

اسلام و پژوهش های روان شناختی

سال دهم، شماره اول، پیاپی ۲۱، بهار و تابستان ۱۴۰۳ (ص ۱۱۹-۱۳۸)

## مؤلفه های روان شناختی تاب آوری دینی بر اساس آموزه های اسلامی

### Psychological Components of Religious Resilience Based on Islamic Teachings

علینقی لژی / استادیار گروه معارف و الهیات، دانشگاه افسری امام علی علیه السلام.

مهدی داداشی / استادیار گروه علوم اجتماعی، دانشگاه افسری امام علی علیه السلام.

سید مهدی خطیب / استادیار گروه روانشناسی اسلامی، پژوهشگاه قرآن و حدیث.

Ali Naghi Lezgi / Assistant Professor, Imam Ali Officers' Academy.

a.lezgi@yahoo.com

Mehdi Dadashi / Assistant Professor, Imam Ali Officers' Academy.

dadashi33@gmail.com

Seyed Mahdi Khatib / Assistant Professor, Islamic Psychology Department, Quran & Hadith Research Institute.

mahdikhatib@yahoo.com

#### Abstract

Resilience is the ability to return to initial level of functioning, continuous resistance with no disturbance, and positively reconstruction of experienced conditions. This study aims at identifying the psychological components of religious resilience based on Islamic teachings. The research method was qualitative, using a grounded theory approach. The primary sources of the study were the Holy Quran and Islamic hadiths. The research sample included descriptive and explanatory religious statements related to the semantic domain of resilience, selected purposefully. The sample was collected through three types of tools: books, including the Holy

#### چکیده

تاب آوری، توان بازگشت به سطح کارکرد اولیه، تداوم در فقدان آشفتگی و بازسازی مثبت شرایط تجربه شده است. پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه های روان شناختی تاب آوری دینی بر اساس آموزه های اسلامی طراحی شد. روش پژوهش، کیفی، به شیوه نظریه داده بنیاد است. منبع اصلی پژوهش، قرآن کریم و احادیث اسلامی بود. نمونه پژوهش، شامل گزاره های دینی توصیفی و تبیینی مرتبط با حوزه معنایی تاب آوری بود که به شکل هدفمند انتخاب شد. نمونه پژوهش به واسطه سه دسته ابزار، گردآوری شد: کتاب، شامل قرآن کریم و کتاب های حدیثی معتبر؛

Quran and authentic hadith books; software, including Jami al-tafsir software, Jami al-hadith software, and comprehensive libraries of Shia and Sunni hadiths; and websites, including reputable scientific databases in the field of resilience. After extracting data related to religious resilience from Islamic teachings, 950 "open codes," 53 "concepts," 20 "categories," and 5 "dimensions" were identified through coding in the data analysis process. According to the findings, "components of religious resilience" is one of the extracted dimensions, comprising six categories: "courage," "self-regulation," "flexibility," "resistance," "acceptance," and "wisdom."

**KEYWORDS:** resilience, components of resilience, patience, Islamic teachings, grounded theory

نرم افزار، شامل نرم افزارهای جامع التفسیر، جامع الاحادیث و کتابخانه جامع، احادیث شیعه و اهل سنت؛ و وبگاه، شامل پایگاه‌های معتبر علمی در حوزه تاب‌آوری. پس از استخراج داده‌های مرتبط با تاب‌آوری دینی از آموزه‌های اسلامی، با کدگذاری در فرایند تحلیل داده‌ها، ۹۵۰ «کد باز»، ۵۳ «مفهوم»، ۲۰ «مقوله» و ۵ «بُعد» استخراج شد. بر اساس یافته‌های پژوهش، «مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی» یکی از ابعاد استخراج شده است که از شش مقوله؛ «شجاعت»، «خودمهارگری»، «انعطاف‌پذیری»، «پایداری»، «پذیرش» و «خردورزی» برخوردار است.

**کلیدواژه‌ها:** تاب‌آوری، مؤلفه‌های تاب‌آوری، صبر، آموزه‌های اسلامی، نظریه داده بنیاد.

## مقدمه

اگرچه بدیهی به نظر می‌رسد که مصائب زندگی و استرس‌های برجای مانده از آن، خسارت‌زا باشند، اما این پرسش که «چرا برخی افراد، در پی رخداد‌های مصیبت‌بار، واکنش‌های خوب و گاه استثنایی نشان می‌دهند؟» ذهن پژوهشگران را مشغول کرده است. این پرسش چند دهه تحقیقات درباره موضوعی را هدایت کرده است که در آغاز «آسیب‌ناپذیری»<sup>۱</sup> (آنتونی و کولر<sup>۲</sup>، ۱۹۸۷) و اینک «تاب‌آوری»<sup>۳</sup> (کانر و دیویدسن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۳ و یاکوولو و چارنی<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰) نامیده می‌شود. تاب‌آوری روان‌شناختی «توانایی بازگشت از تجربه‌های هیجانی منفی و سازگاری

1. invulnerability.

2. Anthony, E. J., & Cohler, B. J.

3. resilience.

4. Connor, K. M., & Davidson, J. R.

5. Iacoviello, B. M., & Charney, D. S.

انعطاف پذیر با خواسته های در حال تغییر تجربه های استرس زا» است (توگید و فردریکسن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴، ص ۱۱۶۹) و به «مجموعه ای از ویژگی های انطباقی که فرد را قادر سازد تا با استرس یا آسیب<sup>۲</sup> کنار آمده و سپس بهبود یابد و یا حتی پس از آن رشد کند» اشاره دارد (یاکولولو و چارنی، ۲۰۲۰).

تاب آوری سازه ای روان شناختی است که با متغیرهای مثبتی همچون بهیاشی روان شناختی<sup>۳</sup> (اسمیت و یانگ<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷)، رضایت از زندگی<sup>۵</sup> (گهن، فردریکسن، برون، مایکلز، کانوی<sup>۶</sup>، ۲۰۰۹) امید<sup>۷</sup> (سلیک، ستین و توتکان<sup>۸</sup>، ۲۰۱۵) و خودمهارگری<sup>۹</sup> (کمبل<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۴)، رابطه مثبت و با آسیب هایی همچون استرس<sup>۱۱</sup> (سیددهک، ستوانریانا، سومیا و چاندر<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۷)، اضطراب<sup>۱۳</sup>، افسردگی<sup>۱۴</sup> (پودل تنداکار و همکاران<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۹)، افکار خودکشی<sup>۱۶</sup> (هریس، گودینگ، هدک و پیترز<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۹) و درد مزمن<sup>۱۸</sup> (انکای، اسلپین، هیماوان و فرنس<sup>۱۹</sup>، ۲۰۱۷) رابطه معکوس دارد.

در دهه های اخیر، شناسایی ماهیت تاب آوری و استخراج مؤلفه های آن، یکی از

1. Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L.
2. Truma.
3. Psychological well-being.
4. Smith, G. D., & Yang, F.
5. Life satisfaction.
6. Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A. M.
7. Hope.
8. elik, D. A., etin, F., & Tutkun, E.
9. self-control.
10. Campbell, K. N.
11. Depression.
12. Sidheek, K. F., Satyanarayana, V. A., Sowmya, H. R., & Chandra, P. S.
13. Anxiety.
14. Depression.
15. Poudel-Tandukar, K., Chandler, G. E., Jacelon, C. S., Gautam, B., Bertone-Johnson, E. R., & Hollon, S. D.
16. Suicidal thoughts.
17. Harris, K., Gooding, P., Haddock, G., & Peters, S.
18. chronic pain.
19. Ankawi, B., Slepian, P. M., Himawan, L. K., & France, C. R.

دغدغه‌های پژوهشگران به‌ویژه روانشناسان مثبت‌نگر بوده است. بررسی آرای پژوهشگران در حوزه تاب‌آوری (استامپ، ۲۰۱۳؛ کانر و دیویدسن، ۲۰۰۳؛ ماستن، ۲۰۰۷؛ مک کویین، ۱۹۹۶؛ هولینگ، ۱۹۷۳ به نقل از احمدی، ۱۳۹۹)، نشان داد عناصر موجود در مفهوم تاب‌آوری، شامل ۶ مؤلفه تحمل‌پذیری، انطباق، بازگشت، سازگاری، افزایش ظرفیت و تغییر و بازسازی است. بررسی تعاریف برخی نظریه‌پردازان تاب‌آوری (استامپ، ۲۰۱۳؛ ماستن، ۲۰۰۱؛ ورنر، ۱۹۹۷ به نقل از حبیب‌اللهی، ۱۴۰۰) از چهار عنصر اساسی: بازگشت، تحمل‌پذیری، انعطاف و تغییر در این تعاریف حکایت دارد. بونیول و توناریو<sup>۱</sup> (۲۰۱۹) در طی چند دهه تحقیق درباره افراد تاب‌آور، به شناسایی مؤلفه‌های اصلی تسهیل‌کننده تاب‌آوری پرداخته‌اند. این مؤلفه‌ها عبارت‌اند از: قالب‌بندی دوباره، تجربه هیجان‌های مثبت، شرکت در فعالیت‌های بدنی، حمایت اجتماعی مورد اعتماد، بهره‌گیری از توانمندی‌های شخصی و صحیح و خوش‌بینی. کومار<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) در کتاب راهنمای تاب‌آوری روان‌شناختی به بررسی ابعاد مختلف تاب‌آوری پرداخته است. همچنین، بیکسترا و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۱۰) با بررسی مؤلفه‌های تاب‌آوری فردی و اجتماعی به شبکه‌های اجتماعی و حمایتی مانند چشم‌انداز مثبت، یادگیری، تجربیات اولیه، محیط و سبک زندگی، زیرساخت و خدمات پشتیبانی، احساس هدف، اقتصاد متنوع و نوآورانه، پذیرش تفاوت‌ها، باورها و رهبری اشاره می‌کند که در فرایند ایجاد تاب‌آوری نقش دارند. گلدستاین و بروکز<sup>۴</sup> (۲۰۲۳) نیز به تبیین ماهیت تاب‌آوری در کودکان پرداخته و تلاش کرده است تا به ابعاد و زوایای مختلف تاب‌آوری در کودکی بپردازد.

در حوزه پژوهش‌های دینی پیرامون تاب‌آوری، پسندیده (۱۳۹۵) با بررسی متون قرآنی و حدیثی پنج شاخص انعطاف، استقامت، شجاعت، خویشتن‌داری و پذیرش را در زمره مؤلفه‌های تعیین‌کننده تاب‌آوری دانسته است. احمدی (۱۳۹۹)، با طرح این سؤال که «آیا صبر همان تاب‌آوری است؟» به مفهوم‌سازی کاربردی صبر برای شرایط بحرانی پرداخته است. همچنین حبیب‌اللهی (۱۴۰۰)، با بررسی مؤلفه‌های تاب‌آوری از منظر قرآن و روایات، به چهار مؤلفه تحمل، انعطاف، تغییر و بازگشت اشاره کرده است. خطیب، آذربایجانی، پسندیده، جان بزرگی و طباطبایی (۱۴۰۱) تاب‌آوری را به عنوان یکی از مقوله‌های بُعد پیامدهای الگوی

1. Boniwell, I., & Tunariu, A. D.

2. Kumar, U.

3. Buikstra, E., Ross, H., King, C. A., Baker, P. G., Hegney, D., McLachlan, K., & Rogers Clark, C.

4. Goldstein, S., & Brooks, R. B.

مقابله دینی با استرس بر اساس آموزه های قرآن کریم بحث و بررسی کرده اند. یکی از دیدگاه هایی که سازه تاب آوری را به روشنی مفهوم سازی کرده است، دیدگاه دینی است. بر اساس آموزه های دینی، تاب آوری به معنای «توان بازگشت به سطح کارکرد اولیه (بهبود)، تداوم در فقدان آشفتگی (پایداری) و علاوه بر آن، بازسازی مثبت شرایط تجربه شده (رشد)» است (خطیب و همکاران، ۱۴۰۱). مطابق با آموزه های اسلامی، سه موقعیت «نعماء»، «قضاء» و «بلاء» با سه مفهوم «شکر»، «رضا» و «صبر» هم نشین است. شکر، بهترین واکنش به نعماء، رضا، بهترین واکنش به قضاء و صبر، بهترین واکنش به بلاء است<sup>۱</sup> (پسندیده، ۱۳۹۵). اما شایع ترین واکنش انسان در برابر بلا، «بی تابی» یا به تعبیر آموزه های دینی، «جزع» است<sup>۲</sup> (معارج: ۱۹ و ۲۰). از آنجاکه بی تابی سازمان روانی انسان را نامتعادل می سازد، انسان تلاش می کند تا از بی تابی روی برگرداند و «تاب آوری» را که در نقطه مقابل جزع و بی تابی قرار دارد و در آموزه های اسلامی تحت عنوان «صبر» از آن یاد می شود<sup>۳</sup> (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۲۰؛ صدوق، ۱۴۰۸، ص ۱۱۳)، پرورش دهد. مطابق دیدگاه دینی، «تاب آوری» در مفهوم «صبر» تجلی می یابد و مفهوم شناسی می شود که بهترین واکنش در برابر بلاها و ناملازمات است. صبر، یکی از اساسی ترین مفاهیم در آموزه های دینی است که در قرآن کریم با تعبیر «عزم در امور»<sup>۴</sup> و در آموزه های حدیثی با تعبیر «سَرآمد ایمان» از آن یاد شده است<sup>۵</sup> (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۸۷) و نقشی مهم در تنظیم رفتار انسان و سازگاری با محیط پیرامونی دارد.

۱. إِنَّ اللَّهَ جَلَّ ثَنَاءُهُ يَقُولُ: وَ عَزَّ وَ جَلَّ، مَا خَلَقْتُ مِنْ خَلْقٍ خَلَقًا أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ، وَلَذَلِكَ سَمَّيْتُهُ بِاسْمِي مُؤْمِنًا.. فَلْيَرْضَ بِقَضَائِي، وَ لِيَصْبِرْ عَلَيَّ بَلَائِي، وَلِيَشْكُرْ نِعْمَائِي، أَكْتَبُهُ يَا مُحَمَّدُ مِنَ الصَّادِقِينَ عِنْدِي (طبرسی، ۱۴۱۸، ص ۳۳).

۲. إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (معارج: ۱۹ و ۲۰).

۳. الصَّبْرُ وَ ذَهَبُ الْحَزَنِ (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۱، ص ۲۰؛ صدوق، ۱۴۰۸، ص ۱۱۳)؛ مَنْ لَمْ يَنْجِدِ الصَّبْرَ أَهْلَكَهُ الْحَزَنُ (سیدرضی،

۱۴۱۴) الإمام علیؑ: بالصَّبْرِ يَنَاضِلُ الْحَدَثَانُ، الْحَزَنُ مِنْ أَنْوَاعِ الْحِرْمَانِ (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۱۱).

۴. خداوند متعال در آیه ۱۷ سوره لقمان می فرماید: «وَ اصْبِرْ عَلَيَّ مَا أَصَابَكَ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ؛ و بر آسبایی که بر تو وارد آمده است شکیبیا باش. این [حاکم] از عزم [و اراده تو در] امور است». برخی مفسران معتقدند کلمه «ذلک» در فراز «إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ» به صبر اشاره دارد و صبر از «عزم امور و کارهای مهم» دانسته شده است و استفاده از کلمه اشاره «ذلک» که برای اشاره به دور است و نه «هذا» که برای اشاره به نزدیک است، بدین جهت است که به اهمیت صبر اشاره کرده باشد و جایگاه بلند صبر را رسانده باشد (طباطبایی، ۱۳۷۴، ج ۱۶، ص ۲۱۸).

۵. امام صادقؑ: الصَّبْرُ رَأْسُ الْإِيمَانِ (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۸۷)؛ امام صادقؑ: الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَإِذَا ذَهَبَ الرَّأْسُ ذَهَبَ الْجَسَدُ، كَذَلِكَ إِذَا ذَهَبَ الصَّبْرُ ذَهَبَ الْإِيمَانُ (همان)؛ الصَّبْرُ فِي الْأُمُورِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَإِذَا فَارَقَ الرَّأْسُ الْجَسَدَ، فَسَدَ الْجَسَدُ، وَإِذَا فَارَقَ الصَّبْرُ الْأُمُورَ، فَسَدَتِ الْأُمُورُ (همان، ص ۹۰).

این یافته‌ها از جایگاه بلند مفهوم تاب‌آوری در آموزه‌های دینی و غنای مفهومی بالای آن در متون اسلامی حکایت دارد، اما این خلأ در پژوهش‌های صورت گرفته وجود دارد که برخی از این پژوهش‌ها، تاب‌آوری را در ضمن الگوهای دیگر و صرفاً با بررسی برخی از ابعاد تاب‌آوری ارائه داده‌اند (برای نمونه پسندیده، ۱۳۹۵؛ خطیب و همکاران، ۱۴۰۱). برخی پژوهش‌ها، صرفاً به مفهوم‌سازی اولیه با بررسی تطبیقی این مفهوم با برخی مفاهیم دینی از جمله صبر و حلم پرداخته‌اند (برای نمونه احمدی، ۱۳۹۹؛ حبیب‌اللهی، ۱۴۰۰). برخی تحقیقات، از روش‌های کیفی نظام‌مند و ساختاریافته در گردآوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده نکرده‌اند (برای نمونه، حبیب‌اللهی، ۱۴۰۰). برخی مطالعات، در مفهوم‌سازی دینی از تاب‌آوری فقط به نقش ایمان در شکل‌گیری آن اشاره کرده‌اند (برای نمونه میرزایی و باقری، ۱۳۹۹)، و در نهایت برخی دیگر، اگرچه در پی ارائه مفهومی دینی از تاب‌آوری بوده‌اند، اما از متون دینی در تبیین آن بهره کافی نبرده‌اند. وجه تمایز این پژوهش آن است که مفهوم‌سازی تکامل یافته‌تری از سازه تاب‌آوری دینی نسبت به سایر پردازش‌های مفهومی ارائه دهد.

غنای مفهومی سازه تاب‌آوری و اثربخشی آن در کاهش آسیب‌های روانی از یک سو و پژوهش‌های اندک در حوزه شناسایی مؤلفه‌های تاب‌آوری مبتنی بر آموزه‌های اسلامی از سوی دیگر موجب شد تا این پژوهش با هدف شناسایی مؤلفه‌های روان‌شناختی تاب‌آوری دینی بر اساس آموزه‌های اسلامی صورت گیرد.

## روش تحقیق

در این پژوهش، در جهت تحلیل نظام‌مند داده‌ها از روش «نظریه داده بنیاد»<sup>۱</sup> استفاده شده است. در این روش، تجزیه و تحلیل داده‌ها بر اساس فرایند «کدگذاری»<sup>۲</sup>، شامل سه مرحله «کدگذاری باز»<sup>۳</sup>، «کدگذاری محوری»<sup>۴</sup> و «کدگذاری گزینشی»<sup>۵</sup> صورت می‌گیرد (چارمز، ۲۰۱۷)

1. Grounded Theory.

2. Coding.

3. Open Coding.

4. Axial Coding.

5. Selective Coding.

6. Charmaz, K.

و در این فرایند، سه عنصر اساسی «مفهوم»<sup>۱</sup>، «مقوله»<sup>۲</sup> و «بُعد»<sup>۳</sup> پدیدار می شود (کُربین و استراوس<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵، ص ۲۲۲). در واقع، چند «کُد» که اشاره به جنبه مشترک یک پدیده دارند، عنوان «مفهوم» به خود می گیرند و از ترکیب و کنار هم قرار گرفتن چند مفهوم، یک «مقوله» تشکیل می شود و وقتی مقولات اصلی در مرحله کدگذاری محوری به شیوه های گوناگون یا یکدیگر قیاس و در ارتباط قرار داده می شوند، مرحله تازه ای آغاز می شود و با بالاتر رفتن سطح داده ها، به سوی «بُعد» پیش می رود (اسپیالی و کارپنتر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷، ص ۱۴۵). در پژوهش حاضر، با مطالعه آساند (آیات قرآن کریم و احادیث اسلامی)، داده های مرتبط با موضوع پژوهش استخراج و کدگذاری اولیه انجام شد. سپس مبتنی بر برداشت تیم پژوهش، فرایند کدگذاری های باز، محوری و گزینشی انجام و مفاهیم در قالب مقوله ها و مقوله ها در قالب ابعاد، دسته بندی شد. منبع اصلی این پژوهش، قرآن کریم و کتاب های حدیثی معتبر بود که عمدتاً تا قرن پنجم هجری نگارش یافته است. اعتبار متن قرآن، با توجه به تواتر آن (بابائی، ۱۳۹۴، ص ۵۵؛ توفیقی، ۱۳۹۱، ص ۲۳) و اعتبار متون حدیثی، با اتخاذ رویکرد «وثوق صدوری» و با بررسی چهار محور «سند»، «منبع»، «محتوا» و «قرینه» (طباطبایی، ۱۳۹۵ و ربانی بیرجندی، ۱۳۷۸، ص ۱۴۵)، احراز شده است. در بررسی سند روایات که اساسی ترین امر در اطمینان به صدور حدیث از معصوم است، از روش «اعتبارسنجی اسانید» (شبییری زنجانی، ۱۳۹۷)، در بررسی منبع روایات، از «معیار درجه بندی مصادر حدیثی» (طباطبایی، ۱۳۹۰، ص ۲۶۵) و در بررسی محتوا و قراین روایات نیز، از دانش «فقه الحدیث»، بهره گرفته شده و محتوا و قراین در قالب «مفهوم شناسی» (مسعودی، ۱۳۹۶)، بررسی شده است. نمونه پژوهش، شامل گزاره های توصیفی و تبیینی مرتبط با حوزه معنایی تاب آوری در منابع پیش گفته بود که به شکل هدفمند انتخاب شد. نمونه های پژوهش به واسطه سه دسته ابزار، گردآوری شدند: (۱) کتاب: شامل قرآن کریم و کتاب های حدیثی؛ (۲) نرم افزار: شامل نرم افزارهای جامع التفاسیر، جامع الاحادیث و کتابخانه جامع احادیث شیعه و اهل سنت؛ (۳) وب گاه: شامل پایگاه های معتبر علمی که محتوای کتاب های ذکر شده را دارا بودند.

---

1. Concept.

2. Category.

3. Dimension.

4. Corbin, J & Strauss, A.

5. Speziale, H. S & Carpenter, D. R.

به منظور بررسی میزان موثق بودن<sup>۱</sup> نتایج کیفی، از معیارهای «اعتمادپذیری»<sup>۲</sup>، «انتقال‌پذیری»<sup>۳</sup>، «تأییدپذیری»<sup>۴</sup> و «اتکاپذیری»<sup>۵</sup> استفاده شد (تدلی و تشکری<sup>۶</sup>، ۲۰۰۹، ص ۳۱). برای دستیابی به معیار «اتکاپذیری» داده‌ها و کمی‌سازی آن، دو شیوه «شاخص روایی محتوا»<sup>۷</sup> و «نسبت روایی محتوا»<sup>۸</sup> (پالیت، بک و اون<sup>۹</sup>، ۲۰۰۷)، ملاک عمل قرار گرفت. در پژوهش حاضر، جهت بررسی «شاخص روایی محتوای الگوی مفهومی تاب‌آوری دینی»، از ۱۰ کارشناس خواسته شد مطابقت هر یافته با مستندات را از «۱ = مطابق نیست»، «۲ = نسبتاً مطابق است»، «۳ = مطابق است» تا «۴ = کاملاً مطابق است» مشخص کنند. با توجه به فرمول محاسبه شاخص روایی محتوا ( $N/n_{3\&4} = CVI$ ). حداقل مقدار قابل قبول برای شاخص روایی محتوا، برابر با ۰/۷۸ است (پالیت و بک، ۲۰۰۶). همچنین، جهت بررسی «نسبت روایی محتوای الگوی مفهومی تاب‌آوری دینی»، از ۱۰ کارشناس اسلامی - روان‌شناسی خواسته شد تا هریک از یافته‌ها را بر اساس مقیاس لیکرت سه‌درجه‌ای؛ «۱ = ضروری نیست»، «۲ = ضروری نیست ولی مفید است» و «۳ = ضروری است»، طبقه‌بندی کنند. با توجه به فرمول محاسبه نسبت روایی محتوا ( $CVR = \frac{n - N/2}{N/2}$ ) و تعداد کارشناسان این مرحله (۱۰ نفر)، حداقل مقدار شاخص روایی محتوای قابل قبول ۰/۶۲ و بیشتر است (استرینر، نورمن و کرنی<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۵).

### یافته‌های تحقیق

پس از استخراج داده‌های مرتبط با تاب‌آوری از متون اسلامی، فرایند تحلیل داده‌ها با «کدگذاری باز» (شناسایی مقوله‌ها و ابعاد)، آغاز و «کدهای باز» استخراج شد. سپس فرایند «کدگذاری محوری» (بررسی شرایط، راهبردها و پیامدها) و «کدگذاری گزینشی» (شکل

1. Trustworthiness.
2. Credibility.
3. Transferability.
4. Conformability.
5. Dependability.
6. Teddlie, C., & Tashakkori, A.
7. Content Validity Index (CVI).
8. Content Validity Ratio (CVR).
9. Polit, D. F; Beck, C. T & Owen, S. V.
10. Streiner, D. L., Norman, G. R., & Cairney, J.

دادن نظریه حول مقوله مرکزی) اجرا شد و بُعد «مؤلفه های تاب آوری دینی» به عنوان یکی از ابعاد پنج‌گانه الگوی مفهومی تاب آوری دینی، در ۶ مقوله «شجاعت»، «خودمهارگری»، «انعطاف پذیری»، «پایداری»، «پذیرش» و «خردمندی» استخراج شد.

برای درک بهتر فرایند کدگذاری و نحوه دستیابی به مؤلفه های تاب آوری دینی، مقوله «شجاعت» را که یکی از مؤلفه های تاب آوری دینی است از مراحل اولیه کدگذاری تا مرحله دستیابی به تمامی مؤلفه ها، بررسی و واکاوی می‌کنیم. از آنجاکه در فرایند استخراج داده‌ها، متون اسلامی مبنای پژوهش قرار گرفت، گزاره های دینی (آیات یا روایات) که دارای مضامین تاب آوری بودند «کدهای اولیه» را تشکیل دادند. بر این اساس، گزاره‌هایی مانند «صبر، شجاعت است»<sup>۱</sup> (سیدرضی، ۱۴۱۴) به عنوان کد اولیه ما را به مفهوم «صبر معادل شجاعت» رساند. سپس رابطه میان مفاهیم استخراج شده بررسی شد و با غربالگری اولیه، موارد هم‌معنا که در یک حوزه معنایی بودند، کنار هم قرار گرفتند. برای نمونه کد اولیه «شجاعت، ساعتی صبر کردن است»<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۸، ص ۱۱) ما را به مفهوم «شجاعت متضمن صبر»، رهنمون ساخت. با سرند کردن این مفاهیم، «شجاعت» به عنوان یک «مقوله» و جزء سازنده تاب آوری شناسایی شد. به همین نحو سایر مقوله‌هایی که اجزای سازنده سازه تاب آوری به شمار می‌آمدند شامل «خودمهارگری»، «انعطاف پذیری»، «پایداری»، «پذیرش» و «خردمندی» استخراج شد و «بُعد» مؤلفه های تاب آوری» را شکل داد. در ادامه، مستندات دینی، مفهوم‌پردازی و مقوله‌بندی بُعد «مؤلفه های تاب آوری دینی» در قالب جداول ۱ و ۲ ارائه شده است.

جدول ۱: مستندات دینی مفاهیم بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی

مفهوم	مستند دینی
صبر معادل شجاعت	الإمام علی <small>عليه السلام</small> : الصَّبْرُ شَجَاعَةٌ (سیدرضی، ۴۱۴۱)
شجاعت، متضمن صبر	الإمام علی <small>عليه السلام</small> : الشَّجَاعَةُ صَبْرٌ سَاعَةٌ (مجلسی، ۳۰۴۱، ج ۸۷، ص ۱۱)

۱. الصَّبْرُ شَجَاعَةٌ.

۲. الشَّجَاعَةُ صَبْرٌ سَاعَةٌ.

مه‌ار خود در برابر ناخوشایندها	عیسی <small>علیه السلام</small> : اِتِّكْم لَا تُدْرِكُونَ مَا تُحِبُّونَ إِلَّا بِصَبْرِكُمْ عَلَىٰ مَا تَكْرَهُونَ (شهید ثانی، ۲۱۴۱، ص ۸۴)
مه‌ار خود در برابر خوشایندها	الإمام علی <small>علیه السلام</small> : الصَّبْرُ صَبْرَانِ: صَبْرٌ عَلَىٰ مَا تَكْرَهُهُ وَ صَبْرٌ عَمَّا تُحِبُّ (سیدرضی، ۴۱۴۱)
انعطاف‌پذیری مؤمن در حوادث	قَالَ رَسُولُ اللَّهِ <small>صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ</small> : مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ حَامَةِ الزَّرْعِ تُكْفَمُهَا الرِّيحُ كَذَا وَ كَذَا، وَ كَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ تُكْفَمُهُ الْأَوْجَاعُ وَ الْأَمْرَاضُ، وَ مَثَلُ الْمُتَأَفِّقِ كَمَثَلِ الْإِرْزَبَةِ الْمُسْتَقِيمَةِ الَّتِي لَا يَصِيبُهَا شَيْءٌ حَتَّىٰ يَأْتِيَهُ الْمَوْتُ، فَيَقْصِمُهُ قِصْفًا (كلینی، ۸۸۳۱، ج ۲، ص ۷۵۲). قَالَ رَسُولُ اللَّهِ <small>صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ</small> : مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ حَامَةِ الزَّرْعِ: مِنْ حَيْثُ أَتَتْهَا الرِّيحُ كَفَّتْهَا، فَإِذَا سَكَتَتْ اعْتَدَلَتْ، وَ كَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ بِكَمَا بِالْبَلَاءِ. وَ مَثَلُ الْفَاجِرِ كَالْأُرْزَةِ صَمَاءٌ مُعْتَدِلَةٌ، حَتَّىٰ يَقْصِمَهَا اللَّهُ إِذَا شَاءَ (متقی هندی، ۷۹۳۱، ج ۱، ص ۸۴۱)
استقامت در حوادث	ثُمَّ إِنَّ رَبَّكَ لِلَّذِينَ هَاجَرُوا مِنْ بَعْدِ مَا قُتِلْتُمْ جَاهِدُوا وَ صَبَرُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ (نحل: ۱۱۰) الَّذِينَ إِذَا ذَكَرَ اللَّهُ وَجِلَّتْ قُلُوبُهُمْ وَ الصَّابِرِينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمْ وَ الْمُتَّقِينَ الصَّلَاةَ وَ مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ (حج: ۳۵) وَ لَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَ لَا السَّيِّئَةُ ادْفَعِ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَ بَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ وَلِيٌّ حَمِيمٌ وَ مَا يَلْقَاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَ مَا يَلْقَاهَا إِلَّا أُولُو حُظِّ عَظِيمٍ؛ (فصلت: ۳۴ و ۳۵)
تسلیم و رضامندی در گرفتاری‌ها	الإمام علی <small>علیه السلام</small> : إِنْ لِلنَّكَابَاتِ غَايَاتٌ لَا بُدَّ أَنْ يَنْتَهِيَ إِلَيْهَا، فَإِذَا حُكِمَ عَلَىٰ أَحَدِكُمْ بِهَا فَلْيَسْطِطْ لَهَا وَ يَصْبِرْ حَتَّىٰ يَجُوزَ؛ فَإِنَّ إِعْمَالَ الْحِيلَةِ فِيهَا عِنْدَ إِقْبَالِهَا زَانِدٌ فِي مَكْرُوهِهَا (مجلسی، ۳۰۴۱، ج ۸۶، ص ۵۹) وَ بَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَ إِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (بقره، ۵۵۱ و ۶۵۱). الإمام الكاظم <small>علیه السلام</small> : يَا هِشَامُ، اصْبِرْ عَلَى طَاعَةِ اللَّهِ وَ اصْبِرْ عَنِ مَعَاصِي اللَّهِ؛ فَإِنَّمَا الدُّنْيَا سَاعَةٌ، فَمَا مَضَىٰ مِنْهَا فَلَيْسَ تَجِدُ لَهُ سُورًا وَ لَا حَزَنًا وَ مَا لَمْ يَأْتِ مِنْهَا فَلَيْسَ تَعْرِفُهُ، فَاصْبِرْ عَلَىٰ تِلْكَ السَّاعَةِ الَّتِي أَنْتَ فِيهَا فَكَأَنَّكَ قَدْ اغْتَبَطْتَ (مجلسی، ۳۰۴۱، ج ۱، ص ۱۵۱) الإمام الصادق <small>علیه السلام</small> : إِنَّا صَبْرٌ وَ شِيعَتُنَا أَصْبَرُ مِنَّا، قُلْتُ: جُعِلْتُ فِدَاكَ، كَيْفَ صَارَ شِيعَتُكُمْ أَصْبَرَ مِنْكُمْ؟ قَالَ: لِأَنَّ نَصْبِي عَلَىٰ مَا نَعْلَمُ وَ شِيعَتُنَا يَصْبِرُونَ عَلَىٰ مَا لَا يَعْلَمُونَ (كلینی، ۸۸۳۱، ج ۲، ص ۳۹). الإمام الصادق <small>علیه السلام</small> : نَحْنُ صَبْرٌ وَ شِيعَتُنَا أَصْبَرُ مِنَّا؛ وَ ذَلِكَ أَنَّا صَبَرْنَا عَلَىٰ مَا نَعْلَمُ وَ صَبَرُوا هُمْ عَلَىٰ مَا لَا يَعْلَمُونَ (مجلسی، ۳۰۴۱، ج ۸۶، ص ۴۸)
خردورزی در محنت‌ها	الإمام علی <small>علیه السلام</small> : يَا قَبِيْشُ، إِنَّ لِمَخَنٍ غَايَاتٍ لَا بُدَّ أَنْ تَنْتَهِيَ إِلَيْهَا، فَيَجِبُ عَلَى الْعَاقِلِ أَنْ يَنْتَهِيَ لَهَا إِلَىٰ إِدْبَارِهَا فَإِنَّ مُكَابَدَتَهَا بِالْحِيلَةِ عِنْدَ إِقْبَالِهَا زِيَادَةٌ فِيهَا (مجلسی، ۳۰۴۱، ج ۵۷، ص ۹۷)

جدول ۲: مفاهیم و مقوله های بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی

بُعد	مقوله ها	مفاهیم
مؤلفه های تاب آوری	شجاعت	صبر معادل شجاعت
		شجاعت، متضمن صبر
	خودمهارگری	مهار خود در برابر ناخوشایندها
		مهار خود در برابر خوشایندها
	انعطاف پذیری	انعطاف پذیری مؤمن در حوادث
	پایداری	استقامت در حوادث
	پذیرش	تسلیم و رضامندی در گرفتاری ها
	خردمندی	خردورزی در محنت ها

در جهت بررسی میزان موثق بودن نتایج کیفی، از معیارهای «اعتمادپذیری»، «انتقال پذیری»، «تأییدپذیری» و «اتکاپذیری» استفاده شد. به منظور احراز معیار «اعتمادپذیری»، نتایج به تیم ناظر ارائه شد تا صحت و درستی نتایج به دست آمده را تأیید کند و در صورت لزوم، اصلاحات انجام شود. نتایج به دست آمده در هر مرحله به تأیید تیم ناظر که به جز اعضای تیم پژوهش بود، رسید و در چند مرحله اصلاحات لازم منطبق با دیدگاه ناظر انجام شد. جهت احراز معیار «انتقال پذیری»، تلاش شد گزاره ها و داده های دینی بر اساس موقعیت های مختلف و متنوع (موقعیت های جنگ و صلح، آیات مکی و مدنی، خطاب های عام و خاص و...) انتخاب شود تا تعمیم پذیری نتایج تأمین شود و به سایر موقعیت ها، زمان ها و شرایط نیز قابل تعمیم باشد. این معیار با توجه به مرور کلیه متون دینی معتبر و انتخاب داده های مرتبط با تاب آوری از تمامی موقعیت های یادآوری شده تأمین شد. برای اطمینان از معیار «تأییدپذیری»، پژوهشگر کوشید تا پیش فرض های خود را در جمع آوری داده ها دخالت ندهد. این امر با مراجعه به کتاب های تفسیری و روایی معتبر و تطبیق برداشتها بر آراء معتبر مفسران و راویان محقق شد تا از سوگیری ها و پیش فرضها کاسته شود. برای دستیابی به معیار «اتکاپذیری»، از ۱۰ کارشناس خواستیم تا مستندات،

مفاهیم و مقوله‌های بُعد «مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی» برگرفته از آموزه‌های اسلامی را تایید کنند. برای اطمینان از اتکاپذیری داده‌ها و کمی‌سازی آن، دو شیوه «شاخص روایی محتوا»<sup>۱</sup> (CVI) و «نسبت روایی محتوا»<sup>۲</sup> (CVR)، ملاک عمل قرار گرفت که نتایج میزان ارتباط مستندات دینی پژوهش با مفاهیم پژوهش و سپس نتایج روایی محتوای مفاهیم و مقوله‌های بُعد مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی در جدول‌های ۳ تا ۵ نمایش داده شده است.

در جدول ۳، میزان ارتباط مستندات دینی (آیات قرآن کریم و احادیث اسلامی) با مفاهیم بُعد مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی مشخص شده است.

جدول ۳: میزان ارتباط مستندات دینی با مفاهیم بُعد مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی

ردیف	مستندات دینی / مفهوم	تعداد کارشناسان موافق		تعداد کارشناسان مخالف		شاخص روایی محتوا (CVI)	نسبت روایی محتوا (CVR)
		مطابقت	ضرورت	مطابقت	ضرورت		
۱	مستندات دینی مفهوم «صبر معادل شجاعت»	۱۰	۹	۰	۱	۱	۰/۸
۲	مستندات دینی مفهوم «شجاعت، متضمن صبر»	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۳	مستندات دینی مفهوم «مهار خود در برابر ناخوشایندها»	۱۰	۹	۰	۱	۱	۰/۸
۴	مستندات دینی مفهوم «مهار خود در برابر خوشایندها»	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۵	مستندات دینی مفهوم «انعطاف‌پذیری مؤمن در حوادث»	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۶	مستندات دینی مفهوم «استقامت در حوادث»	۱۰	۹	۰	۱	۱	۰/۸
۷	مستندات دینی مفهوم «تقویت الهی»	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۸	مستندات دینی مفهوم «خردورزی در محنت‌ها»	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
							۰/۹۲۵

در جدول ۴، نتایج بررسی میزان مطابقت و ضرورت مفاهیم بُعد مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی گزارش شده است.

جدول ۴: مطابقت و ضرورت مفاهیم بُعد مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی

ردیف	مفاهیم	تعداد کارشناسان موافق		تعداد کارشناسان مخالف		شاخص روایی محتوا	نسبت روایی محتوا
		مطابقت	ضرورت	مطابقت	ضرورت		
۱	صبر معادل شجاعت	۹	۹	۱	۱	۰/۹	۰/۸
۲	شجاعت، متضمن صبر	۹	۱۰	۰	۱	۰/۹	۱
۳	مهار خود در برابر ناخوشایندها	۱۰	۹	۰	۱	۱	۰/۸
۴	مهار خود در برابر خوشایندها	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۵	انعطاف‌پذیری مؤمن در حوادث	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۶	استقامت در حوادث	۱۰	۹	۰	۱	۱	۰/۸
۷	تقویت الهی	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱
۸	خردورزی در محنت‌ها	۱۰	۱۰	۰	۰	۱	۱

CVI و CVI میانگین کل

1. Content Validity Index.

2. Content Validity Ratio.

در جدول ۵ نتایج بررسی میزان مطابقت و ضرورت مقوله های بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی گزارش شده است.

جدول ۵: مطابقت و ضرورت مقوله های بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی

ردیف	مقوله ها	تعداد کارشناسان موافق مطابقت	تعداد کارشناسان مخالف مطابقت	شاخص روایی محتوا (CVI)	نسبت روایی محتوا (CVR)
۱	شجاعت	۸	۲	۰/۸	۰/۸
۲	خودمهارگری	۹	۱	۰/۹	۱
۳	انعطاف پذیری	۱۰	۰	۱	۱
۴	پایداری	۱۰	۰	۱	۰/۸
۵	پذیرش	۱۰	۰	۱	۱
۶	خردمندی	۱۰	۰	۱	۱
		میانگین کل CVI و CVR		۰/۹۵	۰/۹۳۳

همان طور که در جداول ۳ تا ۵ نمایان است روایی محتوای مستندات دینی، از وضعیت مطلوبی برخوردار است؛ به طوری که نمره هر یک از مستندات دینی، مفاهیم و مقوله ها و نیز نمره کل آنان در شاخص CVI، بالاتر از مقدار CVI بحرانی، یعنی ۰/۷۸ است. بنابراین، مطابقت همه مستندات دینی، مفاهیم و مقوله های بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی، تأیید شد. از سوی دیگر، طبق نتایج جداول یادشده، نمره هر یک از مستندات دینی، مفاهیم، مقوله ها و ابعاد و نیز نمره کل آنان در شاخص CVR، بالاتر از میزان لازم یعنی ۰/۶۲ گزارش شده است. از این رو، ضرورت همه مستندات دینی، مفاهیم، مقوله های بُعد مؤلفه های تاب آوری دینی، احراز شد.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه های روان شناختی تاب آوری دینی بر اساس آموزه های اسلامی انجام شد. یافته های پژوهش نشان داد که بُعد «مؤلفه های تاب آوری دینی» متشکل از شش مقوله «شجاعت»، «خودمهارگری»، «انعطاف پذیری»، «پایداری»، «پذیرش» و «خردمندی» است.

یافته های این پژوهش با یافته های برخی پژوهش های صورت گرفته همسو است. برای نمونه یافته های این پژوهش با نتایج پژوهش پسندیده (۱۳۹۵)، احمدی (۱۳۹۹) و حبیب اللهی (۱۴۰۰)، همسویی مناسبی دارد. اگرچه انطباق دقیقی در نام گذاری بین مؤلفه های این پژوهش با پژوهش های صورت گرفته وجود ندارد، اما مؤلفه های «شجاعت»،

«خودمهارگری»، «انعطاف‌پذیری»، «پایداری»، «پذیرش» در پژوهش‌های پیشین وجود دارد و این پژوهش «خردمندی» را به مؤلفه‌های تاب‌آوری اضافه کرده است.

یافته‌های مربوط به هر یک از مقوله‌های شش‌گانه «مؤلفه‌های تاب‌آوری دینی» را می‌توان از منظری دینی- روان‌شناختی تبیین کرد. «شجاعت»، به‌عنوان اولین مؤلفه تاب‌آوری و بیانگر جنبه هیجانی آن، به معنای «اعمال اراده برای دستیابی به اهداف، علی‌رغم مخالفت‌های درونی و بیرونی» است (خطیب، ۱۴۰۲). با توجه به آنکه در مفهوم‌سازی تاب‌آوری از سازه صبر بهره گرفته شده است، در برخی از متون حدیثی، از صبر به شجاعت یاد شده<sup>۱</sup> (سیدرضی، ۱۴۱۴) و در برخی دیگر، شجاعت، متضمن صبر دانسته شده است<sup>۲</sup> (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۸، ص ۱۱). وجود مؤلفه شجاعت در سازه تاب‌آوری، توان مواجهه فرد با ابتلائات، مشکلات، سختی‌ها و ناملایمات را افزایش می‌دهد. شخص تاب‌آور می‌تواند مؤلفه‌های هیجانی و رفتاری ترس را از یکدیگر جدا کرده و در مقابل پاسخ رفتاری گریز، مقاومت کند و علیرغم ناراحتی ناشی از واکنش‌های ذهنی و جسمی، با موقعیت ترسناک مواجه شود. شجاعت در طول تاریخ از شجاعت در میدان نبرد یا شجاعت جسمی به شجاعت اخلاقی و شجاعت روان‌شناختی توسعه پیدا کرده است (پیترسن و سلیگمن، ۲۰۰۴).

«خودمهارگری» دومین مؤلفه تاب‌آوری است و حکایت از جنبه بازدارنده آن دارد. خودمهارگری در تاب‌آوری از یکسو مهار خود در برابر خوشایندها و از سوی دیگر مهار خود در برابر ناخوشایندها است<sup>۳</sup> (سیدرضی، ۱۴۱۴) و دستیابی به خوشایندها جز با خودمهارگری در برابر ناخوشایندها حاصل نمی‌شود<sup>۴</sup> (شهید ثانی، ۱۴۱۲، ص ۴۸). تاب‌آوری با وجود هسته خودمهارگری، به اعمال کنترل بر پاسخ‌ها (شامل افکار، هیجانات، تکانه‌ها، عملکردها و سایر رفتارها) به منظور پیگیری اهداف و زندگی کردن مطابق با معیارها (شامل آرمان‌ها، احکام اخلاقی، هنجارها، اهداف عملکردی و انتظارات)، کمک فراوانی می‌کند (پیترسن و سلیگمن، ۲۰۰۴) و افراد را قادر می‌سازد تا بر ابعاد فردی و اجتماعی زندگی خود، مهار ارادی داشته باشند.

۱. الصَّبْرُ شَجَاعَةٌ.

۲. الإمام علی علیه السلام: الشَّجَاعَةُ صَبْرٌ سَاعَةً.

3. Peterson, C., & Seligman, M. E.

۴. الإمام علی علیه السلام: الصَّبْرُ صَبْرَانِ: صَبْرٌ عَلَى مَا تَكَرَّرَ وَ صَبْرٌ عَمَّا مَحَبٌ.

۵. عیسی علیه السلام: إِنَّكُمْ لَا تُدْرِكُونَ مَا تُحِبُّونَ إِلَّا بِصَبْرِكُمْ عَلَى مَا تَكْرَهُونَ.

«انعطاف پذیری» به عنوان سومین مؤلفه تاب آوری به معنای «انطباق پذیری با موقعیت ناخوشایند به عنوان یک واقعیت» است. در برخی از روایات، به لزوم انعطاف در برابر بلاها اشاره شده و مؤمن به خوشه گیاهی تشبیه شده است که در برابر بلاها نرم و منعطف است<sup>۱</sup> (متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۱، ص ۱۴۷ و ۱۴۸). از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نقل شده است که آن حضرت فرمود: حکایت مؤمن، حکایت کاشته ای تروتازه است که از هر طرف باد بر آن بوزد خمیده اش می کند و چون باد بایستد راست می شود. بدین سان مؤمن نیز با بلا کج و خمیده می شود [اما] فاجر مانند درخت صنوبر است که سخت و راست است تا هرگاه که خداوند خواهد و آن را بشکند<sup>۲</sup> (ترمذی، ۱۳۹۵، ج ۵، ص ۱۵۰). فرد تاب آور، در برابر مشکلات نمی ایستد؛ بلکه خود را با وضعیت جدید، هماهنگ می سازد و انطباق می دهد.

«پایداری»، به عنوان چهارمین مؤلفه تاب آوری و عنصر زمانی آن، به معنای «استمرار ارادی کنش هدفمند، علی رغم موانع و سختی ها» است. از این رو، پایداری تابعی از دو مؤلفه «تحمل» و «تداوم» است و پایداری در نتیجه «تحمل سختی در دست یابی به هدف» و «تداوم آن در طی زمان» حاصل می شود (خطیب، ۱۴۰۲). برخی از روایات بر پایداری و استقامت تأکید دارند و مؤمن را در برابر بلاها از کوه و بلکه از پاره های آهن، محکم تر می داند. امام علی علیه السلام می فرماید: مؤمن از کوه محکم تر است؛ زیرا از کوه چیزی برگرفته شود، ولی از دین مؤمن چیزی برگرفته نشود<sup>۳</sup> (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۲۴۱).

«پذیرش»، پنجمین مؤلفه تاب آوری است و حکایت از پذیرش شرایط و کنار آمدن با آن دارد. فرد در وضعیت پذیرش، در مقام تسلیم و رضا و نه جزع و سخط قرار دارد. مطابق با تعالیم دینی همه امور، به دست خدا است و بدون خواست و اراده او هیچ اتفاقی نمی افتد. مطابق با

۱. پیامبر صلی الله علیه و آله: مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ؛ مِنْ حَيْثُ أَتَتْهَا الرِّيحُ كَفَأَتْهَا، فَإِذَا سَكَنْتِ اعْتَدَلَتْ، وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ يَكْفَأُ بِالْبَلَاءِ. وَمَثَلُ الْفَاجِرِ كَالْأَرْزَةِ صَمَاءً مُعْتَدِلَةً، حَتَّى يَقْصِمَهَا اللَّهُ إِذَا شَاءَ (متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۱، ص ۱۴۸، ح ۷۳۳). پیامبر صلی الله علیه و آله: مَثَلُ الْمُؤْمِنِ مَثَلُ السُّنْبُلَةِ، تَمِيلُ أَحْيَانًا وَيَقُومُ أَحْيَانًا (متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۱، ص ۱۴۷، ح ۷۳۰)؛ پیامبر صلی الله علیه و آله: مَثَلُ الْمُؤْمِنِ مَثَلُ السُّنْبُلَةِ؛ تَسْتَقِيمُ مَرَّةً وَتَحْمُرُ مَرَّةً. وَمَثَلُ الْكَافِرِ مَثَلُ الْأَرْزَةِ؛ لَا تَرَالُ مُسْتَقِيمَةً حَتَّى تَحْزِرَ وَلَا تَشْعُرُ (متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۱، ص ۱۴۸، ح ۷۳۲).

۲. عنه صلی الله علیه و آله: مَثَلُ الْمُؤْمِنِ كَمَثَلِ خَامَةِ الزَّرْعِ؛ مِنْ حَيْثُ أَتَتْهَا الرِّيحُ كَفَأَتْهَا، فَإِذَا سَكَنْتِ اعْتَدَلَتْ وَكَذَلِكَ الْمُؤْمِنُ يَكْفَأُ بِالْبَلَاءِ وَمَثَلُ الْفَاجِرِ كَالْأَرْزَةِ صَمَاءً مُعْتَدِلَةً، حَتَّى يَقْصِمَهَا اللَّهُ إِذَا شَاءَ (متقی هندی، ۱۳۹۷، ج ۱، ص ۱۴۸، ح ۷۳۳).

۳. امام علی علیه السلام: الْمُؤْمِنُ أَصْلَبُ مِنَ الْجَبَلِ، الْجَبَلُ يَسْتَقَلُّ مِنْهُ، وَالْمُؤْمِنُ لَا يَسْتَقَلُّ مِنْ دِينِهِ شَيْءٌ (کلینی، ۱۳۸۸، ج ۲، ص ۲۴۱)؛ الْإِمَامُ الصَّادِقُ علیه السلام: إِنْ الْمُؤْمِنُ أَشَدُّ مِنْ زُبُرِ الْحَدِيدِ، إِنْ زُبُرِ الْحَدِيدِ إِذَا دَخَلَ النَّارَ تَغَيَّرَ، وَإِنْ الْمُؤْمِنُ لَوْ قُتِلَ ثُمَّ نُشِرَ ثُمَّ قُتِلَ لَمْ يَتَغَيَّرْ قَلْبُهُ (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۶۴، ص ۴۰۳).

همین آموزه‌ها خداوند متعال، به مصلحت بشر عمل می‌کند و هر چه از او بخواهد یا انجام دهد، به خیر اوست. پس لازمه‌ی تاب‌آوری پذیرش همه مقدرات تکوینی و تشریعی خداوند است. در حقیقت، پذیرش خواست خداوند متعال و عمل بر اساس آنکه در ادبیات دین، به «تسلیم» در برابر امر خدا از آن یاد می‌شود به کاهش رنج و احساس ناکامی و افزایش تاب‌آوری کمک می‌کند. امام صادق علیه السلام فرزند علیه السلام «وَيَسْلِمُوا تَسْلِيمًا» را در آیه ۶۵ سوره نساء، به معنای تسلیم بودن در همه اوامر خداوند متعال دانسته است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۲، ص ۲۰۰).

آخرین مؤلفه تاب‌آوری، «خردمندی» است که مفروض گرفتن توانمندی تاب‌آوری بدون جنبه شناختی آن یعنی خرد، فرضی ناتمام است. اگرچه تجربه رخدادهای استرس‌زاتر در طول زمان ممکن است رشد خردمندی را تسهیل کند (هارتمن<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰)، اما تاب‌آوری به خودی خود برخوردار از مؤلفه خردمندی است.

**پیشنهادات پژوهش:** از آنجاکه این پژوهش صرفاً بر یکی از ابعاد الگوی تاب‌آوری دینی یعنی مؤلفه‌های تاب‌آوری متمرکز بود، پیشنهاد می‌شود در رابطه با سایر ابعاد الگوی تاب‌آوری دینی همچون موقعیت‌های تاب‌آوری، عوامل توانمندساز و بازدارنده تاب‌آوری، راهکارهای تاب‌آوری و پیامدهای تاب‌آوری نیز پژوهش مستقلی صورت گیرد. همچنین ساخت ابزاری برای سنجش تاب‌آوری دینی و بسته‌های آموزشی برای پرورش تاب‌آوری دینی بر اساس آموزه‌های اسلامی، زمینه مناسبی را برای پژوهش‌های بعدی در این حوزه فراهم می‌آورد.

## فهرست منابع

- قرآن کریم، ترجمه محمد مهدی فولادوند، تهران، اسوه.
- احمدی، خدابخش (۱۳۹۹). آیا صبر همان تاب‌آوری است؟ مفهوم‌سازی کاربردی صبر برای شرایط بحرانی. مطالعات اسلام و روانشناسی، ۱۴(۲۷)، ۱۶۳-۱۸۷.
- بابائی، علی اکبر (۱۳۹۴). قواعد تفسیر قرآن. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- پسندیده، عباس (۱۳۹۵). الگوی اسلامی شادکامی، قم، دارالحدیث.
- تیبیک، محمدتقی (۱۳۹۸). تدوین الگوی کشمکش‌های روانی - معنوی در جامعه ایران: روش

۱. امام صادق علیه السلام لما سئل عن قوله تعالى: «وَيَسْلِمُوا تَسْلِيمًا»: هو التسليم في الأمور.

آمیخته، رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس.

- ترمذی، محمد بن عیسی (۱۳۹۵). *سنن الترمذی*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- توفیقی، حسین (۱۳۹۱). *آشنایی با ادیان بزرگ*. تهران: سمت.
- چمی، محبوبه؛ زارع بهرام آبادی، مهدی؛ اصغر نژاد فرید، علی اصغر؛ شیرودی، شهره (۱۳۹۸). *تدوین و اعتبار یابی الگوی تاب آوری خانواده مبتنی بر آموزه های قرآنی*. قرآن و طب، ۴(۵)، ۳۰-۴۱.
- حبیب‌اللهی، حبیب (۱۴۰۰). *عوامل و مؤلفه های تاب آوری از منظر قرآن و روایات*. اخلاق، ۱۱(۴۳)، ۱۱-۴۳.
- خطیب، سید مهدی (۱۴۰۲). *صفات مثبت در روانشناسی مثبت‌گرا و مقایسه آن با دیدگاه اسلام*. قم: دارالحدیث (منتشر نشده)
- خطیب، سید مهدی، آذربایجانی، مسعود، پسندیده، عباس، جان بزرگی، مسعود و رسول زاده طباطبایی، سید کاظم (۱۴۰۱). *تدوین الگوی مفهومی مقابله دینی با استرس بر اساس آموزه های قرآن کریم: نظریه داده بنیاد*. روان‌شناسی فرهنگی، ۶(۱)، ۴۶-۷۵.
- ربانی بیرجندی، محمدحسن (۱۳۷۸). *وثوق صدوری و وثوق سندی و دیدگاه‌ها*. فقه، ۱۹ و ۲۰(۱)، ۱۴۵-۲۰۷.
- شبیری زنجانی، سیدموسی (۱۳۹۷). *کامل الزیارات و شهادت ابن قولویه به وثاقت راویان*. پژوهش‌های رجالی، ۱۱(۱)، ۷-۲۹.
- شهید ثانی، زین‌الدین بن علی (۱۴۱۲). *مسکن الفؤاد*. قم: مؤسسه آل‌البتیت ع.
- صدوق، محمد بن علی ابن بابویه قمی (۱۴۰۸). *خصال*. قم: کتابفروشی اسلامیة.
- طباطبایی، سمانه السادات و سرفرازی، الهه (۱۴۰۱). *اثربخشی آموزش مهارت تاب آوری اسلامی بر نگرش والدینی و احساس گناه مادران دارای فرزند نابینا*. مطالعات اسلامی ایرانی خانواده، ۲(۲)، ۵۸-۷۲.
- طباطبایی، سید محمدحسین (۱۳۷۴). *المیزان فی تفسیر القرآن*. ترجمه محمدباقر موسوی، قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- طباطبایی، سید محمدکاظم (۱۳۹۰). *منطق فهم حدیث*. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ع.
- طباطبایی، سید محمدکاظم (۱۳۹۵). *اعتبار سنجی متون حدیثی*. قم: دارالحدیث (منتشر نشده).
- طبرسی، علی بن الحسن (۱۴۱۸). *مشکاة الأنوار فی غرر الأخبار*. قم: دارالحدیث.
- غلامی کیا مصطفی، کرمی جهانگیر، گودرزی محمود (۱۴۰۱). *مدل تاب آوری خانواده بر اساس میزان تمایز یافتگی خود و سلامت خانواده اصلی با نقش میانجی تنظیم هیجان*. سبک زندگی اسلامی با

- محوریت سلامت، ۶ (۱): ۴۶۲-۴۷۰.
- قادری، زهره؛ صادق‌نیا، مه‌راب و کرمی‌پور، الله‌کرم (۱۴۰۱). نقش تاب‌آوری روانی در رضایتمندی از منظر آموزه‌های قرآن کریم. پژوهش‌های ادیانی، ۱۰ (۱۹): ۵۲-۷۱.
  - کلینی، محمد بن یعقوب (۱۳۸۸). *الکافی*. تهران: دار الکتب الإسلامیه.
  - مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳). *بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار علیهم السلام*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
  - مسعودی، عبدالهادی (۱۳۹۶). *روش فهم حدیث*. تهران: سمت.
  - میرزایی، رضا و باقری، لیلیا (۱۳۹۹). *تاب‌آوری از دیدگاه روانشناسی جدید و نقش ایمان به آموزه‌های دینی در آن*. مطالعات اسلامی در حوزه سلامت، ۴ (۲): ۳۷-۴۶.
  - Ankawi, B., Slepian, P. M., Himawan, L. K. & France, C. R. (2017). Validation of the pain resilience scale in a chronic pain sample. *The Journal of Pain*, 18(8), 984-993.
  - Anthony, E. J. & Cohler, B. J. (Eds.). (1987). *The invulnerable child*. Guilford Press.
  - Buikstra, E., Ross, H., King, C. A., Baker, P. G., Hegney, D., McLachlan, K. & Rogers-Clark, C. (2010). The components of resilience—Perceptions of an Australian rural community. *Journal of Community Psychology*, 38(8), 975-991.
  - Campbell, K. N. (2014). Resilience and self-control among Georgia Southern Students: a comparative study between ROTC Students and NonROTC students.
  - Çelik, D. A., Çetin, F., & Tutkun, E. (2015). The role of proximal and distal resilience factors and locus of control in understanding hope, self-esteem and academic achievement among Turkish pre-adolescents. *Current Psychology*, 34, 321-345.
  - Charmaz, K. (2017). The power of constructivist grounded theory for critical inquiry. *Qualitative inquiry*, 23(1), 34-45.
  - Cohn, M. A., Fredrickson, B. L., Brown, S. L., Mikels, J. A., & Conway, A.

- M. (2009). Happiness unpacked: positive emotions increase life satisfaction by building resilience. *Emotion*, 9(3), 361.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
  - Corbin, J & „Strauss ,A .(2015) .Basics of Qualitative Research .Thousand Oaks ,CA :Sage.
  - Goldstein ,S & „Brooks ,R .B .(2023) .Resilience in children .New York: Springer.
  - Harris ,K „Gooding ,P „Haddock ,G & „Peters ,S .(2019) .Factors that contribute to psychological resilience to suicidal thoughts and behaviours in people with schizophrenia diagnoses :qualitative study .BJPsych open,(5)5 , e79.
  - Hartman ,P .S .(2001) .Women developing wisdom :Antecedents and correlates in a longitudinal sample .University of Michigan.
  - Hefferon ,K & „Boniwell ,I .(2011) .Positive psychology :Theory ,research and applications .McGraw-Hill Education) UK.(
  - Iacoviello ,B .M & „Charney ,D .S .(2020) .Cognitive and behavioral components of resilience to stress .In Stress resilience) pp .(23-31 .Academic Press.
  - Kumar ,U) .Ed .(2016) .(.The Routledge international handbook of psychosocial resilience .Routledge.
  - Peterson ,C & „Seligman ,M .E .(2004) .Character strengths and virtues :A handbook and classification) Vol .(1 .Oxford University Press.
  - Polit ,D .F & „Beck ,C .T .(2006) .The content validity index :are you sure you know what’s being reported ?Critique and recommendations .Research in nursing & health.489-497 ,(5)29 ,
  - Polit ,D .F „Beck ,C .T & „Owen ,S .V .(2007) .Is the CVI an acceptable

indicator of content validity ?Appraisal and recommendations .Research in nursing & health.459-467 ,(4)30 ,

• Poudel-Tandukar ,K .,Chandler ,G .E .,Jacelon ,C .S .,Gautam ,B .,Bertone-Johnson ,E .R & .,Hollon ,S .D .(2019) .Resilience and anxiety or depression among resettled Bhutanese adults in the United States .International Journal of Social Psychiatry.496-506 ,(6)65 ,

• Sidheek ,K .F .,Satyanarayana ,V .A .,Sowmya ,H .R & .,Chandra ,P .S .(2017)Using the Kannada version of the Connor Davidson Resilience Scale to assess resilience and its relationship with psychological distress among adolescent girls in Bangalore ,India .Asian Journal of Psychiatry.169-172 ,30 ,

• Smith ,G .D & .,Yang ,F .(2017) .Stress ,resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students .Nurse education today,49 , 90-95

• Speziale ,H .S & .,Carpenter ,D .R .(2007) .Qualitative research in nursing 4)th ed (.Lippincott Williams & Wilkins.

• Streiner ,D .L .,Norman ,G .R & .,Cairney ,J .(2015) .Health measurement scales :a practical guide to their development and use .Oxford University Press ,USA.

• Teddlie ,C & .,Tashakkori ,A .(2009) .Foundations of mixed methods research :Integrating quantitative and qualitative approaches in the social and behavioral sciences .Sage.

• Tugade ,M .M & .,Fredrickson ,B .L .(2004) .Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. Journal of personality and social psychology.320 ,(2)86 ,