

Research Paper

Explaining Post-Traumatic Growth: Thematic Synthesis of Qualitative Research



Zahra Asgari¹ , *Azam Naghavi²

1. MA. in School Counseling, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.
2. PhD. in Social Psychology, Assistant Professor, Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran.



Citation Asgari Z, Naghavi A. Explaining Post-Traumatic Growth: Thematic Synthesis of Qualitative Research. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2019; 25(2):222-235. <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.25.2.222>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijpcp.25.2.222>



Received: 26 May 2018

Accepted: 30 Dec 2018

Available Online: 01 Jul 2019

Key words:

Psychological trauma, Stressor related disorders, Human development, Qualitative research, Systematic review

ABSTRACT

Objectives The present study aimed at employing a thematic synthesis approach to respond to this fundamental question: what is the post-traumatic growth process?

Methods The current study was a thematic synthesis of qualitative papers on post traumatic growth. From 50 Studies about post-traumatic growth from 2007 to 2018, 18 papers met the inclusion criteria for Systematic review. Papers were analyzed based on Thomas and Harden's thematic synthesis approach that includes three steps: free encoding of preliminary studies findings, organizing free codes into descriptive themes, and developing analytical topics using descriptive themes.

Results In total, after analyzing the results of the research, three main themes and 7 categories were obtained. The first theme was reaction to trauma with the category of primary emotions; the second theme was the requirements to begin the PTG with two categories including time and reality comprehension; and the third theme was the emergence of post-traumatic growth with four categories including Individual, social, psychological, and spiritual developments.

Conclusion According to the study findings it can be concluded that people show different emotions after exposure to traumatic events and after some time with processing the events they experience growth in different aspects of their lives.

Extended Abstract

1. Introduction

All individuals are in the verge of encountering some kind of traumatic events at any given time. Traumatic event is sudden, unexpected, and far greater than an individual's coping capacity, and can create feelings of helplessness, fear, and confusion against the new life changes. Mental health issues including post-traumatic stress disorder, depression, anxiety disorders or

psychosomatic symptoms are some of the consequences of facing with traumatic events. However according to recent studies, negative results are not the only consequences of experience of traumatic events and some people may experience growth and development after a sudden change in their life. Tedeschi and Calhoun called these phenomena, Post-Traumatic Growth (PTG). PTG is defined as positive psychological changes after struggling with a traumatic life event and consists of five aspects: social relationship and developing social networks, new possibilities, pathways and opportunities, strengthening personal power, self-reliance, and changing inner spirituality and appreciation of

* Corresponding Author:

Azam Naghavi, PhD.

Address: Department of Counseling, Faculty of Education and Psychology, Isfahan University, Isfahan, Iran.

Tel: +98 (31) 37935516

E-mail: az.naghavi@edu.ui.ac.ir

life. The main purpose of this paper was a thematic synthesis of qualitative papers about PTG and answering how the proper process of PTG for people experiencing a traumatic event is.

2. Methods

A thematic synthesis approach was employed to synthesize the results of qualitative studies about PTG. From 2007 to April 2018, there were 50 studies close to the current research question and 18 papers met the inclusion criteria. Based on Thomas and Harden's thematic synthesis approach there are three stages in synthesizing qualitative papers including free encoding of preliminary studies' findings, organizing free quotes into descriptive themes, and developing analytical topics using descriptive themes, and all 18 studies were analyzed based on these inductive approach.

3. Results

Three main themes were drawn from synthesizing qualitative paper findings including reaction to trauma, the requirements to begin the PTG, and the emergence of post-traumatic growth. Reaction to trauma consists of primary emotions. According to the data, primary emotions refer to a set of challenging emotions such as disappointment and hopelessness, guilt, regret, anger, fear, and shame. At the first exposure to trauma, people might experience the challenging emotions that can cause negative feelings leading to social exclusion, rumination, and an inclination to ending their lives. The second theme is the requirements to begin the PTG including time and reality comprehension categories. Understanding the reality of trauma is a breakthrough point for growth after traumatic events, and includes an ability to recognize trauma-related symptoms and differentiation of those symptoms from the self. The emergence of post-traumatic growth, another major theme, has four categories including personal development or strengthening personal power and modifying schema, social development including enhancement of social skills, restarting social activities, and altruism. Psychological development including acceptance of suffering, emotional maturity, appreciation of life, reappraisal and prioritization of values, goal setting, lifestyle improvement and spirituality development include discovering a meaning for life and spiritual strategies.

4. Discussion

Individuals facing traumatic events such as physical and life changing illnesses, bereavement or sexual abuse may experience post-traumatic growth after three stages including reaction to trauma, the requirements for the beginning

of the PTG, and some developments (personal, social, psychological and spiritual) as a growth: According to the current study findings, it can be concluded that people show different emotions after exposure to traumatic events and after some time with processing the events they experience growth in different aspects of their lives.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

There are no ethical considerations to be noted here.

Funding

This research did not receive any specific grant from funding agencies in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Authors contributions

Conceptualism, concepts, validation, Resources, writing, tracking, editing, and finalizing: All Authors; Research: Zahra Asgari.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interests.

This Page Intentionally Left Blank

تبیین فرایند رشد پس از سانحه: ترکیب مضمون مطالعات کیفی

زهره عسگری^۱، * اعظم نقوی^۲

۱- کارشناس ارشد مشاوره مدرسه، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.
 ۲- دکترای روانشناسی اجتماعی، استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران.

چکیده

تاریخ دریافت: ۰۵ خرداد ۱۳۹۷

تاریخ پذیرش: ۰۹ دی ۱۳۹۷

تاریخ انتشار: ۱۰ تیر ۱۳۹۸

اهداف: هدف از مطالعه حاضر استفاده از روش ترکیب مضمون برای مرور پژوهش‌های کیفی به منظور پاسخ به این سؤال اساسی بود که فرایند رشد پس از سانحه چگونه است.

مواد و روش‌ها: این پژوهش، کیفی و از نوع ترکیب مضمون است. در این مطالعه از ۵۰ مقاله کیفی فارسی و انگلیسی در محدوده زمانی ۱۰ ساله، ۱۸ مورد کاملاً مرتبط، به روش مرور سیستماتیک به پژوهش راه یافتند. فرایند تحلیل استقرایی ترکیب مضمون بر اساس روش توماس و هاردن در سه مرحله کدگذاری آزاد یافته‌های مطالعات اولیه، سازماندهی کدهای آزاد به مضامین توصیفی و در نهایت ایجاد مفاهیم تحلیلی انجام شد.

یافته‌ها: در مجموع پس از تحلیل نتایج پژوهش‌ها، سه مضمون اصلی و هفت مقوله به دست آمدند. اولین مضمون تحت عنوان واکنش به سانحه با مقوله هیجانات اولیه، دومین مضمون شروع رشد پس از سانحه با مقولات زمان و درک واقعیت و سومین مضمون تحت عنوان ظهور رشد پس از سانحه با چهار مقوله تحول فردی، اجتماعی، روانشناختی و معنوی دسته‌بندی شدند.

نتیجه‌گیری: با توجه به یافته‌ها می‌توان چنین استنباط کرد که افرادی که با حوادث آسیب‌زا روبه‌رو می‌شوند در ابتدا هیجانات گوناگون را نشان می‌دهند و پس از گذشت زمان و پردازش آنچه رخ داده است، تحولاتی را در ابعاد گوناگون زندگی خود تجربه می‌کنند.

کلیدواژه‌ها:

ترومای روان‌شناختی، اختلالات مرتبط با استرس، رشد انسان، پژوهش کیفی، مرور سیستماتیک

مقدمه

هرساله در سراسر جهان رویدادهای آسیب‌زا، به مرگ و نتایج ناگواری برای انسان‌ها منجر می‌شود [۱]. تروما یا آسیب روانی، واقع‌های است که فرد را درگیر احساساتی مانند ترس، درماندگی و سردرگمی در برابر تغییرات پیش‌آمده می‌کند [۲]. برخی از این رویدادها شامل سوگ، بیماری جدی مانند سرطان، تصادف، بلایای طبیعی، حملات تروریستی، تجاوز جنسی، خشونت، ورشکستگی و بیکاری هستند [۳]. مسائل روان‌شناختی همچون استرس پس از سانحه، افسردگی، اختلالات اضطرابی یا حتی افزایش نرخ خودکشی در سنین بالاتر از جمله پیامدهای مرتبط با تجارب آسیب‌زا هستند [۴، ۵].

البته این پیامدها فقط محدود به موارد منفی نمی‌شود و بر اساس پژوهش‌ها، برخی موقعیت‌های استرس‌زا و رنج‌آور می‌توانند بستر مناسبی برای پیشرفت افراد فراهم کنند [۶]. افراد آسیب‌دیده گاه نه تنها به وضعیت قبلی خود بازمی‌گردند، بلکه به سطح بالاتری از عملکرد روانی نیز می‌رسند [۷].

* نویسنده مسئول:

اعظم نقوی

نشانی: اصفهان، دانشگاه اصفهان، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه مشاوره.

تلفن: ۳۷۹۳۵۵۱۶ (۳۱) ۹۸+

پست الکترونیکی: az.naghavi@edu.ui.ac.ir

بر اساس پژوهش‌های تدسکی^۱ و کالهون^۲ پدیده رسیدن به سطح بالاتر از عملکرد روانی پس از اتفاق ناگوار، به رشد پس از سانحه^۳ معروف شد [۸]. رشد پس از سانحه با تغییرات مثبت روان‌شناختی پس از دست و پنجه نرم کردن با شرایط چالش‌برانگیز زندگی شناخته شده است و پنج حیطه دارد؛ الف) ارتباط با دیگران که به معنای توسعه شبکه روابط و صمیمیت بیشتر با آن‌هاست؛ ب) احتمالات جدید که نشان‌دهنده ایجاد یک مسیر یا فرصت‌های جدید است؛ ج) توان شخصی که اشاره به افزایش قدرت درونی و توانایی اتکا به خود در سختی‌ها دارد؛ د) تغییر معنوی که به فهم تجارب و تقویت باورهای معنوی اشاره دارد؛ و) قدردانی از زندگی که به معنای پی‌بردن به ارزش زندگی است [۹، ۱۰].

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های مختلفی در زمینه رشد پس از سانحه در گروه‌های مختلف تجربه‌کننده شرایط آسیب‌زا انجام

1. Tedeschi
2. Calhoun
3. Posttraumatic growth (PTG)

این کلیدواژه‌ها با عبارت تحقیقات کیفی^۶، توسط عملگر AND در پایگاه‌های اسپرینگر ساینس دایرکت، پابمد، تیپور اند فرانسیس و الزویر صورت گرفت.

در مرحله غربالگری دو نویسنده با همکاری همدیگر تمام عناوین و چکیده‌ها را بررسی کردند. سپس متن کامل مقالات را برای واجد شرایط بودن بررسی کردند. به منظور دستیابی به داده‌های موردنیاز پژوهش، چک‌لیستی با ۱۲ سؤال تنظیم و در ارتباط با هر اثر تکمیل شد.

از آنجا که معیارهای ورود عبارت بودند از سانه و ویژگی‌هایی همچون ناگهانی‌بودن، غیرقابل پیش‌بینی‌بودن و آسیب‌زا بودن، مقالاتی که در زمینه رشد پس از سوانح این ویژگی‌ها را داشتند انتخاب شدند، مانند تشخیص غیرمنتظره یا بروز مشکلات جسمی سخت، اختلال روانی یا سوءاستفاده جنسی و فقدان. بنابراین، مطالعاتی که در آن شرکت‌کنندگان درگیر وقایع ناگوار اجتماعی مثل بیکاری، پناهندگی، جرائم و بلایای طبیعی مثل سیل و زلزله بودند از تحلیل کنار گذاشته شد. بر اساس ملاک‌های ورود، تنها سوانحی انتخاب شدند که جنبه روانشناختی آنها قوی بوده است، مثل شنیدن خبر بیماری سخت جسمی یا روانی، سوگ ناگهانی و یا سوءاستفاده جنسی. بلایای طبیعی و اجتماعی به دلیل پیچیدگی جنبه‌های روانی اجتماعی که دارند تحلیل جداگانه نیاز دارند و در این مقاله نمی‌گنجد. به دلیل اینکه پژوهش حاضر ترکیب مضمون مطالعات کیفی است، تنها مقالات یا بخش‌های کیفی پژوهش‌های ترکیبی در نظر گرفته شدند؛ در نتیجه مطالعات کمی و مروری حذف شد.

رشد پس از سانحه فقط از دیدگاه شخص آسیب‌دیده مدنظر بود، بنابراین رشد پس از سانحه مراقبان و رشد نیابتی وارد تحلیل نشده است. مقالاتی وارد پژوهش شدند که به صورت تمام متن در دسترس بودند. پس از بررسی پژوهش‌ها با این ملاک‌ها در مرحله سوم از مجموع ۵۰ پژوهش مرتبط به دست آمده، مقالاتی که معیارهای ورود را داشتند، انتخاب و ۳۲ مورد حذف شدند. سرانجام ۱۸ مقاله واجد شرایط شناخته شدند و به پژوهش راه یافتند (تصویر شماره ۱).

برای تحلیل داده‌ها روش استقرایی ترکیب مضمون توماس و هاردن^۷ به کار گرفته شد. این چارچوب شامل سه مرحله است: کدگذاری آزاد یافته‌های مطالعات اولیه، سازماندهی کدهای آزاد به مضامین توصیفی و ایجاد موضوعات تحلیلی و کلی تر با استفاده از مضامین توصیفی [۲۶]. برای این منظور، نویسندگان مستقلانه به خواندن و کدگذاری خطبه‌خط نتایج پژوهش‌ها پرداختند؛ به این صورت که عبارت‌ها و مفاهیم کلیدی در جملات شناسایی و یادداشت شدند. سپس چندین جلسه مشترک به بازخوانی مجدد

شده است. در میان آن‌ها پژوهش‌های کیفی سهم مؤثری در تبیین مفهوم رشد پس از سانحه داشته‌اند. در مطالعه پدیدارشناختی محرایی و همکاران چهار درون‌مایه اصلی و ۹ زیرمقوله به این شرح در مفهوم رشد پس از سانحه اثرگذار بوده‌اند: قدردانی از زندگی با دو زیرمقوله بهبود نگرش و ارزیابی مجدد معنای زندگی، ثبات با دو زیرمقوله افزایش تحمل و استقامت، رفاه معنوی با سه زیرمقوله شکرگذاری، توبه و کمک معنوی و تعامل مؤثر با دو زیرمقوله تأثیر متقابل و همدلی با همسالان [۱۱].

نتایج پژوهش فاضل و همکاران نیز نشان داد خودشکوفایی مقوله مرکزی الگوی رشد پس از سانحه است [۱۲]. عابدی و همکاران نیز در پژوهشی با مطالعه تجربیات افراد توان‌خواه موفق، به اهمیت نقش خانواده و اطرافیان به عنوان عامل تسهیلگر یا مانع رشد رسیدند [۱۳]. آن‌ها دریافتند نگرش‌های اطرافیان، خواسته و ناخواسته می‌تواند تسهیلگر رشد یا مانع آن باشد. نتایج برخی دیگر از پژوهش‌های حوزه رشد پس از سانحه نیز نشان می‌دهد معنویت، حمایت اجتماعی، ویژگی‌های شخصیتی، تاب‌آوری و سبک‌های مقابله‌ای از جمله متغیرهای مهم مرتبط با رشد پس از سانحه هستند [۲۴-۱۴]. بیش از دو دهه از طرح موضوع رشد پس از سانحه می‌گذرد. با توجه به اینکه در زندگی انسان‌ها همواره احتمال رویارویی با حوادث آسیب‌زا وجود دارد، تبیین فرایند رشد پس از سانحه و دیدگاه افراد نجات‌یافته از اتفاقات آسیب‌زا می‌تواند زمینه‌ای برای ایجاد برنامه‌های درمانی یا توان‌بخشی برای کمک به آسیب‌دیدگان باشد. این مطالعه کیفی با روش ترکیب مضمون به منظور مرور و دستیابی به اطلاعات پیشین پژوهش‌های کیفی صورت‌گرفته در این زمینه انجام شد. هدف از پژوهش حاضر استفاده از روش ترکیب مضمون برای پاسخ به یک سؤال اساسی بود: فرایند رشد پس از سانحه چگونه است؟

روش

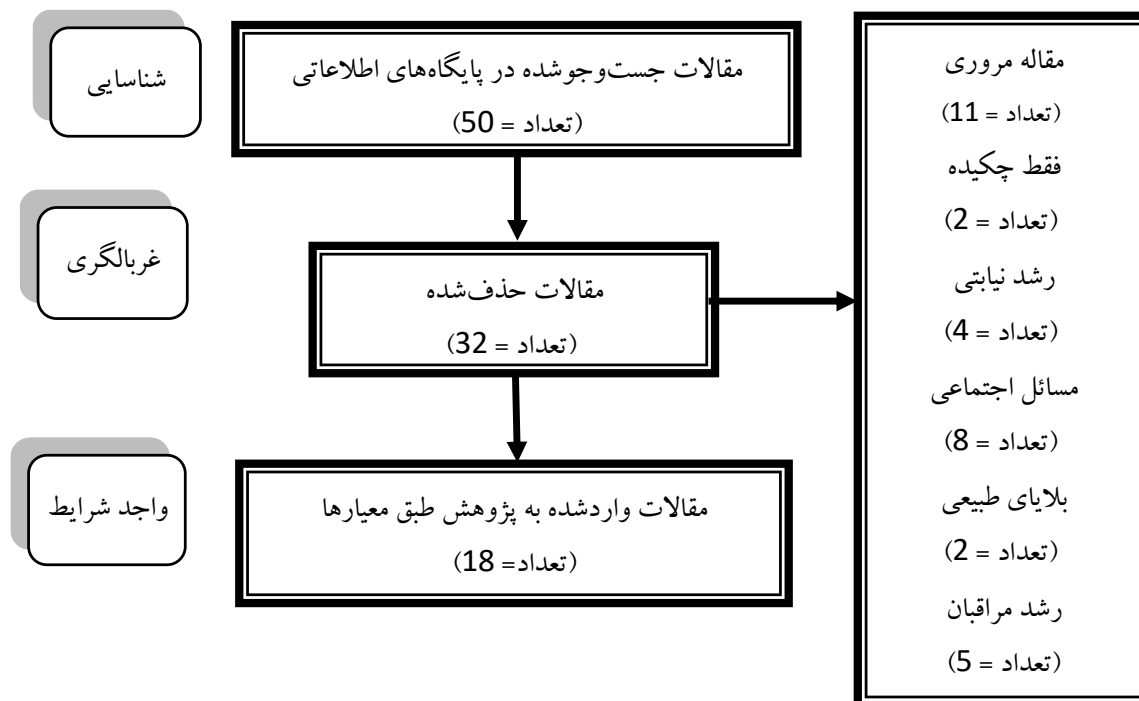
این پژوهش با روش ترکیب مضمون انجام شد که یکی از انواع پژوهش‌های کیفی است و از ترکیب نظام‌مند یافته‌های حاصل از مطالعات کیفی متعدد حاصل می‌شود [۲۵]. برای این منظور جامعه پژوهش، تمامی مقالات کیفی چاپ‌شده ایرانی به زبان فارسی در بازه زمانی ۱۳۸۶ تا ۱۳۹۶ و مقالات انگلیسی در محدوده ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۷ بود. جست‌وجو از ۱۱ مارس ۲۰۱۸ شروع شد و آخرین به‌روزرسانی الکترونیک در تاریخ ۲۸ آوریل ۲۰۱۸ انجام شد. برای شناسایی مقالات مرتبط در اولین گام، از کلیدواژه‌های رشد پس از سانحه یا آسیب، تغییرات مثبت پس از سانحه یا آسیب^۴، رشد مثبت پس از رویدادی آسیب‌زا^۵ و ترکیب

6. Qualitative research

7. Thomas & Harden

4. Positive changes after trauma

5. Positive growth after traumatic events



تصویر ۱. دیاگرام جست‌وجو و انتخاب مقالات

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

یافته‌ها

ویژگی‌های ۱۸ مقاله شرکت‌کننده در ترکیب مضمون در **جدول شماره ۱** آمده است. از این تعداد تنها دو مقاله به زبان فارسی و مابقی انگلیسی بودند. تعداد کل مشارکت‌کنندگان در پژوهش‌ها ۳۲۱ نفر بودند. ۱۳ پژوهش داده‌های خود را از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته، یکی از پژوهش‌ها بر اساس مصاحبه ساختاریافته، سه پژوهش بر اساس مصاحبه عمیق و یک پژوهش بر اساس مصاحبه باز به دست آورده‌اند [۷، ۱۱-۴۱، ۲۸، ۱۱۳]. مهم‌ترین اتفاقات ناگوار مطالعه شده عبارت از سرطان، سوگ، آسیب نخاعی، اختلال روانی، آسیب مغزی، سوء استفاده جنسی و سوختگی بودند. [۷، ۱۱-۱۳، ۲۸-۴۱]. یافته‌ها از ترکیب مضمون در این پژوهش شامل سه مضمون اصلی و هفت مقوله بود. اولین مضمون واکنش به سانحه با مقوله هیجانات اولیه، دومین مضمون ملزومات شروع رشد پس از سانحه با مقولات زمان و درک واقعیت و مضمون سوم ظهور رشد پس از سانحه با چهار مقوله تحول فردی، تحول اجتماعی، تحول روانشناختی، تحول معنوی دسته بندی شدند که در **جدول شماره ۲** نشان داده شده است. در ادامه هر مضمون با توجه به زیرمقوله‌های آن ارائه می‌شود.

مضمون اول: واکنش به سانحه

از دیدگاه بسیاری از شرکت‌کنندگان پژوهش‌های بررسی شده هیجانات اولیه به عنوان ابتدایی و مهم‌ترین واکنش، بلافاصله

کدها برای نزدیک کردن ذهن نویسندگان به برداشت مشترک از متون اختصاص یافت. سپس با سازماندهی و فرمول‌بندی مضامین توصیف‌شده، دسته‌های کلی‌تری را بر اساس شباهت‌های کدهای استخراج‌شده ایجاد کردند که این کار چندین بار تکرار شد.

برای ارزیابی کیفیت پژوهش از معیارهای اعتبار، تأییدپذیری، اعتمادپذیری و انتقال‌پذیری استفاده شد [۲۷]. پژوهشگران کوشیدند با علاقه به پدیده مدنظر، تخصیص زمان کافی به جمع‌آوری داده‌ها، مراجعه متعدد به متون و مشاهده مستمر یادداشت‌ها و تحلیل‌ها به اعتباربخشی نتایج پژوهش بیفزایند. نتایج به این صورت تأیید شد که با درخواست از یک تحلیلگر کیفی متخصص و مجرب برای تطبیق مضامین مستخرج با متن مقالات، تعیین شود که آیا توصیفات بازتاب‌دهنده آنچه در متون آمده است هستند یا خیر که گفت‌وگوهای مشترک تارفع موارد اختلاف ادامه یافت. قابلیت اعتماد و همسانی یافته‌ها از طریق کنارهم قراردادن یادداشت‌ها، یافته‌های اولیه و سازماندهی کدها به دست آمد که در هر مرحله از کار، اگر تناقضی محتوایی رخ می‌داد با مشورت کردن درباره آن تجدید نظر صورت گرفت. برای افزایش انتقال‌پذیری سعی شد با توضیح دقیق فرایند پژوهش، امکان پیگیری مسیر مطالعه برای دیگران فراهم شود. اعتبار محققان به عنوان کدگذاران اصلی از این نظر که آن‌ها تجربه انجام پژوهش‌های کیفی را داشتند، تأمین شدنی بود.

جدول ۱. شبکه مضامین فرایند رشد پس از سانحه

مضمون اصلی	مقوله‌ها	زیرمقوله‌ها
واکنش به سانحه	هیجان‌ات اولیه	ناامیدی، گناه، خشم، پشیمانی، ترس، شرم و درماندگی
ملزومات شروع رشد پس از سانحه	زمان درک واقعیت	-
توان شخص و اصلاح خودپنداره	تحول فردی	
ظهور رشد پس از سانحه	تحول اجتماعی تحول روان‌شناختی	ارتقای مهارت‌های اجتماعی، احیای فعالیت‌های اجتماعی، نوع‌دوستی پذیرش رنج، بلوغ عاطفی، تمهد به تغییر، قدردانی از زندگی، ارزیابی مجدد و اولویت‌بندی ارزش‌ها، تعیین اهداف بهبود سبک زندگی
	تحول معنوی	کشف معنای زندگی و راهبردهای معنوی

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

به تحولات مثبت و مطلوبی در نتیجه فراز و نشیب‌های پس از اتفاق در جنبه‌های مختلف فردی، اجتماعی، روان‌شناختی و معنوی است.

تحول فردی

اکثر مطالعات بر تحول فردی تمرکز داشتند که به معنای افزایش توان شخصی و اصلاح خودپنداره است. توان شخصی یا به عبارتی احساس قدرت درونی دربردارنده احساس استقلال، اعتمادبه‌نفس، خودکارآمدی، خوش‌بینی و تفکر مثبت، توانایی حل مسئله و تاب‌آوری است [۷، ۱۱، ۲۸، ۳۳، ۳۴، ۳۸، ۴۱]. همچنین اصلاح خودپنداره اشاره به مواردی چون طرز جدید تفکر درباره خود، افزایش خودآگاهی، عبور از موانع و به‌چالش کشیدن خود، شناسایی نقاط قوت شخصی، پذیرش خود و رسیدن به خودشکوفایی توانایی‌ها دارد [۲۸-۳۱، ۳۳، ۳۶، ۳۸، ۳۹].

تحول اجتماعی

همه پژوهش‌ها به جز دو مطالعه به تحولات اجتماعی پس از تجربه رویدادهای آسیب‌زا اشاره کرده‌اند و این حاکی از نقش مهم روابط اجتماعی گسترده در افزایش میزان رشد پس از سانحه است [۳۸، ۴۱]. تحول اجتماعی از دید مشارکت‌کنندگان شامل ارتقای مهارت‌های اجتماعی، به معنای افزایش شبکه روابط، کسب اعتماد دیگران، افزایش صمیمیت و همدلی در روابط، احیای فعالیت‌های اجتماعی و حضور فعال در جامعه و همچنین نوع‌دوستی، به معنای کمک متقابل به افراد با تجربه مشابه است [۷، ۱۱-۱۳، ۲۸-۳۷، ۳۹، ۴۰].

تحول روان‌شناختی

در بسیاری از پژوهش‌ها به تغییرات روان‌شناختی اشاره شده

پس از رویارویی با سانحه آسیب‌زا ایجاد می‌شوند. این هیجان‌ات مجموعه‌ای از احساسات چالش‌برانگیز همچون احساس ناامیدی، گناه، پشیمانی، خشم، ترس، شرم و در نهایت درماندگی است که نتیجه همه احساسات ناخوشایند فرد را دچار انزوای اجتماعی، نشخوار ذهنی و تمایل به پایان‌دادن به زندگی می‌کند؛ زیرا در مراحل اولیه پس از رویارویی با سوانحی مانند ابتلا به بیماری جدی، سوءاستفاده جنسی، ناتوانی خاص جسمی و دیگر آسیب‌هاست که فرد تصور می‌کند گویا بخش مهمی از زندگی خود را از دست داده است [۱۲، ۳۰، ۳۳، ۳۸].

مضمون دوم: ملزومات شروع رشد پس از سانحه

بیشتر مشارکت‌کنندگان پژوهش‌ها اذعان داشتند که گذشت زمان و درک واقعیت سانحه رخ داده برای آن‌ها نقطه عطفی برای شروع رشد پس از سانحه بوده است. گذشت زمان به این نکته اشاره دارد که رسیدن به رشد، ناگهانی نیست. شرکت‌کنندگان در پژوهش‌ها بیان کرده‌اند که رشد پس از سانحه به طور ناگهانی اتفاق نمی‌افتد و امری تابع زمان است که تنها با مرور تدریجی زمان می‌توان به آن نائل شد.

درک واقعیت شامل پردازش آنچه که اتفاق افتاده است، توانایی تشخیص نشانه‌های مرتبط با سانحه و تفکیک آن‌ها با هویت شخصی است؛ برای مثال در یکی از پژوهش‌ها این‌گونه مطرح شده بود: «درک علائم پس از سانحه من را قوی‌تر کرده است و به همین دلیل احساس استقلال بیشتری می‌کنم. من از علائم منفی و مشکلاتم شاکی نیستم بلکه آن‌ها را امری طبیعی در پاسخ به اتفاقات و عوامل بیرونی می‌دانم» [۳۲].

مضمون دوم: ظهور رشد پس از سانحه

رشد پس از سانحه از دید مشارکت‌کنندگان به معنای دستیابی

جدول ۲. مطالعات وارد شده به پژوهش در زمینه رشد پس از سانحه

شماره	نویسنده اول	سال انتشار	عنوان پژوهش	روش جمع‌آوری داده‌ها	تعداد و ویژگی نمونه	خلاصه نتایج
۱	استین و همکاران [۳۷]	۲۰۱۸	ماهیت زندگی و مرگ: درک تداوم رابطه و رشد پس از سانحه در فقدان دوست صمیمی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۲۱ نفر بین ۲۱ تا ۳۴ سال	تحلیل یافته‌ها بیانگر دو مضمون اصلی بود: ۱. تداوم رابطه پس از فقدان: شامل سه زیرمقاله ارتباط شخصی، تغییر شخصی و برگزاری مراسم بزرگداشت بود. ۲. تجربه‌های رشد پس از سانحه به عنوان یک نتیجه از مرگ دوست خود شامل تغییر رفتار و تغییرات شخصی در چشم‌انداز است.
۲	کاراچیوری و همکاران [۷]	۲۰۱۸	رشد پس از سانحه در بزرگسالان بازمانده آسیب‌مغزی: مطالعه کیفی از شرکت‌کنندگان طرح آزمایشی روان‌درمانی کوتاه‌مدت مثبت	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۷ نفر بالای ۲۰ سال	تحلیل یافته‌ها به صورت ۹ مقوله گزارش شد: ۱. توان شخصی ۲. قردانی از زندگی ۳. ارتباط با دیگران ۴. خوش‌بینی یا نگرش مثبت ۵. احساس خوشبختی ۶. تغییرات مثبت احساسی و رفتاری ۷. بهبود سبک زندگی ۸. احتمالات جدید ۹. تغییر معنوی.
۳	زامورا و همکاران [۳۴]	۲۰۱۷	داشتن سرطان بسیار وحشتناک بود، اما برون‌داد خوبی هم داشت: رشد پس از سانحه در میان بزرگسالان بازمانده از سرطان کودکی و نوجوانی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۵۳ نفر با سابقه ابتلا به سرطان قبل از ۲۰ سالگی	برای بازماندگان، سرطان تغییری در زندگی بود و برای بسیاری هم این تجربه همچنان ادامه دارد. نتایج پژوهش حاصل پنج مقوله اصلی بود: ۱. توان شخصی با دو زیرمقاله اعتمادبه‌نفس روان‌شناختی و بلوغ عاطفی ۲. افزایش رابطه با دیگران با دو زیرمقاله صمیمیت خانوادگی و همدلی با دیگران ۳. احتمالات جدید با زیرمقاله اشتیاق برای کار کردن روی سرطان ۴. قردانی از زندگی با زیرمقاله اولویت‌بندی مجدد ۵. رشد معنوی با دو زیرمقاله تقویت باورهای معنوی و شرکت در مراسم و فعالیت‌های مذهبی.
۴	مارتین ککوا و همکاران [۳۳]	۲۰۱۷	سوک مادران، بخشش و رشد پس از سانحه پس از فقدان یک کودک	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۲ مادر با تجربه سوگ فرزند	تحلیل داده‌های کیفی بیانگر پنج مقوله اصلی است: ۱. تغییر در ارزش‌های زندگی ۲. تغییر در روابط با دیگران با دو زیرمقاله همدلی و کمک متقابل به افراد با موقعیت مشابه ۳. افزایش توان شخصی ۴. تغییر معنوی با دو زیرمقاله تقویت ایمان و درک معنای زندگی ۵. خودشکوفایی.
۵	لی و همکاران [۴۰]	۲۰۱۷	فراتر از سوگ و بقا: رشد پس از سانحه در پس از خودکشی ناگهانی خانوادگی در کره جنوبی	مصاحبه عمیق	۱۱ نفر ۲۰ تا ۶۰ ساله	مشارکت کنندگان در مصاحبه‌های خود نتایج مثبتی نشان دادند: ۱. آن‌ها در حال حاضر می‌دانند که مهم‌ترین چیز در زندگی‌شان چیست. ۲. به اهمیت روابط گرم و صمیمی پی بردند. ۳. در جست‌وجوی معنایی برای خودکشی اعضای خانواده هستند.
۶	ونگ و همکاران [۳۰]	۲۰۱۷	روند رشد پس از سانحه در افراد مبتلا به آسیب نخاعی در چین: تحلیل پدیدارشناختی تفسیری	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۵ نفر مبتلا به ضایعه نخاعی	سه مقوله اصلی و ۱۲ زیرمقاله به دست آمده است: ۱. درگیر درمان‌گری شدن (تمایل به اتمام زندگی، احساسات منفی از نبود استقلال فردی، کمبود اطلاعات توان‌بخشی و کناره‌گیری از جامعه) ۲. رهایی از ناتوانی (حمایت از وجود پذیرش خود در صندلی چرخ‌دار، بازسازی احساس تعلق، احیای فعالیت اجتماعی) ۳. مواجهه با چالش و دستیابی به رشد مثبت (عبور از موانع با به‌چالش کشیدن خود، لذت‌بردن از دستاوردها، افزایش خرد، کمک به دوستان توان‌خواه).

شماره	نویسنده اول	سال انتشار	عنوان پژوهش	روش جمع‌آوری داده‌ها	تعداد و ویژگی نمونه	خلاصه نتایج
۷	خانجانی و همکاران [۳۵]	۲۰۱۷	کشف تسهیل‌کننده‌های رشد پس از سانحه در بیماران مبتلا به آسیب نخاعی: یک مطالعه کیفی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۶ بیمار موفق مبتلا به آسیب نخاعی	این مطالعه هفت عامل را تسهیل‌کننده رشد نشان داد: ۱. وجود منابع حمایتی ۲. ارتباط با انجمن‌های آسیب نخاعی ۳. باورهای معنوی ۴. دید مثبت به آسیب ۵. دسترسی به امکانات مناسب ۶. ارتقای دانش و آگاهی ۷. حضور فعال در جامعه.
۸	فاضل و همکاران [۱۲]	۱۳۹۶	ارائه الگوی رشد پس از سانحه در بیماران سرطانی: یک مطالعه گراندد تئوری	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۵ بیمار مبتلا به سرطان	خودشکوفایی مقوله مرکزی رشد پس از سانحه بود. شرایط علی برای رشد، روبه‌روشدن با رنج ابتلا به سرطان، برای شرایط مداخله‌ای عوامل مربوط به خود، اطرافیان نزدیک، جامعه و پرسنل درمانی بود. کنش‌های مستخرج، شامل تعاملات فرد و اطرافیان نزدیک و معنویت به عنوان شرایط زمینه‌ای رشد به دست آمد.
۹	پالمر و همکاران [۳۲]	۲۰۱۶	تجربه رشد پس از سانحه در کهنه‌سربازان انگلیسی با PTSD: یک مطالعه کیفی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۸ سرباز قدیمی انگلیسی	مقوله‌ها شامل ۱. تجربه رشد با زیرمقوله‌های پذیرش نکات مهم در رویدادها و عواطف، قدرانی از جهان خارج، ارتباط با دیگران، ارزیابی مجدد اهداف، گذشت تدریجی زمان ۲. تکامل رشد با زیرمقوله‌های بحران‌های تسریع‌کننده، تمهد فعالانه به تغییر، پذیرش کمک، ارتباط با دیگران با تجربه مشابه، شبکه حمایتی آگاه و درک واکنش‌های به آسیب.
۱۰	هارتلی و همکاران [۳۱]	۲۰۱۶	ماهیت رشد پس از سانحه در بزرگسالان با تجربه سوءاستفاده جنسی در کودکی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۶ زن با تجربه سوءاستفاده جنسی تا قبل از ۱۶ سالگی	از تحلیل داده‌ها سه مقوله اصلی و ۹ زیر طبقه به دست آمد: ۱. ایجاد معنایی برای سوءاستفاده با زیرمقوله‌های ایجاد معنایی برای سوءاستفاده و رفتار گذشته، پذیرش، صحبت درباره سوءاستفاده، رشد در ارتباط با مذهب و در ارتباط با فرهنگ ۲. روش جدید ارتباط با خود و قدرانی مثبت با زیرمقوله‌های رشد به عنوان تجربه هیجانی جدید، رشد به عنوان روش جدید تفکر درباره خود ۳. تجربه رشد از طریق ارتباط با دیگران با زیرمقوله‌های ارتباط با کودکان و خانواده اصلی.
۱۱	محرابی و همکاران [۱۱]	۲۰۱۵	رشد پس از سانحه: تحلیل کیفی تجربه تغییرات مثبت روان‌شناختی در میان زنان مبتلا به سرطان سینه	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۸ زن مبتلا به سرطان	چهار درون‌مایه اصلی و ۹ طبقه استخراج شد: ۱. قدرانی از زندگی با دو زیرمقوله بهبود نگرش و ارزیابی مجدد معنای زندگی ۲. ثبات با دو زیرطبقه افزایش تحمل و استقامت ۳. رفاه معنوی با سه زیرمقوله شکرگزاری، توبه و کمک معنوی ۴. تعامل مؤثر با دو زیرمقوله تأثیر متقابل و همدلی با همسالان.
۱۲	مهلپیک و همکاران [۳۶]	۲۰۱۵	تحلیل پدیدارشناختی تفسیری از رشد پس از سانحه در افراد روان‌پریش	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۷ نفر ۲۸ تا ۶۸ ساله	خود سازشگر به عنوان درون‌مایه اصلی داده‌های تحلیل شده بود. یافتن معنا و هدف، حمایت و درک، توانایی و تصمیم‌گاتی، پذیرش و خودآگاهی زیرمقوله‌های آن هستند.
۱۳	عابدی و همکاران [۱۳]	۱۳۹۲	تأملی بر تجارب معلولان: اطرافیان مسبب رشد یا مانع رشد	مصاحبه عمیق	۱۲ نفر توان‌خواه موفق مبتلا به آسیب نخاعی	یافته‌ها شامل دو درون‌مایه اصلی اطرافیان متعالی و هوشمند با سه زیرمقوله پذیرش و حمایت اولیه، تعامل با هم‌گروه‌ها و معلولان موفق و جاذبه و دافعه به‌موقع و نیز اطرافیان مانع رشد با سه زیرمقوله ترحم و حمایت ناشیانه، سرگرم‌کردن به جای هدفمندبودن و نادیده انگاشتن بود.
۱۴	فلاح و همکاران [۴۱]	۲۰۱۲	رشد پس از سانحه در بیماران مبتلا به سرطان سینه	مصاحبه باز	۲۳ زن مبتلا به سرطان سینه	نتایج این پژوهش به صورت سه مقوله اصلی و هفت زیرمقوله استخراج شد: ۱. رشد معنوی (ساختن معنایی برای رنج، نزدیکی بیشتر با خدا و راهبردهای معنوی) ۲. توان شخصی (تاب‌آوری و اعتمادبه‌نفس) ۳. قدرانی از زندگی (استفاده مفید از فرصت‌ها و لذت بردن از زیبایی‌های زندگی).

شماره	نویسنده اول	سال انتشار	عنوان پژوهش	روش جمع‌آوری داده‌ها	تعداد و ویژگی نمونه	خلاصه نتایج
۱۵	اسمیت و همکاران [۲۹]	۲۰۱۱	تحلیل پدیدارشناختی از رشد پس از سانحه در بزرگسالان داغ‌دیده بر اثر خودکشی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۶ نفر بالای ۱۸ سال	دو درون‌مایه اصلی شامل رشد مثبت با زیرمقوله‌های دیدگاه نسبت به زندگی، آگاهی از خود و ارتباط با دیگران و زمینه اجتماعی با زیرمقوله‌های نگاه دیگران، ظاهر عمومی و آرامش دیگر بازماندگان.
۱۶	ژای و همکاران [۲۸]	۲۰۱۰	معنای رشد پس از سانحه سوختگی در بیماران چینی چیست؟ مطالعه پدیدارشناسی	مصاحبه نیمه‌ساختاریافته	۱۰ نفر از ۲۴ تا ۴۸ ساله	داده‌ها بیانگر دو مقوله اصلی بود: ۱. فرایند رشد پس از سانحه با زیرمقوله‌های تأثیر سبک مقابله‌ای، به خاطر افراد مهم زندگی، ایجاد معنا و افزایش خودکارآمدی ۲. ارائه رشد پس از سانحه با زیرمقوله‌های توان شخصی، فلسفه جدیدی برای زندگی، سپهیم کردن خود با دیگران، تولد نوع‌دوستی از رنج و رشد معنوی و مذهبی.
۱۷	چان و همکاران [۳۹]	۲۰۰۸	تجربه رشد پس از سانحه برای افراد مبتلا به آسیب نخاعی	مصاحبه عمیق	۱۳ نفر ۲۷ تا ۵۸ ساله	نتایج این پژوهش به صورت سه مقوله اصلی و ۹ زیرمقوله استخراج شد. ۱. تجربه روابط خانوادگی معنادار (صمیمیت عاطفی، کسب اعتماد، روابط متقابل) ۲. درگیر شدن معنادار (شناخت نقاط قوت شخصی، تقویت روابط از طریق فعالیت‌ها و تجربه احساسات) ۳. قدردانی از زندگی (از زندگی روزمره، از طریق مقایسه‌های اجتماعی و مقایسه خود).
۱۸	دیویس و همکاران [۳۸]	۲۰۰۷	پروفایل‌های رشد پس از سانحه بعد از دست‌دادن ناعادلانه	مصاحبه ساختاریافته	۵۲ نفر	از یافته‌ها سه گروه به دست آمد: ۱. گروه خودبازسازی‌شده که توانستند معنایی برای خود ایجاد کنند، درباره خودشان بیشتر آگاه شدند و به قدرت درونی خود پی بردند ۲. گروه با حداقل رشد نسبت به گروه بدون رشد.

مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالین ایران

گزارش شده است و شامل کشف معنای زندگی و راهبردهای معنوی که منظور از آن شرکت در مراسم و فعالیت‌های مذهبی؛ شکرگذاری؛ توبه؛ ارتباط نزدیک با خدا؛ دریافت کمک معنوی و تقویت باورهای معنوی است [۷، ۱۱، ۱۲، ۳۱، ۳۳-۳۶، ۳۸، ۴۱]. افراد شرکت‌کننده در این پژوهش‌ها بیان کردند که پس از تجربه آسیب‌زا به دنبال پیدا کردن معنایی برای زندگی کردن بودند. برخی به تغییر ارتباطشان با خدا و احساس عشق بیشتر نسبت به او اشاره کردند؛ به گونه‌ای که وقت بیشتری برای دعا و عبادت کردن اختصاص می‌دادند و حتی درصدد افزایش اطلاعات مذهبی خود هم بودند.

بحث

هدف از پژوهش حاضر پاسخ به این سؤال اساسی بود که فرایند رشد پس از سانحه چگونه است؟ بر پایه یافته‌های حاصل از ترکیب مضمون داده‌های ۱۸ پژوهش، به نظر می‌رسد فرایند رشد پس از سانحه، برای افرادی که با اتفاقات ناگواری از قبیل مشکلات جسمی، اختلال مزمن روانی، سوگ یا سوءاستفاده جنسی روبه‌رو می‌شوند، معمولاً پس از طی سه مرحله اساسی واکنش به سانحه، ملزومات شروع رشد پس از سانحه و ظهور رشد پس از سانحه است.

است که عبارت است از پذیرش رنج، بلوغ عاطفی؛ به معنای تجربه احساسات مثبت مانند بخشش و خوشبختی، تعهد به تغییر، قدردانی از زندگی؛ به معنای لذت از زیبایی‌های آن همراه با تغییر در جهان‌بینی، استفاده از فرصت‌های جدید، ارزیابی مجدد و اولویت‌بندی ارزش‌ها، تعیین اهداف و سرانجام بهبود سبک زندگی [۷، ۲۹، ۳۱-۳۴، ۳۷، ۳۹، ۴۱]. در این پژوهش‌ها شرکت‌کنندگان بیان کرده‌اند که رنج بخش جدایی‌ناپذیر زندگی انسان‌هاست. وقوع اتفاق ناگوار فرصتی برای پی بردن به ارزش زندگی با کنار گذاشتن مسائل بی‌اهمیت و همچنین ارزش افرادی مثل خانواده و دوستان صمیمی با محبت‌ورزی بیشتر در اختیار آن‌ها گذاشته است. به همین دلیل به تشخیص ارزش‌های واقعی زندگی خود مثل خانواده و روابط، سلامتی، مذهب، تحصیل، کار و ترتیب اهمیت‌شان رسیدند و بر اساس آن‌ها اهداف بلند و کوتاه‌مدت تنظیم کردند. برخی به جست‌وجو یا ساختن موقعیت‌های شغلی جدید پرداختند و برخی دیگر بیشتر از قبل به استفاده از لحظه اکنون و وضعیت سلامتی خود مثل تغذیه، ورزش و خواب توجه کرده‌اند.

تحول معنوی

در بیشتر پژوهش‌ها تحول معنوی به عنوان بُعدی بسیار مهم

مهمی در تسریع روند رشد پس از سانحه ایفا کند. همان‌طور که در یافته‌ها مشاهده شد می‌توان گفت که ارتقای مهارت‌های اجتماعی، احیای فعالیت‌های اجتماعی و نوع دوستی نه تنها به دریافت احساس امنیت در مقابله با شرایط ناگوار کمک می‌کنند، بلکه در طول کشمکش با آن گسترده‌تر هم می‌شوند و به منزله رشد به حساب می‌آیند. در همین راستا افزایش تعامل با دیگران، یک تغییر رفتاری پس از سانحه است که بستری برای ارتقای مهارت‌های اجتماعی و بازسازی روابط گذشته یا از دست رفته فراهم می‌کند [۳۷].

به نظر بسیاری از شرکت‌کنندگان پژوهش‌ها، تغییر در جنبه‌های روان‌شناختی پس از یک سانحه حتمی است. برای افراد، زندگی پس از فقدان یک فرد مورد علاقه و مهم ارزش تازه‌ای یافته است. به این شکل که موارد کم‌اهمیتی که در زندگی آنان تا پیش از این مهم و قابل تأمل تلقی می‌شدند، به تدریج رنگ می‌بازد و فرد با درک تک‌تک لحظات زندگی بر ارزش‌ها و اهداف والا و جدید خود با تعهد به تغییر متمرکز می‌شود. این باور راسخ در نتیجه فعالانه پذیرفتن اتفاقات ناگوار و بلوغ عاطفی پس از آن حاصل می‌شود که نتیجه آن بهبود سبک زندگی است. پژوهش‌هایی یافت شد که تا حدی در این زمینه همخوان بودن [۴۱، ۳۹، ۳۲، ۷]؛ برای مثال، پژوهش آموس^۹ با چهار مضمون اصلی بازسازی خود، اولویت‌بندی ارزش‌ها و تعیین مجدد اهداف و همچنین پژوهش هافرون، گریلی و ماتری^{۱۰} با مضامین ارزیابی مجدد زندگی و اولویت‌ها، آسیب مساوی با رشد خود، بازبینی وجود و خودآگاهی با این پژوهش همسو بودند [۴۴، ۴۳].

در بیشتر دیدگاه‌ها، بعد اصلی رشد پس از سانحه، تحول معنوی بود. تغییر معنا یکی از مهم‌ترین تغییرات رشدی پس از سانحه است [۴۵]. به طور کلی کشف معنا و اتصال به منبع الهی به عنوان تسهیلگر رشد پس از سانحه شناخته می‌شود. سانحه انگیزه‌ای برای افراد ایجاد می‌کند تا درباره معنای زندگی و رنج خود تأمل کنند [۴۰]. به طور کلی، تغییر معنوی قوی‌ترین راه برخورد با سانحه آسیب‌زا است. انسان‌ها عموماً پس از مواجهه با آن با بحران ایمان روبه‌رو می‌شوند که اگر بتوانند پس از طی مراحل به تقویت باورهای دینی خود پردازند، رشد پس از سانحه را هم تجربه می‌کنند. این یافته پژوهش همسو با پنج حیطه رشد پس از سانحه از نظر تدسکی و کالهن بود [۹].

نتیجه‌گیری

این پژوهش اولین پژوهش از نوع ترکیب مضمون در زمینه تبیین فرایند رشد پس از سانحه بوده است. در پژوهش‌های ترکیب مضمون مقالات کیفی، همانند پژوهش‌های فرائدلی در

درباره اولین مضمون که واکنش به سانحه است، این مطالعه نشان می‌دهد افراد در مواجهه شدن با چنین رویدادهایی ابتدا با هیجانات مختلف و دشوار دست‌وپنجه نرم می‌کنند که در واقع پاسخی به استرس ناشی از سانحه است. از این لحاظ بسیاری از مشارکت‌کنندگان، شروع فرایند رشد پس از سانحه را اندکی پیچیده بیان کردند. ونگ نیز در مطالعه خود مطرح می‌کند اولین هیجانی که افراد پس از آسیب با آن روبه‌رو می‌شوند، ناامیدی است که به دنبال نپذیرفتن واقعیت ایجاد می‌شود [۳۰]. واکنش‌های عاطفی دیگر مانند احساس گناه، پشیمانی، خشم، ترس، شرم و درماندگی موجب ناراحتی بیشتر می‌شود، زیرا فرد را دچار انزوای اجتماعی، نشخوار ذهنی با افکار و احساسات منفی، هر لحظه در فکر مرگ بودن و تمایل به پایان دادن به زندگی می‌کند [۱۲].

بر اساس یافته‌های این پژوهش، گذشت زمان و درک واقعیت سانحه می‌تواند از ملزومات شروع رشد پس از سانحه و نقطه عطفی برای شروع تجربه رشد پس از سانحه باشد که مضمون اصلی دیگر این پژوهش بود. گذر زمان به تدریج از تنش‌های فرد می‌کاهد و با فراهم کردن امکان پردازش شناختی لازم، به درک واقعیت اتفاق و در پی آن دریافت یک جهان‌بینی تازه و تغییر طحوراه‌های ناکارآمد فرد منجر می‌شود که همه آغازگر رشد پس از سانحه است [۴۲]. این مورد نشان می‌دهد حمایت روان‌شناختی و مداخله در بحران در مراحل اولیه پس از سانحه بسیار ضروری است؛ زیرا افراد پس از آگاهی از نوع پاسخشان به شرایط موجود می‌توانند رنجشان را درک کنند و برای زندگی مجدد آماده شوند.

مضمون سوم به دست آمده از ترکیب پژوهش‌های کیفی، ظهور رشد پس از سانحه است؛ به این معنا که فرد همزمان با ایجاد تغییرات مثبت اولیه برای بازسازی جنبه‌های مختلف وجود خود از لحاظ فردی، اجتماعی، روان‌شناختی و معنوی می‌کوشد؛ به گونه‌ای که رشد به صورت ملموس در زندگی‌اش نمایان می‌شود. مارتین‌چکوا^۸ در مطالعه خود تعبیر شرکت‌کنندگان از تحول فردی را قوی‌تر شدن و بلوغ شخصی بیان کرده است [۳۳]. در واقع، گذر از رنج‌های پس از سانحه احساس توان و قدرت درونی به افراد می‌دهد و با تعریف دوباره خود، تحول فردی را رقم می‌زند. عامل اصلی خودکفایی فرد پس از آسیب افزایش توان شخصی اوست. احساس استقلال، فرد را در انجام امور کمتر به دیگران متکی می‌کند، اعتماد به نفس بیشتری به او می‌دهد و منبع محرکی برای افزایش خودکارآمدی و باور به توانایی‌های شخصی‌اش می‌شود [۲۸].

پس از مدتی فرد تغییر را در خود واقعی‌اش حس می‌کند که همه این موارد در دیگر پژوهش‌ها در قالب توان شخصی مطرح شده است [۴۱، ۱۱، ۷]. سیستم اجتماعی فرد می‌تواند نقش

9. Amos

10. Hefferon, Grealy & Mutrie

8. Martincekova

مقالات کمی برای پاسخگویی به سؤال پژوهش به تحلیل مقالات کیفی در آن زمینه خاص پرداخته می‌شود و در این پژوهش نیز تمام مقالات انگلیسی و فارسی در زمینه رشد پس از سانحه بر اساس روش ترکیب مضمون مطالعه و تحلیل شد. با توجه به یافته‌ها می‌توان چنین استنباط کرد که افرادی که با حوادث آسیب‌زا روبه‌رو می‌شوند در ابتدا هیجانات گوناگون را نشان می‌دهند و پس از گذشت زمان و پردازش آنچه رخ داده است تحولاتی را در ابعاد گوناگون زندگی خود تجربه می‌کنند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

مقاله حاضر مرور پژوهش‌های کیفی بوده که مسائل مربوط به کد اخلاق شامل آن نمی‌شوند.

حامی مالی

مقاله مستخرج از پایان نامه نیست و حمایت مالی نداشته است.

مشارکت نویسندگان

مفهوم‌سازی، روش‌شناسی، اعتبارسنجی: تمام نویسندگان؛ منابع، نگارش پیش‌نویس، ویراستاری و نهایی‌سازی نوشته: تمام نویسندگان؛ تحقیق و بررسی: زهرا عسگری.

تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

References

- [1] Mohamadi L, Mohamadkhani P, Dolatshahi B, Golzari M. [Post-traumatic stress disorder symptoms and their comorbidity with other disorders in eleven to sixteen years old adolescents in the city of Bam (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2010; 16(3):187-94.
- [2] Schauer M, Schauer M, Neuner F, Elbert T. *Narrative exposure therapy: A short-term treatment for traumatic stress disorders*. Boston: Hogrefe Publishing; 2011.
- [3] Rendon J. *Upside: The new science of post-traumatic growth*. New York City: Simon and Schuster; 2015.
- [4] Haravuori H, Suomalainen L, Marttunen M. Quality of life in adolescents and young adults after traumatic experience. *Psychiatria Fennica*. 2016; 47:32-49.
- [5] Ebrahimi H, Dejkam M, Seghatoleslam T. [Childhood traumas and suicide attempt in adulthood (Persian)]. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2014; 19(4):275-82.
- [6] Thompson N. *Crisis intervention*. Dorset, England: Russell House Publishing; 2011.
- [7] Karagiorgou O, Evans JJ, Cullen B. Post-traumatic growth in adult survivors of brain injury: A qualitative study of participants completing a pilot trial of brief positive psychotherapy. *Disability and Rehabilitation*. 2018; 40(6):655-9. [DOI:10.1080/09638288.2016.1274337] [PMID]
- [8] Tedeschi RG, Calhoun LG. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*. 1996; 9(3):455-71. [DOI:10.1002/jts.2490090305]
- [9] Tedeschi RG, Calhoun LG. Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*. 2004; 15(1):1-18. [DOI:10.1207/s15327965pli1501_01]
- [10] Calhoun L, Tedeschi R, Cann A, Hanks E. Positive outcomes following bereavement: Paths to posttraumatic growth. *Psychologica Belgica*. 2010; 50(1-2):125-43. [DOI:10.5334/pb-50-1-2-125]
- [11] Mehrabi E, Hajian S, Simbar M, Houshyari M, Zayeri F. Post-traumatic growth: A qualitative analysis of experiences regarding positive psychological changes among Iranian women with breast cancer. *Electron Physician*. 2015; 7(5):123-9. [PMID] [PMCID] [DOI:10.14661/1239]
- [12] Fazel M, Bagestani H, Farahbakhsh K, Esmaili M. [Post traumatic growth Model in cancer patients: A grounded theory study (Persian)]. *Counseling Culture and Psychotherapy*. 2017; 8(29):79-105.
- [13] Abedi H, Hossenigolafshani SZ, Ahmadi F. [Reflection on the experiences of disabled people: The society as a cause of growth or barrier (Persian)]. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences*. 2013; 2(3):248-60.
- [14] Paredes AC, Pereira MG. Spirituality, distress and posttraumatic growth in breast cancer patients. *Journal of Religion and Health*. 2018; 57(5):1606-17.
- [15] Gesselman AN, Bigatti SM, Garcia JR, Coe K, Cella D, Champion VL. Spirituality, emotional distress, and post-traumatic growth in breast cancer survivors and their partners: An actor-partner interdependence modelling approach. *Psycho-Oncology*. 2017; 26(10):1691-9. [DOI:10.1002/pon.4192] [PMID] [PMCID]
- [16] Zhou X, Wu X, Zhen R. Understanding the relationship between social support and posttraumatic stress disorder/posttraumatic growth among adolescents after Ya'an earthquake: The role of emotion regulation. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2017; 9(2):214-21. [DOI:10.1037/tra0000213] [PMID]
- [17] Cao W, Qi X, Cai DA, Han X. Modeling posttraumatic growth among cancer patients: The roles of social support, appraisals, and adaptive coping. *Psycho-Oncology*. 2018; 27(1):208-15. [DOI:10.1002/pon.4395] [PMID]
- [18] Mattson E, James L, Engdahl B. Personality factors and their impact on PTSD and post-traumatic growth is mediated by coping style among OIF/OEF veterans. *Military Medicine*. 2018; 183(10):481-8. [DOI:10.1093/milmed/usx201] [PMID]
- [19] McDiarmid L, Taku K. Family-valued and personally important posttraumatic growth in American and Japanese adolescents. *Journal of Child and Family Studies*. 2017; 26(2):357-69. [DOI:10.1007/s10826-016-0565-8]
- [20] Yu Y, Peng L, Chen L, Long L, He W, Li M, et al. Resilience and social support promote posttraumatic growth of women with infertility: The mediating role of positive coping. *Psychiatry Research*. 2014; 215(2):401-5. [DOI:10.1016/j.psychres.2013.10.032] [PMID]
- [21] Yuan G, Xu W, Liu Z, An Y. Resilience, posttraumatic stress symptoms, and posttraumatic growth in Chinese adolescents after a tornado: The role of mediation through perceived social support. *The Journal of Nervous and Mental Disease*. 2018; 206(2):130-5. [DOI:10.1097/NMD.0000000000000778] [PMID]
- [22] Kong L, Fang M, Ma T, Li G, Yang F, Meng Q, et al. Positive affect mediates the relationships between resilience, social support and posttraumatic growth of women with infertility. *Psychology, Health & Medicine*. 2018; 23(6):707-16. [DOI:10.1080/13548506.2018.1447679] [PMID]
- [23] Bellur Z, Aydın A, Alpay EH. Mediating role of coping styles in personal, environmental and event related factors and posttraumatic growth relationships in women with breast cancer. *Turkish Journal of Clinical Psychiatry*. 2018; 21:38-51. [DOI:10.5505/kpd.2018.65365]
- [24] Rzeszutek M, Oniszczenko W, Kwiatkowska B. Stress coping strategies, spirituality, social support and posttraumatic growth in a Polish sample of rheumatoid arthritis patients. *Psychology, Health & Medicine*. 2017; 22(9):1082-8. [DOI:10.1080/13548506.2017.1280174] [PMID]
- [25] Ring NA, Ritchie K, Mandava L, Jepson R. A guide to synthesising qualitative research for researchers undertaking health technology assessments and systematic reviews. *Edinburgh: NHS Quality Improvement Scotland*; 2011.
- [26] Thomas J, Harden A. Methods for the thematic synthesis of qualitative research in systematic reviews. *BMC Medical Research Methodology*. 2008; 8(1):45. [DOI:10.1186/1471-2288-8-45] [PMID] [PMCID]
- [27] Lincoln YS, Guba EG. *Naturalistic inquiry*. California: SAGE Pblcation; 1985.
- [28] Zhai J, Liu X, Wu J, Jiang H. What does posttraumatic growth mean to Chinese burn patients: A phenomenological study. *Journal of Burn Care & Research*. 2010; 31(3):433-40. [DOI:10.1097/BCR.0b013e3181db5240] [PMID]

- [29] Smith A, Joseph S, Das Nair R. An interpretative phenomenological analysis of posttraumatic growth in adults bereaved by suicide. *Journal of Loss and Trauma*. 2011; 16(5):413-30. [DOI:10.1080/15325024.2011.572047]
- [30] Wang Y, Wang H, Wang Z, Xie H, Shi J, Zhao X. The process of posttraumatic growth in individuals with traumatic spinal cord injury in Mainland China: An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Health Psychology*. 2017; 22(5):637-49. [DOI:10.1177/1359105315610812] [PMID]
- [31] Hartley S, Johnco C, Hofmeyr M, Berry A. The nature of post-traumatic growth in adult survivors of child sexual abuse. *Journal of Child Sexual Abuse*. 2016; 25(2):201-20. [DOI:10.1080/10538712.2015.1119773] [PMID]
- [32] Palmer E, Murphy D, Spencer-Harper L. Experience of post-traumatic growth in UK veterans with PTSD: A qualitative study. *Journal of the Royal Army Medical Corps*. BMJ. 2016; 0:1-6. [DOI:10.1136/jramc2015-000607]
- [33] Martinčeková L, Klatt J. Mothers' grief, forgiveness, and post-traumatic growth after the loss of a child. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. 2017; 75(3):248-65. [DOI:10.1177/0030222816652803] [PMID]
- [34] Zamora ER, Yi J, Akter J, Kim J, Warner EL, Kirchoff AC. Having cancer was awful but also something good came out: Post-traumatic growth among adult survivors of pediatric and adolescent cancer. *European Journal of Oncology Nursing*. 2017; 28:21-7. [DOI:10.1016/j.ejon.2017.02.001] [PMID]
- [35] Khanjani MS, Younesi SJ, Khankeh HR, Azkosh M. Exploring facilitators of post-traumatic growth in patients with spinal cord injury: A qualitative study. *Electronic Physician*. 2017; 9(1):3544-53. [DOI:10.19082/3544] [PMID] [PMCID]
- [36] Mapplebeck C, Joseph S, Sabin-Farrell R. An interpretative phenomenological analysis of posttraumatic growth in people with psychosis. *Journal of Loss and Trauma*. 2015; 20(1):34-45. [DOI:10.1080/15325024.2013.821375]
- [37] Stein CH, Petrowski CE, Gonzales SM, Mattei GM, Majcher JH, Froemming MW, et al. A matter of life and death: Understanding continuing bonds and post-traumatic growth when young adults experience the loss of a close friend. *Journal of Child and Family Studies*. 2018; 27(3):725-38. [DOI:10.1007/s10826-017-0943-x]
- [38] Davis CG, Wohl MJ, Verberg N. Profiles of posttraumatic growth following an unjust loss. *Death Studies*. 2007; 31(8):693-712. [DOI:10.1080/07481180701490578] [PMID]
- [39] Chun S, Lee Y. The experience of posttraumatic growth for people with spinal cord injury. *Qualitative Health Research*. 2008; 18(7):877-90. [DOI:10.1177/1049732308318028] [PMID]
- [40] Lee E, Kim SW, Enright RD. Beyond grief and survival: Posttraumatic growth through immediate family suicide loss in South Korea. *OMEGA-Journal of Death and Dying*. 2017; 30222817724700. [DOI:10.1177/0030222817724700] [PMID]
- [41] Fallah R, Keshmir F, Kashani FL, Azargashb E, Akbari ME. Post-traumatic growth in breast cancer patients: A qualitative phenomenological study. *Middle East Journal of Cancer*. 2012; 3(2-3):35-44.
- [42] Tedeschi RG. Violence transformed: Posttraumatic growth in survivors and their societies. *Aggression and Violent Behavior*. 1999; 4(3):319-41. [DOI:10.1016/S1359-1789(98)00005-6]
- [43] Amos I. What is known about the post-traumatic growth experiences among people diagnosed with HIV/AIDS? A systematic review and thematic synthesis of the qualitative literature. *Counselling Psychology Review*. 2015; 30(3):47-56.
- [44] Hefferon K, Grealay M, Mutrie N. Post-traumatic growth and life threatening physical illness: A systematic review of the qualitative literature. *British Journal of Health Psychology*. 2009; 14(2):343-78. [DOI:10.1348/135910708X332936] [PMID]
- [45] Daniel T. Grief as a mystical journey: Fowler's Stages of Faith development and their relation to post-traumatic growth. *Journal of Pastoral Care & Counseling*. 2017; 71(4):220-9. [DOI:10.1177/1542305017741858] [PMID]