روانی، فردی، اجتماعی، مادی، و معنوی است بنابراین، در برنامه زندگی، همه نیازهای او باید در نظر گرفته شود. معنویت مبتنی بر جهان‌بینی توحیدی، سبک زندگی انسان را اعتلا می‌بخشد. در این سبک زندگی، رفتارهای آسیب‌زا به تدریج کاهش یافته، رفتارهای سالم افزایش می‌یابد (اژدری فرد و همکاران، ۱۳۸۹).

امید است با توجه به دستاوردها و نتایج این پژوهش، بتوان راه‌هایی پیشنهاد کرد که با شناسایی عوامل تأثیرگذار در سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی)، بتوان اعمال و رفتارها را به شکل هوشمندانه‌ای نظم و ترتیب و شکل داد و زمینه‌ای فراهم نمود تا دانشجویان را به سوی یک زندگی سالم‌تر و رشد یافته یاری رساند. روشن است که با توجه به اهمیت نقش معنویت در پرورش استعدادها و تربیت نیروی دانشجویی کارآمد می‌توان برای ساختن آینده‌ای روشن و موفق گام برداشت. در این زمینه، پژوهشی انجام نگرفته است و این پژوهش می‌تواند زمینه‌ساز پژوهش‌های آتی گردد تا از این طریق بتوان به دانشجویان نیز اهمیت داد و با تشخیص راه‌های افزایش سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) در دانشجویان، آنها را به سوی توانایی استفاده از ظرفیت ادراک، کاربرد معنویت و رضایت از خود و احساس ارزشمندی، خوش‌بینی و امیدواری رهنمون ساخت.

پیشنهاد می‌گردد که این موضوع در مقاطع تحصیلی راهنمایی و متوسطه، و همچنین در سایر مناطق کشور انجام شود.

از محدودیت‌های پژوهش، اجرای جلسات آموزشی معنویت‌درمانی بود که گاهی در بعضی جلسات از سوی مراجعان سؤال‌هایی مطرح می‌گردید که پژوهشگر از دادن جواب کامل و قانع‌کننده ناتوان بود.

آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) بر دانشجویان مؤثر است. همچنان‌که در همه مذاهب، توسل به خدا با دعاها و آیات مخصوص رایج است، در اسلام نیز این اعتقاد وجود دارد که معنویت، ذکر اسماء الهی و آیات قرآنی، قلوب را آرامش بخشیده و در معالجهٔ امراض مؤثر است. ناگفته نماند که شفایابی با مصلحت الهی و درجهٔ اخلاص و ایمان انسان مربوط است. در واقع، معنویت‌درمانی موجب آرامش قلب شده، برنامه‌ریزی برای رسیدن به اهداف و نگرش مثبت نسبت به خود و جامعه، امیدواری، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی را تقویت کرده، سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی) را افزایش می‌دهد. همهٔ این مؤلفه‌ها و در مجموع، سرمایه روان‌شناختی می‌تواند موجب افزایش سلامت روان و در نتیجه، توانمند شدن دانشجویان به‌عنوان منابع انسانی گردد.

منابع

- ابوالقاسمی، شهنام، ۱۳۸۹، «تأثیر شعائر دینی بر بهداشت روانی جوانان»، *اسلام و پژوهش‌های تربیتی*، سال دوم، ش ۱، ص ۴۷-۶۹.
- اژدری‌فرد، پری‌سیما و همکاران، ۱۳۸۹، «بررسی تأثیر آموزش عرفان و معنویت بر سلامت روان دانش‌آموزان»، *اندیشه‌های تازه در علوم تربیتی*، سال پنجم، ش ۲، ص ۱۰۶-۱۲۷.
- بهادری خسروشاهی، جعفر و همکاران، ۱۳۹۱، «رابطه سرمایه روان‌شناختی با سرمایه اجتماعی»، *پژوهش و سلامت* (مرکز تحقیقات توسعه اجتماعی و ارتقاء سلامت گناباد)، سال دوم، ش ۱، ص ۱۴۵-۱۵۳.
- بهرامی‌دشتکی، هاجر و همکاران، ۱۳۸۵، «اثربخشی آموزش معنویت به شیوه گروهی بر کاهش افسردگی در دانشجویان»، *تازه و پژوهش‌های مشاوره*، سال پنجم، ش ۱۹، ص ۴۹-۷۲.
- تبرایی، رامین و همکاران، ۱۳۸۷، «بررسی سهم تأثیر جهت‌گیری مذهبی بر سلامت روان در مقایسه با عوامل جمعیت‌شناختی»، *روان‌شناسی و دین*، سال اول، ش ۳، ص ۳۷-۶۲.
- حبیب‌وند، علیمراد، ۱۳۸۷، «رابطه جهت‌گیری مذهبی با اختلالات روانی و پیشرفت تحصیلی»، *روان‌شناسی و دین*، سال اول، ش ۳، ص ۷۹-۱۰۷.
- حسینی، سیده‌مونس، ۱۳۸۸، «رابطه امید به زندگی و سرسختی روان‌شناختی»، *اندیشه و رفتار*، سال سوم، ش ۱۲، ص ۵۷-۶۵.
- خالدیان، محمد و همکاران، ۱۳۹۲، «اثربخشی درمان گروهی شناختی-رفتاری بر کاهش افسردگی و افزایش امید به زندگی در سندرم آشیانه خالی»، *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، سال سوم، ش ۲، ص ۲۶۱-۲۷۹.
- زین‌الهادی، محمد، ۱۳۸۳، *روان‌شناسی دعوت اسلامی*، ترجمه احمد حکیمی، تهران، احسان.
- ساردویی، غلامرضا، ۱۳۸۸، «بررسی تأثیر ارزش‌های مذهبی در طول مدت درمان بیماران مبتلا به افسردگی اساسی»، *روان‌شناسی و دین*، سال دوم، ش ۱، ص ۳۵-۴۲.
- غلامی، علی و کیومرث بشلیده، ۱۳۹۰، «اثربخشی معنویت‌درمانی بر سلامت روان زنان مطلقه»، *مشاوره و روان‌درمانی خانواده*، سال اول، ش ۳، ص ۳۳۱-۳۴۸.
- فردیکسون، باربارا ال، ۱۹۹۴، «دین چگونه به سلامتی و بهزیستی ما کمک می‌کند؟ آیا هیجان‌های مثبت عناصر فعال آن هستند»، ترجمه سیدهدانی موسوی، *روان‌شناسی و دین*، سال اول، ش ۳، ص ۷۹-۱۰۷.
- کازمیان مقدم، کبری و مهناز مهربانی‌زاده هنرمند، ۱۳۸۸، «مقایسه نگرش مذهبی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *روان‌شناسی و دین*، سال دوم، ش ۲، ص ۱۷۳-۱۸۷.
- لیثی واسطی، علی‌بن محمد، ۱۳۷۶، *عیون الحکم و المواعظ*، قم، دارالحدیث.
- مصباح، محمدتقی، ۱۳۸۲، *یاد او*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.
- مطهری، مرتضی، ۱۳۷۸، *مجموعه آثار* (جلد ۳)، تهران، صدرا.
- _____، ۱۳۸۳، *مجموعه آثار* (جلد ۲۲)، تهران، صدرا.

نارویی نصرتی، رحیم و همکاران، ۱۳۹۲، «اثربخشی یاد خدا بر خودمهارگری بر اساس منابع اسلامی»، *روان‌شناسی و دین*، سال ششم، ش ۲، ص ۱۹-۳۰.

یاسمی نژاد، پریسا و همکاران، ۱۳۸۹، «درآمدی بر رابطه دین و معنویت با روان‌شناسی با تکیه بر دیدگاه چند تن از روان‌شناسان مطرح»، *قیاسات*، ش ۱۵، ص ۷۹-۱۱۲.

Aten, D. J., & Worthington, E. L., 2009, Next Steps for Clinicians in Religious and Spiritual Therapy: An Endpiece, *Journal of clinical psychology*, 65(2), p. 224-229.

Aten, J.D., & Schenck, J.E., 2007, Reflections on religion and health research: An interview with Dr. Harold G. Koenig, *Journal of Religion and Health*, v. 46, p. 183-190.

Bandura, A., 2008, *An agentic perspective on positive psychology*, In Lopez SJ, ed. Positive, psychology: Exploring the best in people. Westport, CT: Greenwood Publishing Co, pany.

Coruh, B., & et al, 2005, Does religious activity improve health outcomes? A critical review of the recent literature, *Explore*, v. 1(3), p.186-191.

Erez, A., & Judge, T., 2001, Relationship of core self evaluations to Goal Setting, Motivation, and Performance, *J Appl Psychol*, 86(6), p. 1270-1279.

Judge, T., & Bono, J., 2001, Relationship of core selfevaluations traits – self-esteem, generalized self efficacy, locus of control, and emotional stability – With job satisfaction and job performance: Ameta-analysis, *J Appl Psychol*, v. 86, p. 80-92.

Kézdy, A., & et al, 2010, Religious doubts and mental health in adolescence and young adulthood: The association with religious attitudes, *Journal of Adolescence*, v. 11, p. 1-9.

Moreira-Almeida, A., et al, 2006, Religiousness and mental health: a review, *Rev Bras Psiquiatr*, 28(3), p. 242-250.

Luthans, F., et al, 2004, Positive Psychological Capital: Going beyond human and social capital, *Bus horiz*, 47 (1), p. 45-50.

_____, et al, 2006, Developing the Psychological Capital of Resiliency, *Human Resource Development Review*, v. 5(1), p. 25-44.

_____, et al, 2007, *Psychological capital Developing the Human Competitive Edge*, Oxford University Press.

MacGregor, C. A., 2008, Religious socialization and children's prayer as cultural object: Boundary works in children's 19th century Sunday school books, *Poetics*, v. 36, p. 435-449.

Parker, C., et al, 2001, Relationships between psychological climate perceptions and work outcomes: a meta-analytic review, *J Organ Behav*, v. 24, p. 389-416.

Peterson, C., 2000, The future of optimism, *Am psychol*, v. 55(1), p. 44-55.

Schumaker, J. F., 1992, *Religion and mental health*, Oxford, UK: Oxford University Press.

Seligman, M. E. P., 1998, *Learned Optimism: How to change your mind and your life*, New York: Pocket Books.

Spilka, B., et al, 2003, *The Psychology of Religion, 3rd Edition*, New York: Guilford.

Taliaferro, L. A., et al, 2009, Spiritual well-being and suicidal ideation among college students, *J Am Coll Health*, 58(1), p. 83-90.

Youssef, C., & Luthans, F., 2007, Positive organizational behavior in the workplace: The impact of hope, optimism, and resilience, *J Manag*, 33(5), p. 774-800.

بررسی تأثیر آموزش مهارت ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت نفس و سلامت روان

z.shahsavari@ymail.com

زهرا شاهسوار / کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه خوارزمی

رحیم میردیری کوندی / استادیار گروه روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

دریافت: ۱۳۹۳/۷/۱۴ - پذیرش: ۱۳۹۳/۱۲/۲۱

چکیده

این پژوهش، با هدف بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت نفس و سلامت روان دانش‌آموزان دختر انجام گرفته است. روش پژوهش «آزمایشی» از نوع «پیش‌آزمون - پس‌آزمون» با گروه کنترل است. ابزارهای پژوهش، شامل پرسش‌نامه «عزت نفس» کوپر اسمیت و پرسش‌نامه «سلامت عمومی» کلبگ بود. جامعه آماری تمام دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر پرند در سال تحصیلی ۱۳۹۲ - ۱۳۹۳ بود که از بین آنها به صورت تصادفی و با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، ۶۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایشی و کنترل جایگزین شدند. مداخله آزمایشی بر روی گروه آزمایش به مدت ۱۷ جلسه ۷۰ دقیقه‌ای و یک بار در هفته اجرا شد. برای تحلیل داده‌ها، از آزمون‌های آماری تحلیل کواریانس استفاده گردید. نتایج حاصل از تحلیل کواریانس نشان داد که تفاوت معناداری بین میانگین عزت نفس ($P \leq 0/001$ و $F = 49/32$) و سلامت روانی ($F = 83/82$ و $P \leq 0/001$) گروه آزمایش و کنترل وجود دارد. آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی موجب بهبود عزت نفس و سلامت روانی دانش‌آموزان می‌شود.

کلیدواژه‌ها: مهارت‌های ارتباطی، رویکرد دینی، سلامت روانی، عزت نفس.

«عزت نفس»، اصطلاحی است در روان‌شناسی که بازتاب ارزیابی یا برآورد فرد از ارزش خودش است. به باور کارل راجرز، «عزت نفس» عبارت است از: ارزیابی مداوم شخص نسبت به ارزشمندی «خویشتن» (راجرز، ۱۹۸۶، ص ۲۵۷). «عزت نفس» نوعی قضاوت نسبت به ارزشمندی وجودی است. این ویژگی در انسان حالت عمومی دارد و محدود و زودگذر نیست. کوپراسمیت در تحقیقات خود، به این نتیجه رسید که کودکان با «عزت نفس» بالا افرادی هستند که احساس اعتماد به نفس، استقلال، خلاقیت و خوداعمالی می‌کنند و به راحتی، تحت تأثیر و نفوذ عوامل محیطی قرار نمی‌گیرند. طبق نظر راجرز، این احساس «عزت نفس» در اثر «نیاز به نظر مثبت» به وجود می‌آید. نیاز به نظر مثبت دیگران شامل بازخوردها، طرز برخورد گرم و محبت‌آمیز، احترام، صمیمیت، پذیرش و مهربانی از طرف محیط و به‌ویژه اولیای کودک میسر می‌شود. هنگامی که پدر و مادر به فرزندان خود، توجه مثبت غیرشرطی نشان می‌دهند و آنها را سوای از رفتارهایی که دارند به‌عنوان انسان‌هایی که از شایستگی‌های درونی برخوردارند می‌پذیرند، در اصل، به رشد «عزت نفس» آنها کمک می‌کنند. اما هنگامی که والدین به کودکان توجه مثبت شرطی نشان می‌دهند و در واقع، هنگامی آنها را می‌پذیرند که به شیوه مورد نظر و مطلوب والدین رفتار می‌کنند، کودکان در شرایط ارزشی قرار می‌گیرند و گمان می‌کنند که فقط هنگامی شایستگی دارند که مطابق خواست والدین رفتار کنند (شاملو، ۱۳۸۷، ص ۲۳). انسان‌ها در توجه مشروط، رابطه خود را با خویش قطع می‌کنند و از خود بیگانه می‌شوند. چنین افرادی احتمالاً دچار اضطراب خواهند شد؛ زیرا در داشتن خودپنداره مثبت و راضی کردن دیگران تعارض دارند (شارف، ۱۳۸۶، ص ۵۱). مطالعات انجام شده در خصوص آسیب‌شناسی روانی، حکایت از آن دارد که علت بسیاری از رفتارهای آسیب‌زای فرزندان در خانه و مدرسه، مانند پرخاشگری، اضطراب، بزه‌کاری، افکار مربوط به خودکشی، مصرف سیگار، سوء مصرف مواد مخدر، افت تحصیلی، عدم پذیرش مسئولیت و نمونه‌هایی از این قبیل، ریشه در کمبود «عزت نفس» آنان دارد. در واقع، هرچه فرد از خودباوری و «عزت نفس» بالاتری برخوردار باشد از کارآمدی بیشتری برخوردار و از آسیب‌های روانی - اجتماعی نیز مصون خواهد ماند (شیهان، ۱۳۷۸، ص ۱۸).

برخورداری از «عزت نفس» یا احساس خودارزشمندی به‌مثابه یک سرمایه، دارای ارزش حیاتی بوده و از جمله عوامل عمده شکوفایی استعداد و خلاقیت ماست. به عبارت دیگر، فرایندهای شناختی احساسات، انگیزه‌ها، تصمیم‌گیری‌ها و انتخاب‌ها متأثر از احساس ارزشمندی است (هارتر، ۲۰۰۷، ص ۵۱۸).

مطالعات تجربی حاکی از آن است که «عزت نفس» یک عامل روان‌شناختی مهم و اثرگذار بر سلامت و کیفیت زندگی افراد به‌شمار می‌رود. با افزایش «عزت نفس»، احساس توانمندی و ارزشمندی در فرد به وجود می‌آید و موجب تغییرات مثبتی در سلامت روانی فرد می‌شود (گنجی، ۱۳۸۴، ص ۷۱).

افرادی که عزت نفس ضعیفی دارند از احساس تندخویی، اختلال رفتاری و اندوه رنج می‌برند. همچنین از بی‌خوابی و سندرم‌های روان - تنی شکوه دارند. عزت نفس به ویژه در روابط متقابل اشخاص، خود را بهتر نشان می‌دهد. کسانی که احساس خوبی نسبت به خود دارند دیگران را نیز دوست دارند و ضعف‌های خود را بهتر می‌پذیرند.

روان‌شناسان در دهه‌های اخیر، در بررسی اختلالات رفتاری و انحرافات، به این نتیجه رسیده‌اند که بسیاری از اختلالات و آسیب‌ها در ناتوانی افراد در تحلیل صحیح و مناسب از خود و موقعیت خویش، نداشتن احساس کنترل، و کفایت شخصی برای رویارویی با موقعیت‌های دشوار و فقدان آمادگی برای حل مشکلات و مسائل زندگی به شیوه مناسب، ریشه دارد. بنابراین، با توجه به تغییرات و پیچیدگی‌های روزافزون جامعه و گسترش روابط اجتماعی، آماده‌سازی افراد به‌ویژه خصوص نسل جوان، برای رویارویی با موقعیت‌های دشوار، امری ضروری به نظر می‌رسد (علیمردانی، ۱۳۸۴، ص ۳۵).

سلامت، چه به صورت فردی و چه جمعی، بی‌تردید، از مهم‌ترین ابعاد مسائل حیات انسان است. سلامت شرطی ضروری برای ایفای نقش‌های اجتماعی است و همه انسان‌ها در صورتی می‌توانند فعالیت کامل داشته باشند که هم خود را سالم احساس کنند و هم جامعه آنها را سالم بدانند. درست است که تعاریف متفاوتی از مفهوم «سلامت» مطرح شده، اما پذیرفته شده‌ترین آنها تعریف «سازمان جهانی بهداشت» است: «سلامت حالت رفاه و آسایش کامل روانی، جسمی و اجتماعی است و فقط فقدان بیماری و یا نقص عضو نیست» (انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۱۳۷۸).

مفهوم «سلامت روانی» جنبه‌ای از مفهوم کلی سلامت است و به تمام روش‌ها و تدابیری گفته می‌شود که برای جلوگیری از ابتلا به بیماری‌های روانی به کار می‌روند. در سال‌های اخیر، انجمن کانادایی «بهداشت روانی» این مفهوم را در سه قسمت تعریف کرده است. قسمت اول نگرش‌های مربوط به خود که شامل تسلط بر هیجان‌های خود، آگاهی از ضعف‌های خود و رضایت از خوشی‌های ساده است. قسمت دوم نگرش‌های مربوط به دیگران که شامل علاقه به دوستی‌های طولانی و صمیمی،

احساس تعلق به یک گروه و احساس مسئولیت در محیط انسانی و مادی است. قسمت سوم نگرش‌های مربوط به زندگی که شامل پذیرش مسئولیت‌ها، انگیزه توسعه امکانات و علایق خود، توانایی اخذ تصمیم‌های شخصی و انگیزه خوب کار کردن است (سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۷۷). بسیاری از مشکلات روانی - اجتماعی مانند افسردگی، اعتیاد به الکل، بزه‌کاری، مشکلات بین‌فردی، تنهایی، و روان‌گسیختگی با ضعف در مهارت‌های زندگی و برقراری ارتباط اجتماعی رابطه دارد (سگرین، ۱۹۹۵ به نقل از شیرازی، ۱۳۸۶). مهارت‌های ارتباطی راه‌های رسیدن به سبک زندگی جدیدی هستند که با آموختن آنها می‌توان زندگی موفق‌تری را تجربه کرد. «مهارت ارتباطی»، مهارت شخصی و اجتماعی است که کودکان و نوجوانان با یادگیری آن قادر خواهند بود در قبال خود، انسان‌های دیگر و کل اجتماع به‌طور مؤثرتر و شایسته‌تری عمل کنند (علیمردانی، ۱۳۸۴، ص ۴۶).

سیگلمن (۱۹۹۹) بر اهمیت مهارت‌های زندگی در زمینه‌هایی مانند برقراری ارتباط صمیمانه، موفقیت در مسائل تحصیلی و شغلی و کاهش رفتارهای خودتخریب‌گری تأکید کرده است (آقاجانی، ۱۳۸۱، ص ۳۷). آموزش مهارت‌های زندگی، آموزش مبتنی بر گسترش توانایی‌هایی است که نسل جوان را برای برخورد مؤثر با نیازها و چالش‌های زندگی روزمره، به‌ویژه در زمینه بهداشت جسمانی، عاطفی و اجتماعی، توانمند می‌سازد. آموزش مجموعه مهارت‌های ارتباطی دارای هدف‌های پیش‌گیرانه، مهارت و مدیریت مشکلات است و همانند یک رویکرد آموزشی، هم برای مداخله‌های گروهی و هم فردی مناسب است (نلسون و جونز، ۱۹۹۲؛ به نقل از آقاجانی، ۱۳۸۱، ص ۴۴).

پژوهش‌های متعدد نشان داده است که آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش سلامت روانی و جسمانی، تقویت اعتماد به نفس و احترام به خود، کمک به تقویت ارتباط بین‌فردی، پیش‌گیری از مشکلات روانی، رفتاری و اجتماعی، کاهش اضطراب و افسردگی و کاهش افت تحصیلی مؤثر بوده است (طارمیان و همکاران، ۱۳۷۸، ص ۲۸).

آموزش مهارت‌های ارتباطی به صورت کارگروهی و مبتنی بر روش‌های مشارکتی انجام می‌گیرد. این روش‌ها با انجام تمرین‌های لازم و کافی منجر به ایجاد آگاهی و تغییر بازخوردها و رفتارهای افراد می‌شوند. بررسی رابطه ساده و چندگانه عزت نفس، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با ابراز وجود نشان داد که عزت نفس کلی، عزت نفس خود، عزت نفس تحصیلی، اضطراب اجتماعی، اجتناب و پریشانی اجتماعی و ترس از ارزیابی منفی با ابراز وجود دارای رابطه‌ای معنادار است (منصوری، ۱۳۷۷، ص ۳۱).

روشن است که هر کس بتواند با مسائل عمیق خود کنار بیاید، با خود و دیگران سازش یابد و در برابر تعارض‌های اجتناب‌ناپذیر درونی خود ناتوان نشود و خود را به وسیلهٔ جامعه مطرود نسازد دارای سلامت روانی است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد عواملی نظیر برقراری ارتباط مطلوب، ابراز وجود، همکاری، خودافشایی خاتمهٔ مطلوب به ارتباط، گوش دادن فعال، انعکاس احساسات و توضیح واضح و روشن، در ارتقای سلامت روانی و عزت نفس نوجوان تأثیر دارد (میرمحمدصادقی، ۲۰۰۴).

«مهارت‌های ارتباطی»، آن دسته از مهارت‌هایی هستند که به واسطهٔ آن، افراد می‌توانند درگیر تعامل‌های بین‌فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرایندی که افراد طی آن، اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادلهٔ کلامی و غیرکلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند (هارجی و دیکسون، ۲۰۰۴، ص ۶۶). این مهارت‌ها از چنان اهمیتی برخوردارند که نارسایی آنها با احساس تنهایی، اضطراب اجتماعی، افسردگی، عزت نفس پایین و عدم موفقیت‌های شغلی و تحصیلی همراه است (ویلیامسون و زدیرو، ۲۰۰۱).

نظام تربیت دینی به‌عنوان نظامی که توان تنظیم و جهت‌مند کردن فعالیت انسان را با توجه به خواسته‌ها و نیازهای وجودی دارد، تنها نظام حقیقی برای دستیابی آحاد انسان‌ها به سعادت است. یکی از مهم‌ترین موضوعاتی که در دین مطرح نظر قرار گرفته ارتباط انسان با انسان در زمینه‌های گوناگون است. بیان احکام دین در این مقوله، به صورت اهداف واسطه‌ای زمینه‌ساز رشد و ترقی آدمی برای دستیابی به هدف غایی است.

انسان به سبب آنکه به تنهایی نمی‌تواند نیازهای خود را تأمین کند، با دیگران ارتباط برقرار می‌کند علاقهٔ او به تأمین نیازهایش از یک سو، و میل به تعالی و کمال از سوی دیگر، دو انگیزهٔ قوی است که او را به برقراری ارتباط در سطوح گوناگون بر می‌انگیزد. بنابراین، برای بررسی افق‌های ارتباطی انسان‌ها در چارچوب دین، باید به نیازهای اصولی برای رسیدن به کمال، که منشأ این گونه ارتباطات است، توجه کرد. انسان برای رشد و تکامل، احتیاج به مربی و هدایتگری الهی دارد. اگرچه ما در زمان پیامبر^ص یا ائمه اطهار^ع زندگی نمی‌کنیم، اما با بهره‌گیری از تعالیم آن بزرگواران می‌توانیم در مسیری که آنها مشخص کرده‌اند حرکت کنیم و دچار انحراف نشویم. توجه به احادیث و سیر زندگی بزرگان دین، ما را با ارکان هدایت و تعالی آشنا می‌سازد. از نظر اسلام، بهره‌مندی از قوانین دین و احکام الهی صرفاً با تأسی به کردار و سنت

معصومان میسر است. از این رو، در شریعت اسلام، پی‌روی از ولایت، که از پیامبر و ائمه اطهار^{علیهم‌السلام} آغاز و به فقیه جامع‌الشرائط (در دوران غیبت) و سرانجام حضرت مهدی^{علیه‌السلام} ختم می‌گردد، واجب شمرده شده است.

دین مبین اسلام الگوها و آموزه‌های زیادی برای انسان‌ها دارد که با عنایت به آنها، می‌توان ارتباط مطلوبی با دیگران برقرار کرد. خدای متعال در آیه ۲۰۰ سوره آل‌عمران می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، شکبیا باشید و یکدیگر را به شکبیایی دعوت کنید». همچنین در سوره عصر می‌فرماید: «همه انسان‌ها در خسران هستند، بجز کسانی که یکدیگر را به صبر و حق دعوت کنند». پیامبران و ائمه معصومان نیز همیشه نمونه و الگوی کامل روابط سالم بوده‌اند؛ از جمله رسول اکرم^{صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم} می‌فرمودند: کسی که برادر مسلمان خود را با کلمات محبت‌آمیز خویش احترام کند و غمش را بزدايد تا زمانی که این سجه در او باقی است، او در سایه رحمت خداوند خواهد بود. از جمله صفات پسندیده پیامبر اکرم^{صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم} این بود که به تمام مردم، از کوچک و بزرگ سلام می‌کردند. ایشان توصیه می‌کردند «با یکدیگر دست بدهید تا کینه از دل‌های شما برود». توصیه می‌کردند که هیچ مسلمانی را تحقیر نکنید و کوچک نشمارید؛ زیرا مسلمانی که در نظر شما کوچک است نزد خداوند بزرگ است. امام باقر^{علیه‌السلام} می‌فرمودند: «دوستان خود را تکریم کنید و با احترام با آنان برخورد نمایید و برخلاف ادب متعرض یکدیگر نشوید». همچنین امام صادق^{علیه‌السلام} می‌فرمایند: «مؤمن با مؤمن آرامش می‌یابد؛ همان‌گونه که تشنه با آب تسکین می‌یابد». از این رو، با توجه به اهمیت ارتباط صحیح و اسلامی و تأثیر آن بر ابعاد زندگی انسان‌ها، تأثیر ارتباط با رویکرد دینی بر عزت نفس و سلامت روان دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه را بررسی می‌کنیم. برای دست‌یابی به این مهم، فرضیه‌های ذیل تدوین گردید و بررسی شد:

۱. آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت نفس دانش‌آموزان تأثیر دارد.
۲. آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی بر سلامت روان دانش‌آموزان تأثیر دارد.

روش پژوهش

جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر پرنده در سال تحصیلی ۱۳۹۳ بود. شرکت‌کنندگان شامل ۶۰ تن از دانش‌آموزان مدارس دولتی جامعه مذکور بود که در دامنه سنی

۱۵-۱۸ سال قرار داشتند و روش انتخاب نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود که شرکت کنندگان، به صورت تصادفی، در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. در مرحله اول، از بین تمام دبیرستان‌ها، دو دبیرستان به طور تصادفی انتخاب گردید. سپس آزمون «سلامت عمومی» گلدبرگ و «عزت نفس» کوپر/اسمیت در بین تمام دانش‌آموزان مدارس نمونه برگزار شد و تعداد ۶۰ تن از آنها، که نمره پایین‌تر از میانگین در آزمون‌های مذکور کسب کرده بودند، انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه «آزمایش» و «کنترل» جایگزین شدند، سپس برنامه آموزشی مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی به مدت ۱۷ جلسه ۷۰ دقیقه‌ای و با روش پرسش و پاسخ، آموزش فنون ارتباطی و ایفای نقش به گروه آزمایش آموزش داده شد و در پایان، آزمون‌های «سلامت عمومی» گلدبرگ و «عزت نفس» کوپر/اسمیت مجدداً برای هر دو گروه اجرا گردید و در نهایت، با استفاده از نرم‌افزار spss از آزمون‌های آماری، تحلیل کواریانس چند متغیر و تحلیل کواریانس تک متغیر استفاده شد و داده‌ها تحلیل گردید.

ابزارهای پژوهش

برای گردآوری داده‌های لازم، از چند ابزار استفاده شد.

پرسش‌نامه «سلامت عمومی» گلدبرگ: گلدبرگ (۱۹۹۸) این پرسش‌نامه را برای سرنند کردن اختلالات روانی غیرسایکوتیک در مراکز درمانی و جامعه طراحی و تدوین کرده است. در این پژوهش، از فهرست ۲۸ سؤال پرسش‌نامه «سلامت عمومی»، که توسط گلدبرگ (۱۹۹۸) ساخته شده، است استفاده گردید. این پرسش‌نامه دارای چهار مقیاس فرعی است که هر مقیاس ۷ سؤال دارد. چهار مقیاس فرعی پرسش‌نامه «سلامت عمومی» عبارتند از: نشانگان جسمانی، نشانگان اضطرابی و بی‌خوابی، نشانگان اختلال در کارکرد اجتماعی و نشانگان افسردگی. نمره کلی هر شخص از حاصل جمع نمره‌های چهار مقیاس فرعی به دست می‌آید. روشن است که نمره پایین در این پرسش‌نامه مطلوب است؛ یعنی آزمودنی‌هایی که از این پرسش‌نامه نمره پایین‌تری می‌گیرند دارای سلامت عمومی بیشتری هستند. شیک (۱۹۹۹) آلفای کروناخ این مقیاس را - به ترتیب ۰/۹۳ و ۰/۸۸ گزارش کرده است. گلدبرگ از طریق همبسته کردن نمره‌های پرسش‌نامه سلامت عمومی با چک لیست علایم روانی، SCL-90 ضریب اعتبار ۰/۷۸ را به دست آورده است. جونز و هندرسون برای محاسبه اعتبار پرسش‌نامه «سلامت عمومی» از روش همبسته کردن آن با نمره‌های مقیاس PSE استفاده نموده و ضریب اعتبار ۰/۷۶ را گزارش کرده‌اند (آقاجانی، ۱۳۸۱، ص ۱۰۴).

مقیاس «عزت نفس» کوپر اسمیت: این مقیاس ابتدا توسط راجرز و دیموند تهیه و تدوین شده است (شیرازی، ۱۳۷۶). کوپر/اسمیت مقیاس عزت نفس خود را براساس تجدید نظری که روی این مقیاس انجام داد، تهیه کرد. این مقیاس ۵۸ ماده دارد که خودگزارشی و مدادکاغذی است و ۸ ماده دروغ‌سنج دارد. مقیاس «عزت نفس» کوپر/اسمیت از ۴ خرده‌مقیاس تشکیل شده است: عزت نفس خود، عزت نفس همسالان، عزت نفس خانوادگی، عزت نفس تحصیلی.

کوپر/اسمیت و همکاران او ضرایب بازآزمایی را پس از پنج هفته ۰/۸۸ و پس از سه سال ۰/۷۰ گزارش کردند (شیرازی، ۱۳۷۶، ص ۲۶). همچنین همسانی درونی آن توسط ابراهیمی قوام (۱۳۷۳) روی دانش‌آموزان اهواز ۰/۸۲ گزارش شده است.

برنامه آموزشی مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی: برای آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی، از برنامه آموزشی که فیاض و کریمی (۲۰۱۰) تدوین کرده‌اند و با استعانت از آموزه‌های دینی، در جهت همین برنامه استفاده شد. در این برنامه، مهارت‌های ارتباطی به دست آمده از قرآن کریم و سیره معصومان^{علیهم‌السلام} در دو دسته «کلامی» و «غیرکلامی» تقسیم شده است:

مهارت‌های کلامی به دست آمده از قرآن کریم و سیره معصومان^{علیهم‌السلام} عبارت است از: ۱. شفاف و قابل فهم بودن کلام؛ ۲. گزیده‌گویی و فصاحت؛ ۳. مهرورزی و استفاده از کلمات محبت‌آمیز؛ ۴. قطع نکردن سخن طرف مقابل؛ ۵. اجتناب از امرکردن و ریاست‌طلبی (خواهش و تقاضا کردن)؛ ۶. پرهیز از منت گذاشتن؛ ۷. سپاس‌گزاری و قدردانی از دیگران؛ ۸. پرهیز از تحقیر و توهین کردن؛ ۹. پذیرش عذر دیگران؛ ۱۰. پرهیز از عیب‌جویی و سرزنش.

مهارت‌های غیرکلامی به دست آمده از قرآن کریم و سیره معصومان^{علیهم‌السلام} نیز عبارت است از: ۱. برقراری تماس چشمی مناسب؛ ۲. گوش سپردن به سخن طرف مقابل؛ ۳. انعکاس آنچه از سخنان درک شده به گوینده؛ ۴. داشتن لحن نرم و عاری از خشونت؛ ۵. خوش‌رویی و چهره متبسم؛ ۶. پرهیز از روی‌گردانی (فیاض و کریمی، ۲۰۱۰).

یافته‌های پژوهش

در جدول میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای عزت نفس و سلامت روان دانش‌آموزان ارائه شده است. این داده‌ها نشان می‌دهد میانگین و انحراف استاندارد و سایر شاخص‌های توصیفی گروه‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون یکسان نیست و تفاوت‌هایی با هم دارند.

جدول ۱. شاخص‌های آمار توصیفی مربوط به پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل

انحراف معیار		میانگین		تعداد	گروه‌ها	متغیرها
پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون			
۳/۹	۴/۱	۲۴/۲۱	۲۴/۱۷	۳۰	کنترل	عزت‌نفس
۴/۱	۳/۲	۳۱/۱۷	۲۴/۸۱	۳۰	آزمایش	
۲/۷	۴/۳	۳۳/۷	۳۳	۳۰	کنترل	سلامت روان
۲/۴	۳/۲	۲۵/۸	۳۳/۲	۳۰	آزمایش	

برای مقایسه نمره‌های سلامت روان و عزت‌نفس، قبل و بعد از آموزش مهارت ارتباطی، ابتدا مفروضه‌های تحلیل کواریانس بررسی شد. چون نتایج آزمون لون برای سلامت روان ($P=0/761$) و عزت‌نفس ($F=0/094$) و عزت‌نفس ($F=1/67$ و $P=0/207$) بیش از $0/05$ است، داده‌ها، مفروضه‌های تساوی خطای واریانس‌ها را زیر سؤال نبرده. همچنین با توجه به اینکه اثر متقابل بین پیش‌آزمون مؤلفه‌های سلامت روان ($F=3/105$ و $P=0/09$) و عزت‌نفس ($F=2/142$ و $P=0/156$) معنادار نیست، داده‌ها از فرضیه همگنی شیب‌های رگرسیون پشتیبانی می‌کند و نشان می‌دهد که تعامل معنادار نیست. بنابراین، اجرای کواریانس برای آزمون اثرات متغیرهای اصلی پس‌آزمون سلامت روان و عزت‌نفس جایز است. تحلیل کواریانس چند متغیر (MANCOVA) حاکی از آن است که مقدار F چند متغیر ($71/2$) در سطح $p \leq 0/001$ از لحاظ آماری معنادار است. از این رو، می‌توان گفت: بین دانش‌آموزان گروه آزمایش و کنترل - دست‌کم - در یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد. برای پی بردن به این تفاوت، در ادامه، از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیره (ANCOVA) استفاده گردید.

جدول ۲. تحلیل کواریانس چند متغیر برای بررسی اثر متغیر گروه بر عزت‌نفس و سلامت روان

نام آزمون	مقدار	فرضیه df	اشتباه df	میزان df	سطح معناداری
آزمون اثر پیلایی	۰/۷۰۳	۲	۵۵	۷۱/۲	۰/۰۰۱
آزمون لامبدایی ویلکز	۰/۲۶۵	۲	۵۵	۷۱/۲	۰/۰۰۱
آزمون اثر هنلینگ	۲/۶۵	۲	۵۵	۷۱/۲	۰/۰۰۱
آزمون بزرگ‌ترین ریشه‌روی	۲/۶۶	۲	۵۵	۷۱/۲	۰/۰۰۱

همان‌گونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، احتمال پذیرش فرض صفر برای تأثیر مداخله مبتنی بر آموزش مهارت ارتباطی در عزت‌نفس ($F=49/32$ ، $F=0/57$) و ($P \leq 0/001$) از $0/05$ کوچک‌تر است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت: مداخله مبتنی بر آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی در افزایش میزان عزت‌نفس تأثیر داشته است.

جدول ۳. تحلیل کواریانس برای بررسی اثر متغیر گروه بر عزت نفس

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	۳۸۷	۱	۴۲۴/۶۵	۴۹/۳۲	۰/۰۰۱
پیش‌آزمون	۸۵۴	۱	۸۱۴/۵	۹۴/۶	۰/۰۰۱
خطا	۴۹۱	۵۷	۸/۶۱		
کل	۱۷۸۸	۶۰			

همان‌گونه که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، احتمال پذیرش فرض صفر برای تأثیر مداخله مبتنی بر آموزش مهارت ارتباطی در سلامت روانی ($F = ۸۳/۸۲$)، ($F = ۷۵$ و ۱)، ($P \leq ۰/۰۰۱$) از $۰/۰۵$ کوچک‌تر است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت: مداخله مبتنی بر آموزش مهارت‌های ارتباطی با رویکرد دینی در افزایش میزان سلامت روان تأثیر داشته است.

جدول ۴. تحلیل کواریانس برای بررسی اثر متغیر گروه بر سلامت روانی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	۶۲/۵۴	۱	۶۶/۲۲	۸۳/۸۲	۰/۰۰۱
پیش‌آزمون	۷۶۵	۱	۷۶۵	۹۴/۶	۰/۰۰۱
خطا	۴۵/۲	۵۷	۰/۷۹		
کل	۸۸۱/۸	۶۰			

نتایج حاصل از آزمون این فرضیه با نتایج پژوهش‌های انجام شده توسط کوپراسمیت (۱۹۹۰)، گامون و مورگان (۲۰۰۵)، تری (۲۰۰۳)، کلوز و تینوز (۲۰۰۴)، وردی (۱۳۸۳)، یادآوری (۱۳۸۳)، جان‌بزرگی (۲۰۰۷)، بهرامی و همکاران (۲۰۰۵) و حقیقی و همکاران (۱۳۸۵) مطابقت دارد. همچنین با یافته‌های پژوهش میرمحمدصادقی (۲۰۰۴)، هاریجی و دیکسون (۲۰۰۴)، آقاجانی (۲۰۰۲)، حاجی‌جی (۲۰۰۷)، هانس برگر (۲۰۰۷)، صبحی و رجبی (۲۰۱۰) محمدی (۲۰۰۷)، احمدی (۱۳۹۳) همسوست.

احمدی (۱۳۹۳) براساس پژوهش خود بر روی دانش‌آموزان پسر، نشان داد آموزش مهارت ارتباطی با رویکرد معنوی تأثیر مثبتی بر سلامت روان و عزت نفس آنها دارد. همچنین طارمیان (۱۳۷۸) بر اساس پژوهش‌های انجام شده، اظهار داشت عواملی نظیر برقراری ارتباط مطلوب، همکاری و ابراز وجود، خودافشایی، انعکاس احساس و محتوا، و گوش دادن فعال بر ارتقای عزت نفس و سلامت روان نوجوانان تأثیر دارد. جی مین سو و همکاران او (۲۰۰۷) در پژوهش خود، به

این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی موجب بهبود مهارت‌های اجتماعی و عزت‌نفس گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل می‌شود. میرمحمد صادقی (۲۰۰۴) در پژوهشی به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های ارتباطی، روش مؤثری برای افزایش سطح عزت‌نفس نوجوانان است. وردی (۱۳۸۳) در پژوهش خود، نشان داد که آموزش مهارت‌های زندگی و مهارت ارتباطی موجب ارتقای عزت‌نفس و سلامت روان نوجوانان می‌شود. نظری و حسین‌پور (۲۰۰۹) نیز در پژوهش خود، به این نتیجه رسیدند که آموزش مهارت‌های اجتماعی موجب کاهش اضطراب و افزایش عزت‌نفس در دانش‌آموزان می‌شود. یادآوری (۱۳۸۳) در پژوهش خود، چنین استنباط کرد که آموزش مهارت‌های زندگی و ارتباطی منجر به افزایش عزت‌نفس و سلامت روان و رشد خود ابرازی در دانش‌آموزان می‌شود.

پژوهش‌های متعددی در زمینه تأثیر دین و باورهای معنوی بر سلامت انسان انجام گرفته که حاکی از آن است که داشتن باورهای دینی و سبک دینی در زندگی تأثیر مثبتی بر سلامت جسمی و روانی و کاهش بیماری‌های روانی دارد. از این رو، با آنکه برخی از نظریه‌پردازان مانند فروید (۱۹۴۰) و الیس (۱۹۸۷) اعتقادی به تأثیر دین‌داری بر شخصیت انسان ندارند، بیشتر نظریه‌ها، از جمله آرکیل (۲۰۰۰) دین را عامل نیل به سلامت روانی می‌دانند. نتایج تحقیق احمدی (۱۳۹۳) نشان داد که نگاه دینی به مقوله ارتباط و آموزش مهارت ارتباط در پرتو الگوهای دینی موجب افزایش عزت‌نفس و سلامت روان دانش‌آموزان می‌شود. محمودیان (۲۰۰۸) نیز در پژوهش خود، به این نتیجه رسید که آموزش مهارت‌های زندگی با رویکرد قرآنی بر پذیرش اجتماعی و کاهش افسردگی تأثیر مثبت دارد. بهرامی و همکاران او (۲۰۰۵) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که باورهای مذهبی در سلامت روان و کاهش افسردگی تأثیر مثبت و معناداری دارد. همچنین جان‌بزرگی (۲۰۰۷) از پژوهش خود، چنین استنباط کرد که باورهای مذهبی بر سلامت روان دارای تأثیری معنادار است.

بحث و نتیجه‌گیری

فعالیت‌های انسان علاوه بر رفتارهای فردی شامل سلسله ارتباطات او با دیگر انسان‌ها نیز می‌شود. علاقه آدمی به ایجاد ارتباط با انسان‌های دیگر، سبب توجه روزافزون مکاتب اجتماعی، فلسفی و علمی به این مقوله شده است. دامنه ارتباط با انسان‌ها تنها به زمان حال محدود نمی‌گردد، بلکه شامل بهره‌گیری از سرچشمه‌های فرهنگ و دانش گذشته که به نوعی ما را با انسان‌های قرون و اعصار پیشین

مرتبط می‌کند نیز می‌شود و آیندگان را، که از میراث بر جای مانده از ما بهره می‌برند، نیز دربر می‌گیرد. بنابراین، وقتی بحث از ارتباط انسان با انسان می‌شود، صرفاً ارتباط در قالبی محدود و مرزی مشخص در زمان حال مطرح نظر نیست. مقوله ارتباط با دیگران با توجه به رویکردهای متنوع، دیدگاه‌های خاص تربیتی را می‌طلبد. این امر گاهی رنگ اجتماعی پیدا می‌کند و زمانی از دیدگاه سیاسی بررسی می‌شود و گاهی با رویکرد اقتصادی یا فرهنگی به آن نظر می‌شود. هر یک از حیطه‌های خاص ارتباطی به‌عنوان مقوله‌هایی مستقل و دارای بعد ارزشی، در معرض گزاره‌های تربیتی هستند. یک نظام تربیت دینی در صورتی دارای ارتباط منطقی بین اجزای خود خواهد بود که در عین فراگیر بودن، ناظر بر تمام جنبه‌های وجود آدمی باشد. مسلماً چنین نظامی قادر به جهت‌مند کردن افعال و رفتار انسان در حیطه‌های گوناگون است. در این زمینه، نتایج پژوهش حاضر نشان داد آموزش مهارت ارتباط بر اساس آنچه در دین به آن توجه شده و در چارچوب آموزه‌های دینی، تأثیری معنادار و مثبت بر سلامت روان و عزت نفس و خودباوری دانش‌آموزان دارد. از این رو، مهارت «ارتباط» از مهم‌ترین و مؤثرترین مهارت‌های زندگی است و بر ابعاد زندگی فردی و اجتماعی دانش‌آموزان تأثیری چشم‌گیر دارد، اگر بتوانیم زمینه این گونه آموزش‌ها را در مدارس گسترش دهیم گام بلندی در افزایش سلامت روان دانش‌آموزان برداشته‌ایم و زمینه ایجاد و شیوع بسیاری از مسائل اجتماعی کاهش می‌یابد و با دانش‌آموزانی مواجه خواهیم بود که از کارآمدی بالایی برخوردارند.

منابع

- آقاجانی، مریم، ۱۳۸۱، *بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوان*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، تهران، دانشگاه الزهرا.
- ابراهیمی قوام، صغری، ۱۳۷۳، *رابطه بین رشد اجتماعی با میزان دریافت انواع حمایت اجتماعی*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، اهواز، دانشگاه شهید چمران.
- احمدی، سعید، ۱۳۹۳، «تأثیر مهارت ارتباطی با رویکرد دینی بر سلامت روان و عزت‌نفس دانش‌آموزان»، *مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زنجان*، دوره بیست و دوم، ش ۹۰، ص ۱۳-۲۲.
- انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۱۳۸۷، *راهنمای درمان افسردگی*، ترجمه مهدی گنجی، تهران، ویرایش. حقیقی، جمال و همکاران، ۱۳۸۵، «بررسی تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت روان و عزت‌نفس دانش‌آموزان دختر سال اول مقطع متوسطه»، *مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، سال سیزدهم، ش ۱، ص ۶۱-۷۸.
- سازمان بهداشت جهانی، ۱۳۷۷، *برنامه آموزش مهارت‌های زندگی*، ترجمه ربابه نوری قاسم‌آبادی و پروانه محمدخانی، تهران، واحد بهداشت و پیشگیری از سوء‌مصرف مواد، سازمان بهداشت جهانی.
- شارف، ریچارداس، ۱۳۸۶، *نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی*، ترجمه مهرداد فیروزبخت، تهران، موسسه فرهنگی رسا. شاملو، سعید، ۱۳۸۷، *مکتب‌ها و نظریه‌ها در روان‌شناسی شخصیت*، تهران، رشد.
- شیرازی، ناظم، ۱۳۷۶، *ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش عزت‌نفس و بررسی رابطه آن با پرخاشگری، رفتارهای ضد اجتماعی، وضعیت اجتماعی-اقتصادی و عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان پسر پایه اول تا سوم دوره متوسطه شهرستان اهواز*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، اهواز، دانشگاه شهید چمران.
- شیهان، ایلین، ۱۳۷۸، *عزت‌نفس*، ترجمه مهدی گنجی، تهران، نشر ساوالان.
- طرمیان، فرهاد و همکاران، ۱۳۷۸، *مهارت‌های زندگی*، چ دوم، تهران، تربیت.
- علیمردانی، محمد، ۱۳۸۴، *تأثیر آموزش مهارت‌های اجتماعی بر سلامت روانی دانشجویان*، ساوه، معاونت پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی.
- گنجی، حمزه، ۱۳۸۴، *ارزشیابی شخصیت*، چ سوم، تهران، ساوالان.
- منصوری، فریبا، ۱۳۷۷، *بررسی رابطه ساده و چندگانه عزت‌نفس، احساس تنهایی و اضطراب اجتماعی با ابراز وجود دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های نظام جدید شهرستان اهواز*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی.
- وردی، مینا، ۱۳۸۳، *تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر ابراز وجود و عزت‌نفس دانش‌آموزان دختر*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی.
- یادآوری، ماندانا، ۱۳۸۳، *تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر سلامت عمومی، عزت‌نفس و خودابرازی دانش‌آموزان دختر متوسطه شهر اهواز*، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی.

- Aghajani, M, 2002, Impact of life skills training on adolescent mental health and locus of control in Qom city, *Dissertation Alzahra University*, v. 13, p. 11-19.
- Argyle, M, 2000, *Psychology and religion: an introduction*, London, Rutledge, Assessment. In JO. Greene & B.R. Burleson (Eds), 2003. Handbook of communication and social interaction skills. Mahwah NJ Erlbaum. 93:134.
- Bahrani A, & Tashk, A, 2004, Aspects of the relationship between religious orientation and mental health and scale evaluation of religious orientation, *Journal of Psychology and education*, v. 2, p. 21-28.
- Bahrani, F, & et al, 2005, The role of religious orientation and mental health and depression among elderly, *Rehabilitation J*, v. 6, p. 42-47.
- Cooper smith, S, 1990, *The antecedent of selfesteem*, New York, W.H Freeman.
- Ellis, A, 1987, "Religiosity and rational emotive psychotherapy", *their Research and Practice*, v. 18, p. 155-159.
- Fayyaz, I, & Karimi, M, 2010, Interpersonal skills of the innocents Mohammad (PBUH), *Journal of Islamic Education*, v.4, p. 43-49.
- Gammon, J, & Morgan, S. h, 2005, Astady to Ascertain the effect of structured student tutorial support on student stress, Self- esteem and coping, *Nurse Education in practice*, v. 5, p. 161-171.
- Goldberg, D. A, 1998, user`s guide to the general health questionnaire, *Windsor, UK: Nfernelson*, v.16, p. 11-45.
- Hagigi, J, & et al, 2007, The effect of life skills training on mental health and self-esteem of first grade high school students of Ilam city, *Journal of Education and Psychology, Ahwaz Chamran University*, v. 13, p. 61-78.
- Hargie Q, & Dickson, D, 2004, *Skilled interpersonal communication*, London, Routledge.
- Harter, S, 2007, The development of self-esteem and self-representation, Hand book of child psychology, fifth edition, *John wiley and sons INC*, v. 13, p. 518-553.
- Janbozorgi, M, 2007, Religious orientation and mental health, *Pejouhesh*, v. 31, p. 345-350.
- Ji-Min seo, T, & et al, 2007, Social skills training as nursing intervention to improve the social skills and selfesteem of inpatients with chronic schizophrenia, p. 44-53.
- Klose, P, & Tinius, 2004, A self- steem group at an inpatient psychiatric hospital, *Journal of psychosocial Nursing and mental Health service*, v. 30(7), p. 5-9.
- Mahmodian, M, 2008, *Effect of life skills training with Qur'anic approach on depression, social acceptance and academic performance of learners*, [Dissertation] Shahid Beheshti Univ, p. 45-76.
- Mahmoudi Rad M, & et al, 2007, Role of communication skills and social problem-solving training on self-esteem and IQ of students in third grade, *Journal of Rehabilitation*, v. 18, p.71-77.

- Mir Mohammad Sadeghi, M, 2004, The role of self-esteem and interpersonal communication skills training on young orphan boy living in boarding institutions in Tehran, [Dissertation] Department of Social Welfare, v. 8, p. 22-45.
- Mohammadi, B, 2007, *The effect of life skills training on assertiveness and self-esteem of students in of first grade high school students of Mamasani city*, Dissertation Ahwaz Azad university.
- Nazari, I, & Hoseinpor, M, 2009, The effectiveness of social skills on anxiety and self-esteem in high school girl students in Baghmlk city, *Journal of new approach in psychology*, v. 18, p. 95-116.
- Rogers, C.R, 1986, Carl Rogers on the development of the person-centered approach, *person-centered Review*, v. 1, p. 257-259.
- Shieck, D, 1999, *paternal and maternal in fluences on the psychological well being of chinese adolscents*, Genetic, social & psychology monographs, v. 125, p. 69-297.
- Sigelman, G.K, 1999, *life-span Human Development*. Book/cole publishing company (ITP), 280-409.
- Sobhi-Garmaleki, N, & Rajabi, S, 2010, Efficacy of life skills training on mental health and self esteem of students university of Mohaghegh Ardabili, Published by Elsevier Ltd, *Available online on scopus*, v. 14, p. 23-29.
- Taghavi, M, R, 2000, Evaluate the validity and reliability of public health, *J Psychol*, v. 3, p. 4.
- Teri, r, 2003, Self-Esteem and self-efficacy of college student with disabilities, *College student journal*, v. 18, p. 34-42.
- Williams, k, & Zadiro, L, 2001, On being ignored, excluded, and rejected, Leary (Ed), Interpersonal rejection, *Oxford: Oxford university Press*, v. 6, p. 92-125.

بررسی از خودبیگانگی از دیدگاه اریک فروم و مقایسه آن با دیدگاه اسلام

b_yarigholi@yahoo.com

بهبود یاری قلی / استادیار دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

Sadeghsayadi90@gmail.com

ک. صادق صیادی / دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه شهید مدنی آذربایجان

دریافت: ۱۳۹۳/۷/۱۴ - پذیرش: ۱۳۹۳/۱۲/۲۰

چکیده

یکی از موضوعات اساسی دنیای مدرن «از خودبیگانگی» است که در طول تاریخ، همواره مورد توجه اندیشمندان بوده است. هدف این پژوهش، مقایسه و ارزیابی دیدگاه اریک فروم، به عنوان یک روان‌شناس پیرو مکتب اومانیزم، و دیدگاه دین اسلام در زمینه از خودبیگانگی بود. روش پژوهش توصیفی - تحلیلی است. در این مقاله، پس از بیان مقدمه و تعاریف از خودبیگانگی و بررسی مبانی نظری و پژوهشی، اندیشه‌های فروم در زمینه از خودبیگانگی مطرح و سپس دیدگاه اسلام در این زمینه مورد بررسی قرار گرفت. هر دو دیدگاه، از خودبیگانگی را «جدا شدن انسان از خود حقیقی خویش» معرفی کرده و آن را برای انسان به شدت زیانبار و خطرناک می‌دانند، اما از دیدگاه فروم اعتقاد به دین و خدا، موجب از خودبیگانگی انسان می‌گردد. درحالی‌که از دیدگاه اسلام در بررسی ریشه‌ها و عوامل پیدایش مسئله «از خودبیگانگی»، باید از تعالیم ادیان آسمانی بهره گرفت و اعتقاد به دین و خداست که مانع از خودبیگانگی انسان می‌شود.

کلیدواژه‌ها: از خودبیگانگی، اریک فروم، اومانیزم، اسلام.

در جوامع کنونی، خطر بزرگی که نوع انسان را تهدید می‌کند و دامنه آن روز به روز در حال گسترش است. «از خودبیگانگی» است که از سوی بسیاری از فیلسوفان، روان‌شناسان و جامعه‌شناسان مورد واکاوی قرار گرفته است. اهمیت مقوله از خودبیگانگی را می‌توان از طریق رشد مطالعات فزاینده محققان و نویسندگان به دست آورد. بنابراین، بررسی مفهوم «از خودبیگانگی»، به یکی از نگرانی‌های اساسی اندیشمندان رشته‌های مختلف تبدیل شده است که هر یک از منظرهای خاص، این مفهوم را مورد بررسی قرار داده‌اند. تأملی کوتاه درباره سیر تاریخی مفهوم «از خودبیگانگی» در فلسفه غرب، به‌ویژه در سده هجدهم و نوزدهم میلادی، نشان می‌دهد که این مسئله، یکی از مهم‌ترین مسائل انسان‌شناسی است. در «از خودبیگانگی» سازگاری افراد با جامعه، فرهنگ و محیط طبیعی کاهش یافته و کنترلشان را بر روی محیط از دست داده، با احساس ناامیدی تدریجی، منزوی می‌شوند (کتین و همکاران، ۲۰۰۹).

«از خودبیگانگی»، مفهومی پیچیده است که برخوردار از معنا و دلالت‌های ضمنی است. پیچیدگی و غنای این مفهوم، ریشه در پدیده‌های فرهنگی، سیاسی، روان‌شناختی و اجتماعی - اقتصادی دارد که این مفهوم به آنها اشاره دارد. این امر، عمق و وسعت تأثیر از خودبیگانگی بر آگاهی افراد، درک از جهان و وجود انسانی، هویت افراد، عزت‌نفس، کارایی و شیوه تفکر افراد دارد. همچنین «از خودبیگانگی»، روابط متقابل میان افراد و گروه‌هایی که به آن تعلق دارند، را نیز منعکس می‌سازد. بنابراین، از خودبیگانگی مفهومی است که هنگام نزدیک شدن به موضوعات انسانی، مفید و ارزشمند است. به عنوان یک چارچوب انسان محور، این مفهوم می‌تواند به ما در درک واقعیت و سرنوشت انسان کمک نماید. از خودبیگانگی زمانی به اوج خودش می‌رسد که وجود، وضعیت اجتماعی و شخصیت اخلاقی و حقوقی افراد بر باد رفته و افراد آزادی، وجود انسانی و حقوقشان را از دست می‌دهند (Syrian Centre for Policy Research) SCPR, 2015)). انسان در طول تاریخ تفکر، به مثابه موجودی که ابعاد ناشناخته و قابل تحقیق و بررسی دارد، معرفی شده است. انسان‌شناسان در بررسی‌های خود تلاش می‌کنند با مطرح کردن موضوعاتی نظیر چیستی انسان، تفاوت‌های اساسی او با سایر موجودات، نیازها و قابلیت‌های وی، رابطه او با دین و خدا، تکامل بشر و...، گام‌های اساسی در مسیر شناخت انسان بردارند. هرچند در این راه طولانی، لغزشگاه‌های بزرگی چون تفکرات اومانیستی بعضی از محققان را از پیمودن صحیح این مسیر بازداشته است. یکی از دلایلی که در نفی اخلاق دینی اقامه شده است، مسئله از خودبیگانگی انسان دیندار می‌باشد. به

اعتقاد برخی از طرفداران اخلاق سکولار، اخلاق دینی موجب از خودی‌گانگی انسان می‌گردد. اریک فروم (Erich fromm) را می‌توان از جمله این افراد معرفی کرد. اندیشه‌های انسان‌شناسانه وی، در زمینه از خودی‌گانگی که از چشم‌اندازی روان‌شناسانه و با قلمی روان در کتاب‌های وی منعکس شده است، هرچند توجه خواننده را به خود جلب می‌کند، ولی نقاط ضعف آن دیدگاه‌ها هیچ‌گاه از نگاه‌های دقیق و واقع‌بین مخفی نمی‌ماند؛ چرا که وی در فرایند بررسی‌های خویش، با تک‌ساحتی نشان دادن انسان، انکار وجود خداوند به عنوان قادر مطلق هستی و تأکید بیش از حد بر زندگی مادی، نتوانسته است انسان را تمام قامت معرفی کند.

در مقابل، دین اسلام نگرشی متفاوت به انسان دارد. در دین مبین اسلام، انسان خلیفه خداوند بر روی زمین می‌باشد و به عنوان موجودی دو ساحتی (جسم و روح)، که با خداوند ارتباطی وجودی داشته، در نظر گرفته می‌شود. قطع این ارتباط وجودی، عواقب زیانباری برای وی دارد که یکی از این عواقب، از خودی‌گانگی انسان می‌باشد. مفهوم «از خودی‌گانگی»، به طور ضمنی در معانی متفاوتی به کار برده شده است. گاهی اوقات به تمام انواع منفی نگرش‌هایی که در افراد یا جامعه وجود دارند، اطلاق می‌شود. گاهی نیز به معنای انکار و نفی جهان در نظر گرفته شده است. مفهوم «از خودی‌گانگی»، در تمام علوم اجتماعی از جمله: الهیات، روان‌شناسی، و حتی فلسفه و ادبیات نیز یافت می‌شود. از خودی‌گانگی، به شیوه‌های مختلفی توسط فیلسوفان، روان‌شناسان و جامعه‌شناسان به کار رفته است تا به یک تنوع غیرمعمولی از اختلالات روانی - اجتماعی شامل زوال و از دست دادن خود، حالت اضطراب، بی‌دینی، یأس و ناامیدی، زوال شخصیت، بی‌ریشگی، بی‌عاطفگی، بهم ریختگی اجتماعی، تنهایی، بی‌قدرتی، بدبینی و از دست دادن اعتقادات و ارزش‌ها اشاره کند. بنابراین، از خودی‌گانگی همه جا حضور دارد و پیچیدگی آن به آسانی درک نمی‌شود (مالک، ۲۰۱۴). با توجه به پیچیدگی مفهوم از خودی‌گانگی و آثار و عواقب زیانبار آن اعم از چه فردی و چه اجتماعی، این پژوهش به بررسی نظری و تطبیقی مفهوم «از خودی‌گانگی»، به عنوان یک درد فردی و اجتماعی، ریشه‌ها، آثار و نتایج آن از دیدگاه اریک فروم و دین مبین اسلام پرداخته است.

روش پژوهش

روش پژوهش این مطالعه، روش «توصیفی - تحلیلی» می‌باشد که یکی از انواع روش‌های کیفی است. در این روش، محقق علاوه بر تصویرسازی آنچه هست، به تشریح و تبیین دلایل چگونه بودن و چرایی

وضعیت مسئله و ابعاد آن می‌پردازد. محقق برای تبیین و توجیه دلایل، نیاز به تکیه‌گاه استدلالی محکمی دارد. این تکیه‌گاه، از طریق جست‌وجو در ادبیات و مباحث نظری تحقیق و تدوین گزاره‌ها و قضایای کلی موجود درباره آن فراهم می‌شود. محقق از نظر منطقی، جزءهای مربوط به مسئله تحقیق خود را با گزاره‌های کلی مربوط ارتباط داده، سپس به نتیجه‌گیری می‌پردازد. در این مقاله، تلاش شده است پس از بیان معنای لغوی از خود بیگانگی و پیشینه پژوهش، مبانی اندیشه‌های انسان‌شناسانه/ریک فروم در این زمینه مورد بررسی قرار گیرد. سپس، با استناد به آیات قرآن کریم، دیدگاه اسلام در زمینه از خود بیگانگی بیان شده و در نهایت، این دو دیدگاه مورد مقایسه و بررسی قرار گیرند.

معنای از خود بیگانگی

واژه (alienation) یا الیناسیون در زبان فارسی به «از خود بیگانگی» ترجمه شده است. ریشه این اصطلاح، کلمه لاتین alius به معنای «دیگر» است. پسوند en در زبان لاتین، صفت‌ساز است. بنابراین، alien به معنای منسوب به دیگری است. سپس از این صفت، اسم alienation ساخته شده که به معنای «انتقال به غیر» است. همچنین، بی‌خویشتنی، ناخویشتنی، باخود بیگانگی، درد بی‌خویشتنی، خودفراموشی، الینه شدن، جن‌زدگی، بیگانه‌زده شدن، گرفتار بیگانه شدن، دیگری را به جای خود پنداشتن، دیگری را خود دانستن و خود دیگر پنداری نیز دیگر واژگان معادل الیناسیون در زبان فارسی است (بشیری، ۱۳۸۹). برخی از محققان خارجی نیز معتقدند که لغت انگلیسی «alienation»، از واژه لاتین «alienato» مشتق شده است. alienato، یک اسم است که معنایش را از فعل «alienare» به دست آورده است و به معنای ساختن چیزی برای دیگران، ربودن، اجتناب کردن، دور کردن و... است. در زبان فرانسوی «alienate» و «alienation» به شکل یکسان برای لغات انگلیسی alienate و alienation به کار می‌روند (سلیم، و بنی عطا (Bani-ata)، ۲۰۱۳).

پیشینه و مبانی نظری

در حالی که اصطلاح «از خود بیگانگی» یک عبارت رایج در تاریخ تفکر اجتماعی است، اما اندیشمندان مختلف درباره تاریخچه این مفهوم با یکدیگر اختلاف نظر دارند. اندیشمندانی همچون آدورن، اتزیونی، لوکاس و میل معتقدند: از خود بیگانگی پدیده‌ای است که به جوامع صنعتی و پست مدرن تعلق دارند. از سوی دیگر، برخی اندیشمندان مانند فیوئر، فروم، مزاروس، مارکوزه، پانیهام و کافمن معتقدند: از خود بیگانگی اصطلاح و ابتکار جدیدی نیست، بلکه یک مفهوم تاریخی و قدیمی است.

بنابراین، از خودبیگانگی انسان، محدود به گذشته یا حال و آینده نبوده است (فرهبد و همکاران، ۲۰۱۲). مفهوم «از خودبیگانگی»، نخستین بار از طرف هگل (۱۷۷۰-۱۸۳۱) مطرح شد و بر دانش بشری به گونه‌ای مدون افزوده شد (اسمیت و بوهم (Smith & Bohm)، ۲۰۰۸). این مفهوم، یکی از مهم‌ترین مسائل انسان‌شناختی است که در رشته‌های گوناگون علوم انسانی از قبیل جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، فلسفه و حتی روان‌پزشکی در طول سالیان متمادی، مورد توجه بوده است (قاسمی و آریاپوران، ۱۳۹۳). سیدنی فینکلشتاین (Sidney Finkelstein) (۱۹۶۵)، از خودبیگانگی را به عنوان یک پدیده روان‌شناختی توصیف می‌کند؛ یک تعارض درونی، یک خصومت احساس شده نسبت به چیزی که ظاهراً خارج از خود فرد است؛ اما با خود فرد در ارتباط است. یک مانع ایجاد شده که عملاً نه تنها از خود فرد دفاع نمی‌کند، بلکه او را بیچاره و درمانده نیز می‌سازد (سلیم، ۲۰۱۴). در این پژوهش، از خودبیگانگی از منظر روان‌شناسی تحلیل و به توصیف آن پرداخته شده است.

معمولاً اگزیستانسیالیسم، به عنوان نیروی سوم روان‌شناسی، که حول شخصیت افراد می‌چرخد، در نظر گرفته شده است. تمرکز اصلی روان‌شناسان اگزیستانس، بر فرایندهای ذهنی است که تجارب جاری را تفسیر می‌کنند و افراد را قادر می‌سازند تا با چالش‌های وجود سازگار شوند و یا بر آنها چیره شوند. این رویکرد، عموماً در قلمرو نظریه‌های انسانگرایی مانند درمان مراجع محور راجرز (Rogers) قرار می‌گیرد. بنابراین، روان‌شناسی، اگزیستانس بر بیگانگی افراد از خود درونی و حقیقی‌شان، که مانع رشد و پیشرفت، تحقق خود و روابط بین فردی معنادار است، تأکید ویژه دارد. این بیگانگی افراد از خود حقیقی، عواقب و نتایجی مانند از دست دادن شخصیت فردی، بیگانگی با خود، و از دست دادن هویت فردی دارد که برای افراد بسیار گرانبار است (مالک، ۲۰۱۴). روان‌شناسان اگزیستانسیالیستی، همچون بلاونر (Blauer) (۱۹۶۴) و سایر رهبران روان‌شناسی اگزیستانس مانند می (May) (۱۹۶۱)، پریلز (Perls) (۱۹۶۹) و راجرز (۱۹۶۹)، از پیشگامان بحث در مورد از خودبیگانگی در روان‌شناسی بوده‌اند. در استنباط بلاونر از خودبیگانگی، به عنوان حالتی از ذهن در نظر گرفته می‌شود (واحدی و نظری، ۲۰۱۰)، یک احساس درونی که می‌تواند از فردی به فرد دیگر، در قالب چهار بعد تنوع داشته باشد: ۱. بی‌قدرتی (برای کنترل شدن توسط دیگران در یک نظام غیرشخصی)؛ ۲. بی‌معنایی (ناشی از کمبود احساس فرد درباره سهم بودن نتایج کاروبارش در کل جامعه)؛ ۳. انزوای بی‌معنایی (کمبود احساس تعلق داشتن)؛ ۴. بیگانگی از خود (کناره‌گیری، کمبود احساس هویت یا ایفای نقش فردی) (اودانوویو و نلسون، ۲۰۱۴). البته در مطالعات جدیدتر، بعد پنجمی نیز در نظر گرفته شده است که این بعد،

«بی‌هنجاری» نام دارد که تحت عنوان کشش به سمت ابزارهای تأیید نشده (نامشروع) اجتماعی، برای رسیدن به اهداف در نظر گرفته می‌شود (واحدی و نظری، ۲۰۱۰).

اریک فروم معتقد است: تاریخچه از خودبیگانگی، به پیامبران عهد عتیق بر می‌گردد؛ دوره‌ای که در آن مردم بت می‌پرستیدند؛ دوره‌ای که بت پرست‌ها در برابر بت‌هایی که ساخته دست خودشان بود، تعظیم می‌کردند. فروم (۱۹۵۵)، از خودبیگانگی را به عنوان تجربه‌ای یاد می‌کند که در آن شخص، خودش را همچون یک مخلوق بیگانه در نظر می‌گیرد. به عبارت دیگر، او از خودش نفرت دارد (فرهبد و همکاران، ۲۰۱۲). بعد از اریک فروم، تعدادی از روان‌کاوان نیز فرایند از خودبیگانگی را مورد بحث قرار داده‌اند. کارن هورنای (Karen Horney) در کتاب **روش‌های جدید در روان‌کاوی**، دیدگاه خود را در مورد از خودبیگانگی عنوان کرد (سلیم و بنی‌عطا، ۲۰۱۳). بر اساس ای دیدگاه، وی انسانی از خود بیگانه است که: خود فردی‌اش به صورت خودبه‌خود، از رشد باز مانده، منحرف شده و خفه شده است. به این فرد گفته شده که در وضعیت بیگانگی از خودش یا بیگانه از «خود» خویش است. هورنای، در کتاب **دیگر تعارضات درونی ما** (۱۹۶۶)، دوباره با یک رویکرد جدید از مفهوم «از خود بیگانگی» صحبت می‌کند. در دیدگاه وی، وضعیت فرد از خود بیگانه، شبیه فردی است که به سادگی احساسات واقعی، محبوبات، منفورات و اعتقادات و به‌طور کلی، آنچه را که واقعاً هست، فراموش می‌کند. از دیدگاه وی، حقیقت انسان، خود واقعی او است و معنای از خودبیگانگی، بیگانگی از این خود واقعی است. هورنای، تصور می‌کند که وضعیت از خودبیگانگی، زمانی ایجاد می‌شود که انسان یک تصویر ایده‌آل از خودش را در ذهن خود می‌سازد که چیزی غیر از خود واقعی او است. در این حالت، یک شکاف بین تصویر خود ایده‌آل و خود واقعی او وجود دارد (سلیم و بنی‌عطا، ۲۰۱۳).

در روان‌شناسی اجتماعی نیز از خودبیگانگی، یعنی خروج شناختی فرد از جامعه. در این مفهوم، فرد از خود بیگانه جدای از افراد دیگر است. از این رو، به شکل افراطی، با چنین انزوای شناختی، فرد خود را روان‌رنجور ابراز می‌کند (بلوم، ۲۰۰۹). روان‌شناسان، در زمینه از خودبیگانگی احساسات فرد در قبال خود را می‌سنجند. آنها با فرض علل روان‌شناختی بیگانگی و ربط دادن آن به شخصیت، مزاج یا نیروهای سرکش درونی، سرکوب‌های روانی و سرکوب‌های غرایز درونی انسان توسط جامعه را مطرح می‌سازند. روان‌پزشکان نیز اصطلاح «دیوانگی» را ابتدا به طور دقیق «از خودبیگانگی» نامیدند (اسمیت و

بوهم، ۲۰۰۸). در روان‌شناسی، محققان به این نتیجه دست یافته‌اند که بسیاری از تجارب از خودبیگانگی، به عنوان مرکز افسردگی (فوکس، ۲۰۰۲)، اختلال دوقطبی (میولا (Mula) و همکاران، ۲۰۰۹) و اسکیزوفرنی (هنریکسن (Henriksen) و همکاران، ۲۰۱۰) عمل می‌کنند.

در زمینه مبانی پژوهشی تحقیق، می‌توان گفت: بسیاری از مطالعات خارجی صورت گرفته در این عرصه، بیشتر به صورت مطالعات کمی بوده، از خودبیگانگی را از دیدگاه اجتماعی و فلسفی و بیشتر در سطح سازمان‌ها مورد مطالعه قرار داده‌اند. تحقیقات روان‌شناختی در زمینه از خودبیگانگی نیز بیشتر به صورت کمی بوده است. در تحقیقات داخلی، چندین پژوهش به مفهوم «از خودبیگانگی» به صورت نظری پرداخته‌اند. مثلاً علی‌احمدی و همکاران (۱۳۹۰)، به مفهوم از خودبیگانگی را از دیدگاه هگل بیان جوان و برخی مفسران قرآن مطرح کرده‌اند. آنها به این نتیجه دست یافتند که سه اندیشمند هگل، فیورباخ و مارکس، بر خلاف متفکران اسلامی دین را عامل از خودبیگانگی انسان‌ها می‌شمارند و معتقدند: تا زمانی که بشر دین را کنار نگذارد، نمی‌تواند خودش را بازیابد. صادقی‌حسن‌آبادی و گنجور (۱۳۸۹) نیز در پژوهش خود، با عنوان «خداباوری، خودیابی یا از خودبیگانگی» به این نتیجه دست یافتند که هر چه کشش و قرب انسان به خدا بیشتر باشد، نه تنها از خود تهی و بیگانه نمی‌شود، بلکه خود را بیشتر می‌یابد و به مقصود و اصل خود نائل می‌گردد. روشن (۱۳۸۶) نیز در پژوهش خود با عنوان «علی‌شریعتی و الیناسیون فرهنگی»، به این نتیجه دست یافت که از دیدگاه شریعتی هر آنچه که انسان را از ویژگی‌های انسانی او دور کند، عامل الینه‌کنندگی اوست. از نظر وی، عقلانیت ابزاری، بوروکراسی و ماشینیسیم، انسان را از خود بیگانه کرده‌اند. آقا‌حسینی و ربانی (۱۳۸۴) در پژوهش خود، با عنوان «تحلیلی از مفهوم از خودبیگانگی در شعر ناصر خسرو» به این نتیجه دست یافتند که از دیدگاه ناصر خسرو، گرفتار شدن انسان در زرق و برق‌های دنیوی، خارج شدن از جاده درست انسانی و ناآگاهی از خویش، موجب از خودبیگانگی او می‌شود.

از خودبیگانگی از دیدگاه اریک فروم

بی‌شک اندیشه‌های هر متفکری برخاسته از مبانی، پیش‌فرض‌ها یا اصول موضوعه‌ای است که وی از قبل فراگرفته، یا به طور فطری در نهادش وجود داشته و یا فرض گرفته است. فروم نیز در ارائه آرای خویش از این قائده مستثنی نیست. می‌توان خاستگاه بیشتر دیدگاه‌های انسان‌شناختی وی را تفکرات اومانستی و مارکسیستی وی دانست (ویگرهاوس (Wiggerhaus)، ۲۰۰۳).

بی‌شک فروم بیش از هر روان‌شناس دیگری در تفسیر، تحلیل و توسعه مفهوم «ازخودبیگانگی» کوشیده است. در واقع، فروم از منش اجتماعی ازخودبیگانه عصر حاضر ما صحبت می‌کند و با دیدی بدبینانه از آن سخن می‌گوید. وی با دیدی عمدتاً روان‌شناختی، به ازخودبیگانگی می‌نگرد. فروم واژه «ازخودبیگانگی» را نخستین بار در کتاب **گریز از آزادی** مطرح کرد. سپس، در کتاب **جامعه سالم** به توضیح و تبیین بیشتر آن پرداخت (فریدمن و شریبر (Friedman & Schreiber)، ۲۰۱۴). وی بیگانگی از خود را حالتی از هستی می‌داند که در آن، انسان مقهور محصول کار و تولیدات خویش که عینیت یافته می‌گردد، به گونه‌ای که هرگونه اختیار، اراده و کنترل از او سلب و فرصت خودشناسی از او ساقط می‌شود. از این رو، برای فروم، ازخودبیگانگی به مفهوم انفصال شناختی از مفهوم من واقعی است (فروم، ۱۹۵۵). در حقیقت، فرد از خود بیگانه به خودش از دید یک شخص دیگر و خارج از خود نگاه می‌کند (فانک (Funk)، ۲۰۰۹). اریک فروم، به عنوان یک روان‌شناس بحث‌های زیادی در باب ازخودبیگانگی دارد. بر طبق دیدگاه وی، بیگانگی نتیجه جامعه سرمایه‌داری است که احساسات انسان را به هم می‌ریزد. در دیدگاه فروم، در میان همه انواع بیگانگی، ازخودبیگانگی مهم‌ترین آنهاست. ازخودبیگانگی از دید وی، غیبت خودآگاهی یا از دست دادن کامل آن است. وی ازخودبیگانگی را مربوط به احساسات می‌داند. او در کتاب **جامعه سالم** می‌نویسد: «معنای ازخودبیگانگی فرایندی در زمینه احساسات است که در آن هر شخصی احساس می‌کند که با خودش بیگانه است» (فروم، ۱۹۵۵، ص ۱۱۷). فروم اظهار می‌دارد که یک انسان از خود بیگانه، ضرورتاً از جامعه نیز بیگانه می‌شود؛ چرا که هویت ازخودبیگانگی و وضعیت کمبود خودآگاهی ضرورتاً فرد را جامعه بیگانه می‌سازد (سلیم و بنی‌عطا، ۲۰۱۳).

فروم ازخودبیگانگی را با چندین مفهوم بیشتر توضیح می‌دهد که «پیدایش انسان»، «آزادی»، «بت‌پرستی»، «دین» و «خداوند» از آن جمله‌اند. در زیر به توصیف جنبه‌های مختلف دیدگاه وی، درباره ازخودبیگانگی می‌پردازیم.

پیدایش انسان از دیدگاه فروم

فروم، سیر تکامل بشر را شبیه به بیگانگی از طبیعت و خدا توصیف می‌کند. فروم بیان می‌کند که پیدایش بشر ممکن است صدها هزار سال طول کشیده باشد، اما مهم این است که یک گونه جدید به وجود آمد، فراتر از طبیعت، که از زندگی خویش آگاه شد. خودآگاهی، عقلانیت و تخیل، هماهنگی و نظمی را که مشخصه وجود حیوانی است، مختل کرد. این ظهور و پیدایش ناگهانی، انسان را

غیرمتعارف ساخت؛ یک چیز غریب در جهان. او قسمتی از طبیعت است، موضوع قوانین فیزیکی و ناتوان در تغییر دادن آنها. اما با این حال، هنوز برتر از طبیعت است (اسمیت و بوهم، ۲۰۰۸). از دیدگاه فروم، انسان‌های اولیه از طریق یکی دانستن خود با قبیله‌های اطراف خویش و هماهنگی با مذاهب و روش‌های قبیله‌ای، سعی کردند با این احساس بیگانگی از طبیعت مقابله کنند و احساس تعلق به گروه را تقویت نمایند. اما بشر جدید، چون از آگاهی و توانایی بیشتری برای غلبه بر طبیعت برخوردار است، مانند گذشتگان با طبیعت آمیخته نیست. در واقع، انسان امروزی از طبیعت فراتر رفته، در نتیجه با اینکه در معرض قوانین طبیعی قرار دارد، نمی‌تواند آنها را تغییر دهد و در حالتی از مردگی و انزوا (از خودبیگانگی) رها می‌شود (رکنی‌پور و سیادت، ۱۳۹۲). فروم معتقد است: انسان هر چه آزادتر باشد، بیشتر احساس پوچی، انزوا، و بیگانگی می‌کند. در مقابل، هر چه آزادی بشر کمتر باشد، احساس امنیت و سرسپردگی او بیشتر است. فروم عنوان می‌کند که افراد در قرن بیستم، نسبت به هر دوره دیگری آزادتر هستند. ولی احساس تنهایی و بیگانگی آنها نسبت به قرون گذشته بیشتر است. فروم در این رابطه، در کتاب **جامعه سالم** اظهار می‌دارد که در حالت از خودبیگانگی، انسان خود را یک شی‌تلقی نموده که باید فاتحانه در بازار کار استخدام شود، و خودش را یک عامل فعال و صاحب نیروهای انسانی، به شمار نمی‌آورد. در حقیقت این فرد از این نیروهای انسانی بیگانه است. هدف این فرد، فروش موفقیت‌آمیز خود در بازار است و درک او از وجود خودش، ناشی از نقش‌های اجتماعی - اقتصادی‌اش است. در حقیقت، انسان امروزی خود را با ویژگی‌های انسانی مانند ترس، عشق، تردید، عقیده و... توصیف نمی‌کند، بلکه خود را موجودی مجرد و بیگانه از طبیعت واقعی خود تعریف می‌کند که وظایف زیادی در نظام اجتماعی بر عهده دارد. فروم تمایل انسان به پذیرش خواسته‌های دیگران، تسلیم شدن در مقابل نقش‌های تحمیل شده از سوی نظام اجتماعی و عدم شناخت صحیح از خود را دلیل این از خود بیگانگی در عصر مدرن می‌داند (فروم، ۱۹۵۵، ص ۱۳۸).

آزادی از دیدگاه فروم

فروم در کتاب **گریز از آزادی** بیان می‌کند که انسان مدرن، آزاد از وابستگی‌های جامعه است. اما این آزادی به صورت همزمان، هم به او امنیت می‌دهد و هم او را محدود می‌کند. او آزادی را در مفهوم مثبت، تحقق خود شخصیش - که همان ابراز توانایی‌های حسی، عاطفی و عقلانیست - به دست نیاورده است. آزادی، اگرچه استقلال و عقلانیت را برای او به ارمغان آورده است، اما او را منزوی و

در نتیجه، مضطرب و ناتوان ساخته است. این وضعیت برای فرد غیرقابل تحمل است و جانشین آن این است که برای فرار از مسئولیت آزدایش، وارد وابستگی‌های جدیدی شده و تسلیم می‌شود (فروم، ۱۹۶۵). تطابق ماشینی (روباتی) برای فروم، یکی از سازوکارهای اصلی فرار از آزادی است که به واسطه آن، انسان مدرن تسلیم می‌شود تا از مسئولیت آزادی فرار کند. در تطابق ماشینی، انسان‌ها به چرخ دنده‌های ماشین‌های اداری تبدیل می‌شوند، درحالی‌که اندیشه‌ها، احساسات و سلايقشان توسط حکومت‌ها و توده عظیم ارتباطاتی، که آنها کنترل می‌کنند، اداره می‌شود. مکانیسم دیگر، فرار از آزادی و پناه بردن به حکومت‌های فاشیستی و دیکتاتوری است. در حقیقت، این راه‌حلی است که اکثر افراد عادی جامعه مدرن آن را انتخاب می‌کنند، اما راه‌حلی که اکثر افراد انتخاب می‌کنند، تطابق ماشینی است. «فروم این افراد را به ماهی تشبیه می‌کند که از آب آگاهی ندارد». در تطابق ماشینی، افراد را می‌توان این‌گونه خلاصه کرد: من می‌بایست پیروی کنم، تفاوتی وجود ندارد. من می‌بایست آماده و خواستار تغییراتی باشم که منطبق با تغییرات الگو است. من سازگار هستم، و من خاص و متفاوت نیستم. فروم می‌گوید: تطابق ماشینی، عواقب حیاتی دارد. در این وضعیت، انسان «خود» فردی خویش را ترک می‌کند و یک روبات می‌شود که به گونه‌ای مشابه، با میلیون‌ها روبات دیگر در اطرافش، احساس تنهایی و اضطراب نمی‌کند. اما قیمتی که انسان برای آن پرداخته، بسیار بالاست: او «خودش» را باخته است. فروم در بخش عشق به خدا، در کتاب *هنر عشق ورزیدن* بیان می‌کند که هیچ قدرتی بالاتر از این خود فردی و بی‌همتا وجود ندارد. انسان مرکز و هدف زندگی خویش است. رشد و تحقق فردیت خود، غایتی است که هرگز نمی‌تواند تابع هدف‌هایی باشد که دارای ارزش بیشتر قلمداد می‌شوند. فروم ادعا می‌کند که بندگی و تسلیم شدن به یک وجود زیبا یا معنوی قدرتمند، خودآزارنده است و «خود» فرد را قربانی می‌کند. این نوعی دیوانگی است؛ دیوانگی در واقع همبسته با خودتسلیمی روحی است (پانگیلینان، ۲۰۰۹).

بت‌پرستی از نگاه فروم

فروم معتقد است که در از خودبیگانگی، فرد به عنوان برترین موجود طبیعت، تجربه‌ای را که متعلق به خود اوست، به یک شی‌خارج از خود انتقال می‌دهد و از تجارب انسانی خویش بیگانه می‌شود. سپس، سعی می‌کند که با انسان بودن خودش، از طریق در تماس بودن با شیئی که انسانیتش را به آن انتقال داده است، در ارتباط باشد. در حقیقت، دو اصطلاح «از خود بیگانگی» و «بت‌پرستی» به هم متصل‌اند. فروم می‌گوید: مفهوم «از خودبیگانگی»، هنوز در مراحل نخستین سنت غربی و در تفکر

پیامبران عهد عتیق و به عبارت دقیق‌تر، در مفهوم بت‌پرستی است. دو اصطلاح «از خودبیگانگی» و «بت‌پرستی»، به این معنا هستند که من خودم را محروم می‌کنم. خودم را تهی می‌کنم. من یخ زده‌ام و من خودم را از تجارب زندگی دور می‌کنم. تفکرات خودم، عشق و احساسات خودم را به شخص یا چیزی بیرونی انتقال می‌دهم.

پیامبران عهد عتیق، به طرق گوناگون درباره آنچه که آنها بت‌پرستی می‌نامیدند، سخن گفته‌اند. برای پیامبران عهد عتیق، بت‌پرستی به این معناست که شخص ساخته دست خودش را بپرستد و در مقابل آن سر تعظیم می‌کند. در این فرایند، شخص خودش را محدود می‌کند، تبدیل به ماده می‌کند و خودش را نابود می‌کند؛ چرا که او به اشیاء وابسته می‌شود؛ به این صورت که او قدرت‌های انسانی خود را پیش انداخته، اما اکنون این قدرت‌های انسانی در دستان قدیسان است. این اشیاء، همان‌گونه که پیامبران می‌گویند می‌توانند بت‌ها باشند. فروم اظهار داشت که انسان می‌تواند یک تکه از چوبی را بردارد و با یک نیمه از آن انسان، می‌تواند آتشی را روشن کرده و کیکی بپزد، و با نیمه دیگر این تکه چوب، می‌تواند مجسمه‌ای ساخته و آن را به عنوان خدایش بپرستد که این بت، می‌تواند دولت یا نهادی قدرتمند یا هر چیز دیگری باشد. آنچه رایج است اینکه انسان همیشه قدرت‌های خلاقش را واگذار می‌کند و فقط از طریق تسلیم کردن خود و پرستش بت‌ها، در تماس غیرمستقیم با این قدرت‌های خلاق قرار دارد. امروزه خدا، بت عشق و دانایی است. انسان‌ها دوست داشتنی نیستند، آنها دانا نیستند. اما از آنجایی که زندگی کردن برای انسان، بدون عشق و دانایی مشکل است، آنها به کلیساها می‌روند و خدا را عبادت می‌کنند. از آنجاکه انسان‌ها عشق و دانایی را به خدا انتقال داده‌اند، آنها هر هفته با رفتن به کلیساها و یا ذکر اسم خدا، در تماس با عشق و دانایی خودشان هستند. در نهایت، آنها احساس می‌کنند که به طور کامل عشق و دانایشان را از دست نداده‌اند. اما در واقع آنها از عشق و دانایی بیگانه شده‌اند. این دو گوهر، بیش از این متعلق انسان‌ها نیست. در واقع، انسان هر چیزی را که در وجودش زنده است، به بت انتقال می‌دهد و اینک در قالب یک بت زندگی می‌کند. انسان دیگر به گونه‌ای اصیل عمل نمی‌کند، بلکه همان‌گونه که بت او می‌خواهد، عمل می‌کند (فانک، ۲۰۰۹). شخص در واقع تهی، مرده و افسرده است، اما برای جبران این حالت افسردگی و مرگ درونی، شخص یک بت انتخاب می‌کند. این بت می‌تواند یک گروه، ایده، کلیسا، یا حتی خدا باشد. فرد این بت را به طور کامل می‌سازد. سپس به شیوه‌های گوناگون تسلیم آن می‌شود.

مردگی و پوچی بت‌ها در عهد عتیق، این‌گونه بیان شده است: آنها چشم دارند و نمی‌بینند. گوش دارند و نمی‌شنوند و ... اما شخص در حقیقت، قدرت خودش را به بت‌ها انتقال می‌دهد و خودش فقیرتر و وابسته‌تر به بت‌ها می‌شود تا اینکه بت‌ها به او اجازه می‌دهند تا بخش اندکی از آنچه را که در ابتدا کاملاً متعلق به خودش بود، بازیابد. شما ممکن است این را تسلیم شدن یا هر چیز دیگری بنامید، اما دقیقاً، این فرایند یکسانی همانند بت‌پرستی است. تهی کردن خود، شرایط وابستگی - تسلیم مطلق است؛ چرا که انسان اکنون حتی وجود داشتن را از دست داده است. او اکنون به طور کامل، وابسته به یک بت شده است. این موضوع، یک بودن یا نبودن است؛ چرا که اگر بت شخص را ترک کند، شخص خودش را به طور کامل از دست داده است (فروم، ۱۹۶۱، ص ۴۵).

اقسام دین از نگاه فروم

دین در دیدگاه فروم، معنای گسترده‌ای دارد. مراد وی از «دین» هر نظام فکری یا عملی است که بین اعضای یک گروه مشترک بوده، الگوی جهت‌گیری و مرجع اعتقاد و ایمان اعضای آن گروه باشد. بنابراین، هیچ فرهنگی در گذشته نبوده و در آینده نخواهد بود که واژه «دین» را نتوان در مورد آن به کار برد (وزنیاک (Wozniak)، ۲۰۰۰).

فروم، دین را به دو نوع ادیان «خودکامه» و ادیان «بشردوست» تقسیم کرده، بین این دو نوع تمایز قائل می‌شود. او می‌گوید: مذاهب خودکامه توسط یک قدرت خارجی برتر از انسان مشخص می‌شود. این قدرت برتر می‌بایست اطاعت شده، محترم شمرده شود و پرستش شود. به اعتقاد فروم، در ادیان خودکامه زندگی، فرد بی‌اهمیت تلقی می‌شود و ارزش انسان در انکار ارزش و توانایی خود اوست. آرمان‌های انتزاعی این‌گونه ادیان، به سختی با زندگی حقیقی مردم پیوند دارد. آرمان‌هایی چون زندگی پس از مرگ، یا آینده نوع بشر و یا سعادت، افراد معاصر را قربانی می‌کند و موجب می‌شود نخبه‌های دینی یا دنیوی به نام دین بر زندگی هموعان خود تسلط یابند. درحالی‌که مذاهب بشر دوست، روی انسان و توانایی‌هایش متمرکزند. فضائل در مذاهب بشردوست، استوار و محکم بوده و توسط خود شخص تحقق می‌یابند. درحالی‌که در مذاهب خودکامه، فضائل در ناتوانی (فقدان قدرت) و چاپلوسی است. وضعیت رایج در مذاهب بشردوست، شادی و نشاط است. اما در مذاهب خودکامه، اندوه و گناه وضعیت رایج است. درحالی‌که مذاهب بشردوست، توسط تواضع و فروتنی مشخص می‌شوند، مذاهب خودکامه توسط «حقارت خود» انسان مشخص می‌شوند. در مذاهب خودکامه، انسان خودش را توسط نسبت دادن چیزهای خوب به خدا و چیزهای بد به خودش، تحقیر کرده و در مجموع، خودش را

گناهکار می‌داند (شیمل، ۲۰۰۸). فروم عقیده داشت که انسان برای مقابله با طبیعت، فرضیه‌هایی راجع به آن وضع می‌کرد، به صورتی که جزیی از مذهب وی می‌شد و برای پاسخ‌گویی به آن دسته از نیازهای عملی، که خود قادر نبود آنها را به گونه‌ای شایسته برطرف کند، به خدایان روی می‌آورد. از این رو، هر چه طبیعت بیشتر شناخته می‌شد، احتیاج کمتری به دین، به عنوان یک توجیه علمی و وسیله‌ای جادویی برای تسلط بر طبیعت احساس می‌شد (فروم، ۱۳۶۳، ص ۱۲۹).

خداوند در نگاه فروم

به اعتقاد فروم، انسان وقتی سقوط می‌کند که از خویش بیگانه شده، در برابر قدرت تسلیم شود و بر ضد خویش برگردد. اگر چه این امر، در قالب خداپرستی صورت گیرد (همان، ص ۶۹). فروم مصرانه قدرت خداوند را در هدایت یا تغییر انتخاب‌های انسان‌ها انکار می‌کند. در نتیجه، از انسان می‌خواهد که انتخاب‌های درستی داشته باشد؛ به این دلیل که فروم به یک نیروی الهی، که تصحیح‌کننده مکانیزم نادانی، حرص و طمع، تجاوز و حماقت انسان است، اعتقادی ندارد. در واقع، انسان‌گرایی افراطی فروم، نوعی فلسفه جهانی است که بر یگانگی نژاد انسان، ظرفیت بالای انسان برای رشد دادن قدرت‌های خویش برای رسیدن به تعادل درونی و برپا کردن جهانی صلح‌آمیز تأکید می‌کند. انسان‌گرایی افراطی، به هدف انسان از «بودن»، که استقلال کامل است، توجه ویژه‌ای دارد. این امر، حاکی از شکافتن جعلیات و توهمات و به دست آوردن آگاهی (شناخت) کامل از واقعیت است. همچنین، انسان‌گرایی رادیکال فروم، بر یک نگرش شکاکانه نسبت به استفاده از زور (اجبار) - به صراحت به این دلیل که در طول تاریخ بشر وجود داشته و اکنون نیز وجود دارد - تأکید دارد؛ زوری - ایجاد ترسی - که انسان را آماده قرار دادن جعلیات به جای واقعیات و نشان دادن توهمات به جای حقایق ساخته است. اجباری که انسان را از استقلال ناتوان ساخت و در نتیجه، انسان را از خرد و هیجانات و عواطفش منحرف کرد.

فروم استفاده ناموجه اخلاقی از اجبار (زور) را به عنوان یک شکل از بت‌پرستی قدرت، که خیانت به ارزش‌های اخلاقی ارائه شده توسط پیامبران و منسوب به خدا هستند، در نظر می‌گیرد. فروم این شیوه را به آسیب‌های روانی نسبت می‌دهد که اغلب، با میل انسان به استفاده از زور و خشونت برای پیش بردن اهداف دلخواهش همراه است. همچنین فروم اظهار می‌دارد که بین خدا و بشریت، یک میثاق (عهد) وجود دارد. این میثاق «احترام به زندگی» نام دارد. این میثاق، برای فروم بسیار مهم است؛ چرا که میزان اعمال انسان و خدا را مشخص می‌کند و هم انسان و هم خدا را متعهد می‌کند که مطابق با اصل اخلاقی «تقدس زندگی انسان» عمل کنند. از طریق این میثاق، بشریت می‌تواند با خدا رقابت

کند، تا تعهدات خدا در قبال نوع بشر حفظ شود. رابطه بین خدا و بشریت، که در داستان آدم و حوا مبتنی بر بی‌قدرتی و بردگی انسان است، دوباره تعریف می‌شود: بشریت شریک خدا می‌شود؛ یعنی مخلوقی که در اصول اخلاقی الهی سهیم می‌شود و عهد و پیمان الهی را همچنان برقرار نگه می‌دارد. خدا تغییر یافت ... او مقید است. همان‌گونه که انسان مقید است، به دلیل وجود نظامنامه بین آنها. خدا آزادی مطلقش را از دست داده است و انسان قادر شده است به دلیل قول‌هایی که خداوند در تعهدش در این میثاق داده است، با خدا رقابت کند. این قرارداد، فقط یک ماده دارد و آن زندگی انسان و زندگی تمام مخلوقات دیگر است. قانون زندگی کردن همه مخلوقات زنده، به عنوان قانون ابتدایی خلقت وضع شده که حتی خدا هم نمی‌تواند آن را تغییر دهد.

بیشتر پیامبران بزرگ از اعمال خدا صحبت می‌کنند. از دستوراتش به انسان، از پاداش‌ها و تنبیه‌هایش، اما آنها هر نوع گمانه‌زنی درباره خدا را حمایت نمی‌کنند. فرورم اظهار می‌دارد که نقش خدا در تاریخ، بنا بر تفکر عهد عتیق محدود به فرستادن پیامبران است؛ پیامبرانی که به انسان یک هدف معنوی جدید جایگزین نشان می‌دهند که انسان مجبور به انتخاب آن است. فرورم می‌گوید:

قبل از اینکه آدم سقوط کند؛ یعنی قبل از اینکه بشر خرد و خودآگاهی داشته باشد، او در هماهنگی کامل با طبیعت زندگی می‌کرد ... اولین اقدام آدم - یعنی نافرمانی - که همچنین شروع آزادی انسان است، چشمانش را بینا کرد. انسان از این پس می‌داند چگونه درباره خوبی و بدی قضاوت کند. او از خودش آگاه شده است. گناه اولش (نافرمانی)، اولین اقدام در جهت آزادی است. آن آغاز تاریخ است. تاریخی که انسان رشد و نمو می‌یابد، و پدیدار می‌شود. او خرد و تواناییش را برای دوست داشتن (عشق) رشد می‌دهد. او خودش را در فرایند تاریخی که با اولین اقدام در جهت آزادی شروع شد، خلق کرد که آزادی برای اطاعت نکردن بود، تا «نه» بگوید، قدرت خداوند محدود شد. درحالی که انسان توانست بر ضد او شورش کند... بشریت مهم بودن و خودش را کشف کرد. انسان‌ها قادرند که بازیگران اخلاق شوند. انسان‌ها اکنون می‌توانند توسط انتخاب اصول اخلاقی و مذهبی، که خدا پیشنهاد داده بود، مسیر خدا را انتخاب کنند، یا اینکه اتوماتیک‌وار به عنوان کسانی که از خدای قادر مطلق می‌ترسند، این اصول اخلاقی را انتخاب کنند... اساس بت‌پرستی، پرستش این یا آن بت ویژه نیست، بلکه اساس بت‌پرستی به طور خاص نگرش انسان است. این نگرش، ممکن است به عنوان خداسازی اشیاء توصیف شده باشد. بت‌پرستی، فقط پرستش چوب یا سنگ نیست، بلکه کلمات، ماشین‌ها، رهبران، حکومت‌ها، قدرت و گروه‌های سیاسی نیز ممکن است بت شوند. علم و عقیده اطرافیان نیز ممکن است بت شوند. خدا نیز می‌تواند برای عده‌ای بت شود. بت‌های امروزی خودشان را از آگاهی ما مخفی نگه می‌دارند. ما هم تظاهر به نادانی و تقوی می‌کنیم و ادعا می‌کنیم که ما بت‌ها را از خودمان دور ساخته‌ایم (شیمبل، ۲۰۰۸).

از دیدگاه فروم، فرد از خودبیگانه خودش را به عنوان مرکز جهان در نظر نگرفته و خودش را خالق اعمال خویش نمی‌داند، اما این اعمال و تبعات آنها هستند که دارند ارباب فرد می‌شوند؛ چیزهایی که شخص از آنها اطاعت می‌کند، یا حتی ممکن است که آنها را بپرستد. شخص از خودبیگانه، از لمس و احساس خود ناتوان است؛ چرا که او خارج از تماس و احساس با خود و هر شخص دیگری است. او شبیه دیگران به نظر می‌رسد، با همان احساسات و عواطف معمولی. اما در همین زمان، با خود و جهان خارج از خود ارتباطی ندارد. فروم از خودبیگانگی را به عنوان یک جنون همیشه افزایش یابنده در نظر می‌گیرد که در آن، نه زندگی معنایی دارد، نه شادی، نه ایمان و نه واقعیت (گیر و شویتزر (Geyer & Schweitzer)، ۱۹۷۶).

از خودبیگانگی از دیدگاه اسلام

مقوله از خودبیگانگی، پدیده جدیدی نیست که توسط دانشمندان غربی شناخته شده باشد، بلکه قرآن کریم در آیات گوناگون به این موضوع اشاره کرده، و در موارد متعددی به آن پرداخته است. بی تردید همه ادیان آسمانی، به ویژه اسلام، برای هدایت انسان در مسیر کمال و تعالی بخشیدن به هویت انسان آمده‌اند. در میان همه موجودات جهان هستی، فقط انسان است که قابلیت این دگرگونی را دارد. انسان می‌تواند با اراده و اختیار خود، راه تعالی بخشیدن به هویت خویش را برگزیند و یا اینکه، هویت واقعی خویش را با علم و آگاهی بیابد، یا از خود غافل شود و خود را فراموش کند و تا سرحد از خودبیگانگی پیش رود. با این فرض، همه ادیان الهی برای انسان هویتی در نظر گرفته‌اند که هم امکان رشد و تعالی دارد و هم امکان سقوط و انحطاط. از این رو، می‌توان گفت: ادیان آسمانی پیش از هر متفکری، مسئله خودفراموشی یا از خودبیگانگی را به عنوان خطری بزرگ که انسانیت انسان را تهدید می‌کند، مورد توجه قرار داده‌اند و به آن هشدار داده‌اند. از دیدگاه اسلامی، شکستن جبر واره‌های درونی (وراثت تباری و طبیعت بشری) و بیرونی (عوامل محیطی طبیعی و انسانی یعنی تاریخ و جامعه) و استخدام این «موجب نماها» در مسیر کمال، و تبدیل موانع به عوامل تعالی، در پرتو عقل و نقل، کمال و سعادت آدمی را فراهم می‌کند. حذف هر یک از دو بعد هویت انسانی به نفع دیگری، به معنی بی‌هویت ساختن و سبب از خودبیگانگی اوست. در تعالیم اسلامی، همواره بر ایجاد تعادل بین این ابعاد تأکید شده است و به انسان هشدار داده که مبادا بعد حیوانی و زمینی، بر بعد معنوی و الهی غلبه کند (علی‌احمدی و همکاران، ۱۳۹۰).

اکنون این سؤال مطرح می‌شود که از منظر دین، هویت واقعی انسان چیست؟ چگونه انسان از هویت خود بیگانه می‌شود؟ پیش از وارد شدن به بحث، لازم به یادآوری است که در بینش قرآنی، حقیقت انسان را روح جاودانه او تشکیل می‌دهد. زندگی واقعی او، سرای آخرت است که با تلاش و کوشش و ایمان خود، در این دنیا آن را می‌سازد. در زیر به علل از خودبیگانگی از دیدگاه اسلام اشاره می‌کنیم:

۱. خودفراموشی و اصالت دادن به دیگری

در قرآن کریم، بارها نسبت به غفلت از خود و سرسپردگی انسان نسبت به غیر خدا، هشدار داده شده و از بت‌پرستی، پیروی از شیطان و هوای نفس نکوهش شده است. امیرالمؤمنین علی علیه السلام در بیانی بسیار جالب و عمیق، که بیانگر خودفراموشی و از خودبیگانگی است، می‌فرماید: «عجبت لمن ینشد ضالته و قد اضل نفسه فلا یطلبها» (آمدی، ۱۳۴۲، ج ۴، ص ۳۴)؛ تعجب می‌کنم از کسی که در جست‌وجوی گمشده‌اش بر می‌آید و حال آنکه «خود» را گم کرده و در جست‌وجوی آن بر نمی‌آید. برای روشن شدن مطلب، می‌توان از دیدگاه شهید مطهری در این زمینه سود جست. ایشان معتقد است: انسان دارای نفسی واحد است که دارای دو مرتبه می‌باشد:

الف. مرتبه حیوانی (ناخود): این مرتبه از نفس، بعد حیوانی انسان‌ها را تشکیل می‌دهد که با سایر حیوانات مشترک است. اعمالی مانند خوردن، نوشیدن، ارضای غرایز، تولیدمثل و... مربوط به مرتبه حیوانی نفس انسان است.

ب. مرتبه عالی (انسانی، من اصیل و واقعی): این مرتبه از نفس انسان تشکیل‌دهنده حقیقت و انسانیت انسان می‌باشد. اعمالی مانند تفکر، به یاد خدا بودن، فداکاری و... از این مرتبه از نفس سرچشمه می‌گیرند.

بنابراین، از آنجاکه انسان موجودی مختار آفریده شده است، ممکن است توسط عوامل مختلفی مانند نسیان و فراموشی، غفلت و اشتغال به لهو و لعب مرتبه عالی و انسانی، نفس خود را فراموش کرده و مرتبه حیوانی را مورد اهتمام قرار دهد. در این صورت، انسان از خود یا بعد انسانی نفسش بیگانه شده و بعد حیوانی یا ناخودش بر او مسلط می‌شود (مطهری، ۱۳۷۲، ص ۲۹۴).

مفاهیمی از قبیل خودفراموشی، خودفروشی و خودزیانی، مفاهیم مهمی هستند که در نگرش قرآنی و اسلامی، همواره بیان شده‌اند که نشان از توجه قرآن به «خود» است. علاوه بر این، انسان زیان می‌کند. اما خود زیانی انسان چه مفهومی می‌تواند داشته باشد؟ چگونه انسان در ذات خویش دچار زیان می‌شود؟ قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «یَخَادِعُونَ اللَّهَ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا

أَنْفُسَهُمْ» (بقره: ۹)؛ می‌خواهند خدا و اهل ایمان را فریب دهند و حال آنکه فریب ندهند مگر خود را، و این را نمی‌دانند. همچنین خداوند می‌فرماید: «الَّذِينَ خَسِرُوا أَنْفُسَهُمْ فَهُمْ لَا يُؤْمِنُونَ» (انعام: ۲۰)؛ آنان که خود را به زیان انداختند پس آنان ایمان نمی‌آورند.

در این‌گونه آیات، مفسران تلاش کرده‌اند تا آیات یاد شده را به فراموشی، فروختن و زیان انسان به لحاظ اموری که به انسان تعلق دارد، ربط دهند تا با برداشت‌های رایج در عرف سازگار گردد. ولی اگر خود حقیقی انسان را در نظر گیریم و از زاویه «از خودبیگانگی» به آن نگاه کنیم، این تعابیر با همان ظاهر خود، معنی و مفهوم می‌یابد. بسیاری از انسان‌ها، خود حقیقی‌شان را فراموش کرده، یا از آن غافل شده‌اند و در ذات خویش، دچار زیان شده‌اند. انسانی که دیگری را خود پنداشته، خود حقیقی‌اش را فراموش کرده و مورد غفلت قرار داده است و غفلت از خود حقیقی، نوعی خودزیانی است. آن کس که این عمل را به بهای ارضای هوی و هوس حیوانی انجام می‌دهد، دچار خودفروشی شده است و خود را با حیوانیت مبادله کرده است. این افراد، به تعبیر قرآن، به خویشتن خویش خیانت می‌ورزند و دروغ می‌گویند: «عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ» (بقره: ۱۸۷)؛ خداوند می‌داند که شما به خود خیانت می‌ورزید. «أَنْظُرْ كَيْفَ كَذَبُوا عَلَيَّ أَنْفُسَهُمْ» (انعام: ۲۴)؛ به آنان بنگر چطور به خودشان دروغ می‌گویند. «وَمَا يَخْدَعُونَ إِلَّا أَنْفُسَهُمْ» (بقره: ۹)؛ آنان فریب نمی‌دهند، مگر خودشان را. در حقیقت، خسران و زیان واقعی آن است که انسان سرمایه انسانی خویش را از دست بدهد و با آن بیگانه شود.

خداوند همچنین در سوره زمر می‌فرماید: «ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا رَجُلًا فِيهِ شُرَكَاءُ مُتَشَاكِسُونَ وَ رَجُلًا سَلَمًا لِرَجُلٍ هَلْ يَسْتَوِيَانِ مَثَلًا... (زمر: ۲۹)؛ خداوند (برای کفر و ایمان) مثلی زده است: آیا مردی که اربابان متعدد دارد که همه مخالف یکدیگر، با آن مردی که تنها تسلیم امر یک نفر است، آیا این دو شخص یکسانند ... و در جای دیگر، می‌فرماید: «هَذَا صِرَاطِي مُسْتَقِيمًا فَاتَّبِعُوهُ وَلَا تَتَّبِعُوا السُّبُلَ فَتَفَرَّقَ بِكُمْ عَن سَبِيلِهِ ... (انعام: ۱۵۳)؛ و این است راه راست من، از آن پیروی کنید و از راه‌های دیگر که موجب تفرقه شما از راه اوست متابعت نکنید... از این‌گونه آیات، به روشنی برمی‌آید که مسئله فراموشی خود و از خودبیگانگی از دید اسلام و قرآن برای انسان، کاملاً زیان‌بار بوده و بارها مورد نکوهش قرار گرفته است.

هر انسانی، تصویری از خویشتن خویش دارد. به قول روان‌شناسان، هر فردی یک «خودپنداره» دارد. اگر خودپنداره انسان ضعیف باشد، وقتی در مقابل دیگران یا چیزهای دیگر قرار می‌گیرد، خود را

می‌بازد یا خود را فراموش می‌کند و اصالت را به دیگری می‌دهد و در ارزیابی‌ها، احساس دردها و سایر امور، دیگری را اصل قرار می‌دهد و امور خود را بر اساس آن می‌سنجد (بشیری، ۱۳۸۹). قرآن در این زمینه، شخصیت رباخواران را این‌گونه توصیف می‌کند: «الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا لَا يَقْوَمُونَ لَهَا كَمَا يَقُومُ الَّذِي يَتَخَبَّطُهُ الشَّيْطَانُ مِنَ الْمَسِّ ذَلِكِ بَأْنَهُمْ قَالُوا إِنَّمَا الْبَيْعُ مِثْلُ الرِّبَا وَأَحَلَّ اللَّهُ الْبَيْعَ وَحَرَّمَ الرِّبَا...» (بقره: ۲۷۵)؛ آنان که ربا می‌خورند، بر نمی‌خیزند، مگر مانند برخاستن کسی که شیطان او را در اثر تماس آشفته می‌کند (تعادل او را بر هم می‌زند). قطع نظر از دیدگاه‌هایی که مفسران درباره این آیه دارند، این آیه با بحث از خودبیگانگی ارتباط دارد؛ به این معنا که انسان از خودبیگانگی، که به دیگری اصالت می‌دهد، در همه مسائل و ابعاد، اصالت را به غیر و دیگری می‌دهد. از دید انسان رباخوار، اصالت با رباخواری است و خرید و فروش هم مانند ریاست. در واقع، رباخوار چنین می‌اندیشد که ربا هیچ اشکالی ندارد، و راه درست به دست آوردن سود رباخواری است، نه خرید و فروش. بنابراین، خرید و فروش هم به دلیل تشابه با ربا در سودآوری تجویز می‌شود! در واقع، انسان رباخوار از جاده کمال واقعی و فطری خود خارج شده، نه تنها از خود واقعی‌اش دور شده است، بلکه انسان را حیوانی پنداشته که هر چه بیشتر بتواند سود به دست آورد و از دنیا بهره‌مند شود، کامل‌تر بوده و به هدف نزدیک‌تر است و رباخواری مصداق کامل این بهره‌مندی است (بشیری، ۱۳۸۹).

از دید قرآن در حالت از خودبیگانگی، انسان به جای خود اصیل و راستین، که همان گوهر ارزشمند و ماهیت حقیقی و خلیفه الهی (بقره: ۳۰) و صاحب کرامت ذاتی (اسراء: ۷۰) و نفس مطمئنه (فجر: ۲۴) است، خود خیالی یعنی خود سربار و انگلی و حیوانی، شیطان درون و هواهای نفسانی را جایگزین ساخته، غیر (بیگانه) را بر حریم جان و خود واقعی می‌نشانند. در نتیجه، از خود بیگانه می‌گردد. در این حالت، شخصیت اصیل انسانی، با مسخ شدن، از بین می‌رود و ناخود به جای خود می‌نشیند. شهید مطهری، در ترسیم انسان‌های از خودبیگانه می‌نویسد:

مسئله مسخ شدن خیلی مهم است... اگر انسان از نظر جسمی مسخ نشود، تبدیل به یک حیوان نشود، به طور یقین از نظر روحی و معنوی ممکن است مسخ شود و تبدیل به یک حیوان شود... چون شخصیت انسان، خصایص اخلاقی و روانی اوست. اگر این خصوصیات و ویژگی‌ها خصایص یک درنده و یک حیوان باشد، واقعاً مسخ شده؛ یعنی روحش حقیقتاً مسخ و تبدیل به یک حیوان شده است (مطهری، ۱۳۷۱، ص ۳۰).

شهید مطهری، یکی از نشانه‌ها و نمودهای آن را مسخ ماهیت انسان عنوان می‌کند. به عقیده وی، وابستگی به یک ذات بیگانه از خود، موجب مسخ ماهیت انسان است. علت اینکه در همه ادیان،

وابستگی به دنیا و مادیات نفی شده، در همین نکته نهفته است؛ چرا که مادیات بیگانه است و واقعاً موجب سقوط ارزش انسانی است (مطهری، ۱۳۶۹، ص ۱۱۷).

۲. احساس بی‌نیازی و از خودبیگانگی

از دیدگاه اسلام، یکی از عواملی که انسان را از خود بیگانه می‌سازد، احساس استقلال و استغنا در برابر خداوند است. از این رو، احساس استقلال و مالکیت که در قرآن کریم از آن به حالت «استغنا» یاد شده، آدمی را از سرشت و فطرت (خودواقعی و اصیل) جدا می‌کند و به همان نسبت، او را از خود بیگانه می‌سازد. خداوند می‌فرماید: «کلا ان الانسان لیطغی ان رآه استغنی» (علق: ۶-۷)؛ آدمی هرگاه خویشتن را بی‌نیاز ببیند، نافرمانی می‌کند.

آری، انسان مسلماً طغیان می‌کند، یعنی از پوسته و چارچوب و اصل خود خارج می‌شود، اگر خود را غنی و بی‌نیاز ببیند. غنی و بی‌نیاز دیدن خود، الزاماً به این معنا نیست که کسی فرعون شود و مدعی شود که خود «الله» است. خدایی وجود ندارد و یا به او نیازی ندارد، بلکه ممکن است به خود و دارایی‌های خود نگاه کند و احساس بی‌نیازی نماید. بی‌نیازی و حالت استغنا به وسیله مال و ثروت و مقام و فرزند و وابستگی و دلبستگی بر جلوه‌های مادی و دنیوی، انسان را از اصل خود دور ساخته گرفتار از خودبیگانگی می‌کند. شهید مطهری با توجه به این نکته می‌نویسد:

انسان وقتی خود را مستغنی و دارای همه چیز می‌بیند، این امر در درونش اثر می‌گذارد و آن را نیز خراب می‌کند چرا این همه بر دستورات دینی تأکید شده است که سعادتمندانه‌ترین زندگی‌ها، توجه به این دستورات است. برای اینکه همین قدر که مال و ثروت جنبه سودجویی به خود گرفت و به شکل وسیله‌ای درآمد که انسان به کمک آن خود را بزرگ و با اهمیت جلوه می‌دهد، دیگر روابط درونی نمی‌توانند از تأثیر عامل بیرونی برکنار بمانند و تحت فشار آن نیز به فساد کشیده می‌شوند (صادقی حسن آبادی و گنجور، ۱۳۸۹).

روشن است که هر موجودی در اصل وجود و سپس بقای خود، نیازمند است؛ چرا که نه خود می‌تواند خود را به وجود آورد و نه می‌تواند به صورت مدام به خود هستی بخشد؛ چرا که موجود (انسان) نمی‌تواند چیزی را که ندارد، به خود یا دیگری عطا کند. کسی که علم ندارد، نمی‌تواند به دیگری تعلیم دهد. کسی که قدرت ندارد، نمی‌تواند دیگری را قادر کند و کسی که حیات ندارد، نمی‌تواند حیات بخش باشد. پس، همه موجودات فقیر و نیازمند هستند. این نیاز به اصل وجود است. منظور از «اصل وجود»، فقط اصل و ابتدای پیدایش نیست، بلکه هر چیزی در هر دمی «وجود» می‌یابد، و گر نه عدم و نیستی است. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «یا ایها

النَّاسُ أَنْتُمْ الْفُقَرَاءُ إِلَى اللَّهِ وَاللَّهُ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيدُ» (فاطر: ۱۵)؛ ای مردم! شما محتاج به خدايید و خدا تنها بی‌نیاز و ستوده است.

با توجه به اینکه، نیاز مخلوق به خالق، خود یک نیاز ذاتی است، اگر کسی گمان کند که نیازی احساس نمی‌کند، ناشی از بی‌توجهی او به حقایق عالم هستی و یا معطوف شدن توجهاتش به غیر است؛ نه اینکه نیازی ندارد. مثل کسی که علم ندارد، اما نیازش به علم را احساس نمی‌کند! و یا غنی نیست، ولی نیازش به غنا را احساس نمی‌کند! انسان معلومات بسیاری دارد، اما گاه به علت بی‌توجهی، علم به علم ندارد؛ یعنی از آنچه می‌داند غافل می‌گردد. در دیدگاه اسلامی، انسان‌های از خودبیگانه، همواره حیوانیت را به جای خود واقعی خویش می‌نشانند و چون حیوانیت به جای انسانیت نشسته است، دیگر چنین پنداشته می‌شود که هر چه هست، همین جسم و نعمت‌های مادی است. در چنین بینشی، نیازهای این انسان نیز نیازهای حیوانی نظیر خوراک و پوشاک و بهره‌مندی از دیگر لذایذ دنیوی می‌شود: قرآن کریم می‌فرماید: «وَالَّذِينَ كَفَرُوا يَتَمَتَّعُونَ وَيَأْكُلُونَ كَمَا تَأْكُلُ الْأَنْعَامُ» (محمد: ۱۲)؛ آنانکه کافر شدند، همانند چهارپایان می‌خورند و از لذایذ دنیایی بهره می‌گیرند. چنان‌که کمال او همین بهره‌وری مادی و کمالات دنیایی و با رسیدن به همین لذایذ فرحناک می‌شود «وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا» (رعد: ۲۶؛ رجبی، ۱۳۸۰، ص ۷۲).

۳. خدا فراموشی و از خود بیگانگی

در بینش اسلامی، شناخت دقیق و درست انسان، بدون در نظر گرفتن رابطه او با خدا، میسر نیست. بریدن و جدا کردن او از خدا، هویت واقعی انسان را در پرده ابهام فرو می‌برد. این حقیقتی است که در مکتب‌های غیرالهی، مورد غفلت یا انکار قرار می‌گیرد. علی‌رغم نگرشی که در تفکر برخی متفکران مغرب زمین، به ویژه متفکران اومانیست در مورد ناسازگاری خدا باوری و خویش‌یابی وجود دارد، در تفکر اسلامی، نه تنها تعارضی بین این دو مقوله نیست، بلکه آدمی، خود واقعی خویش را آنگاه درمی‌یابد که خود را به مبدأ عالم پیوند زند. از این‌رو، در بینش اسلامی، خدا باوری نه تنها موجب خود فراموشی و از خود بیگانگی انسان نمی‌شود، بلکه آنچه منجر به خودیابی و توجه انسان به ذات خویش می‌گردد، اعتقاد و تعلق خاطر به خداست؛ چرا که در این بینش، خدا و انسان به هیچ وجه از هم بیگانه نیستند.

در نگرش اسلامی رابطه تنگاتنگ و متقابلی بین خودشناسی و خداشناسی وجود دارد. از یک‌سو، قرآن کریم فراموشی خدا را به عنوان عامل اصلی از خود بیگانگی و خود فراموشی انسان مطرح می‌کند.

در سوره حشر می‌فرماید: «وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ» (حشر: ۱۹)؛ همچون کسانی نباشید که خدا را فراموش کردند و خدا نیز آنها را به خودفراموشی گرفتار کرد». علامه طباطبائی در *تفسیر المیزان*، در تفسیر این آیه می‌نویسد:

کوتاه سخن اینکه چنین کسی پروردگار خود و بازگشت به سوی او را فراموش می‌کند و از توجه به خدا اعراض نموده، به غیر او توجه می‌کند، نتیجه همه اینها این می‌شود که خودش را هم فراموش کند برای اینکه او از خودش تصویری دارد که او نیست، او خودش را موجودی مستقل الوجود و مالک کمالات ظاهر خود و مستقل در تدبیر امور خود می‌داند، خود را موجودی می‌داند که از اسباب طبیعی عالم کمک گرفته خود را اداره می‌کند. درحالی‌که این انسان نیست، بلکه موجودی است وابسته و سراپا جهل و عجز و ذلت و فقر و امثال اینها و آنچه از کمال از قبیل وجود و علم و قدرت و عزت و غنی و امثال آن دارد کمال خودش نیست، بلکه کمال پروردگارش است و انتهای او و نظائر او یعنی همه اسباب طبیعی عالم به پروردگار اوست. حاصل اینکه علت فراموشی خویش، فراموشی خداست (طباطبائی، ۱۳۶۳، ج ۱۹، ص ۲۱۹).

آیه فوق یک مفهوم دیگر نیز دارد که بیانگر این حقیقت است که اگر کسی خدا را فراموش نکند و به یاد خدا باشد، خدا نیز او را فراموش نخواهد کرد؛ یعنی اگر انسان با خدا در ارتباط باشد، این کار سبب می‌شود تا خداوند مقدمات کار را فراهم آورده، و انسان با توجه نمودن به «خود»، از آن بیگانه نشود. طبق این مفهوم، راه خودیابی این است که انسان به یاد خدا بوده و او را فراموش نکند (بزرگی، ۱۳۹۲). همچنین قرآن کریم در مورد خدافراموشی می‌فرماید: «سُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ...» (توبه: ۶۷)؛ و چون خدا را فراموش کردند خدا نیز آنها را فراموش کرد. از این آیه، چنین برمی‌آید که فراموش کردن خداوند، علاوه بر خودفراموشی زیان بزرگ دیگری را نیز برای انسان دربر دارد که همانا از دست دادن لطف و عنایت خداوند است که عوارض بسیار ناگواری برای انسان دارد.

از سوی دیگر، خودشناسی نیز برای شناخت عمیق خداوند در تفکر اسلامی، همواره مورد توجه بوده است به گونه‌ای که پیامبر اسلام ﷺ در حدیثی معروف می‌فرمایند: «مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ» (بزرگی، ۱۳۹۲) هرکس خود را بشناسد، به یقین خدای خویش را شناخته است. در بینش اسلامی از خودبینگانی و فراموش کردن خود، منحصر به این نیست که انسان درباره هویت و ماهیت خود اشتباه می‌کند. مثلاً خود را با بدن جسمانی خود اشتباه بگیرد، بلکه هر چیزی که انسان را از مسیر تکامل فطری‌اش باز دارد، یا از آن مسیر منحرف کند، موجب نوعی از خودبینگانی می‌شود. بنابراین، در بینش اسلامی زندگی انسان بدون وجود خداوند متعال و اتصال به این منبع لایزال پوچ و بی‌معنی بوده و

موجب غرق شدن انسان در لذات مادی شده، در نتیجه غرق شدن در این مادیات، موجب فراموشی خویشتن خویش (ازخودبیگانگی) خواهد شد.

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش، بررسی تطبیقی مفهوم ازخودبیگانگی از دیدگاه/ریک فروم و دین اسلام بود. نتایج این پژوهش، با نتایج پژوهش‌های علی/حمادی و همکاران (۱۳۹۰)، روشن (۱۳۸۶)، صادقی/حسن/آبادی و گنجور (۱۳۸۹)، و آقا/حسینی و ربانی (۱۳۸۴) همسو بود. بنابر نتایج پژوهش هر دو دیدگاه، معیارهایی را در زمینه امکان ازخودبیگانگی افراد بیان کرده‌اند که تشابهات و تفاوت‌هایی در آنها دیده می‌شود. به طور خلاصه، معیارهایی را که فروم موجب ازخودبیگانگی انسان می‌داند، می‌توان در قالب سه دسته کلی زیر قرار داد:

- دین‌باوری و خداپرستی (که به واسطه مسئولیت‌گریزی انسان و نداشتن تبیین برای رویدادها و حوادث طبیعی صورت می‌گیرد، تفاوتی با بت‌پرستی در عهد عتیق ندارد؛ چرا که تسلیم یک بت شدن، تفاوتی با تسلیم شدن به یک قدرت برتر از انسان مانند یک کلیسا، سازمان یا حتی خدا ندارد)؛
- کمبود یا از دست دادن احساس خودآگاهی؛
- فرار از آزادی (که از طریق مکانیسم تطابق روباتی و پناه بردن به حکومت‌های استبدادی و فاشیستی صورت می‌گیرد).

در مقابل، اسلام معیارهایی را که موجب ازخودبیگانگی انسان می‌گردد، در قالب سه دسته زیر قرار می‌دهد:

- فراموش کردن خدا؛
- فراموش کردن خود و اصالت دادن به دیگری؛
- احساس بی‌نیازی و استعنا.

اکنون به ارزیابی و تطبیق این موارد، در هر دو دیدگاه پرداخته می‌شود:
در مورد شباهت‌های این دو دیدگاه، می‌توان گفت: مورد شماره ۲ در هر دو دیدگاه مشترک است که در آن، هر دو دیدگاه ازخودبیگانگی را جدا شدن انسان از خود حقیقیش می‌دانند و اینکه انسان تحت شرایطی، می‌تواند از خودش جدا افتد و از خویشتن خویش بیگانه و منزوی گردد. همچنین هر دو دیدگاه، ازخودبیگانگی را شدیداً زیان‌بار (البته با رویکردی متفاوت) و برای انسان و بشریت

خطرناک می‌دانند. همچنین هم فروم و هم اسلام، بر این نکته تأکید می‌ورزند که انسان نباید بنده زر، زور و قدرت باشد، بلکه باید به معنای واقعی کلمه خودش باشد. این خود حقیقی، گوهر گران‌بهایی است که نباید آن را قربانی نموده و نابود ساخت.

در بیان تفاوت‌های دو دیدگاه، در مورد شماره ۱ می‌توان گفت: در نگرش اسلامی، اعتقاد و روی آوردن به دین مانع از خود بیگانگی انسان می‌شود. درحالی‌که از دیدگاه فروم، اعتقاد به دین و خداوند موجب از خودبیگانگی انسان می‌گردد. فروم معتقد است: پذیرش دین یعنی مقهور اراده غیر شدن و بیرون آمدن از امتداد وجودی خود. در این رابطه، با توجه به عدم اعتقاد فروم به دین و خداوند می‌توان گفت: وی انسان را موجودی کاملاً مختار و آزاد فرض می‌کند که این آزادی بی‌قید و شرط و کامل، برای او مسئولیت به بار می‌آورد و موجب می‌شود تا او از زیر بار این مسئولیت به طرق گوناگون شانه خالی کند و به پذیرش دین پناه برد. در مقابل، دین اسلام هر چند که اختیار و آزادی انسان را مطلق نمی‌داند و اختیار کامل را از آن خداوند متعال می‌داند، اما برای انسان مسئولیت‌های زیادی در نظر گرفته است. دین در نگرش اسلامی درباره اندیشه، اخلاق و رفتار انسان و حتی اجتماع انسانی رهنمود دارد؛ انسان را در موقعیتی قرار می‌دهد که باید نسبت به همه جنبه‌های زندگی خود پاسخ‌گو باشد. این بزرگترین مسئولیت است.

دین نه تنها مسئولیت‌گریز نیست، بلکه خود مسئولیت‌آور است. پس چگونه ممکن است پذیرش چنین مسئولیت سنگینی، نتیجه میل و اشتیاق انسان به مسئولیت‌گریزی باشد؟ وجود قوانین و مسئولیت‌های متعددی همچون پرداخت خمس و زکات، روزه، نماز، حفظ حق‌الناس، و... نمونه‌ای از این مسئولیت‌ها است. هیچ‌گاه نمی‌توان به بهانه آزادی، دست از هر گونه تسلیم و اطاعت از قوانین برداشت؛ چرا که این کار موجب هرج و مرج و بی‌نظمی و عدم پیشرفت و ترقی خواهد شد. علاوه بر این، اگر کسی طرفدار مکتب خاصی باشد (مثلاً اومانیسیم و یا اسلام)، به ناچار باید در برابر ارزش‌ها و هنجارهای مورد قبول آن مکتب، تسلیم باشد؛ چرا که نمی‌توان طرفدار یک مکتب بود. در عین حال، اصول و دکترین آن را نپذیرفت.

نقدی اساسی که به دیدگاه فروم وارد است، این است که اولاً، آزادی‌گریزی امری مدلل نیست و اینکه انسان از آزادی مطلق گریزان است، اثبات شدنی نیست؛ چرا که با نگاهی به تاریخ در می‌یابیم که انسان‌ها همواره برای دستیابی به آزادی و یا افزایش آن، نهضت‌های خونین زیادی پدید آورده‌اند.

انسان، همواره از برخی آزادی‌ها برخوردار بوده است. تلاش او برای دستیابی به آزادی‌های دیگری نیز بوده است. بنابراین انسان آزادی‌گریز نیست، بلکه آزادی طلب است.

علاوه بر این، فروم از یک‌سو، مسئولیت‌گریزی را سبب گرایش به دین می‌داند و دین را تأمین‌کننده این نیاز می‌شناسد. از سوی دیگر، یکی از نتایج نامطلوب دین را تسلیم‌پذیری به غیر معرفی می‌کند. حال آنکه تسلیم‌پذیری، روی دیگر همان مسئولیت‌گریزی و واگذار کردن مسئولیت کارها به دیگران است. مگر همین امر نیاز او نیست؟ پس اولاً، چرا چیزی که سبب پیدایش دین است، نتیجه آن باشد. ثانیاً، چرا چیزی که یکی از نیازهای اساسی انسان را تأمین می‌کند، نتیجه نامطلوب دین به شمار رود؟ همچنین، در نقد دیدگاه فروم در باب خودکامه بودن ادبانی مانند اسلام، باید به این نکته اساسی توجه کرد که در دین مبین اسلام، هیچ‌گاه در پذیرش یک دین، اجبار در کار نبوده است. این مطلب، به روشنی از متون اصیل دینی، مانند قرآن کریم و روایات به دست می‌آید. مانند «لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ» (بقره: ۲۵۶)، «فَدَكَّرَ إِنْ نَفَعَتِ الدُّكْرَى» (اعلی: ۹). در دین اسلام، انسان می‌تواند با استفاده از قدرت تفکر خویش و با تحقیق، به دین یا آیینی گرایش پیدا کند که جامع‌تر بوده و همه نیازهای وجودی او را برآورده کند. در همین رابطه، خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «هُوَ الَّذِي أَرْسَلَ رَسُولَهُ بِالْهُدَى وَدِينِ الْحَقِّ لِيُظْهِرَهُ عَلَى الدِّينِ كُلِّهِ...» (توبه: ۳۳)؛ او کسی است که رسولش را با هدایت و دین حق فرستاد تا آن را بر همه ادیان عالم تسلط و برتری دهد ... در این رابطه، منظور از «هدایت» دلایل روشن و برهین آشکاری است که در دین اسلام وجود دارد. منظور از «دین حق» نیز همین آئینی است که اصول، فروع و محتوای آن نیز حق است. بنابراین، خداوند دین حق و روشنایی را با ادله آشکار فرستاده، به نوعی در پذیرش دین حق اتمام حجت نموده است. لذا در آیه ۸۵ سوره آل عمران به صراحت می‌فرماید: «وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الْإِسْلَامِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الْآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ»؛ هر کس غیر از اسلام دینی اختیار کند هرگز از او پذیرفته نیست و او در آخرت از زیانکاران است. بنابراین، راه حق و دین حق از سوی خداوند فرستاده شده است. این بشر است که با انتخاب یا عدم انتخاب این راه به سعادت ابدی می‌رسد، یا گرفتار گمراهی و زیان خواهد شد. آیه سوم سوره مبارکه انسان، کاملاً روشن‌کننده این مطلب است: «إِنَّا هَدَيْنَاهُ السَّبِيلَ إِمَّا شَاكِرًا وَإِمَّا كَفُورًا»؛ ما راه را به انسان نشان دادیم، خواه شکرگذار باشد یا کفران نماید. نگاهی به تاریخ صدر اسلام و گسترش تدریجی اسلام در جهان بیانگر این است که این دین هیچ‌گاه استفاده از زور و اجبار را سرلوحه کار خود قرار نداده است. در واقع، حقانیت و شفاف بودن تعلیم این دین مقدس و رفتارهای تحسین برانگیز بنیانگذاران و چهره‌های

برجسته آن (مانند حضرت محمد ﷺ و ائمه معصومین ﷺ) و شعارهایی اساسی و جهانی، همچون برابری و برادری و عدم تبعیض نژادی نقشی اساسی در پذیرفته شدن این مکتب توسط افراد و اقوام گوناگون داشته است. آن گونه که فروم اظهار داشته، هیچ اجبار و التزامی در کار نبوده است که بیانگر خودکامگی این مکتب و یا حقارت و پستی و استثمار پیروان آن، توسط سردمداران مکتب بوده باشد. علاوه بر این، ساده زیستی شخصیت‌های برجسته‌ای همچون حضرت محمد ﷺ حضرت علی ﷺ و سایر ائمه معصومین ﷺ، نشان‌دهنده این واقعیت است که مکتب اسلام هیچ‌گاه به فکر گسترش دنیاخواهی و زراندوزی و استثمار دیگران (آن‌گونه که فروم در مورد ادیان خودکامه اظهار داشته است) نبوده است. اشکال دیگری نیز به نظر فروم در باب خداوند و ادیان خودکامه وارد است، آن اینکه خودکامگی وقتی محقق می‌شود که قدرتی مساوی یا برتر بخواهد به ناحق و زور و بدون آنکه استحقاقش را داشته باشد، با هدف برآورده ساختن نفع شخصی خویش، کسی را به کاری امر کرده، یا از کاری باز دارد. در نهایت، او را بدون دلیل، پاداش داده یا عقاب کند. درحالی‌که روشن است که به هیچ وجه، در دین مبین اسلام نفع شخصی مطرح نبوده، خداوند متعال، همواره نهایت لطف و رحمت را بر بندگانش نازل می‌کند. در واقع، رابطه خدا و انسان، رابطه محبانه و عاشقانه است. آیه‌های «إِنَّ اللَّهَ يَجِبُ التَّوَّابِينَ» (بقره: ۲۲۲)، «وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ» (بقره: ۱۶۰) و... بر این ادعا دلالت می‌کنند.

همچنین، فروم انسان را موجودی تک‌ساحتی فرض می‌کند که تنها در زندگی مادی این جهانی خلاصه می‌شود و دیگر ساحت‌های وجودی انسان را نادیده می‌گیرد. گو اینکه، خلق انسان کار بیهوده‌ای بیش نبوده و هدف از آفرینش انسان، زندگی مادی بوده است. حال آنکه از دیدگاه اسلامی، انسان موجودی است چندساحتی و دارای جسم و روحی الهی که هدف از آفرینش آن، سعادت اخروی و قرب الهی می‌باشد. قرآن کریم بعکس دیدگاه فروم، با اشاره به زندگی اخروی اهمیت بیشتری به جنبه روحی انسان داده است. برای نمونه، خداوند متعال در قرآن کریم در این رابطه در آیه ۲۶ سوره رعد می‌فرماید: «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْأٰخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ»؛ دنیا در برابر زندگی آخرت جز چیز کوچکی (متاع) نیست. در جای دیگر می‌فرماید: «وَمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَعِبٌ وَ لَهْوٌ وَ لَلْآخِرَةِ خَيْرٌ لِلَّذِينَ يَتَّقُونَ ...» (عنکبوت: ۶۴)؛ و زندگی دنیا جز بازی و هوسرانی هیچ نیست و همانا سرای دیگر برای اهل تقوا نیکوتر است ... در حقیقت، فروم بر مبنای تفکرات اومانیستی خود، انسان را مرکز عالم دانسته و تسلیم در برابر هر موجودی (از جمله خداوند) را نوعی از خودبیبگانگی دانسته، معتقد است: هر چه هست فقط همین «خود» انسانی و مادی است. حال، جای این سؤال است که آیا تسلیم بی‌چون و

چرای خود بودن، نوعی قید و بند درونی نیست؟ اگر فروم، از بت پرستی - چه در قالب قدیم یا جدید آن - سخن به میان می‌آورد، و از آن نکوهش می‌کند، مرادش از بت چیست؟ آیا غیر از این است که انسان مطیع کامل چیزی باشد که لیاقت اطاعت را ندارد؟ در این صورت، آیا در هیچ شرایطی، خود انسان نمی‌تواند نقش یک بت را بازی کند؟ علاوه بر این، چگونه اطاعت از شریف‌ترین موجود، خدای ادیان توحیدی با ویژگی‌هایی که برای آنها بیان شده است، می‌تواند بت پرستی باشد، ولی عمل کردن بر اساس خواسته‌های انسانی (هواهای نفسانی)، با ویژگی‌های خاص و توانایی‌های محدودی که در عالم واقع برای انسان وجود دارد، رهایی از قید و بند اطاعت باشد؟

در مقابل، در اسلام اهمیت آزادی از اسارت نفس آنچنان مهم است که قرآن کریم، یکی از اهداف بعثت پیامبر اکرم ﷺ را رهایی انسان‌ها از هواهای نفسانی می‌داند. خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «و یضع عنهم اصرهم و الاغلال التي كانت علیهم» (اعراف: ۱۵۷). براین اساس، از دیدگاه اسلامی پناهنده شدن به من شخصی اومانیستی، که فروم بر آن تأکید می‌کند، نوعی از خودبیگانگی محسوب می‌شود؛ چرا که انسان زمانی از از خودبیگانگی دور می‌شود که به سوی پروردگار خویش بازگردد؛ چرا که انسان روحی الهی دارد و خود حقیقی انسان ماهیتی الهی دارد: «انا لله و انا الیه راجعون» (بقره: ۱۵۶) و اگر کسی از این واقعیت دور شود از خود حقیقی‌اش دور شده است.

علاوه بر این، فروم خدا را موجودی ساخته ذهن خودآگاه یا ناخودآگاه بشر می‌داند که اعتقاد و روی آوردن به آن، موجب از خودبیگانگی و شکست انسان خواهد شد. درحالی‌که این ادعا فاقد پشتوانه منطقی است؛ در جای خود به اثبات رسیده که خدا یک موجود خیالی ساخته ذهن بشر نیست، بلکه وجودی واقعی و حقیقی است که همه عالم هستی مخلوق، نیازمند و عین ربط به او هستند؛ چه بسیار انسان‌های بزرگ و موفق که ذره‌ای از یاد خدا غافل نبوده، سراسر زندگی آنان موفقیت بوده است. قرآن کریم در این زمینه می‌فرماید: «وَ نَحْنُ اقْرَبُ اِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ» (ق: ۱۶)؛ ما از رگ گردن به انسان نزدیک‌تریم. در جای دیگر می‌فرماید: «وَ اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَ قَلْبِهِ» (انفال: ۲۴)؛ و بدانید خداوند میان انسان و قلب او حایل می‌شود. یا می‌فرماید: «نحن اقرب الیه منکم» (واقعه: ۸۵)؛ ما از خود شما به شما نزدیک‌تریم. نه فقط آگاهی ما به شما از آگاهی شما به خودتان بیشتر است، بلکه ذات ما از شما به شما نزدیک‌تر است. هر چیزی خودش به خودش از هر چیز دیگری نزدیک‌تر است. ولی قرآن می‌فرماید: خدا به هر چیزی از خود آن چیز نزدیک‌تر است؛ چون خدا نسبت به هر چیزی از خودش «خودتر» است. بنابراین، رفتن انسان به سوی خدا، رفتن به سوی خود است؛ خودی که از خود

ناقص انسان کامل تر است (مطهری، ۱۳۸۳، ج ۲۳، ص ۳۱۲). بنابراین، از دیدگاه اسلامی خداوند نه تنها ساخته ذهن انسان نیست، بلکه ذاتی حقیقی و محض بوده که همه هستی انسان به او نیازمند و وابسته است. با توجه به این نزدیکی، محال است که انسان بتواند خود را جدا از علت و آفریننده خود به درستی درک کند و بشناسد.

در مورد آزادی نیز تفاوت‌های دیگری بین دیدگاه فروم و دین اسلام وجود دارد. درحالی‌که فروم بر آزادی بی قید و شرط انسان تأکید دارد (حتی آزاد از داشتن خدا و دین)، اما در دین اسلام، انسان علی‌رغم آزادی خود، از خود چیزی ندارد. هر آنچه در اختیار اوست، افاضات و موهبت‌های الهی است. پس چگونه می‌تواند آزاد کامل باشد؟ در حقوقی که برای انسان بر مبنای اسلام اثبات می‌شوند، اصل اول «عبودیت» است و انسان در پیشگاه خداوند مسئول. اما خداوند به انسان آزادی و فرصت داده است، تا به اختیار خود، خط مشی و هدف خود را انتخاب کند. دلیل آزادی در اسلام این است که انسان برای این خلق شده است که با رفتار اختیاری خود، به کمال مطلوب برسد. انسان به عنوان بنده خداوند، در مسیر زندگی به سوی هدفی والا در حرکت است و همواره در این مسیر، مورد آزمون و امتحان قرار می‌گیرد: خداوند در قرآن کریم در این رابطه می‌فرماید: «الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا» (ملک: ۲). بنابراین، از دیدگاه اسلام انسان در انتخاب نوع عمل آزاد است و می‌تواند مطابق فرمان حق عمل کند، یا طبق امیال و هوس‌های خود که توان گرفتن یا رها کردن آنها را نیز داراست، عمل کند. خداوند در آیه ۱۴۵ سوره آل‌عمران در این رابطه می‌فرماید: «... وَمَنْ يُرِدْ ثَوَابَ الدُّنْيَا نُؤْتِهِ مِنْهَا وَمَنْ يُرِدْ ثَوَابَ الْآخِرَةِ نُؤْتِهِ مِنْهَا...»؛ و هر که برای متاع دنیا کوشش کند از دنیا بهره‌مندش کنیم و هر که ثواب آخرت خواهد از نعمت آخرت برخوردارش گردانیم. اما چون برای هر یک از انسان‌ها، امکان سوءاستفاده از آزادی وجود دارد، قوانینی لازم است تا هیچ یک از افراد از انتخاب آزاد خود سوءاستفاده نکند.

در مجموع، از دیدگاه اسلام ریشه‌ها و عوامل پیدایش از خودبیگانگی به عنوان یک مشکل را باید در تعالیم ادیان آسمانی جست‌وجو کرد. ادیان الهی پیش از هر متفکری، به این مسئله پرداخته‌اند و همواره با بیان‌های گوناگون به انسان‌ها هشدار داده‌اند که از این بیماری خطرناکی که انسانیت آنها را تهدید می‌کند، غفلت نورزند.

از این رو می‌توان گفت: انسان آنگاه خود را می‌یابد و از خودفراموشی و خودبیگانگی رهایی می‌یابد که خدا را داشته باشد. معرفت به خدا و ایمان قلبی به او، انسان را از خسران و زیان

از خودبیگانگی نجات می‌دهد. قابل توجه اینکه، قرآن در اینجا به صراحت می‌گوید: فراموش کردن خدا سبب خود فراموشی می‌شود، دلیل آن نیز روشن است؛ زیرا از یک سو فراموشی پروردگار سبب می‌شود که انسان در لذات مادی و شهوات حیوانی فرو رود، و هدف آفرینش خود را به دست فراموشی بسپارد. در نتیجه، از اندوخته و توشه لازم برای فردای قیامت غافل بماند. از سوی دیگر، فراموش کردن خدا همراه با فراموش کردن صفات پاک او است که هستی مطلق و علم بی‌پایان و غنای بی‌انتهای آن او است. هر چه غیر او است، وابسته به او و نیازمند به ذات پاکش می‌باشد. همین امر، سبب می‌شود که انسان خود را مستقل و غنی و بی‌نیاز شمرده، و واقعیت و هویت انسانی خویش را فراموش کند. اصولاً یکی از بزرگ‌ترین بدبختی‌ها و مصائب انسان خود فراموشی است؛ چرا که ارزش‌ها و استعدادها و لیاقت‌های ذاتی خود را - که خدا در او نهفته و از بقیه مخلوقات ممتازش ساخته - به دست فراموشی می‌سپرد. این امر مساوی با فراموش کردن انسانیت خویش است. چنین انسانی تا سرحد یک حیوان درنده سقوط می‌کند. تلاش وی چیزی جز خوردن و خوابیدن و شهوت نخواهد بود. اینها همه، عامل اصلی فسق و فجور و این خود فراموشی بدترین مصداق خروج از طاعت خدا است. از اینجا روشن می‌شود که چرا یاد خدا، مایه حیات قلب و روشنائی دل، آرامش روح، صفا و خشوع آدمی و نیز موجب بیداری و آگاهی و هوشیاری انسان است. از سوی دیگر، غفلت از خدا ملازم با خودفراموشی، کوردلی و ناآرامی روح. در این زمینه حضرت علیؑ فرمودند: «ان الله تعالى جعل الذکر جلاء القلوب، تسمع به بعد الوقرة و تبصر به بعد العشوة و تنقاد به بعد المعاندة، و ما برح الله عزت آلائه فی البرهه بعد البرهه و فی ازمان الفترات عباد ناجاهم فی فکرم و کلمهم فی ذات عقولهم» (نهج البلاغه، خ ۲۲۲)؛ خدای متعال یاد خود را مایه صفا و جلای دل‌ها قرار داده است. با یاد خدا دل‌ها، پس از سنگینی شنوا و پس از کوری بینا و پس از سرکشی نرم و ملایم می‌گردند. همواره چنین بوده که در فاصله‌ها، خداوند بندگانی (ذاکر) داشته که در اندیشه‌هایشان با آنان نجوا می‌کند و در عقل‌هایشان با آنان سخن می‌گوید.

منابع

نهج البلاغه، ۱۳۸۰، ترجمه محمد دشتی، قم، مشهور.

آقاحسینی، حسین و رسول ربانی، ۱۳۸۴، «تحلیلی از مفهوم «از خودبیگانگی» در شعر ناصر خسرو»، *مجله علوم*

اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز، دوره بیست و دوم، ش ۱ (پیاپی ۴۲)، ص ۱۶۳-۱۷۴.

آمدی، عبدالواحد، ۱۳۴۲، *غررالحکم و دررالکلم*، تهران، دانشگاه تهران.

بزرگی، سیدعابدین، ۱۳۹۲، «امکان از خودبیگانگی از منظر قرآن و اندیشمندان مسلمان»، *معرفت*، سال بیست و دوم،

ش ۱۸۸، ص ۱۱-۲۷.

بشیری، ابوالقاسم، ۱۳۸۹، «از خود بیگانگی»، *معرفت*، ش ۹۱، ص ۷۱-۸۳.

رجبی، محمود، ۱۳۸۰، *انسان‌شناسی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.

رکنی پور، طاهره و علی سیادت، ۱۳۹۲، «بررسی مفهوم از خودبیگانگی از منظر جامعه‌شناسی و روان‌شناسی»، *علوم*

اجتماعی، ش ۶۲، ص ۷۱-۸۲.

روشن، امیر، ۱۳۸۶، «علی شریعتی و الیناسیون فرهنگی»، *پژوهش علوم سیاسی*، ش ۴، ص ۱-۱۸.

صادقی حسن‌آبادی، مجید و مهدی گنجور، ۱۳۸۹، «خداباوری، خودیابی یا از خودبیگانگی»، *الهیات تطبیقی*، ش ۱، ص ۷۷-۹۶.

طباطبائی، سیدمحمدحسین، ۱۳۶۳، *تفسیر المیزان*، ترجمه سیدباقر موسوی همدانی، قم، مؤسسه دارالعلم.

علی احمدی، علیرضا و همکاران، ۱۳۹۰، «از خود بیگانگی: مقایسه‌ای از دیدگاه هگلیان جوان و برخی از مفسران

قرآن»، *پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن کریم*، سال دوم، ش ۴، ص ۳۷-۴۳.

فروم، اریک، ۱۳۶۳، *روان‌کاوی و دین*، ترجمه آرسن نظریان، چ پنجم، تهران، پویش.

قاسمی، علیرضا و سعید آریاپوران، ۱۳۹۳، «بررسی رابطه هویت قومی و تجانس فرهنگی با از خود بیگانگی

دانشجویان»، *مطالعات جامعه‌شناسی*، سال پنجم، ش ۱۷، ص ۱۰۷-۱۱۸.

مطهری، مرتضی، ۱۳۶۹، *فلسفه تاریخ*، تهران، صدرا.

____، ۱۳۷۱، *انسان کامل*، تهران، صدرا.

____، ۱۳۷۲، *سیری در نهج البلاغه*، چ نهم، تهران، صدرا.

____، ۱۳۸۳، *مجموعه آثار*، تهران، صدرا.

Bloom, Harold, 2009, *Bloom's Literary Themes: Alienation*. by Infobase Publishing Introduction, New York NY 10001.

Çetin, C, & et al, 2009, Is Alienation Only A Problem for The Blue-Collar Workers? A Research on The Alienation of the White-Collar Workers in the Age of Information and in Banking Sector, *The Journal of Financial Research and Studies*, 1(1).

Farahbod, F, & et al, 2012, Work Alienation Historical Backgrounds, Concepts, Reasons and Effects, *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, v. 2(8), p. 8408-8415.

- Friedman, R., & Schreiber, A., 2014, The Lives of Erich Fromm: Love's Prophet, *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, v. 50 (1), p. 106-107.
- Fromm, Erich, 1955, *The sane society*, New York, Premier Books.
- _____, 1961, *Marx's concept of man*, New York, Frederick Ungar.
- _____, 1965, *Escape from Freedom*, Avon Books.
- Fuchs, T., 2002, The Phenomenology of Shame, Guilt and the Body in Body Dysmorphic Disorder and Depression, *Journal of Phenomenological Psychology*, v. 33 (2), p. 223-243.
- Funk, Rainer, 2009, *The Clinical Erich Fromm: personal accounts and papers on therapeutic technique*, Amsterdam - New York, NY Editions Rodopi B.V. Printed in the Netherlands.
- Geyer, Felix R., & et al, 1976, *Theories of Alienation: Critical perspectives in philosophy and the social sciences*, Martinus Nijhoff Social Sciences Division Leiden.
- Henriksen, M.G., & et al, 2010, Autism and perplexity: A qualitative and theoretical study of basic subjective experiences in schizophrenia, *Psychopathology*, v. 43, p. 357-368.
- Lundgren, S., 1998, *Fight against idols: Erich Fromm on religion, Judaism, and the Bible*, Frankfurt, Germany: Europaischer Verlag der Wissenschaften.
- Malik, M. A., 2014, An Overview of Alienation among Unemployed Adults: A Literature Survey, *Journal of Psychology & Psychotherapy*, v. 4, p. 156. doi: 10.4172/2161-0487.1000156.
- Mula, M., & et al, 2009, Clinical correlates of depersonalization symptoms in patients with bipolar disorder, *Journal of Affective Disorders*, v. 115 (1-2), p. 252-256.
- O'Donohue, W., & Nelson, L., 2014, Alienation and managing human resources, *International Journal of Organisational Analysis*, v. 22 (3), p. 301-316.
- Pangilinan, R. D., 2009, Against Alienation: The Emancipative Potential of Critical Pedagogy in Fromm, *Kritike*, v. 3, N. 2, p. 1-29.
- Saleem, A., & Bani-ata, H., 2013, Theme of Alienation in Modern Literature. The Asian Conference on Arts & Humanities 2013. Official Conference Proceedings. Osaka, Japan.
- Saleem, A., 2014, Theme Of Alienation In Modern Literature, *European Journal of English Language and Literature Studies*, v. 2, N. 3, p. 67-76.
- Schimmel, N., 2008, Judaism and the Origins of Erich Fromm's Humanistic Psychology the Religious Reverence of a Heretic, *Journal of Humanistic Psychology*.
- SCPR, 2015, *Alienation and Violence: Impact of Syria Crisis*, Syrian Centre for Policy Research. Damascus - Syria. web: scpr-syria.org.
- Smith, H.P., & Bohm, R. M., 2008, Beyond Anomie: Alienation and Crime, *Springer Science Business Media B.V. Crit Crim*, v. 16, p.1-15.
- Vahedi, S., & Nazari, M. A., 2010, The Relationship between Self-Alienation, Spiritual Well-Being, Economic Situation and Satisfaction of life: A Structural Equation Modeling Approach, *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, v. 5(1), p. 64-73.
- Wiggerhaus, 2003, *The Frankfurt School: Its History, Theories, and Political Significance* (Cambridge: MIT Press).
- Wozniak, J., 2000, *Alienation and crime: Lessons from Erich Fromm*, In K. Anderson & Ri. Quinney (Eds.), *Erich Fromm and critical criminology: Beyond the punitive society*. Chicago: University of Illinois Press.

بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان

سیدمحمدحسن فاطمی اردستانی / کارشناس ارشد علوم قرآن و حدیث، دانشکده اصول الدین تهران

fatemiardestani@gmail.com

شیما پژوهی نیا / دانشجوی دکتری روان شناسی دانشگاه علامه طباطبائی

محمود اسلامی / کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلام شهر

معصومه کفیلی یوسف آباد / کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی دانشگاه الزهراء

دریافت: ۱۳۹۴/۲/۱۴ - پذیرش: ۱۳۹۴/۷/۱۴

چکیده

این پژوهش، به بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی، با همدلی و امیدواری در نوجوانان، به روش توصیفی- همبستگی می پردازد. جامعه آماری، کلیه دانش آموزان پسر پایه دوم و سوم دوره دوم متوسطه شهر تهران، در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ بودند که ۳۸۰ دانش آموز به عنوان نمونه آماری، از میان آنها به روش نمونه گیری خوشه ای چندمرحله ای، انتخاب گردید. برای جمع آوری داده ها، از پرسش نامه های سبک زندگی اسلامی، همدلی و امیدواری استفاده شد. بر طبق نتایج حاصل از پژوهش، بین نمره کلی سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام، نشان داد که سبک زندگی اسلامی و برخی شاخص های آن می توانند میزان همدلی و امیدواری را در نوجوانان تبیین کنند. به عبارت دیگر، می توان گفت: هر چه میزان پایداری نوجوانان به سبک زندگی اسلامی بیشتر باشد، میزان همدلی و امیدواری در آنها بیشتر خواهد بود. بنابراین، با ارتقای سبک زندگی اسلامی و تقویت اعتقادات دینی، می توان سطح امید و همدلی را در نوجوانان افزایش داد.

کلیدواژه ها: سبک زندگی اسلامی، همدلی، امیدواری و نوجوانان.

«سبک زندگی» مجموعه‌ای کم و بیش جامع و منسجم از عملکردهای روزمره یک فرد است که نه تنها نیازهای جاری او را برآورده می‌سازد، بلکه روایت خاصی را که وی برای هویت شخصی خویش برمی‌گزیند، در برابر دیگران مجسم می‌سازد. از نظر آدلر، سبک زندگی یعنی کلیت بی‌همتا و فردی زندگی که همه فرایندهای عمومی زندگی، ذیل آن قرار دارد (افشانی و همکاران، ۱۳۹۳). تعاریف متعددی از مفهوم «سبک زندگی» در میان اندیشمندان ارائه شده است (شریفی، ۱۳۹۱). سازمان بهداشت جهانی، سبک زندگی را شیوه‌ای از زندگی تعریف می‌کند که مبتنی بر الگوهای مشخص و قابل تعریف رفتاری است که از تعامل بین ویژگی‌های شخصی فرد، روابط اجتماعی و موقعیت‌های اجتماعی، اقتصادی و محیطی زندگی فرد، حاصل می‌شود (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۸).

زیمل (۱۹۰۸) معتقد است: سبک زندگی تجسم تلاش انسان است برای یافتن ارزش‌های بنیادی خود در فرهنگ عینی‌اش و شناساندن آن به دیگران. به سخن دیگر، انسان برای معنای مورد نظر خود، شکل‌های رفتاری‌ای را برمی‌گزیند (کاویانی، ۱۳۹۲، ص ۳۴). از آنجاکه سبک زندگی هر فرد و جامعه، به لحاظ نظری، برآمده از آموزه‌های اعتقادی و ارزشی حاکم بر روح و روان آنهاست، کسب آگاهی‌های لازم در خصوص سبک زندگی و باورهای دینی و تعامل این دو مقوله، ضروری است (فیضی، ۱۳۹۲). بخصوص در عصر حاضر، که کاستی‌های سبک زندگی غیردینی و مادی بر همگان روشن شده است (افشانی و همکاران، ۱۳۹۳). بنابراین، سبک زندگی برآمده از دین، از سبک‌های مهم و تأثیرگذار در زندگی افراد به‌شمار می‌رود.

اسلام با احکام جاودانه خود، سبکی آرمانی و در عین حال، واقع‌گرایانه پیشنهاد نموده است که مبتنی بر نگرشی متعال به هستی و انسان است. آدمی را موجودی مسئول و مختار می‌داند که سرنوشت او به دست خودش رقم می‌خورد (فیضی، ۱۳۹۲). سبک زندگی اسلامی، شامل مجموعه‌ای به هم پیوسته‌ای از الگوهای رفتاری در حوزه‌های مختلف حیات بشری است. سبکی که از دل اصول کشف شده از مبانی تربیتی، یعنی هستی‌ها و دارایی‌های آدمی برمی‌خیزد و ضمن ایجاد روابط پایدار میان افراد خانواده و یکسان‌سازی رویه‌ها در جامعه، نقش بسزایی در تزکیه روانی، پرورش صفات کمالی، نیل به سعادت و رشد ارزش‌های انسانی دارد (کاویانی، ۱۳۹۲، ص ۱۶).

انسان موجودی اجتماعی است که به زندگی در اجتماع و پیوند و نزدیکی با هم‌نوعان خود نیازمند است. آفرینش او با این ویژگی، برحسب تضاد نبوده، بلکه بر اساس مصالح اجتماعی، رشد و

سعادت همگانی شکل گرفته است. نگرانی‌های دنیای به ظاهر متمدن، جنگ‌ها و ستیزهای استعماری، استبدادی، فرهنگی، طبقاتی و مذهبی، نابرابری‌های مادی و فقر معنوی بیش از پیش، انسان را به سرایشی یأس، دل‌زدگی، ترس و انزوای سوق داده و جوامع بشری را از یکدیگر دور نموده است. از این رو، بشریت را چاره‌ای نیست جز اینکه به مهر و دوستی بیندیشد و به اتحاد و همدلی روی آورد (فقیهی و جوادی، ۱۳۹۱).

نوجوانی به عنوان دوره‌ای حیاتی در رشد و تحول همدلی مطرح می‌باشد (فابز و همکاران، ۱۹۹۹؛ سوننس (Soenens) و همکاران، ۲۰۰۷). تغییرات تحولی در طول نوجوانی، از جمله افزایش توانایی‌های شناختی در ملاحظه دیدگاه‌های چندگانه (همان)، پیشرفت سطوح استدلال اخلاقی (ایزنبرگ و فابز، ۱۹۹۰)، و فراوانی و شدت روابط با همسالان (هیل و هولمبک، ۱۹۸۶ به نقل از سوننس، ۲۰۰۷)، مرحله‌ای را برای رشد و تحول نوع‌دوستی و اهمیت به نیازهای دیگران، پایه‌ریزی می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهند که که همدلی و مؤلفه‌های آن، نقش مهمی در عملکرد بین فردی نوجوانان به عهده دارند (سوننس و همکاران، ۲۰۰۷).

«همدلی» را توانایی انسان برای شناسایی و پاسخ‌دهی به حالات ذهنی دیگران تعریف کرده‌اند (کاس - چیانو، ۲۰۰۶). در ادبیات روان‌شناسی اجتماعی، این مفهوم به «بینش اجتماعی»، «حساسیت بین فردی»، یا «قضاوت بین فردی» ارجاع داده شده است. در مطالعات روان‌شناسی، همدلی توانایی فرد در پیش‌بینی چگونگی پاسخ‌دهی دیگران، در شرایط روان‌شناختی خاص است (همان). دیویس و همکاران (۱۹۹۴)، همدلی را «واکنش یک فرد به تجارب مشاهده شده فرد دیگر» بیان می‌کنند، و آن را سازه‌ای چندبعدی می‌دانند که عبارتند از: ۱. دیدگاه‌گیری: توانایی برای در نظر گرفتن دیدگاه دیگران؛ ۲. توجه همدلانه: میزان احساسات همدلانه دیگر محور و نگرانی برای افراد درمانده؛ ۳. درماندگی شخصی: احساسات خودمحوری، نگرانی و تنش در شرایط بین‌فردی (هراتیان و احمدی، ۱۳۹۱؛ گیوردانو و همکاران، ۲۰۱۴).

در طی سی سال گذشته، تحقیقات در زمینه همدلی، مباحث جدی مبنی بر تسلط مکانیسم‌های عاطفی یا شناختی را در بررسی این ساختار ایجاد کرده است. اکنون محققان معتقدند: همدلی شامل هر دو بعد عاطفی و شناختی است (خدابخش و منصور، ۱۳۹۱). همدلی، به معنای دیدن دنیا از زاویه دید دیگران، توانایی عاطفی برای تجربه هیجان‌های دیگران، و توانایی شناختی برای فهم هیجان‌های اشخاص دیگر است. همدلی، توانایی انسان برای شناسایی و پاسخ‌دهی به حالات ذهنی دیگران است

که از بدو تولد وجود داشته و در طول زندگی به طور افزایشی متحول می‌شود (مارکستروم و همکاران، ۲۰۱۰؛ چنگ و همکاران، ۲۰۱۴؛ علی‌اکبری و همکاران، ۱۳۹۲).

اسلام توجه ویژه‌ای به روابط اجتماعی دارد و در قالب معیارهای الهی، به پرورش روح جمعی می‌پردازد و جامعه را به سوی تقوا، نوع‌دوستی و اتحاد و همدلی دعوت می‌کند (فقیهی و جوادی، ۱۳۹۱). قرآن به عنوان اولین و مهم‌ترین منبع برای دریافت آموزه‌های دینی، نقش برجسته‌ای برای همدلی قائل است: «و همگی به ریسمان خدا چنگ زنید، و پراکنده نشوید و نعمت خدا را بر خود یاد کنید: آنگاه که دشمنان [یکدیگر] بودید، پس میان دل‌های شما الفت انداخت، تا به لطف او برادران هم شدید و بر کنار پرتگاه آتش بودید که شما را از آن رها کنید. اینگونه، خداوند نشانه‌های خود را برای شما روشن می‌کند، باشد که شما راه یابید» (آل‌عمران: ۱۰۳).

بر اساس این آیه، همدلی و الفت میان مردمان و مؤمنان، نعمت ارزشمند الهی بوده که نباید مورد غفلت قرار گیرد؛ زیرا دشمنی‌ها را می‌زداید و برادری را تقویت می‌کند، مسلمانان را از پرتگاه آتش نجات داده و موجب هدایت آنها می‌شود.

همچنین در سنت معصومان علیهم‌السلام، که دومین راه در شناخت آموزه‌های وحیانی است، بر این موضوع تأکید بسیار شده است. امیرالمؤمنین علی علیه‌السلام می‌فرماید:

و خداوند پاک بر این امت با پیوند الفتی که میان آنان برقرار کرد تا در سایه‌اش زندگی کرده و در حمایتش مأوی گیرند، به نعمتی منت نهاد که ارزش آن را احدی از آفریدگان نمی‌داند؛ زیرا بهای الفت و همدلی با یکدیگر از هر بهایی بالاتر و از هر عظمتی عظیم‌تر است (نهج‌البلاغه، ص ۲۹۸ و ۲۹۹).

یکی دیگر از مهم‌ترین نیازهای روانی انسان، امید به آینده می‌باشد؛ بدین معنا که ادامه زندگی منوط به داشتن امید است. امید به آینده به انسان انگیزه، شادابی و نشاط می‌دهد. لحظه‌لحظه زندگی انسان با امید همراه است. او هر دوره از عمر خود را به امید رسیدن به دوره بعدی پشت سر می‌گذارد. از نظر /سنایدر، امید فرایندی است که طی آن افراد: ۱. اهداف خود را تعیین می‌کنند؛ ۲. راه‌کارهایی برای رسیدن به آن اهداف می‌سازند؛ ۳. انگیزه لازم برای به اجرا درآوردن این راه‌کارها را ایجاد و در طول مسیر حفظ می‌کنند (ابراهیمی و همکاران، ۱۳۹۰). از نظر /سنایدر (۱۹۹۵)، امید یک هیجان منفعل نیست که تنها در لحظات تاریک و مبهم زندگی ظاهر شود، بلکه فرایندی شناختی است که افراد از طریق آن، فعالانه اهداف خویش را دنبال می‌کنند. به اعتقاد /ستاتس (۱۹۸۶)، امید دارای دو مؤلفه شناختی و عاطفی می‌باشد که مؤلفه عاطفی آن، می‌تواند پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی باشد (نصیری و جوکار، ۱۳۸۷).

به نظر می‌رسد، امیدواری در همه ابعاد زندگی ضروری است. امید به معنای توانایی باور، به داشتن احساس بهتر در آینده می‌باشد. امید با نیروی نافذ خود، تحریک‌کننده فعالیت فرد است تا بتواند تجربه‌های نو کسب کند و نیروهای تازه‌ای را در فرد ایجاد کند. امیدواری در همه مراحل زندگی انسان ضروری است و می‌تواند به عنوان یک عامل قدرتمند و پویا و چندبعدی توصیف شود که در سازگاری با محرومیت‌ها و سختی‌ها نقش مهمی دارد (ایزدی‌طامه و همکاران، ۱۳۹۳).

نقش امید در اسلام به حدی دارای اهمیت است که در قرآن کریم وعده‌های الهی برای انسان‌ها بر محور امیدبخشی استوار و بر عنصر شناختی و انگیزشی آن تأکید شده است (یعقوبی و همکاران، ۱۳۹۳). چنان‌که خداوند همواره انسان را به امیدواری و خوش‌بین بودن به نظام زندگی دعوت کرده، آینده روشنی را برای او ترسیم می‌کند. بعکس، یأس و ناامیدی را بسیار قبیح و ناپسند شمرده، آن را از گناهان کبیره قلمداد می‌کند؛ زیرا موجب یأس از لطف، رحمت و اعتقاد نداشتن به قدرت و کرم بی‌پایان الهی می‌شود (عبادی و فقیهی، ۱۳۸۹). در قرآن کریم آمده است: «چه کسی جز گمراهان از رحمت پروردگارش نومید می‌شود؟» (حجر: ۵۶). از این رو در کلام نورانی پیامبر خدا ﷺ آمده است: «امید برای امت من مایه رحمت است و اگر امید نبود، هیچ مادری فرزندش را شیر نمی‌داد و هیچ باغبانی درختی نمی‌کاشت» (حلوانی، ۱۳۸۳، ص ۳۸).

اما در عصر اطلاعات و هزاره سوم، علی‌رغم توسعه بی‌حد و حصر جوامع و صنعتی شدن امور، یکی از مشخصه‌هایی که در رفتار عموم مردم، بخصوص جوانان وجود دارد، ضعیف بودن میزان امید به زندگی و آینده است. با توجه به اینکه در دنیای لجام گسیخته کنونی، که مادیات همه چیز را تحت الشعاع قرار داده است، عواطف انسانی، احساسات، نوع دوستی و همدلی به فراموشی سپرده شده است، چیزی جز پشتوانه معنوی، مثبت‌اندیشی، امیدواری، تغییر و تحول درونی، نمی‌تواند بشر را از این همه نابسامانی، از هم‌گسیختگی و از هم‌پاشیدگی روانی نجات دهد (عبادی و فقیهی، ۱۳۸۹).

در ادبیات علمی و مذهبی، بیداری و آگاهی معنوی به عنوان بخشی از اعمال مذهبی، مانند تأمل، تعقل، مراقبه، دعا و نیایش، با تجلی صفات مثبت نظیر شفقت، عشق، نوع دوستی و همدلی ارتباط دارد (بنسون و همکاران، ۱۹۸۰؛ مورگان، ۱۹۸۳؛ هابر و مک‌دونالد، ۲۰۱۲). برخی مطالعات، رابطه بین مذهب و معنویت با همدلی و پاسخ‌دهی هیجانی را مورد تأکید قرار داده‌اند (ر.ک: فرانسیس و پیرسون، ۱۹۸۷؛ ماتون و ولز، ۱۹۹۵؛ مارکستروم و همکاران، ۲۰۱۰؛

میلز، ۲۰۱۳). در مطالعه مارکستروم و همکاران (۲۰۱۰)، میزان بالاتر باورهای مذهبی در بین نوجوانان، با درجات بالاتری از دغدغه همدلانه در دختران و دیدگاه‌گیری در پسران مرتبط بود. همچنین/سمیت (۲۰۰۴)، رابطه معناداری بین خواندن دعا و نیایش با همدلی یافت (میلز، ۲۰۱۳). هرچند، در مطالعه دوریز (۲۰۰۴)، رابطه‌ای بین همدلی و مذهبی بودن یافت نشد، اما همدلی با پردازش مفاهیم مذهبی رابطه داشت. هاردی و همکاران (۲۰۱۲)، نیز رابطه مثبت معناداری را بین تعهد مذهبی و همدلی گزارش کردند، اما رابطه‌ای بین درگیری مذهبی و همدلی نیافتند. در مطالعه میلز (۲۰۱۳) نیز که به بررسی رابطه جنسیت، مذهب و معنویت با همدلی در کودکان ۹ تا ۱۲ ساله پرداخت، هیچ رابطه‌ای بین مذهب و معنویت با همدلی یافت نشد.

برخی مطالعات نشان داده‌اند که معنویت آثار مفیدی بر سلامت جسمانی و روانی افراد دارد. به عبارت دیگر، نشانه‌ها و علائم مثبت اشخاص، همچون نشاط در زندگی، احساس خوشبختی و امید به آینده، با میزان معنویت آنها سنجیده می‌شود (غباری‌بناب، ۲۰۱۰؛ قهرمانی و نادى، ۱۳۹۱). همچنین، پژوهش‌ها به رابطه مثبت و معناداری بین امیدواری با مؤلفه‌های مذهبی - معنوی و سلامت معنوی دست یافته‌اند (قهرمانی و نادى، ۱۳۹۱؛ مقیمیان و سلمانی، ۱۳۹۱؛ سلیگمن و سیکزنت میهالی، ۲۰۰۰؛ عاشوری، ۱۳۹۳). پژوهش‌های جیم و همکاران (۲۰۰۶)، بوکلی و هرث (۲۰۰۴) و بورت (۲۰۱۱) نیز که بر روی افراد دارای بیماری‌های سخت و لاعلاج صورت گرفتند، بیانگر رابطه مثبت و معناداری بین معنویت و امید به زندگی بودند.

نظر به اهمیت نقش و کارکرد همدلی و امید در زندگی بشر، جست‌وجوی همبسته‌ها و پیش‌بینی‌کننده‌های آن، به منظور شناسایی و درک بیشتر و ترویج آن، بخصوص در بین گروه سرنوشت‌ساز نوجوانان امری لازم و ضروری است. اما به غیر از پژوهش‌های مزبور، هیچ پژوهشی نقش سبک زندگی اسلامی را بر متغیرهای همدلی و امیدواری، در هیچ گروه سنی بررسی نکرده است. بیشتر مطالعات انجام گرفته در رابطه مذهب و معنویت، با متغیرهای همدلی و امیدواری نیز بر روی بیماران انجام گرفته است، نه بر روی جمعیت عادی. از این رو، بر اساس این مسائل و افزون بر آن، با توجه به نقش و اهمیت این متغیرها در قشر نوجوان، این پژوهش با هدف پاسخ‌گویی به دو فرضیه زیر در بین نوجوانان پسر شهر تهران طراحی گردید: آیا بر اساس میزان سبک زندگی اسلامی، همدلی و امید به زندگی، رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؟ آیا بر اساس میزان سبک زندگی اسلامی و مؤلفه‌های آن می‌توان میزان همدلی و امید به زندگی را پیش‌بینی نمود؟

روش پژوهش

این پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری آن، کلیه دانش آموزان پسر پایه دوم و سوم دوره دوم متوسطه دولتی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ می باشند. حجم نمونه آماری، ۳۸۰ نفر بوده که با استفاده از فرمول کوکران و به روش نمونه گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب گردیدند. پس از جمع‌آوری داده‌ها، برای بررسی رابطه متغیرها، از آزمون همبستگی پیرسون، رگرسیون گام‌به‌گام و خطی استفاده شد.

ابزار پژوهش

فهرست واکنش‌های بین‌فردی: برای سنجش همدلی از «فهرست واکنش‌های بین‌فردی» دیویس (۱۹۸۳) استفاده شد. این ابزار، خودسنجی، ۲۱ گویه و ۳ خرده‌مقیاس دارد که عبارتند از: دغدغه همدلانه، دیدگاه‌گرایی از نگاه دیگران، نه از نگاه خود، یا توانایی ما در درک تفکر، احساسات و هیجانات دیگران و آشفته‌گی شخصی. همچنین، دیویس در سال ۱۹۸۰ و ۱۹۹۴م، ضریب آلفای کرونباخ را برای هر سه خرده‌مقیاس بین ۰/۷۱ تا ۰/۷۷ گزارش کرده است. او پایایی آزمون - بازآزمون مجدد را نیز پس از یک دوره چهار هفته‌ای، بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۰ گزارش نموده است (هراتیان و احمدی، ۱۳۹۱).

مقیاس امیدواری اسنایدن: در این پژوهش، از پرسش‌نامه امیدواری/سنایدن و همکاران (۲۰۰۱) استفاده شد. ضریب آلفای کرونباخ آن، برای امیدواری کل ۰/۸۶، برای بعد تصمیم هدف‌مدار ۰/۸۲، و برای گذرگاه یا مسیر ۰/۸۴ بود. پایایی بازآزمایی در طی ۱۰ هفته، ۰/۸۲ به‌دست آمده است. در ایران پایایی و روایی مقیاس بر روی نمونه ۲۵۰ نفری محاسبه گردید. ضریب همسانی درونی کل، برای ابعاد گذرگاه ۰/۷۱ و تصمیم هدف‌مدار ۰/۶۸ به دست آمده است. روایی همزمان مقیاس نیز با نامیدی بک، ۰/۸۱ گزارش شده است (کرمی‌نیا و همکاران، ۱۳۹۱). آلفای کرونباخ این مقیاس، در دامنه‌ای از ۰/۷۴ تا ۰/۸۴ گزارش شده است (اسنایدن و همکاران، ۱۹۹۱).

مقیاس سبک زندگی اسلامی (فرم کوتاه): این پرسش‌نامه توسط کاویانی (۱۳۸۸) ساخته شده است. وی روایی آن را تأیید کرده است که دارای ۷۵ گویه می‌باشد. پاسخ‌گویان باید با توجه به وضعیت فعلی زندگی خود، در یک طیف ۴ درجه‌ای «از خیلی کم تا خیلی زیاد» به سؤالات پاسخ دهند. نمره کل آزمودنی، حداقل ۱۴۱ و حداکثر ۵۷۰ می‌باشد. ده شاخص، زیرمقیاس‌های این آزمون را تشکیل می‌دهند که عبارتند از: شاخص اجتماعی (۱۱ گویه)، باورها (۶ گویه)، عبادی (۶ گویه)، اخلاق (۱۱ گویه)، مالی (۱۲ گویه)، خانواده (۸ گویه)، سلامت (۷ گویه)، تفکر و علم (۵ گویه)،

امنیتی - عبادی (۴ گویه)، زمان‌شناسی (۵ گویه). ضریب پایایی کل این آزمون، ۷۱ درصد می‌باشد. نتایج تحلیل عوامل نیز روایی و ساختار عاملی مناسبی را برای آن نشان داده است. روایی همزمان آن، با آزمون جهت‌گیری مذهبی، ۶۴ درصد به دست آمده است (کاوایانی، ۱۳۹۰).

یافته‌های پژوهش

برای آزمون فرضیه اول پژوهش، از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول شماره ۱ آورده شده است.

جدول ۱. نتایج تحلیل همبستگی میان متغیر همدلی و امیدواری با شاخص‌های سبک زندگی اسلامی (n=۳۸۰)

شاخص	زمان	امنیت	تفکر	سلامت	خانواده	مالی	اخلاق	عبادی	بهارها	اجتماعی	نمره کل سبک زندگی اسلامی
امید	ضریب همبستگی **،/۴۲۹	**،/۳۲۵	**،/۴۵۳	**،/۳۶۵	**،/۳۹۹	**،/۴۸۴	**،/۳۸۵	**،/۴۱۸	**،/۳۲۲	**،/۴۵۰	**،/۵۳۸
دغدغه همدلانه	ضریب همبستگی *،/۱۲۳	**،/۱۳۵	**،/۲۰۸	۰،/۰۵۲	**،/۲۴۲	**،/۲۳۳	*،/۱۳۰	**،/۱۶۳	**،/۲۶۸	**،/۲۷۱	**،/۲۶۳
دیدگاه‌گیری	ضریب همبستگی **،/۲۲۵	۰،/۰۴۰	**،/۳۷۱	**،/۳۴۱	**،/۲۶۱	**،/۱۹۰	**،/۲۶۷	**،/۱۵۹	**،/۲۴۰	**،/۲۶۰	**،/۳۱۵
آشنفگی شخصی	ضریب همبستگی **،-۰/۲۴۷	**،-۰/۲۰۳	**،-۰/۲۵۳	**،-۰/۱۵۳	**،-۰/۱۹۰	**،-۰/۲۵۸	**،-۰/۲۸۳	**،-۰/۳۶۱	*،-۰/۱۵۰	**،-۰/۱۶۵	**،-۰/۲۸۸
نمره کلی همدلی	ضریب همبستگی ۰،/۰۴۵	۰،/۰۳۶	**،/۲۵۶	**،/۲۱۷	**،/۱۵۳	۰،/۰۵۶	**،/۱۴۴	**،/۲۱۷	**،/۳۰۴	**،/۲۳۰	**،/۳۹۱

** در سطح ۰/۰۱ معنادار است، * در سطح ۰/۰۵ معنادار است

با توجه به جدول ۱، می‌توان گفت: ضریب همبستگی به دست آمده از نمره کل سبک زندگی اسلامی، با امید در بین دانش‌آموزان برابر است با $r=0/538$. این امر نشان می‌دهد که هر چه میزان سبک زندگی اسلامی در دانش‌آموزان بیشتر باشد، دارای امید به زندگی بیشتری خواهند بود. از سوی دیگر، ضرایب همبستگی شاخص‌های سبک زندگی و امید نشان می‌دهد، همه شاخص‌ها در سطح (۰/۹۹)، همبستگی مثبت و معنی‌داری دارند.

ضریب همبستگی به دست آمده از نمره کلی سبک زندگی اسلامی، با نمره کلی همدلی نیز در بین دانش‌آموزان برابر است با $r=0/391$. این امر نشان می‌دهد که، هر چه میزان سبک زندگی اسلامی در دانش‌آموزان بیشتر باشد، دارای همدلی بیشتری خواهند بود. همچنین بین نمره کلی سبک زندگی اسلامی، با شاخص‌های دغدغه همدلانه و دیدگاه‌گیری همبستگی مستقیم و معنی‌دار، و با شاخص آشنفگی شخصی، همبستگی معکوس و معنی‌داری وجود دارد. با توجه به سطح معناداری به دست آمده برای نمره

کلی متغیر همدلی و شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، این نتیجه به دست می‌آید که میان شاخص‌های تفکر، سلامت، خانواده، اخلاق، عبادی، باورها، و اجتماعی با همدلی رابطه خطی معناداری وجود دارد. برای آزمون فرضیه دوم پژوهش، نیز از روش تحلیل رگرسیون استفاده شد که نتایج آن در جداول زیر آورده شده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام جهت پیش‌بینی همدلی از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

ضریب تعیین (R^2)	معناداری	آماره t	ضرایب استاندارد (Beta)	ضرایب غیراستاندارد		مدل	
				انحراف معیار	B		
۰/۱۵۳	۰/۰۰۰*	۴/۱۴۱	۰/۳۰۹	۰/۰۲۹	۰/۲۶۲	باورها	مدل ۱
۰/۱۷۱	۰/۰۰۰*	۴/۷۱۹	۰/۳۰۵	۰/۰۴۲	۰/۲۵۷	باورها	مدل ۲
	۰/۰۰۰*	۳/۳۴۹	۰/۲۴۰	۰/۰۲۷	۰/۱۸۸	تفکر	
۰/۱۸۳	۰/۰۰۰*	۵/۳۴۷	۰/۳۴۹	۰/۰۴۴	۰/۲۹۰	باورها	مدل ۳
	۰/۰۰۰*	۴/۳۴۱	۰/۳۲۶	۰/۰۴۲	۰/۲۴۱	تفکر	
	۰/۰۰۰*	۳/۶۲۳	۰/۲۷۹	۰/۰۴۷	۰/۲۲۲	عبادی	

* آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار است

طبق جدول ۲، نتایج تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که برای پیش‌بینی متغیر همدلی، از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، تنها شاخص‌های باورها، تفکر، عبادی و همچنین ضریب ثابت وارد معادله رگرسیونی شده‌اند. سایر متغیرهای مستقل از معادله خارج و غیر مؤثر تلقی شدند. در مجموع، این متغیرها توانستند ۱۸ درصد از واریانس متغیر وابسته را تبیین کرده و توضیح دهند ($R^2=0/183$).

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام جهت پیش‌بینی امیدواری از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی

ضریب تعیین (R^2)	معناداری	آماره t	ضرایب استاندارد (Beta)	ضرایب غیراستاندارد		مدل	
				انحراف معیار	B		
۰/۲۳۴	۰/۰۰۰*	۱۰/۶۹۷	۰/۴۸۴	۰/۰۷۸	۰/۸۳۸	مالی	مدل ۱
۰/۲۸۶	۰/۰۰۰*	۷/۵۶۸	۰/۳۷۰	۰/۰۸۵	۰/۶۴۰	مالی	مدل ۲
	۰/۰۰۰*	۵/۲۱۶	۰/۲۵۵	۰/۰۶۴	۰/۳۳۲	سلامت	
۰/۳۱۴	۰/۰۰۰*	۵/۶۲۳	۰/۲۹۲	۰/۰۹۰	۰/۵۰۵	مالی	مدل ۳
	۰/۰۰۰*	۴/۲۲۷	۰/۲۰۹	۰/۰۶۴	۰/۲۷۲	سلامت	
	۰/۰۰۰*	۳/۹۵۲	۰/۲۰۰	۰/۰۶۶	۰/۲۶۱	زمان	
۰/۳۳۱	۰/۰۰۰*	۴/۰۳۹	۰/۲۲۵	۰/۰۹۶	۰/۳۹۰	مالی	مدل ۴
	۰/۰۰۰*	۳/۶۱۰	۰/۱۷۹	۰/۰۶۵	۰/۲۳۴	سلامت	
	۰/۰۰۰*	۳/۴۳۶	۰/۱۷۵	۰/۰۶۶	۰/۲۲۸	زمان	
	۰/۰۰۰*	۳/۰۶۵	۰/۱۶۴	۰/۰۶۴	۰/۱۸۶	تفکر	

* آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار است

طبق جدول ۳ می‌توان گفت: برای پیش‌بینی متغیر امیدواری از روی شاخص‌های سبک زندگی اسلامی، شاخص‌های مالی، سلامت، زمان، تفکر و همچنین ضریب ثابت، وارد معادله رگرسیونی شده‌اند. سایر متغیرهای مستقل از معادله خارج و غیرمؤثر تلقی شدند. در مجموع، این متغیرها توانستند ۳۳/۱ درصد از واریانس متغیر وابسته را تبیین کرده و توضیح دهند. ازین‌رو، باید گفت: شاخص خوبی برای تبیین به‌شمار می‌آیند ($R^2=0/331$).

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش، بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی، با همدلی و امیدواری در نوجوانان پسر شهر تهران است. نتایج پژوهش بیانگر این است که بین سبک زندگی اسلامی و شاخص‌های آن، با همدلی و امید در نوجوانان همبستگی مثبت معنی‌داری وجود دارد. همچنین سبک زندگی اسلامی، می‌تواند با همدلی و امید در نوجوانان همراه باشد. به عبارت دیگر، می‌توان گفت: هر چه میزان پایبندی نوجوانان به سبک زندگی اسلامی بیشتر باشد، میزان همدلی و امیدواری در آنها بیشتر خواهد بود.

همچنین، سبک زندگی اسلامی و شاخص‌های آن، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای امیدواری و همدلی در نوجوانان می‌باشند. سبک زندگی اسلامی در مجموع، توانست ۲۸/۹ درصد از تغییرات امیدواری و ۱۵/۲ درصد از تغییرات همدلی را پیش‌بینی نماید. هر چند پژوهشی مستقیم درباره رابطه سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان مشاهده نگردید، اما با توجه به آنچه که در بخش پیشینه‌های نظری آمد، می‌توان گفت: رابطه‌های به‌دست‌آمده در این پژوهش، با نتایج تحقیقات، فرانسویس و پیرسون (۱۹۸۷)، واتسون و همکاران (۱۹۸۵)، ماتون و ولز (۱۹۹۵)، اسمیت (۲۰۰۴) و مارکستروم و همکاران (۲۰۱۰)، که به بررسی رابطه مذهب و معنویت با همدلی پرداخته‌اند، همسو و با پژوهش میلز (۲۰۱۳)، که رابطه‌ای بین مذهب و معنویت با همدلی نیافت، ناهمسو می‌باشد. همچنین می‌توان گفت: این پژوهش در زمینه رابطه سبک زندگی اسلامی با امیدواری، در یک سطح کلی، با مطالعات قهرمانی و ناد (۱۳۹۱)، مقیمیان و سلمانی (۱۳۹۱)، سلیگمن و سیکزنت میهالی (۲۰۰۰)، جیم و همکاران (۲۰۰۶)، بوکلی و هرث (۲۰۰۴) و بورت (۲۰۱۱) همخوان می‌باشد.

در تبیین این نتایج می‌توان گفت: اولین و مهم‌ترین کارکرد دین و در نتیجه، سبک زندگی اسلامی، «معنی‌بخشی» به زندگی است. برخی روان‌شناسان، مانند آلپورت (۱۹۵۴)، فرانکل (۱۹۷۲)،

و مازلو (۱۹۶۲)، وجود معنا در زندگی را به عنوان مهم‌ترین عامل مؤثر بر کنش‌های روان‌شناختی مثبت می‌دانند. یافته‌های پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهد که وجود معنا در زندگی، عنصری اساسی در بهزیستی روانی - عاطفی بوده و به صورت نظام‌وار با ابعاد گوناگونی از شخصیت، سلامت جسمی و ذهنی، انطباق و سازگاری با استرس‌ها، مذهب و فعالیت‌های مذهبی و اختلالات رفتاری ارتباط دارد (نصیری و جوکار، ۱۳۸۷).

مقابله‌های معنوی و اعمال مذهبی، همچون مراقبه، دعا و نیایش، و انجام تشریفات مذهبی، در شکل‌گیری معنای زندگی و احساس امید در افراد، از طریق ایجاد چارچوبی برای پاسخ‌گویی به بسیاری از پرسش‌ها و مسائلی که افراد با آن درگیرند، نقشی اساسی دارند (جیم و همکاران، ۲۰۰۶). اسنایدر و فلدمن (۲۰۰۵) معتقدند: می‌توان فرض کرد تفکر امیدوارانه پیامد اصلی معناداری در زندگی می‌باشد. معناداری زندگی، سازه‌ای گسترده‌تر از امید است و می‌توان امید را به عنوان عنصری از زندگی معنادار به حساب آورد (نصیری و جوکار، ۱۳۸۷). گومز و فیشر (۲۰۰۳) معتقدند: معنویت موجب می‌شود، فرد دارای هویت یکپارچه، رضایت، شادی، عشق، احترام، نگرش‌های مثبت، آرامش درونی و هدف و جهت در زندگی باشد (یعقوبی و همکاران، ۱۳۹۳).

از این رو، معنویت یا بهزیستی معنوی با امیدواری، به عنوان مجموعه‌ای شناختی مبتنی بر احساس موفقیت، ناشی از منابع گوناگون و مسیرها، رابطه دارد. معنویت با ایجاد انگیزه و هدف‌های عمیق و والا، منبعی برای امید فراهم می‌کند. بنابراین، وجود رابطه مثبت و قوی بین سبک زندگی اسلامی و امید به زندگی، تا حد زیادی منطقی و قابل انتظار است. چنانچه امیدواری یکی از پیامدهای اعتقاد و ارتباط با یک قدرت متعالی در نظر گرفته شود، می‌توان گفت: انگیزه پرستش خداوند و سازگاری با آنچه خواست معبود تبارک و تعالی است، ارتباطی بنیادی است. آن‌گونه که خداوند نیز در قرآن مؤمنان را که شاخص‌های پرستش و سلامت را دارا هستند، امیدوار معرفی می‌کند (قهرمانی و نادری، ۱۳۹۱). همچنین، امید و تکیه به قدرت بیکران، به فرد این اطمینان را می‌دهد که نیروی قوی او را حمایت می‌کند. این افراد با این تکیه و توکل، انتظارشان از آینده مثبت‌تر و خوش‌بینانه‌تر است. در نتیجه، به زندگی و به آینده امیدوارتر خواهند بود. بنابراین، همان‌گونه که سلیمگن (۲۰۰۲) بیان کرده، دین موجب امیدواری می‌شود و خوش‌بینی را افزایش می‌دهد (سلیمی بجستانی و همکاران، ۱۳۹۳). باورها و

نگرش‌های مذهبی و معنوی، بر مؤلفه‌های شناختی افراد از جمله تفسیر وقایع، خوش‌بینی یا بدبینی و نوع تفکرات آنها تأثیر می‌گذارد (حسین‌دخت و همکاران، ۱۳۹۲).

همچنین از یافته‌های این پژوهش چنین به دست می‌آید که سبک زندگی اسلامی، می‌تواند زمینه رشد همدلی را در نوجوانان ایجاد کند. از نظر اسلام، بخش مهمی از نیازهای اساسی انسان، نیازهای عاطفی است که با اولین مؤلفه رفتار حمایتی، یعنی همدلی ارتباط دارد. بسیاری از اختلالات و نارسایی‌های شخصیتی، خلقی و رفتاری، در بی‌توجهی به این نیاز اساسی و کمبود آن ریشه دارد. همه انسان‌ها نیازمند محبت، عاطفه و توجه دیگرانند. همچنین آنها نیازمندند که برای پرورش کمالات انسانی در خود، به دیگران محبت کرده، دیگران را از عاطفه و توجه خویش بهره‌مند سازند. اسلام به عنوان دینی جامع، توجه کافی به این نیاز اساسی مبذول داشته است و تربیت انسان‌هایی حساس نسبت به نیازهای عاطفی دیگران را وجهه همت خویش قرار داده است و از طریق ایجاد نگرش صحیح به مسئله و ترغیب آنان و نیز ارائه الگوهای عملی، کوشیده است برای برآوردن این نیاز اساسی، بسترهای مناسب را فراهم آورد (هراتیان و احمدی، ۱۳۹۱). در آموزه‌های اسلامی نیز توجهی مستقل و یگانه به این نیاز شده است. برای مثال، امام علی علیه السلام می‌فرمایند: «قاعده کرم، پیاپی احسان کردن است و همدلی با برادران داشتن» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۴۹۹). همچنین بالاترین احسان‌ها را در همدلی، تعاون و همیاری هم‌نوعان دانسته است: بهترین احسان، همدلی با برادران ایمانی است (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۱۹۴).

جهان‌بینی واحد، قانون واحد، رعایت عدالت در زندگی اجتماعی، و اعتقاد به مرکز فرماندهی واحد و تسلیم همه در برابر خدا و پیامبر صلی الله علیه و آله، ریشه‌های عقیدتی اتحاد و انسجام اسلامی و همچنین ساختار اجرایی وحدت دینی را پدید می‌آورد. هر جامعه‌ای که از این امور برخوردار باشد، از مهم‌ترین عوامل اتحاد و همدلی بهره‌مند است. اسلام با رد قاطع تعصبات قومی و نژادی و با توجه به کرامت ذاتی انسان‌ها، همه مؤمنان را برادر یکدیگر معرفی کرده است. بدین ترتیب، والاترین جلوه همبستگی اجتماعی را به نمایش گذاشته است. اصولاً روح آموزه‌های اسلامی به گونه‌ای است که همگان را به سوی اتحاد و همدلی حول محور توحید می‌خواند. در آیات بسیاری بر این مسئله تأکید شده است (فاضل قانع، ۱۳۹۲، ص ۱۶۳). برای نمونه، خداوند متعال یکی از راه‌های مصرف زکات را مصرف برای به دست آوردن دل‌های مسلمانان و مخالفان، و همدلی و همیاری با آنها بیان داشته است (توبه: ۶۰).

یافته‌های این پژوهش، می‌تواند زمینه مناسبی برای استفاده روان‌شناسان و مشاوران از مفاهیم معنوی و نیز ترویج و سبک زندگی اسلامی و کاربرد آن در تبیین همدلی و امید به زندگی افراد را فراهم آورد. بنابراین، با ارتقای سبک زندگی اسلامی و تقویت اعتقادات دینی، می‌توان سطح امید و همدلی را در نوجوانان افزایش داد.

مهم‌ترین محدودیت این مطالعه، استفاده از روش همبستگی است. از این رو، روابط به دست آمده را نمی‌توان به عنوان روابط علی فرض کرد. شاید این روابط ناشی از سایر متغیرهایی باشد که در این مطالعه به آنها پرداخته نشده است. محدودیت دیگر، استفاده از ابزار پرسش‌نامه‌های خودگزارش‌دهی است. این ابزارها، ممکن است پاسخ‌هایی را جمع‌آوری کنند که دیگران تصور می‌کنند باید درست باشد. افراد ممکن است خویش‌نگری کافی نداشته باشند و مسئولانه به گویه‌ها پاسخ ندهند. در این پژوهش، توجهی به سایر عوامل فردی، اجتماعی و فرهنگی، که بر همدلی و امیدواری تأثیر می‌گذارند، نشده است. همچنین نمونه تحقیق، محدود به دانش‌آموزان پسر است که لازمه آن احتیاط در تعمیم یافته‌ها می‌باشد. پیشنهاد می‌شود نقش جنسیت در مطالعات بعدی مورد بررسی قرار گیرد.

منابع

- نهج البلاغه**، ۱۴۱۴ق، تصحیح صبحی صالح، قم، هجرت.
- ابراهیمی، نسرین و همکاران، ۱۳۹۰، «بررسی رابطه امید با موفقیت تحصیلی دانشجویان»، **پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی**، ش ۶۰، ص ۱-۱۶.
- افشانی، سیدعلیرضا و همکاران، ۱۳۹۳، «بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت اجتماعی مردم شهر یزد»، **مطالعات اسلام و روان‌شناسی**، سال هشتم، ش ۱۴، ص ۸۳-۱۰۳.
- ایزدی طامه، احمد و همکاران، ۱۳۹۳، «رابطه سبک‌های دلبستگی با عزت‌نفس و امید در دانشجویان پرستاری»، **فصل‌نامه دانشگاه علوم پزشکی زابل**، سال ششم، ش ۱، ص ۱۶-۲۵.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد، ۱۴۱۰ق، **غررالحکم و دررالکلم**، قم، دارالکتب الاسلامی.
- حسین دخت، آرزو و همکاران، ۱۳۹۲، «رابطه هوش معنوی و بهزیستی معنوی با کیفیت زندگی و رضایت زناشویی»، **روان‌شناسی و دین**، سال ششم، ش ۲، ص ۵۷-۷۴.
- حلوانی، ابو عبدالله حسین بن محمد بن حسن بن نصر، ۱۳۸۳، **نزهة الناظر و تنبیه الخاطر**، قم، دارالحدیث.
- خدابخش، محمدرضا و پروین منصوری، ۱۳۹۱، «رابطه عفو با همدلی در دانشجویان پزشکی و پرستاری»، **فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد**، دوره هجدهم، ش ۲، ص ۴۵-۵۵.
- سلیمی بجستانی، حسین و همکاران، ۱۳۹۳، «ارتباط جهت‌گیری مذهبی و امیدواری با اضطراب سلامت در زنان پرستار بیمارستان امام خمینی (ع) تهران»، **پژوهش پرستاری**، دوره نهم، ش ۱، ص ۱۷-۲۴.
- شریفی، احمدحسین، ۱۳۹۱، «سبک زندگی به عنوان شاخصی برای ارزیابی سطح ایمان»، **معرفت فرهنگی اجتماعی**، سال سوم، ش ۳، ص ۴۹-۶۲.
- عاشوری، جمال، ۱۳۹۳، «رابطه امید، شادکامی و جهت‌گیری مذهبی با سلامت معنوی مریبان قرآن»، **پژوهش‌های میان‌رشته‌ای قرآن کریم**، سال پنجم، ش ۱، ص ۹۱-۱۰۲.
- عبادی، ندا و علی نقی فقیهی، ۱۳۸۹، «بررسی اثربخشی آموزش مثبت‌نگری در افزایش امید به زندگی زنان بدون همسر شهر اهواز؛ با تأکید بر قرآن»، **روان‌شناسی و دین**، سال سوم، ش ۲، ص ۶۱-۷۴.
- علی‌اکبری، مهناز و همکاران، ۱۳۹۲، «بررسی نقش تئوری ذهن و کارکردهای اجرایی در پیش‌بینی همدلی»، **تازه‌های علوم شناختی**، سال پانزدهم، ش ۲، ص ۱-۱۰.
- فاضل قانع، حمید، ۱۳۹۲، **سبک زندگی بر اساس آموزه‌های اسلامی (با رویکرد رسانه‌ای)**، قم، صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران، مرکز پژوهش‌های اسلامی.
- فقیهی، حسین و آرزو جواد، ۱۳۹۱، «اتحاد و همدلی در اشعار صائب تبریزی»، **پژوهش‌نامه ادبیات تعلیمی**، سال چهارم، ش ۱۵، ص ۱۵۶-۱۲۱.
- فیضی، مجتبی، ۱۳۹۲، «درآمدی بر سبک زندگی»، **معرفت**، سال بیست و دوم، ش ۱۸۵، ص ۲۷-۴۲.
- قهرمانی، نسرین و محمدعلی ناد، ۱۳۹۱، «رابطه بین مؤلفه‌های مذهبی - معنوی با سلامت روان و امید به آینده در کارکنان بیمارستان‌های دولتی شیراز»، **نشریه پرستاری ایران**، دوره بیست و پنجم، ش ۷۹، ص ۱-۱۱.

- کاوایی، محمد، ۱۳۹۰، «کمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۱۴، ص ۲۷-۴۴.
- _____، ۱۳۹۲، *سبک زندگی اسلامی و ابزار سنجش آن*، چ سوم، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- کرمی‌نیا، رضا و همکاران، ۱۳۹۱، «ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس امیدواری در دانشجویان ایرانی»، *تحقیقات رفتاری*، ش ۱۰ (۶)، ص ۱-۱۰.
- لیثی واسطی، علی‌بن محمد، ۱۳۷۶، *عیون الحکم و المواعظ*، قم، دارالحدیث.
- نصیری، حبیب‌الله و بهرام جوکار، ۱۳۸۷، «معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان (گروهی از زنان شاغل فرهنگی)»، *پژوهش زنان*، دوره ششم، ش ۲، ص ۱۵۷-۱۷۶.
- هراتیان، عباسعلی و محمدرضا احمدی، ۱۳۹۱، «رابطه حرمت خود بر همدلی نوجوانان»، *روان‌شناسی و دین*، سال پنجم، ش ۱، ص ۱۳۳-۱۶۴.
- یعقوبی، ابوالقاسم و همکاران، ۱۳۹۳، «رابطه بهزیستی معنوی و امیدواری با رضایت از زندگی در سالمندان»، *روان‌شناسی و دین*، سال هفتم، ش ۳، ص ۱۰۹-۱۲۱.
- Buckley, J, & Herth, K, 2004, Fostering hope in terminally ill patients, *Nursing Standard*, v. 19, p. 33-41.
- Burt, N, 2011, *Hope and spirituality and their relationship to the overall quality of life in cancer patients*, dissertation, Doctor of Philosophy, Indiana State University.
- Cheng, Y, et al, 2014, An EEG/ERP investigation of the development of empathy in early and middle childhood, *Developmental Cognitive Neuroscience*, v. 10, p. 160-169.
- Duriez, B, 2004, Taking a closer look at the religion-empathy relationship: Are religious people nicer people? *Mental Health, Religion and culture*, v. 7, p. 249-254.
- Eisenberg, N & Fabes, R.A, 1990, Empathy: Conceptualization, assessment, and relation to prosocial behavior, *Motivation and Emotion*, v. 14, p. 131-149.
- Feldman, D.B & Snyder C.R, 2005, Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical association between goal-directed thinking and life meaning, *Journal of social and clinical psychology*, v. 24, p. 401-421.
- Francis, L. J, & Pearson, P. R, 1987, Empathic development during adolescence: Religiosity, the missing link? *Personality and Individual Differences*, v. 8, p. 145-148.
- Giordano, A.L, et al, 2014, Predicting Empathy: the role of religion and spirituality, *Journal of professional counseling: practice, theory, and research*, v. 41(2), p. 53-66.
- Hardy, S.A, et al, 2012, Religiosity and adolescent empathy and aggression: the mediating role of moral identity, *Psychology of Religion and Spirituality*, v. 4, p. 237-248.
- Huber, J.T, & MacDonald, D.A, 2012, An investigation of the relations between altruism, empathy, and spirituality, *Journal of Humanistic Psychology*, v. 52(2), p. 206-221.
- Jim, H.S, et al, 2006, Strategies use in coping with a cancer diagnosis predict meaning of life for survivors, *Health Psychology*, v. 25, p. 753-761.
- Koss- Chioino, J.D, 2006, Spiritual transformation, relation and radical empathy: core components of the ritual healing process, *Transcultural psychiatry*, v. 43(4): p. 652-670.

- Markstrom, C.A, et al, 2010, Frameworks of caring and helping in adolescence: Are empathy, religiosity, and spirituality related constructs?, *Youth & Society*, v. 42(1), p. 59-80.
- Maton, K.I & Wells, E.A, 1995, Religion as a community resource for well-being: Prevention, healing, and empowerment pathways, *Journal of social issues*, v. 51(2), p. 177-193.
- Miles, L.M, 2013, *The relation of gender, religiosity, and spirituality with empathy, Dissertation submitted to the faculty of Alfred University*, Doctor of psychology in school psychology, Alfred, New York.
- Snyder, C.R, 1995, Conceptualizing, measuring, and nurturing hope, *Journal of Counseling and Development*, v. 73(3), p. 355-360.
- Snyder, C.R, et al, 1991, The will and the ways: development and validation of an individual-differences of hope, *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 60(4), p. 570-85.
- Soenens, B, et al, 2007, The intergenerational transmission of empathy-related responding in adolescence the role of maternal support, *Personality and social psychology bulletin*, v. 33(3), p. 299-311.
- Watson, P. J, et al, 1985, Dimensions of religiosity and empathy, *Journal of Psychology and Christianity*, v. 4, p. 73-85.
- World Health Organization, 1998, *Health promotion glossary*, Geneva, Switzerland: author.

نمایه الفبایی مقالات و پدیدآوردگان سال نهم (شماره‌های ۳۳-۳۶)

الف. نمایه مقالات

اثربخشی آموزش صبر بر سه فضیلت «شجاعت»، «عدالت» و «میان‌روی»، سمیرا مقصودی مدیح، فریده حسین‌ثابت، ش ۳۵، ص ۶۹-۸۸.

اثربخشی آموزش معنویت بر ارتقای سرسختی و بهزیستی روان‌شناختی، منصور بیرامی، معصومه موحدی، یزدان موحدی، کلتوم کریمی‌نژاد، ش ۳۵، ص ۱۰۷-۱۲۰.

اثربخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی دین‌محور بر بهبود شکل‌گیری هویت دینی نوجوانان، شهناز خالقی‌پو، ش ۳۶، ص ۴۱-۵۶.

بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری مبتنی بر پیش‌فرض‌های خداپنداره، خودپنداره و آخرت‌پنداره بر شدت اختلال وسواس-بی‌اختیاری: مطالعه موردی، حسن انصاری، مسعود جان بزرگی، ش ۳۶، ص ۲۵-۴۰.

بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ سالمندان مقیم خانه سالمندان، افسانه سرتیپ‌زاده، مهناز علی‌اکبری دهکردی، سیده راضیه طبائیان، ش ۳۶، ص ۵۷-۷۰.

بررسی از خودبیگانگی از دیدگاه اریک فروم و مقایسه آن با دیدگاه اسلام، بهبود یاری قلی، صادق صیادی، ش ۳۶، ص ۱۰۳-۱۳۲.

بررسی تأثیر آموزش مهارت ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت‌نفس و سلامت روان، زهرا شاهسواری، رحیم میردريکوندي، ش ۳۶، ص ۸۷-۱۰۱.

بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با شادکامی و کیفیت زندگی، علیرضا رشیدی، فاطمه ملک‌محمدی، سارا شریفی، ش ۳۳، ص ۱۴۳-۱۵۴.

بررسی رابطه دینداری، هوش معنوی و بخشش با سازگاری اجتماعی در دانشجویان سال اول، فرزانه میکائیلی منبع، زینب بابایی، محمد حسنی، ش ۳۳، ص ۱۲۳-۱۴۲.

بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان، سیدمحمدحسن فاطمی اردستانی، شیما پژوهی‌نیا، محمود اسلامی، معصومه کفیلی یوسف‌آباد، ش ۳۶، ص ۱۳۳-۱۴۸.

بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تماشای ماهواره با طلاق، محمد زارعی توپخانه، رحیم میردريکوندي، ش ۳۴، ص ۱۱۱-۱۲۶.

بررسی کارآمدی آموزش صبر بر سخت‌رویی روان‌شناختی، حسنعلی ویس کرمی، فیروزه غضنفری، طاهره رحیمی‌پور، ش ۳۵، ص ۸۹-۱۰۶.

بررسی مراحل تحول مؤلفه عاطفی ایمان به خدا در کودکی و نوجوانی، مجتبی حیدری، علی عسگری، محمود نوذری، سیدمحمدرضا موسوی‌نسب، ش ۳۵، ص ۵-۲۸.
 بررسی نقش تمایز یافتگی و عوامل شخصیت در میزان تحول روانی - معنوی دانشجویان متأهل، فاطمه دائمی، مسعود جان‌بزرگی، ش ۳۴، ص ۴۳-۵۴.

پیش‌بینی‌کننده‌های معنوی رضایت زناشویی پرستاران: نقش بهزیستی معنوی و معنا در زندگی، نادر حاجلو، عیسی جعفری، رسول حشمتی، ش ۳۴، ص ۷۳-۸۴.

تأثیر امیددرمانگری اسلامی بر بهزیستی فاعلی افراد مبتلا به مالتیپل اسکروسیس و مقایسه آن با امیددرمانگری مبتنی بر نظریه اسنایدر، مبین صالحی، مسعود جان‌بزرگی، سیدرسول کاظم‌زاده طباطبایی، ش ۳۵، ص ۲۹-۵۰.

رابطه دلبستگی به خدا با سلامت روان و هدف در زندگی دانشجویان پسر، منیژه احیاء‌کننده، محمد مزیدی شرف‌آبادی، ش ۳۳، ۶۹-۸۴.

رابطه روان‌بناهای ناسازگار اولیه، ویژگی‌های شخصیتی و صفت اخلاقی حسادت، عباسعلی هراتیان، سیدعباس ساطوریان، جواد ترکاشوند، محمدرضا احمدی، ش ۳۵، ص ۱۲۱-۱۳۸.

رابطه بین پایبندی مذهبی و بخشش با کیفیت روابط زوجین و خانواده همسر در زنان، سیمین قاسمی، عذرا اعتمادی، ش ۳۴، ص ۹۷-۱۱۰.

رابطه جهت‌گیری دینی با هوش هیجانی و سلامت روان، علی‌اوسط کریمی، رحیم نارویی نصرتی، محمدرضا احمدی، ش ۳۵، ص ۱۳۹-۱۵۴.

رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و میزان تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه کاشان، علی حسین‌زاده، فریبرز صدیقی ارفعی، علی یزدخواستی، محمد نورمحمدی نجف‌آبادی، ش ۳۳، ص ۸۵-۱۰۶.

رابطه میزان عمل به باورهای دینی با تاب‌آوری و خوش‌بینی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا، محمدرضا ذوقی پایدار، صفدر نبی‌زاده، راحیل زنده‌بودی، ش ۳۴، ص ۸۵-۹۶.

رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول، شهرام نوری ثمرین، ش ۳۳، ص ۱۰۷-۱۲۲.

- رشد دینداری در اوائل کودکی: رویکردی روان‌شناختی - اسلامی، محمود نوذری، ش ۳۴، ص ۵-۲۶.
- ساخت و اعتباریابی آزمون اولیه مهارت حل مسئله بر اساس منابع اسلامی، محمدرضا احمدی، رحیم میردیکوندی، جعفر علی‌گلی فیروزجائی، ش ۳۲، ص ۵-۲۶.
- ساختار مفهومی هویت بر پایه منابع اسلامی، نجیب‌الله نوری، علی عسگری، رحیم ناروئی نصرتی، محمدصادق شجاعی، ش ۳۶، ص ۵-۲۴.
- کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری، و خوش‌بینی) در دانشجویان، محمد خالدیان، زهرا کرمی باغظیفونی، ش ۳۶، ص ۷۱-۸۶.
- الگوی اسلامی روان‌درمانگری/آموزش مبتنی بر بهبود کیفیت‌زندگی، محمدیاسین سیفی گندمانی، مسعود جان‌بزرگی، احمد علیپور، مهناز علی‌اکبری دهکردی، ش ۳۳، ص ۵۱-۶۸.
- مبانی انسان‌شناختی؛ دوساحتی بودن، اصالت نفس و اختیار و نقش آن در دانش روان‌شناسی اسلامی، ابوالقاسم بشیری، ش ۳۵، ص ۵۱-۶۸.
- مقایسه اثربخشی معنویت‌درمانی و طرحواره‌درمانی بر افسردگی دانشجویان افسرده، راهب آصفی، احمد علیپور، مجید صفاری‌نیا، ش ۳۴، ص ۲۷-۴۲.
- مقایسه کارآمدی مداخلات اسلامی و درمان شناختی- رفتاری توسعه‌یافته در افزایش رضایت زناشویی زوجها، محمدرضا سالاری‌فر، سیدجلال یونسی، محمدحسین شریفی‌نیا، حمیدرضا حسن‌آبادی، ش ۳۳، ص ۲۷-۵۰.
- نقش صفات اخلاقی کبر، حرص و حسادت در پیش‌بینی روان‌آزردگی، سیدعباس ساطوریان، ش ۳۴، ص ۵۵-۷۲.

ب. نمایه پدیدآورندگان

- ابوالقاسم بشیری، مبانی انسان‌شناختی؛ دوساحتی بودن، اصالت نفس و اختیار و نقش آن در دانش روان‌شناسی اسلامی، ش ۳۵، ص ۵۱-۶۸.
- افسانه سرتپ‌زاده، مهناز علی‌اکبری دهکردی، سیده راضیه طبائیان، بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی بر اضطراب مرگ سالمندان مقیم خانه سالمندان، ش ۳۶، ص ۵۷-۷۰.

- بهبود یاری قلبی، صادق صیادی، بررسی از خود بیگانگی از دیدگاه اریک فروم و مقایسه آن با دیدگاه اسلام، ش ۳۶، ص ۱۰۳-۱۳۲.
- حسن انصاری، مسعود جان بزرگی، بررسی اثربخشی درمان شناختی- رفتاری مبتنی بر پیش فرض های خداپنداره، خودپنداره و آخرت پنداره بر شدت اختلال وسواس- بی اختیاری: مطالعه موردی، ش ۳۶، ص ۲۵-۴۰.
- حسنعلی ویس کرمی، فیروزه غضنفری، طاهره رحیمی پور، بررسی کارآمدی آموزش صبر بر سخت رویی روان شناختی، ش ۳۵، ص ۸۹-۱۰۶.
- راهب آصفی، احمد علیپور، مجید صفاری نیا، مقایسه اثربخشی معنویت درمانی و طرحواره درمانی بر افسردگی دانشجویان افسرده، ش ۳۴، ص ۲۷-۴۲.
- زهرا شاهسواری، رحیم میردریکوندی، بررسی تأثیر آموزش مهارت ارتباطی با رویکرد دینی بر عزت نفس و سلامت روان، ش ۳۶، ص ۸۷-۱۰۱.
- سمیرا مقصودی مدیح، فریده حسین ثابت، اثربخشی آموزش صبر بر سه فضیلت «شجاعت»، «عدالت» و «میانروی»، ش ۳۵، ص ۶۹-۸۸.
- سیدعباس ساطوریان، نقش صفات اخلاقی کبر، حرص و حسادت در پیش بینی روان آزرده‌گی، ش ۳۴، ص ۵۵-۷۲.
- سیدمحمدحسن فاطمی اردستانی، شیما پژوهی نیا، محمود اسلامی، معصومه کفیلی یوسف آباد، بررسی رابطه سبک زندگی اسلامی با همدلی و امیدواری در نوجوانان، ش ۳۶، ص ۱۳۳-۱۴۸.
- سیمین قاسمی، عذرا اعتمادی، رابطه بین پابندی مذهبی و بخشش با کیفیت روابط زوجین و خانواده همسر در زنان، ش ۳۴، ص ۹۷-۱۱۰.
- شهرام نوری ثمرین، رابطه هوش معنوی و هوش هیجانی با خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول، ش ۳۳، ص ۱۰۷-۱۲۲.
- شهناز خالقی پو، اثربخشی آموزه‌های فضایل اخلاقی دین محور بر بهبود شکل گیری هویت دینی نوجوانان، ش ۳۶، ص ۴۱-۵۶.
- عباسعلی هراتیان، سیدعباس ساطوریان، جواد ترکاشوند، محمدرضا احمدی، رابطه روان‌بنه‌های ناسازگار اولیه، ویژگی‌های شخصیتی و صفت اخلاقی حسادت، ش ۳۵، ص ۱۲۱-۱۳۸.

علی حسین زاده، فریبرز صدیقی ارفعی، علی یزدخواستی، محمد نورمحمدی نجف آبادی، رابطه سبک زندگی اسلامی با سلامت روان و میزان تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه کاشان، ش ۳۳، ص ۸۵-۱۰۶.

علی اوسط کریمی، رحیم نارویی نصرتی، محمدرضا احمدی، رابطه جهت‌گیری دینی با هوش هیجانی و سلامت روان، ش ۳۵، ص ۱۳۹-۱۵۴.

علیرضا رشیدی، فاطمه ملک‌محمدی، سارا شریفی، بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با شادکامی و کیفیت زندگی، ش ۳۳، ص ۱۴۳-۱۵۴.

فاطمه دائمی، مسعود جان‌بزرگی، بررسی نقش تمایز یافتگی و عوامل شخصیت در میزان تحول روانی - معنوی دانشجویان متأهل، ش ۳۴، ص ۴۳-۵۴.

فرزانه میکائیلی منبع، زینب بابایی، محمد حسنی، بررسی رابطه دینداری، هوش معنوی و بخشش با سازگاری اجتماعی در دانشجویان سال اول، ش ۳۳، ص ۱۲۳-۱۴۲.

مبین صالحی، مسعود جان‌بزرگی، سیدرسول کاظم‌زاده طباطبایی، تأثیر امیددرمانگری اسلامی بر بهزیستی فاعلی افراد مبتلا به مالتیپل اسکلروسیس و مقایسه آن با امیددرمانگری مبتنی بر نظریه اسنادی، ش ۳۵، ص ۲۹-۵۰.

مجتبی حیدری، علی عسگری، محمود نوذری، سیدمحمدرضا موسوی‌نسب، بررسی مراحل تحول مؤلفه عاطفی ایمان به خدا در کودکی و نوجوانی، ش ۳۵، ص ۵-۲۸.

محمد خالدیان، زهرا کرمی باغظیفونی، کارآمدی آموزش معنویت مبتنی بر آموزه‌های اسلامی بر ارتقای سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن (خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری، و خوش‌بینی) در دانشجویان، ش ۳۶، ص ۷۱-۸۶.

محمد زارعی توپخانه، رحیم میردیکوندی، بررسی رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تماشای ماهواره با طلاق، ش ۳۴، ص ۱۱۱-۱۲۶.

محمدرضا احمدی، رحیم میردیکوندی، جعفر علی‌گلی فیروزجائی، ساخت و اعتباریابی آزمون اولیه مهارت حل مسئله بر اساس منابع اسلامی، ش ۳۲، ص ۵-۲۶.

محمدرضا ذوقی پایدار، صفدر نبی‌زاده، راحیل زنده‌بودی، رابطه میزان عمل به باورهای دینی با تاب‌آوری و خوش‌بینی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا، ش ۳۴، ص ۸۵-۹۶.

محمدرضا سالاری‌فر، سیدجلال یونسی، محمدحسین شریفی‌نیا، حمیدرضا حسن‌آبادی، مقایسه

کارآمدی مداخلات اسلامی و درمان شناختی - رفتاری توسعه‌یافته در افزایش رضایت زناشویی زوج‌ها، ش ۳۳، ص ۲۷-۵۰.

محمدیاسین سیفی گندمانی، مسعود جان‌بزرگی، احمد علیپور، مهناز علی‌اکبری دهکردی، الگوی اسلامی روان‌درمانگری / آموزش مبتنی بر بهبود کیفیت‌زندگی، ش ۳۳، ص ۵۱-۶۸.

محمود نوذری، رشد دینداری در اوائل کودکی: رویکردی روانشناختی - اسلامی، ش ۳۴، ص ۵-۲۶.
منصور بیرامی، معصومه موحدی، یزدان موحدی، کلتوم کریمی‌نژاد، اثربخشی آموزش معنویت بر ارتقای سرسختی و بهزیستی روان‌شناختی، ش ۳۵، ص ۱۰۷-۱۲۰.

منیژه احیاء‌کننده، محمد مزیدی شرف‌آبادی، رابطهٔ دلبستگی به خدا با سلامت روان و هدف در زندگی دانشجویان پسر، ش ۳۳، ۶۹-۸۴.

نادر حاجلو، عیسی جعفری، رسول حشمتی، پیش‌بینی‌کننده‌های معنوی رضایت زناشویی پرستاران: نقش بهزیستی معنوی و معنا در زندگی، ش ۳۴، ص ۷۳-۸۴.

نجیب‌الله نوری، علی عسگری، رحیم ناروئی نصرتی، محمدصادق شجاعی، ساختار مفهومی هویت بر پایه منابع اسلامی، ش ۳۶، ص ۵-۲۴.

ملخص المقالات

الهيكل المفهومي للهوية في ضوء المصادر الإسلامية

نقيب الله نوري / طالب دكتوراه في فرع علم النفس بمؤسسة الإمام الخميني للتعليم والبحث
NooRi1351@gmail.com
على عسكري / أستاذ مساعد في قسم علم النفس التربوي بجامعة الخوارزمي
رحيم ناروئي نصرتي / أستاذ مساعد في قسم علم النفس بمؤسسة الإمام الخميني للتعليم والبحث
محمد صادق شجاعى / أستاذ مساعد في قسم علم النفس بجامعة المصطفى العالمية
الوصول: ٢٦ رجب ١٤٣٧ - القبول: ١٩ ذى الحجة ١٤٣٧

الملخص

كُتبت سطور هذه المقالة لهدف الكشف عن الهيكل المفهومي للهوية في المصادر الإسلامية. ولذلك، سعى الباحثون إلى العثور على مرادف الهوية في المصادر الإسلامية واستخراج مكوناتها الهيكلية. ومن ثم جعلوا هذه المرادفات والمكونات في متناول أيدي علماء الحوزة الأخصائيين في علم النفس أو العلوم التربوية بغية دراستها من الناحية الروائية والمضموتية. وبعد دراسة ٥٦١ مفهوماً في المصادر الإسلامية، تشير نتائج الدراسة إلى أن ١٧ مفهوماً في المرحلة الأولى و٧ مفاهيم أخرى في المرحلة الأخيرة هي الأكثر إنسجاماً مع هيكل الهوية، وهذه المفاهيم السبعة عبارة عن: الفطرة، والهيكلية، والسجية، والإيمان، والاستسلام، ومعرفة النفس، والهوية الفلسفية، وأخيراً تمّ التعريف بـ "معرفة النفس" كأفضل مرادف للهوية، كما استخرج ١٦ عنصراً هيكلياً لها، وكل ذلك اعتماداً على الشواهد النظرية وآراء الأخصائيين. وبناءً على التصنيف الذي أجراه هؤلاء الأخصائيون، فقد تمّ التعريف بالمكونات التسعة التالية بصفاتها المكونات النهائية لهيكل الهوية وهي: المعتقدات، والقيم، والأهداف، والنزعات، والمعرفة الاكتسابية، والمواصفات الثابتة، والشعور الواعي، وعزة النفس، والرعاية الذاتية. وعليه، فإنّ الهوية في المصادر الإسلامية تدور حول محور الإجابة عن من هو هذا الشخص الذي يحمل في طياته الجوانب المختلفة لذاته؟

كلمات مفتاحية: الهوية، معرفة النفس، الهيكل المفهومي، المصادر الإسلامية، المكونات الهيكلية.

دراسة فاعلية العلاج المعرفى - السلوكى المبنى على الافتراضات المسبقة كالتصوّر عن الله، والتصور عن الذات، والتصور عن الآخرة فى شدّة الوسواس القهرى: دراسة الحالة

hansari@rihu.ac.ir

حسن أنصاري / طالب دكتوراه فى فرع علم النفس بمركز بحوث الحوزة والجامعة

مسعود جان بزركى / أستاذ مشارك فى قسم علم النفس بمركز بحوث الحوزة والجامعة

الوصول: ١٧ شعبان ١٤٣٧ - القبول: ٢٦ ذى الحجة ١٤٣٧

الملخّص

جاءت المقالة التى بين يدى القارئ الكريم لهدف التعريف بنمط العلاج المعرفى- السلوكى المبنى على الافتراضات المسبقة الدينية لتعديل التصور عن الله، والتصور عن الذات بصفتيها المقدّمة والأرضية المهمّة لتعديل التصور عن الله والتصور عن الآخرة، ودراسة مدى فاعلية هذا النمط فى التقليل من شدّة اضطراب الوسواس القهرى. وفى حالة أحادية العيّنة، أجريت عملية العلاج على رجلين، حيث تم قياسهما عن طريق مقياس الوسواس القهرى ليل براون بصفته المتغير التابع، وذلك فى أربع مراحل تتمثل فيما قبل العلاج (خط الأساس)، والحصّة العاشرة، والحصّة الأخيرة (الحصّة العشرون)، وبعد مضي ثلاثة أشهر من العلاج (المتابعة). تشير نتائج القياس إلى أنّ درجة العيّنة الأولى قلّت من ٢٧ فى مرحلة قبل العلاج إلى ٦ درجات فى مرحلتى بعد القياس والمتابعة، كما أنّ درجة العيّنة الثانية قلّت من ١٨ إلى الصفر. بناءً على نتائج الدراسة، فإنّ العلاج المعرفى- السلوكى المبنى على الافتراضات المسبقة الدينية كالتصور عن الله، والتصور عن الذات، والتصور عن الآخرة يؤثّر فى التقليل من شدّة اضطراب الوسواس القهرى.

كلمات مفتاحية: اضطراب الوسواس، القهرى، العلاج المعرفى السلوكى الدينى، التصوّر عن الله، التصوّر عن الذات، التصوّر عن الآخرة.

فاعلية الفضائل الأخلاقية المرتكزة على الدين في تحسين تكوين الهوية الدينية عند المراهقين

شهناز خالقي بور / أستاذة مساعدة في قسم علم النفس، فرع نائين، جامعة آزاد الإسلامية، أصفهان، إيران
shkhaleghipour@yahoo.com

الوصول: ٢٢ رجب ١٤٣٦ - القبول: ١٧ ذي الحجة ١٤٣٦

الملخص

جاءت المقالة التي بين يدي القارئ الكريم لهدف دراسة مدى فاعلية الفضائل الأخلاقية المرتكزة على الدين في تحسين تكوين الهوية الدينية عند المراهقين، وتحمل الدراسة طابع الدراسات شبه التجريبية وتعتمد على الاختبار القبلي والاختبار البعدي ومجموعة المقارنة. يشتمل المجتمع الإحصائي للدراسة على جميع الطلاب في الفترة السنية من ١٤ إلى ١٧ سنة في المدارس الثانوية، حيث أختير ٣٠ طالباً من بينهم عبر المنهج العشوائي العنقودي، وبعد ذلك تم تقسيم عينات البحث في مجموعتي المعالجة والمقارنة، حيث تشتمل كل مجموعة على ١٥ طالباً. استخدمت الباحثة من استبيان الهوية الدينية لجمع المعلومات، واختبار تحليل التباين المشترك لتحليلها، ومن ثم تعرضت مجموعة المعالجة لتدخل تعاليم الفضائل الأخلاقية. أما النتائج المتحصلة من الدراسة، فتدل على أن تعاليم الفضائل الأخلاقية تؤثر في تحسين تكوين الهوية الدينية الممنوعة، والمبكرة، والمضطربة، والناجحة، ولكنها لا تؤثر في الهوية الدينية المقبولة. كما تشير هذه النتائج إلى أن تعاليم الأخلاقية المرتكزة على الدين تتمكن من رفع مستوى الوعي والالتزام بالقيم الدينية الأساسية، ناهيك عن أثره في تكوين الهوية الدينية الناجحة.

كلمات مفتاحية: المراهقون، الهوية الدينية، الأخلاق، الدين.

دراسة فاعلية العلاج الروحاني في قلق الموت عند كبار السن المقيمين في دور رعاية المسنين

afsane.sartipzade@yahoo.com

كف أفسانه سرتيب زاده / ماجستير علم النفس العام من جامعة بيام نور طهران

مهناز علي أكبري دهمردی / أستاذة مشاركة بجامعة بيام نور

راضية سادات طبائیان / أستاذة مساعدة بجامعة أصفهان

الوصول: ٩ ربيع الاول ١٤٣٦ - القبول: ١٨ شعبان ١٤٣٦

الملخص

تتطرق هذه المقالة إلى دراسة أثر العلاج الروحاني في قلق الموت عند كبار السن، وتعتمد على المنهج "الشبه التجريبي" عن طريق "الاختبار القبلي، والاختبار البعدي-المتابعة" ومجموعة المقارنة. ويشتمل المجتمع الإحصائي للدراسة على جميع كبار السن المقيمين في دار رعاية المسنين، حيث اختير ٢٠ شخصاً من الذين حصلوا على درجة أكثر من ٧ بشكل عشوائي كعينة للبحث وتم تصنيفهم في مجموعتي المعالجة والمقارنة، وجعل الباحثون مجموعة المعالجة عرضة للمداخلة المبنية على العلاج الروحاني، ومن ثم أجابت عينات البحث عن الأسئلة الموجودة في استبيان "قلق الموت" في مراحل الاختبار القبلي والمتابعة، وتم تحليل المعطيات عن طريق "تحليل تباين القياسات المتكررة". أما نتائج الدراسة، فتشير إلى أن العلاج الروحاني بشكل جماعي يتسبب في خلق التباين الكبير والواضح في معدل درجات مجموعة المعالجة في مراحل الاختبار البعدي والمتابعة مقارنة بمرحلة الاختبار القبلي، كما يؤثر في تقليل قلق الموت عند كبار السن. وبالتالي يمكن أن نستنتج أن العلاج الروحاني طريقة مناسبة لتقليل قلق الموت عند كبار السن.

كلمات مفتاحية: كبار السن، قلق الموت، العلاج الروحاني.

فاعلية تعليم الروحانية المبني على التعاليم الإسلامية في رفع مستوى رأس المال النفسي ومؤثراته (الفاعلية الذاتية، والأمل، والتحمل النفسي، والتفاؤل) عند طلاب الجامعات

محمد خالديان / مدرس في قسم علم النفس السريري بجامعة بيام نور، طهران، إيران

زهراء كرمي باغظيفوني / أستاذة مساعدة في قسم علم النفس بجامعة بيام نور، طهران، إيران karami1388zahra@gmail.com

الوصول: ١٣ جمادى الأولى ١٤٣٦ - القبول: ٩ شوال ١٤٣٦

الملخص

كتبت سطور هذه المقالة لهدف دراسة فاعلية تعليم الروحانية المبني على التعاليم الإسلامية في رفع مستوى رأس المال النفسي ومؤثراته كالفاعلية الذاتية، والأمل، والتحمل النفسي، والتفاؤل عند طلاب الجامعات. وتعتمد الدراسة على المنهج الشبه التجريبي، وتستخدم مجموعتي المعالجة والمقارنة. ويشتمل المجتمع الإحصائي للدراسة على جميع طلاب جامعة بيام نور بمدينة ديواندره في العام الدراسي ٩٣-٩٤، حيث اختير من بينهم ٣٠ طالباً عبر الأسلوب العشوائي المتاح لأخذ العينات. إن مجموعة المعالجة كانت تشتمل على ١٥ طالباً الذين شاركوا تطوعاً في حصص العلاج الروحاني، وفي المقابل كانت مجموعة المقارنة تتشكل من ١٥ طالباً لم يشاركوا في هذه الحصص وتم اختيارهم من بين طلاب الجامعة عبر المنهج العشوائي المتاح لأخذ العينات. واستخدم الباحثان من مقياس "رأس المال النفسي" لجمع البيانات، واختبار التباين المشترك لتحليل المعطيات الإحصائية. وأما نتائج الدراسة، فتشير إلى أن العلاج الروحاني بالتركيز على تعاليم الديانة الإسلامية الحنيفة يؤثر في رفع مستوى رأس المال النفسي ومؤثراته عند طلاب الجامعات بشكل ملحوظ.

كلمات مفتاحية: العلاج النفسي، رأس المال النفسي، التحمل النفسي، الفاعلية الذاتية، التفاؤل، الأمل.

دراسة فاعلية تعليم المهارات التواصلية بمقاربة دينية فى عزة النفس والصحة النفسية

z.shahsavari@gmail.com

زهراء شاهسوارى / ماجستير استشارة أسرية من جامعة خوارزمى

رحيم ميردريكوندى / استاذ مساعد فى قسم علم النفس بمؤسسة امام خمينى ؑ للتعليم والبحث

الوصول: ١٠ ذى الحجة ١٤٣٥ - القبول: ٢٠ جمادى الاول ١٤٣٦

الملخص

جاءت المقالة التى بين يدى القارئ الكريم لهدف دراسة فاعلية تعليم المهارات التواصلية بمقاربة دينية فى عزة النفس والصحة النفسية عند الطالبات، وتعتمد على المنهج التجريبي من نوع الاختبار القبلى والاختبار البعدى ومجموعة المقارنة. استخدم الباحثان من استبيان "عزة النفس" لكوبر سميث واستبيان "الصحة العامة" لكليرغ كآليات البحث. ويشتمل المجتمع الإحصائى للدراسة على جميع الطالبات فى المرحلة الثانوية بمدينة برند فى عام ١٣٩٢-١٣٩٣ الدراسى، حيث اختير من بينهن ٦٠ طالبةً عبر الأسلوب العشوائى والعنقودى لأخذ العينات وفى عدة مراحل، وبعد ذلك تم تقسيمهن فى مجموعتى المعالجة والمقارنة. ومن ثم تعرّضت مجموعة المعالجة للتدخل التجريبي لمدة ١٧ حصةً خلال ١٧ أسبوعاً، حيث استغرقت كل حصة ٧٠ دقيقة. ولتحليل المعطيات استخدم الباحثان اختبار التباين المشترك الإحصائى. وأما النتائج المتحصلة من اختبار تحليل التباين المشترك، فتشير إلى أن ثمة اختلافاً ذا دلالة إحصائية بين معدل عزة النفس ($P \leq 0/001$) و ($F= ٤٩/٣٢$) والصحة النفسية ($F= ٨٣/٨٢$ و $P \leq 0/001$) بين مجموعة المعالجة والمقارنة. وعليه، فإنّ تعليم المهارات التواصلية بمقاربة دينية يسفر عن تحسين عزة النفس والصحة النفسية عند الطالبات.

كلمات مفتاحية: المهارات التواصلية، المقاربة الدينية، الصحة النفسية، عزة النفس.

دراسة الاغتراب من وجهة نظر إريك فروم ومقارنتها مع وجهة نظر الإسلام

b_yarigholi@yahoo.com

بهود يارى قلى / أستاذ مساعد بجامعة الشهيد مدنى أذربيجان

Sadeghsayadi90@gmail.com

صادق صيادى / طالب دكتوراه فى فرع علم النفس التربوى بجامعة الشهيد مدنى أذربيجان

الوصول: ١٠ ذى الحجة ١٤٣٥ - القبول: ١٩ جمادى الاول ١٤٣٦

الملخص

يعدّ "الاغتراب" من المواضيع الأساسية فى العالم الحديث، حيث استحوذ على طول التأريخ على اهتمام المفكرين. وجاءت المقالة التى بين يدى القارئ الكريم لهدف تقييم ومقارنة وجهة نظر إريك فروم حول الاغتراب بصفته أحد علماء النفس المتمين إلى المدرسة الإنسانية مع وجهة نظر الديانة الإسلامية الحنيفة. تحمل المقالة طابع الدراسات الوصفية التحليلية، وطرح الباحثان فيها المبادئ النظرية والبحثية لإريك فروم حول الاغتراب على بساط البحث، وذلك بعد ذكر مقدمة حول هذا الاضطراب النفسى وتقديم تعاريفه، ومن ثمّ تناولا وجهة نظر الإسلام عن الموضوع بالبحث والمناقشة. وترى كلتا الرؤيتين أنّ الاغتراب هو بمعنى "فقد الإنسان ذاته الحقيقى" وأنّ هذا الاضطراب النفسى يجعل الإنسان عرضة للأضرار والمخاطر الشديدة. وأمّا فروم، فيرى أنّ الاعتناق بالدين والاعتقاد بالله سبحانه وتعالى يتسبب فى إصابة الإنسان بالاغتراب، فى حين أنّ دراسة جذور الاغتراب وأسباب نشوئه من وجهة نظر الديانة الإسلامية الحنيفة لا يمكن إلّا فى ضوء تعاليم الأديان السماوية، كما أنّ الاعتقاد بالدين هو الأمر الذى يحول دون إصابة الإنسان بالاغتراب. كلمات مفتاحية: الاغتراب، إريك فروم، المدرسة الإنسانية، الإسلام.

دراسة علاقة أسلوب الحياة الإسلامي بالتعاطف والأمل في المراهقين

 السيد محمد حسن فاطمي أردستاني / ماجستير علوم القرآن والحديث، جامعة أصول الدين بطهران

fatemiardestani@gmail.com

شيماء بجوهي نيا / طالبة دكتوراه في فرع علم النفس بجامعة العلامة الطباطبائي
محمود إسلامي / ماجستير إدارة التعليم، جامعة آزاد الإسلامية، فرع إسلام شهر
معصومة كفيلى يوسف آباد / ماجستير علم النفس التربوي من جامعة الزهراء 
الوصول: ١٤ رجب ١٤٣٦ - القبول: ٢١ ذى الحجة ١٤٣٦

الملخص

تتطرق هذه المقالة إلى دراسة علاقة أسلوب الحياة الإسلامي بالتعاطف والأمل في المراهقين اعتماداً على المنهج الوصفي الترابطي. ويشتمل المجتمع الإحصائي للدراسة على جميع الطلاب في السنة الثانية والثالثة للمرحلة الثانوية بمدينة طهران في عام ٩٤-٩٥ الدراسي، حيث أختير من بينهم ٣٨٠ طالباً كعينة للبحث عن طريق المنهج العنقودي لأخذ العينات وفي عدة مراحل. كما استخدم الباحثون استبيان أسلوب الحياة الإسلامي، والتعاطف والأمل لجمع المعطيات. فتشير النتائج المتحصلة من الدراسة إلى أن ثمة علاقة إيجابية وذات دلالة إحصائية بين الدرجة الإجمالية لأسلوب الحياة الإسلامي وبين التعاطف والأمل في المراهقين، كما تدلّ نتائج اختبار تحليل الانحدار المتدرج على أن أسلوب الحياة الإسلامي وبعض مؤشرات من شأنه بيان مستوى التعاطف والأمل في المراهقين. وبعبارة أخرى يمكن القول: كلما يرتفع مستوى التزام المراهقين بأسلوب الحياة الإسلامي، ترتقى نسبة التعاطف والأمل فيهم. وعليه، فيمكن الرقي بمستوى الأمل والتعاطف في المراهقين عن طريق تحسين أسلوب الحياة الإسلامي ودعم المعتقدات الدينية.

كلمات مفتاحية: أسلوب الحياة الإسلامي، التعاطف، الأمل، المراهقين.

The Relationship between Islamic Lifestyle, Empathy and Hopefulness among Adolescents

✉ Seyyed Mohammmd Hassan Fatemi Ardestani/ MA of Quran and Hadith sciences, Osuloddin University, Tehran fatemiardestani@gmail.com

Shima Pazhuhi Nia/ PhD student of psychology, Allame Tabatabaei University

Mahmood Eslami/ MA of educational management, Azad University, Eslamshahr

Masoume Kafili Yousef Abad/ MA of educational psychology, Alzahra University

Received: 2015/05/04 - **Accepted:** 2015/10/06

Abstract

The aim of present study is to investigate the relationship of Islamic lifestyle with empathy and hopefulness among adolescents. For this purpose, a sample containing 380 adolescents were selected using random multistage cluster sampling from all high schools for boys in Tehran in the 93-94 academic year. Questionnaires about Islamic lifestyle, empathy and hopefulness were used for collecting the data, and descriptive statistics, correlation coefficients and regression analysis were used for analyzing the data. The results show that the relationship of adolescents' Islamic lifestyle with empathy and hopefulness is positive and significant. Also, the results of multiple regression analysis indicate that Islamic lifestyle can explain the extent of empathy and hopefulness among adolescents.

Key words: Islamic lifestyle, empathy, hopefulness, adolescents.

An Inquiry into Alienation from Erich Fromm's View and Comparing it with Islam's View

Behbood Yar Gholi/ Assistant professor of Shahid Madani University, Azarbayejan

b_yarigholi@yahoo.com

✉ Sadeq Sayyadi/ PhD student of educational psychology, of Shahid Madani University, Azarbayejan

Sadeghsayadi90@gmail.com

Received: 2014/10/06 - **Accepted:** 2015/03/11

Abstract

One of the fundamental issues of the modern world is alienation, which always has been of interest to Muslim and non-Muslim scholars. The purpose of this research was comparison and evaluation of Erich Fromm's view (follower of humanism school) and Islam's view at the context of alienation. The method of present research was descriptive-analytical. In this research after introduction and definitions of alienation and brief biography of Erich Fromm, Fromm's thoughts are presented in context of alienation and then investigated Islam's view in this context. Both views introduce alienation as separation of man from real self and both know alienation extremely harmful and dangerous for human. But in Fromm's view belief in God and religion causes alienation while in Islam's view we must search the roots and causes of the problem of alienation in the teachings of divine religions and faith in God and religion prevents human's alienation.

Key words: alienation, Erich Fromm, humanism, Islam.

The Impact of Religion-Based Communication Skills on the Improvement of Self-Esteem and Mental Health among Students

✉ Zahra Shahsavari/ MA of family counseling, Kharazmi University
Rahim Mirderikvandi/ assistant professor of Department of psychology, IKI
Received: 2014/10/06 - Accepted: 2015/03/12

z.shahsavari@ymail.com

Abstract

Mental health and self-esteem are psychological issues that have long been considered by psychologists, physicians and religious scholars and have also been influenced by a set of social and cognitive factors. The purpose of this study is to investigate the effect of training communication skills adopting a religious approach on self-esteem and mental health of female students.

The research method is experimental using pre-test, post-test design with a control group. The instruments included the Cooper Smith's self-esteem questionnaire (1986) and Goldberg General Health questionnaire (1988). The population of the research included all high school female students in Parand in the academic year 2013-2014. From among them, 60 students were randomly selected by multi stage- cluster sampling method and were then divided into two experimental and control groups. Intervention (communicative skills improving through a religious approach) was carried out on the experimental group for seventeen sessions, each lasting for seventy minutes and once per week. SPSS 14 and Ancova tests were used to analyze the collected data.

The results of Ancova showed that there was a significant difference in the means of the experimental and control groups in terms of self-esteem ($F=49.32$, $P<0.001$) and mental health ($F=83.82$, $P<0.001$). The communication skills training by using a religious approach was effective in the improvement of self-esteem and mental health of students.

Key words: communication skills, religious approach, self-esteem, mental health.

Effects of Spirituality therapy with emphasis on Islamic Teachings on the Promotion of Psychological Capital in General, and Its Component (self-efficacy, hopefulness, resilience, and optimism) among Students

Mohamad Khaledian/ department of psychology P.N.U, Tehran, IRAN

✉ Zahra Karami Baghteyfouni/ Assisstant professor, department of psychology, P.N.U, Iran

karami1388zahra@gmail.com

Received: 2015/03/06 - **Accepted:** 2015/07/27

Abstract

The aim of this research was to study the efficiency of spirituality therapy with emphasis on Islamic teachings on the promotion of psychological capital in general, and its component including; (self-efficacy, hopefulness, resilience and optimism) among students. The sample consists of all the P.N.U students, Divandare branch in the academic year 2014-2015. 30 students were randomly chosen to take part in the survey. A random sample of 15 students with the available sample size were selected and voluntarily participated in a spirituality therapy. Also 15 students were selected as a control group who received no education. Both groups were evaluated by psychological capital questionnaire (PCQ) before and after training intervention. To analyze the data, descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics (analysis of covariance) was used. The findings show that spirituality therapy is effective on psychological capital, and its components including; (self-efficacy, hopefulness, resilience and optimism) among the students.

Key words: spirituality therapy, psychological capital, self-efficacy, hopefulness, resilience, optimism.

The Effectiveness of Spiritual Therapy on Death Anxiety of the Aged Living in Old People`s Homes

✉ Afsane Sartip Zadeh/ MA of general psychology P.N.U Tehran

afsane.sartipzade@yahoo.com

Mahnaz Ali Akbari Dehkordi/ Associate professor P.N.U

Raziyeh Tabaeiyan/ Assistant professor, Tehran University

Received: 2015/01/01 - Accepted: 2015/06/07

Abstract

The present study analyzes the effectiveness of spiritual therapy on death anxiety of the aged people. This paper uses semi-pilot method and is done with a ((pre-test, post-test follow up)) plan in a control group. The statistical population of this study includes all the aged living in old people`s homes. Among the aged who attained scores of over 7 in the scale of death anxiety, 20 seniors were randomly chosen in two groups of 10 in experimental and control groups. The experimental group received spiritual therapy-based intervention. Then, the death anxiety questionnaire was filled through the assessed sample in post-test and follow up. Data analysis was done through the method of variance analysis and re-measurements. The findings show that group spiritual therapy causes significant differences in mean scores of the experimental group in post-test and follow up relative to pre-test and it was effective in reducing senior`s death anxiety. Consequently spiritual therapy is an efficient method for reducing death anxiety of the aged.

Key words: old person, death anxiety, spiritual therapy.

The Effectiveness of Religion-Based Moral Teachings on Improving the Formation of Religious Identity of Adolescents

Shahnaz khaleghi pour/ Assistant professor of psychology, Azad Islamic University, Naein branch, Isfahan, Iran

shkhaleghipour@yahoo.com

Received: 2015/05/12 - Accepted: 2015/10/02

Abstract

The current paper aims at analyzing the effectiveness of religion-based moral teachings on improving the formation of religious identity of adolescents. This semi-experimental study was done in a control group with pre-test post-test. The statistical population includes male students of high school aged 14-17. 30 people were randomly chosen through the method of cluster sampling and were placed in two groups: control and experiment consisting 15 people. Religion identity questionnaires were used to collect the data. The experimental group was subjected to moral teachings. Data collection was done through the method of multivariate covariance analysis. The findings show that moral teachings are effective in improving the formation of prohibited, premature, agitated and successful religious identity; however, it was not effective on stereotype religious identity. Religion-based moral teaching can raise awareness and commitment to the fundamental values of religion and they are effective in forming successful religious identity.

Key words: adolescents, religious identity, morals, religion.

The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy Based on God-Like, Self-Like and Hereafter-Like Assumptions on the Identity of Obsessive-Incontinence Disorder: a Case Study

✉ Hassan Ansari/ PhD student of psychology, research center of seminary and University

hansari@rihu.ac.ir

Mas'ud Janbozorgi/ Associate professor of psychology department, research center of seminary and University

Received: 2016/05/25 - **Accepted:** 2016/09/29

Abstract

This study aims at introducing a pattern of cognitive-behavioral therapy based on religious presuppositions of improving God-like and self-like assumptions as an introduction and important ground for improving God-like and hereafter-like assumptions and analyzing its effectiveness on reducing obsessive-incontinence disorder. In a single-case project, the process of treatment was done for two male patients. The participants were analyzed Yael Brown obsessive-incontinence disorder scale as a dependent variable, in four stages including; pre-treatment stage (base line), tenth session, last session (twentieth session) and three months after treatment (follow up). According to Yael Brown scale, the first participant's score decreased from 27 in the pre-treatment stage to 6 and second participant's score from 18 to 0. Therefore, the cognitive-behavioral therapy based on God-like religious assumptions, self-like and hereafter-like assumptions contribute to reducing obsessive-incontinence disorder.

Key words: obsessive disorder, incontineny, religious cognitive-behavioral therapy, God-like assumptions, self-likes assumptions, and hereafter-like assumption.

Abstracts

The Structure of the Concept of Identity Based on Islamic Resources

✉ Najibollah Nouri/ PhD student of psychology, IKI

NooRi1351@gmail.com

Ali Asgari/ Assistant professor of educational psychology, Kharazmi University

Rahim Narouei Nosrati/ Assistant professor of psychology, IKI

Mohammad Sadeq Shojaei/ Assistant professor of psychology, Jame'atoll Mostafa Al'alamiye

Received: 2016/05/04 - Accepted: 2016/09/22

Abstract

The present study aims at discovering the structure of the concept of identity in Islamic resources. Using a qualitative-analytical content analytic method and a semantic method, the equivalent and structural components of identity has been drawn from Islamic resources. Then, the equivalents and components of identity were given to the seminary sciences experts who have psychological or educational expertise to analyze the content validity. After examining 561 concepts drawn from Islamic resources, first 17 and finally 7 concepts, including; temperament, scheme, virtues, faith, obedience, self-knowledge and philosophical identity showed the greatest coordination with identity. Based on theoretical evidences and experts` views, self-knowledge is the most appropriate equivalent for identity and 16 structural components were chosen for it. Based on experts` gradation, 9 components including; beliefs, values, goals, trends, acquired recognition, persistent features, wide-awake feeling and self-worth were introduced as the standard components of the structure of identity. Consequently identity in Islamic resources is the answer to the question as to what one is, which covers its different aspects.

Key words: identity, self-knowledge, conceptual structure, Islamic resources, structural components.

Table of Contents

The Structure of the Concept of Identity Based on Islamic Resources /
Najibollah Nouri / Ali Asgari / Rahim Narouei Nosrati / Mohammad Sadeq Shojaei..... 5

The Effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy Based on God-Like, Self-Like and Hereafter-Like Assumptions on the Identity of Obsessive-Incontinence Disorder: a Case Study /
Hassan Ansari / Mas`ud Janbozorgi..... 25

The Effectiveness of Religion-Based Moral Teachings on Improving the Formation of Religious Identity of Adolescents /
Shahnaz khaleghi pour..... 41

The Effectiveness of Spiritual Therapy on Death Anxiety of the Aged Living in Old People`s Homes /
Afsane Sartip Zadeh / Mahnaz Ali Akbari Dehkordi / Raziye Tabaeiyan..... 57

Effects of Spirituality therapy with emphasis on Islamic Teachings on the Promotion of Psychological Capital in General, and Its Component (self-efficacy, hopefulness, resilience, and optimism) among Students /
Zahra Karami Baghteyfouni / Mohamad Khaledian..... 71

The Impact of Religion-Based Communication Skills on the Improvement of Self-Esteem and Mental Health among Students /
Zahra Shahsavari / Ali Mohammad Nazari 87

An Inquiry into Alienation from Erich Fromm's View and Comparing it with Islam's View /
Behbood Yar Gholi / Sadeq Sayyadi..... 103

The Relationship between Islamic Lifestyle, Empathy and Hopefulness among Adolescents /
Seyyed Mohammad Hassan Fatemi Ardestani / Shima Pazhuhi Nia / Mahmood Eslami / Masoume Kafili Yousef Abad..... 133

Concessionary: *Imam Khomeini Educational and Research Institute (IKI)*

Manager: *Mohammad Naser Saqaie Bi-Ria*

Editor in chief: *Mohammad Reza Ahmadi*

Executive manager: *Sajad Solgi*

Translation of Abstracts: *Language Department of IKI*

Page Setup: *Mahdi dehghan*

Editorial Board:

▣ **Hujjat-ul Islam Dr. Mohammad Reza Ahmadi:** *Assistant Professor, IKI*

▣ **Hujjat-ul Islam Ali Reza Araf:** *Associate Professor, Research Institute of Hawza Wa Danishgah*

▣ **Dr. Qulam Ali Afruz:** *Professor, Tehran University*

▣ **Dr. Muhammad Karim Khoda panahi:** *Professor, Beheshti University*

▣ **Hujjat-ul Islam Dr. M. J. Zarean:** *Assistant Professor, Mustafa International University*

▣ **Hujjat-ul Islam Dr. N.Saghaye Biria:** *Assistant Professor, IKI*

▣ **Hujjat-ul Islam Dr. Abas Ali Shameli:** *Assistant Professor, Mustafa International University*

▣ **Hujjat-ul Islam Seyyid Muhammad Qaravi:** *Assistant Professor, Research Institute of Hawza Wa Danishgah*

▣ **Dr. Ali Fathi Ashtiani:** *Professor, Baqiat Allah Medical University*

Address:

IKI

Jomhori Eslami Blvd
Amin Blvd., Qum, Iran

PO Box: 37185-186

Tel: +982532113480

Fax: +982532934483

<http://nashriyat.ir/SendArticle>

www.iki.ac.ir & www.nashriyat.ir
