

مدل مفهومی تاب آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی

A Conceptual Model of Resilience in the Face of Grief Based on Islamic Sources

کهر احمد هاشمی / کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت، قم، ایران.
جعفر جدیری / استادیار گروه مشاوره دانشگاه معارف اسلامی، قم، ایران.

✉ Ahmad Hashemi/ Master of Family Counseling at The Academic Institute for Ethics And Education, Qom, Iran
Ahmadhashemi.121@gmail.com

Jafar Jodeiri/ Assistant professor, the Department of Islamic Counseling, Islamic Maaref University, Qom, Iran
jjafar138@gmail.com

Abstract

This study aims to present a conceptual model of resilience in the face of grief based on Islamic sources. It is organized as a descriptive (library-based) study and is fundamental in nature. The method of conducting this study was both qualitative and quantitative, utilizing conventional content analysis methods for both manifest and latent content. In the quantitative section, 11 experts' opinions were employed.

The findings of the study show that from the analysis of religious propositions, a pattern of resilience in the face of grief based on Islamic sources can be extracted. This model includes components, subcomponents, and consequences. The study clearly identifies five components of resilience in the face of grief: acceptance of loss, perception of divine presence and oversight, gratitude, positive confrontation despite internal pressure, resilient action; thirty subcomponents, and ten consequences for resilience in the face of grief. The content of this model, in addition to expanding knowledge in the

چکیده

این پژوهش به منظور کشف و ارائه مدل مفهومی تاب آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی سامان یافته است. به لحاظ ماهیت توصیفی و از لحاظ هدف از نوع بنیادی است. روش این پژوهش به دو شیوه کیفی و کمی انجام گردیده و از روش تحلیل محتوای کیفی به شیوه تحلیل محتوای عرفی و قراردادی و از هر دو نوع محتوای آشکار و پنهان استفاده شده است. در بخش کمی نیز از نظرات ۱۱ کارشناس استفاده شده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که الگوی تاب آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی شامل مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها و پیامدها بوده که پنج مؤلفه شامل پذیرش فقدان، درک حضور و نظارت الهی، شکرگزاری، مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی، اقدام و عمل تاب آورانه، سی زیرمؤلفه و ده پیامد برای تاب آوری در مواجهه با سوگ است. محتوای این مدل علاوه بر گسترش علم و دانش در حوزه تاب آوری و سوگ، می‌تواند در رویارویی و غلبه بر مشکلات ناشی از سوگ و چالش‌های پیرامون فقدان و از دست دادن عزیزان در جامعه به کار

field of resilience and grief, can be employed in confronting and overcoming the challenges surrounding loss and the passing of loved ones in society, thereby protecting individuals from the psychological harms of grief.

Key words: conceptual model, resilience, grief, Islamic sources.

گرفته شود و افراد را از آسیب‌های روان‌شناختی سوگ حفظ نماید.

کلیدواژه‌ها: مدل مفهومی، تاب‌آوری، سوگ، منابع اسلامی.

مقدمه

سوگ به احساس درونی و ذهنی که به دلیل مرگ و فقدان عزیزان ایجاد شده گفته می‌شود (سادوک و سادوک^۱، ۱۴۰۰، ج ۱، ص ۹۲). سوگ، حالت ناراحتی و اندوه شدید درونی است که در واکنش به فقدان شخص یا فکری مخصوص است و از این جهت که تجربه‌ای انسانی است، هم ساختاریافته است و هم طبیعی. ساختاریافته است چون این پاسخ در قالب یافتن معنا از واقعه مرگ و به‌گونه‌ای نمادین در تغییرات هویت جمعی و فردی آشکار می‌شود، و اما طبیعی به دلیل اینکه انسان‌ها موجوداتی اجتماعی زیستی هستند و صدمه دیدن پیوندهای دل‌بستگی باعث پاسخ آنها به فقدان می‌شود (پرگرسون و پارکر^۲، ۲۰۱۳). از نظر استوارت^۳ (۱۳۹۲) سوگ در نتیجه این عوامل محقق می‌شود: از دست دادن انسانی که به جهت عاطفی به او دلبسته بوده‌ایم، از دست دادن قسمتی از خود، از دست دادن وسیله یا اشیای مادی، فقدان عضوی از جسم یا یکی از حواس، پایان مرحله‌ای از مراحل چرخه زندگی، اتفاق‌هایی نظیر طلاق یا جدایی و صدمه به بدن فرد که احتمالاً در اثر جراحی حاد به وجود آمده باشد (استوارت، ۱۳۹۲، ص ۲۱۷). وردن^۴ نیز فقدان‌های تجربه‌شده توسط قربانیان خشونت را جزو عوامل سوگ می‌داند (وردن، ۱۳۹۹، ص ۱۱). در هر صورت، احساسی که بعد از این وقایع برای انسان به وجود می‌آید، چیزی شبیه به فقدان، ناکامی و محرومیت است (علی‌پور دهاقانی، ۱۳۹۹). روند سازش با غم از دست دادن عزیزان می‌تواند زندگی آینده فرد را تحت تأثیر قرار دهد به شکلی که بیشتر انسان‌های داغ‌دیده در سال اول بعد از تجربه مرگ عزیزان، آشفتگی نسبی در کارایی نشان می‌دهند (بونانو و کاتمن^۵، ۲۰۰۱).

به‌طور کلی تأثیری که سوگ بر هریک از ابعاد کیفیت زندگی می‌گذارد را می‌توان در احساسات درونی که با غم، خشم، احساس گناه، تنهایی، اضطراب و خستگی بروز پیدا می‌کند، تغییرات

1. Sadock, B. J. & Sadock, V. A.
2. Parkes, C. M. & Prigerson, H. G.
3. Stewart, W.
4. Worden, J. W.
5. Bonanno, G. A. & Kaltman, S.

فیزیولوژیکی یا تظاهرات فیزیکی سوگ مانند احساس گرفتگی در شانه‌ها، احساس گرفتگی گلو و خشکی دهان، احساس خلاً در شکم و حساسیت بیش از حد به صدا، شناخت‌ها و نهایتاً اختلال در اشتها و خواب، رفتار فراموشی، کناره‌گیری فرد داغ‌دیده دسته‌بندی کرد (خسروی، ۱۳۷۶، ص ۳۹).
 بر اساس آخرین نسخه راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی (DSM-5-TR)^۱، درحالتی که فقدان عوارضی مانند بی‌خوابی، افسردگی شدید، کم شدن وزن، بی‌میلی به غذا و نظایر آن را به وجود آورد و این عوارض دست‌کم دو ماه دوام داشته باشد، به‌عنوان اختلال روانی در نظر گرفته می‌شود. تضعیف پی‌درپی کارکرد روزانه، نشخوار ذهنی و کند شدن حرکات و سایر نشانه‌ها، در اصطلاح سوگ پیچیده^۲ نامیده می‌شود؛ افزون بر آنکه اصل سوگ می‌تواند به سوگ بیمارگون منتهی شود. بیشتر محققان بیان کرده‌اند سوگ ممکن است به مشکلات روانی و جسمی از جمله افسردگی منتهی شود (DSM5-TR، ۱۴۰۲).

به اعتقاد بیتز^۳ بهبودی از یک فقدان بزرگ مثل این است که یک ماریچج پر پیچ‌وخم روبه‌روی ماست که با مرگ شروع شده و با چیزهای دیگر یکی بعد از دیگری ادامه می‌یابد. انتظار می‌رود در مسیر تکامل بهبودی، مراحل ارائه شود که برای هرکس نتیجه داشته باشد. بعضی از این مراحل خودبه‌خود و بدون کنترل انجام می‌گیرد. دانستن این مراحل (شوگ و از حال رفتن، عدم پذیرش و کناره‌گیری، آگاهی و درد) به فرد داغ‌دیده کمک می‌کند تا بهتر از عهده سوگواری برآید (بیتز، به نقل از: علیزاده، ۱۳۹۲، ص ۷۶).

از منظر روان‌شناسان در طی فرآیند سوگ فقدان عزیزان، تاب‌آوری^۴ می‌تواند فقدان را برای افراد قابل تحمل کرده و سلامت روان آنها را حفظ کند و ارتقا دهد (داوینگ^۵ و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین هجمدل و همکاران^۶ (۲۰۱۹) در یک پژوهش نشان دادند تاب‌آوری از مؤلفه‌های مهم سازگاری با سوگ در افراد دارای تجربه مرگ فرزندشان است و با پیشرفت تحقیقات، در حال حاضر تاب‌آوری به‌عنوان یک فرآیند دارای سیستم چند سطحی پویا درک می‌شود (عزیزپور، ۱۴۰۰). تاب‌آوری سازه‌ای است که دربردارنده مقابله موفق و سازگارانه با اتفاقات سخت یا پرتنش زندگی است و به فرآیند فعال سازگاری و همگام شدن مثبت با تجربه‌های ناگوار و ناخوشایند در زندگی می‌گویند (مارش و مارتین^۷

1. Diagnostic and statistical manual of mental disorders
2. Complicated grief
3. Beetz, E. M.
4. Resilience
5. Downing, T.
6. Vegsund, H., Reinfjell, T., Moksnes, U., Wallin, A., Hjemdal, O. & Eilertsen, M.
7. Martin, A. J. & Marsh, H.

۲۰۱۴). تاب‌آوری معادل واژه انگلیسی Resiliency است و در لغت به معنای بازگشت‌پذیری و خاصیت کشسانی آمده است. سیبرت^۱ (۱۳۹۴) برای تاب‌آوری تعریف جامعی ارائه داده و اغلب ویژگی‌های سایر تعاریف را نیز دربر گرفته است. او تاب‌آوری را به داشتن توانایی در این موارد تعریف می‌کند: ۱. مقابله با سطح بالایی از تغییرات مداوم مخل؛ ۲. حفظ سلامتی و انرژی تحت فشار دائمی؛ ۳. بازگشت آسان به حالت نرمال و غلبه بر موانع و مشکلات؛ ۴. غلبه بر سختی‌ها؛ ۵. عوض کردن مسیر به‌سوی زندگی جدید، زمانی که ادامه راه‌های قبل ممکن نباشد؛ ۶. تحقق اقدامات پنج‌گانه قبلی بدون انجام راهبردهای آسیب‌زا یا دارای ضرر (سیبرت، ۱۳۹۴، ص ۱۷). در سال‌های اخیر، تاب‌آوری به‌عنوان موضوعی محبوب در نظر گرفته می‌شود که به بررسی و یافتن استعداد‌های فردی و بین‌فردی می‌پردازد و تا حدودی سبب سازگار شدن و استحکام و پایداری در وضعیت‌های سخت می‌شود (شاکری‌نیا و محمدپور، ۱۳۸۹، ص ۱۶۱).

پژوهشگران برای ایجاد و افزایش تاب‌آوری عواملی را بیان کرده‌اند. به‌طور مثال، توروبریج^۲ سه عامل برای تاب‌آوری بیان می‌کند: روابط حمایتی، انتظارات بالا و فراهم کردن فرصت‌های معنادار برای مشارکت (توروبریج، ۱۴۰۱). انواع مدل‌های تاب‌آوری نیز این مطلب را بیان می‌کنند که چگونه عوامل فردی و پیرامونی باعث کاستن آثار مضر و زیان‌بار عوامل خطرآفرین می‌شوند (حسینی‌المدنی، ۱۳۹۵). بنزیس و مکیزیک^۳ (۲۰۰۸) معتقد هستند، کنترل درونی و نظام‌های اعتقادی از عوامل تقویت تاب‌آوری هستند. همچنین طبق نظریهٔ مقابله و استرس شوئک^۴ (۲۰۰۷)، نظام مذهبی و اعتقادی افراد در تعیین اینکه چگونه با شرایط نامطلوب انطباق یابند، نقش اساسی و مهمی دارد. طبق این نظریه، بین عامل تنش‌زا (مثل فقدان) و فردی که آن را تجربه می‌کند، رابطهٔ متقابل وجود دارد و اثرگذاری یک‌طرفهٔ محرک (فقدان) بر فرد وجود ندارد. آنچه وجود دارد ارتباط دوجانبه بین فقدان و داغ‌دیده است؛ لذا عوامل تنش‌زا به‌خودی‌خود تنش‌زا نیستند، بلکه فردی که عامل تنش‌زا را تجربه کرده، ممکن است بر اساس فرآیند شناختی آن را چالشی، آسیب‌زا یا تهدیدکننده ارزیابی کند (شوئک، ۲۰۰۷). یکی از اساسی‌ترین نظام‌های اعتقادی که نوعاً در طول شرایط آسیب‌زا و پرفشار، مانند داغ‌دیدگی به آن تکیه می‌شود، دین و مذهب است. محققان نشان داده‌اند که اعمال مذهبی و باورها در تمامی مراحل فرایند مقابله، شامل بازسازی شناختی واقعه، انتخاب روش‌های مقابله‌ای و نتایج مطلوب مشارکت دارند (پارگامنت^۵ و همکاران، ۲۰۰۴).

1. Sibert, A.
2. Truebridge, S.
3. Benzies, K. & Mychasiuk, R.
4. Schweck, L. H.
5. Pargament, K. I.

بالین‌حال، برای مقابله یا درمان سوگ با نظر به ویژگی‌های روان‌شناسی غربی، از جمله تکاملی بودن، تجربی بودن، انسان مرکزی و دنیامداری و عدم توجه به آخرت، روان‌شناسی معاصر با دو ضعف اساسی عدم جامعیت و غفلت از بُعد ارزشی و معنوی عمل مواجه است (خالقی، ۱۳۹۲).

یکی از سنت‌های عام الهی، مرگ است؛ کما اینکه در قرآن آمده است: «هرکسی مرگ را می‌چشد»^۱. بر اساس بینش دینی، مرگ پایان زندگی نیست، بلکه معبری به جهان بی‌انتهای باقی است و با گذر از این مرحله است که در مسیر سعادت فطری حرکت می‌کند. موضوع سوگ و مطلق اندوه، در آرا و اندیشه‌های بسیاری از علما و دانشمندان اسلامی آمده است. برخی با نگاه روایی و اخلاقی به مسئله و برخی از فیلسوفان مسلمان، با تمرکز بر مبانی عقلی به آن پرداخته‌اند (کراجکی، ۱۳۸۸؛ نراقی، ۱۳۷۸؛ نراقی، ۱۳۸۸). برخی تعریف ارائه کرده و معتقدند حزن، دردی نفسانی است که از فقدان محبوب یا از دست دادن چیزی مطلوب به وجود می‌آید (طوسی، ۱۳۸۴، ص ۱۹۳)، و برخی نیز به راه‌های مقابله اشاره کرده‌اند (طریحی، ۱۳۷۵، ص ۱۱۶؛ شهید ثانی، ۱۳۸۴، ص ۲۲۵).

به نظر می‌رسد آموزه‌های اسلام الگوی مؤثری در مواجهه با درهم‌تنیدگی روانی ارائه کرده است و محتواهایی همچون نگرش صحیح و واقع‌بینانه به مرگ و زندگی، معنادار بودن و هدفمندی زندگی، رضا و تسلیم در برابر خواست الهی، توصیه به صبر در مقابل حوادث و بسیاری از توصیه‌های با ارزش دیگر، قابلیت به وجود آوردن یک الگوی درمانی در مواجهه با سوگ را دارد (فتاحی و همکاران، ۱۳۹۳). از صبر به‌عنوان مهم‌ترین راهبرد مواجهه مذهبی که انسان را در مقابله با شرایط بحرانی یاری می‌کند، یاد می‌کنند (پسندیده، ۱۳۸۹). به نظر می‌رسد کلماتی مثل صبر، حلم و استقامت در متون دینی متناظر اصطلاح تاب‌آوری در روان‌شناسی باشد و علی‌رغم تفاوت‌ها در مؤلفه‌های درونی و عوامل ایجادکننده، اشتراکات زیادی داشته باشند (حبیب‌اللهی، ۱۴۰۰).

پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهند که میان ابعاد دین‌داری و تاب‌آوری رابطه مثبت و مستقیم وجود دارد؛ یعنی انسان‌های دین‌دار باید تاب‌آوری بالایی را دارا باشند. به بیان دیگر، انسان‌هایی که در متغیر دین‌داری نمرات بالاتری کسب کرده‌اند، در تاب‌آوری هم نمرات بالایی کسب کرده‌اند و افراد دین‌دار به احتمال قوی، افراد تاب‌آورتری هستند (صالحی و همکاران، ۱۴۰۲). ال‌کاینده^۲ (۱۹۷۰) در مجموعه تحقیقاتش در حوزه نظریه رشد تفکر دینی، معتقد است درمانگر می‌بایست با توجه به مبانی درمانی دینی به سوگ درمانی بپردازد؛ چون هیچ پاسخی قانع‌کننده‌تر از دین وجود ندارد؛ ضمن اینکه اگر در

۱. «كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ» (آل عمران: ۱۸۵).

درمان، مبحث دین را جدا کنیم، اضطراب از مرگ و جدایی از بزرگسال باعث دل‌بستگی‌های ناایمن می‌شود (بویاتزیس، ۲۰۰۵).

دیدگاه‌ها در خصوص رابطه مفهومی صبر و تاب‌آوری مختلف است (احمدی و همکاران، ۱۴۰۰). برخی از پژوهشگران، متغیرهای صبر و تاب‌آوری را هم‌معنا در نظر گرفته‌اند (خسروی و همکاران، ۱۳۷۶)، لکن برخی از پژوهش‌ها آنها را متفاوت می‌دانند و صبر را یک متغیر مستقل و تاب‌آوری را یک متغیر وابسته در نظر گرفته‌اند (قدمپور و همکاران، ۱۳۹۹). در بعضی تحقیقات دیگر آمیختگی و ترکیب بین معنویت و صبر و تاب‌آوری دیده می‌شود (کاویانی و همکاران، ۱۳۹۳؛ احمدی، ۱۴۰۰). از نگاه اندیشمندان اسلامی، صبر نگاهداری نفس است از بی‌تابی نزد مکروه (طوسی، ۱۴۱۴ق، ص ۱۰۸، فصل ۵، باب ۳). غزالی صبر را یک مقام و منزل در سیر و سلوک می‌داند؛ منازل و مقام‌هایی که از سه چیز تشکیل می‌شود: معارف، اعمال و احوال (غزالی، بی‌تا، ج ۴، ص ۶۴). خواجه عبدالله انصاری می‌گوید: «شناخت‌ها و معارف ریشه و اصل هستند که سبب ایجاد حال می‌شوند و حال سبب به وجود آمدن عمل می‌شود. احوال همانند شکوفه‌ها، شناخت‌ها همانند درختان و اعمال همانند میوه‌ها هستند». از دیدگاه او، صبر ترکیبی از حال و معرفت است که عمل نتیجه آن است (فیض کاشانی، ج ۷، ص ۱۰۹). با توجه به معنای لغوی صبر که حبس و نگهداری است (راغب اصفهانی، ۱۴۰۴ق، ص ۲۱۶؛ ابن‌منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۴، ص ۴۳۸؛ مصطفوی، ۱۳۷۵، ص ۱۸۱) و نظر دانشمندان اسلامی که در تعاریف اصطلاحی ذکر شد، به نظر می‌رسد می‌توان صبر را پیشگیری از اقدامات تکانشی برای سنجیدن جوانب کار و اقدام به موقع معنا کرد. این امر یک حالت بازدارنده از عمل شتاب‌زده در موقعیت ناگوار و سخت است (بولپهری و همکاران، ۱۳۹۲، ص ۱۴۴).

بسیاری از عالمان مسلمان معتقدند که باورها و سنت‌های اسلامی می‌تواند چارچوب درمانی جامع و غنی برای افرادی که با سوگ و فقدان مواجه هستند، به‌خصوص آنهایی که سوگ حل نشده دارند، فراهم کند (مقصود، ۲۰۰۲). باور دین‌داران به گزاره‌ها و اعتقادات دینی در این خصوص مؤثر است. به‌طور مثال، در روایتی از پیامبر اکرم ﷺ آمده است: «هر قضا و تکوینی برای مؤمن خیر است» (ابن‌شعبه حرانی، ص ۲۹۳)، یا آیه قرآن که خداوند می‌فرماید: «ما انسان را در سختی آفریدیم» (بلد: ۴) (پسندیده، ۱۳۹۵). همچنین دین و دین‌داری اعتقاد به وجود پشتیبان در زندگی و خدایی است که خیرخواه بنده‌اش است و بر این مبناست که هر اتفاقی در زندگی بندگان می‌افتد به صلاح ایشان است. خیرباوری، فرد را به سمت پذیرفتن وضعیت و تاب‌آوری و تحمل می‌برد و انجام دادن اعمال نیز به دلیل الهی بودن کار، آرامش آفرین است و در شاکله روانی فرد تأثیر می‌گذارد و فرد به سمت تاب‌آوری رهنمون می‌شود (صالحی و همکاران، ۱۴۰۲). منابع پربرار اسلام به‌ویژه قرآن کریم و روایات، سرشار از

بیاناتی است که مضمون آن اشاره به روش‌های مختلف برای پذیرفتن بحران‌ها و فشارهای روانی زندگی دارد (ایزدی طامه و محمودی، ۱۳۹۶). از همین رو پژوهش حاضر، با هدف ارائه مدل مفهومی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی و همچنین بررسی میزان روایی مدل مفهومی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی تدوین شده است.

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، از دسته تحقیقات بنیادی^۱ و از لحاظ رویکرد، کیفی - کمی است که به آن آمیخته^۲ گفته می‌شود. در رویکرد کیفی پدیده‌های فردی و اجتماعی به دقت و به صورت عمیق بررسی شده و رسیدن به تصویری کامل از آنها مدنظر می‌باشد (رضویه، ۱۳۹۰، ص ۳۴).

در مرحله کیفی در بخش گردآوری داده‌ها، از شیوه حوزه‌های معنایی و در بخش تحلیل داده‌ها از شیوه تحلیل محتوای کیفی^۳ شانون و شیه^۴ (۲۰۰۵) به شیوه تحلیل محتوای عرفی و قراردادی^۵ و با دو نوع مختلف محتوای پنهان^۶ و آشکار^۷ بهره برده شده است. در این قسمت، با بهره‌گیری از روش تحلیل محتوای کیفی شانون و شیه (۲۰۰۵)، از مجموع ۱۱۷۲ مستند شناسایی شده، ۲۶۵ روایت نهایی به شیوه تحلیل محتوای عرفی و قراردادی مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت.

پژوهشگر در این تحقیق، با تعمیق در داده‌ها تلاش کرد تا به شناختی بدیع برسد، لذا از طریق استنتاج، مقوله‌ها از داده‌ها ظاهر گردید. تدریجاً داده‌ها را خلاصه کرد تا نهایتاً به کلیدی‌ترین مضامین و مفاهیم در ارتباط با موضوع پژوهش دست یافت (توماس،^۸ ۲۰۰۶).

در این تحقیق، تحلیل محتوای پنهان و آشکار به عنوان واحد مشاهده استفاده شده است. محتوای پنهان در این تحقیق، روایاتی هستند که در آنها معنای مفاهیم تاب‌آوری در مواجهه با سوگ به کار رفته بود؛ اگرچه صراحتاً الفاظ مشخصی استفاده نشده بود. محتوای آشکار نیز، روایاتی بودند که در آنها الفاظ مفاهیم تاب‌آوری در مواجهه با سوگ به صراحت به کار رفته بود (عادل مهربان، ۱۳۹۵، ص ۲۷). همچنین در این تحقیق، واحد تحلیل، مضمون است. قابل ذکر است معیار جداسازی هر شماره در

1. Basic
2. Mixed method
3. Qualitative Content Analysis
4. Shannon, S. E. & Hsieh, H. F.
5. Conventinat Content Analysis
6. Latent Content
7. Manifest Content
8. Thomas, D.

جدول کدگذاری باز،^۱ داشتن یک کد معنایی مرتبط با موضوع است؛ به‌گونه‌ای که امکان دارد یک جمله مشتمل بر کد معنایی‌های متعدد بوده و در چند موضع تکرار شده باشد.

به‌منظور تحقق قابلیت اعتبار^۲ پژوهش، از تکنیک محققان گوناگون در گردآوری و تحلیل داده‌ها و بازبینی مجدد توسط پژوهشگر استفاده شد. به‌منظور بررسی قابلیت اعتماد،^۳ کلیه یافته‌های مکتوب، نرم‌افزاری و اسناد پس از بررسی تحلیلی توسط پژوهشگر، برای بار دوم در اختیار گروه پژوهش قرار داده شد تا میزان مناسبت بین داده‌های اولیه با نتایج حاصل‌شده را تأیید کنند، و نهایتاً برای بررسی قابلیت انتقال^۴ نتایج پژوهش، پژوهشگر با نگاه دقیقی و با ذکر تمام جزئیات، شرایط انجام پژوهش را توصیف کرده است (ایمان و نوشادی، ۱۳۹۰، ص ۱۵)؛ همچنین تمام آنچه که به گردآوری واژگان مربوط است، از روش حوزه‌های معنایی بهره برده شده است.

در این تحقیق، جامعه متنی عبارت است از: ۱. قرآن کریم و مجموعه کتاب‌هایی که منابع نمونه‌های مورد مطالعه است؛ ۲. لغت‌نامه‌ها که معناشناسی لغوی به آنها وابسته است؛ ۳. کتاب‌های روان‌شناسی که با هدف تحلیل محتوای کیفی مفاهیم روان‌شناختی از آنها استفاده می‌گردد. پیرامون جامعه متنی تحقیق در شیوه کیفی نیز آن‌گونه که ذکر شد، قرآن کریم و مجموعه روایات، در سه دسته درجه‌بندی گردید و با ۱۲ ملاک قبول یا رد کتاب‌ها طبقه‌بندی شد که در این پژوهش، روایات کتاب‌های درجه الف و ب انتخاب شدند (طباطبایی، ۱۳۹۰، ص ۲۶۵).

در قسمت کمی و کیفی این تحقیق، از روش نمونه‌گیری هدفمند^۵ بهره‌گیری شده است. در روش‌های کیفی، مرسوم‌ترین نوع نمونه‌گیری، نمونه‌گیری هدفمند می‌باشد. در این روش، نمونه‌هایی که از نظر مسئله، موضوع و اهداف پژوهش دارای غنای کافی باشند، انتخاب می‌شوند. نمونه‌گیری هدفمند در قسمت کیفی، روی ۲۶۵ گزاره از منابع معتبر اسلامی با مقیاس درجه‌بندی الف و ب (طباطبایی، ۱۳۹۰، ص ۲۵۶) بود که همگی دارای ارتباط با مفهوم تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بودند. طبق اصل اشباع،^۶ تعداد نمونه‌های مورد مطالعه در حجم کلی نمونه لحاظ گردید (گلیسر و استراوس،^۷ ۱۹۶۷). اشباع نظری اشاره به حالتی دارد که هیچ‌گونه داده افزوده‌تری یافت نمی‌شود که محقق بتواند از طریق آن، ویژگی‌های مقوله را بسط و گسترش دهد (گلیسر و استراوس، ۱۹۶۷).

1. Open Coding
2. Credibility
3. Dependability
4. Transferability
5. Purposive sampling
6. Saturation
7. Glaser, B. & Strauss, A

در مرحله کمی، تعداد ۱۱ کارشناس متخصص در حوزه اسلام و روان‌شناسی به شیوه نمونه‌گیری هدفمند^۱ و گلوله‌برفی^۲ گزینش و انتخاب گردیدند؛ متخصصانی که دارای تحصیلات عالی در تحصیلات کلاسیک روان‌شناسی (مدرک دکترای تخصصی یا کارشناسی ارشد مشاوره و روان‌شناسی) و در سطوح خارج تحصیلات حوزوی (تحصیلات سطح سه و چهار حوزه) مشغول به تحصیل یا فارغ‌التحصیل بودند. نظر به اهمیت نیل به هدف پژوهش، کارشناسان هم‌مبتنی بر هدف انتخاب شدند، لکن در برخی موارد به دلیل عدم توفیق در دسترسی به کارشناسان، نمونه‌گیری به شیوه گلوله‌برفی نیز مورد عمل واقع شد (نصیریانی و همکاران، ۱۳۸۷)؛ به این صورت که از کارشناسان شناسایی شده درخواست شد تا کارشناس دیگری که در حوزه مورد مطالعه دارای تخصص است را معرفی کنند. بعد از آنکه مجموعه مؤلفه‌های مفهوم مشخص شد و تحلیل گردید، می‌بایست ملاک‌ها و شاخص‌هایی فراهم شود تا مشخص گردد استنباط و استنتاج مدل از منابع مفهوم‌شناسی دارای اعتبار است. اصطلاح روایی، نشان‌دهنده این است که هر ابزار به چه اندازه می‌تواند دقیقاً همان چیزی را مورد سنجش قرار دهد که برای آن ساخته و طراحی شده است (شولتز و همکاران، ۲۰۱۳، ص ۸۳). روایی محتوایی وظیفه تشخیص میزان موفقیت ابزار، در نمونه‌های معرفی از موضوعات یا رفتارهای تحت بررسی را دارد. بعد از آنکه مدل طراحی گردید، بررسی روایی محتوایی از طریق بررسی منطقی و شیوه‌مند متخصصان خبره در موضوع انجام می‌گردد (شولتز و همکاران، ۲۰۱۳، ص ۸۳).

مراحل اجرای تحقیق: جهت دستیابی به مدل مفهومی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی، ابتدا لازم است مفاهیم مرتبط با تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در منابع اسلامی بررسی و استخراج شود. بدین منظور با توجه به تعاریف تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در روان‌شناسی، ابتدا با بررسی لغت‌نامه‌ها و اصطلاحات، مقالات، پایان‌نامه‌ها و کتاب‌های مربوطه در منابع اسلامی و تشکیل حوزه معنایی تاب‌آوری و سوگ در لغت و روان‌شناسی، تعداد ۱۶ مفهوم مثل صبر، ماتم، مصیبت، حزن و عزا که مرتبط با تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بودند از منابع اسلامی با روش معناشناسی زبانی استخراج شد. بر اساس این نظریه، اشتراک در یک ویژگی می‌تواند عاملی برای طبقه‌بندی واژه‌ها در یک حوزه باشد (شجاعی و همکاران، ۱۳۹۳، ص ۱۳)؛ پس از آن، به‌منظور احتراز از نتیجه‌گیری سوگیرانه و شخصی و نیز بهره‌مندی از نظر کارشناسان، پرسش‌نامه‌ای تنظیم شد که در آن ابتدا تعریف تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در روان‌شناسی و در ادامه مفاهیم مورد نظر به همراه تعاریف آنها

1. Purposive sampling
2. Snowball sampling

مشخص گردید. این پرسش‌نامه، در اختیار ۶ نفر خبره که از متخصصان علوم اسلامی و روان‌شناسی بودند قرار گرفت و از آنها خواسته شد میزان ارتباط (کاملاً مرتبط، مرتبط اما نیاز به بازبینی، نیاز به بازبینی جدی، غیرمرتبط) مفاهیم پیشنهادی با تعریف تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در روان‌شناسی را مشخص نمایند. برای دستیابی به میزان توافق کارشناسان و روایی محتوا از شاخص روایی محتوا (CVI) استفاده شد. میزان CVI محاسبه‌شده برای هر مفهوم در جدول (۱) آمده است.

جدول ۱: روایی محتوایی مفاهیم مشیر به تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در منابع اسلامی

وضعیت	نمره CVI	کارشناس مخالف		کارشناس موافق		مفاهیم	ردیف
		غیرمرتبط	نیاز به بازبینی جدی	مرتبط اما نیاز به بازبینی	کاملاً مرتبط		
تأیید	۱	-	-	-	۶ مورد	صبر	۱
تأیید	۱	-	-	-	۶ مورد	ماتم	۲
تأیید	۱	-	-	۱ مورد	۵ مورد	مصیبت	۳
تأیید	۱	-	-	۱ مورد	۵ مورد	حزن	۴
تأیید	۱	-	-	۱ مورد	۵ مورد	رثا	۵
تأیید	۱	-	-	۱ مورد	۵ مورد	حلم	۶
تأیید	۱	-	-	۲ مورد	۴ مورد	تقوا	۷
تأیید	۱	-	-	۲ مورد	۴ مورد	غم	۸
تأیید	۱	-	-	۲ مورد	۴ مورد	بث	۹
تأیید	۱	-	-	۲ مورد	۴ مورد	لهف	۱۰
تأیید	۱	-	-	۳ مورد	۳ مورد	کرب	۱۱
تأیید	۰/۸۳	-	۱ مورد	-	۵ مورد	عزا	۱۲
تأیید	۰/۸۳	-	۱ مورد	۱ مورد	۴ مورد	اسی	۱۳
تأیید	۰/۸۳	۱ مورد	-	۱ مورد	۴ مورد	بلا	۱۴
تأیید	۰/۸۳	-	۱ مورد	۲ مورد	۳ مورد	کابه	۱۵
رد	۰/۶۶	۱ مورد	۱ مورد	۱ مورد	۳ مورد	هم	۱۶

در صورتی که (CVI) به‌دست‌آمده از عدد ۰/۷۹ بالاتر باشد، میزان توافق و روایی محتوا مورد تأیید است (اصغری، ۱۳۹۰، ص ۳۹۵). جهت محاسبه شاخص روایی محتوا، تعداد متخصصانی که گزینه کاملاً مرتبط

و مرتبط اما نیاز به بازبینی را انتخاب کرده‌اند، بر مجموع تعداد کارشناسان تقسیم می‌شود. حداقل عدد قابل قبول برای شاخص روایی محتوایی ۰/۷۹ است. اگر شاخص CVI یک مفهوم کمتر از ۰/۷۹ باشد، قابل قبول نبوده و آن مفهوم حذف می‌شود (فتحی آشتیانی و همکاران، ۱۳۹۵، ج ۲، ص ۲۹).

بنابراین با لحاظ این قانون، پانزده مفهوم شامل صبر، تقوا، حلم، حزن، مصیبت، عزا، غم، بث، کابه، کرب، اسی، لهف، ماتم، رثا و بلا مورد تأیید قرار گرفت و یک مفهوم که عبارت از «هم» می‌باشد، رد و مورد قبول واقع نشد. بر همین اساس، ۳ مفهوم مرتبط با تاب‌آوری و ۱۲ مفهوم مرتبط با سوگ، تأیید شدند و در گام تکمیلی، فحوص منابع طبق مفاهیمی که بیشترین تعداد موافقین را داشت انجام شد.

در مرحله بعد، یعنی جمع‌آوری مستندات، تمامی گزاره‌های تبیینی و توصیفی مربوط به تاب‌آوری در مواجهه با سوگ در منابع اسلامی شامل آیات و روایات جمع‌آوری و مستندات و گزاره‌های اسلامی مرتبط با هر مفهوم به‌طور جداگانه نیز جمع‌آوری گردید. بدین منظور، صورت‌های مختلف اسمی (اسم تفضیل، اسم مفعول، مصدر، اسم فاعل و صفت مشبیه) با الف و لام و بدون آن و فعلی (ماضی، مضارع و امر) در صورت‌های مختلف مفرد و جمع، مذکر و مؤنث، مخاطب یا غایب استخراج گردید. قابل ذکر است گزاره‌های دینی که از منابع اسلامی شامل قرآن کریم، کتب روایی معصومین^{علیهم‌السلام}، کتب ادعیه، شرح آیات و روایات که در تفاسیر قرآن کریم و سایر کتب آماده است و همچنین داده‌های مجموعه نرم‌افزارهای نور (تفسیری و روایی) که مشتمل بر محتوای کتاب‌های مذکور هستند و تطبیق آن مورد تأیید مؤسسات و مراکز پژوهشی و علمی است، جمع‌آوری شد. نتایج حاصل از جست‌وجوی گزاره‌های تبیینی - توصیفی مرتبط با مفاهیم پانزده‌گانه، بالغ بر ۱۱۷۲ گزاره بود که به‌صورت کامل مورد مطالعه قرار گرفتند. پژوهشگر این روایات را در دو مرحله مورد غربال قرار داد. دو موضوع در مرحله غربال مستندات جمع‌آوری شده مورد بررسی قرار گرفت: موضوع اول، بررسی روایات از حیث اعتبار کتب بود. آیات قرآن کریم که قطعی‌الصدور است، لکن می‌بایست روایات شناسایی شده، مطابق معیار درجه‌بندی کتاب‌های روایی (طباطبایی، ۱۳۹۰، ص ۲۶۵) غربال گردند. در معیار درجه‌بندی کتاب‌های روایی، کتب حدیثی بر مبنای ۱۲ ملاک قبول یا رد روایات، در سه دسته درجه‌بندی گردیده‌اند: کتب درجه الف که کتاب‌های مورد قبول و قابل اعتماد است؛ کتب درجه ج که از دسته کتب ضعیف هستند و از روایات آنها فقط به صورت مؤید بهره‌گیری شده است؛ و کتب درجه ب که میان دو دسته دیگر هستند و صلاحیت نسبی جهت استناد دارند. با هدف مستندتر شدن نتایج تحقیق، منابع روایی پژوهش از کتاب‌های دسته اول و آخر، یعنی درجه الف و ب انتخاب شدند. البته پژوهشگر در بعضی موارد از

روایات نقل شده در کتاب‌های درجهٔ ج نیز در قالب مؤید روایات الف و ب بهره برده است. بنابراین تک‌تک روایت‌های مورد مطالعه، بررسی شد و در صورت عدم داشتن ارتباط صریح مفهومی با موضوع تحقیق حذف گردید. نهایتاً ۲۶۵ روایت به‌عنوان گزاره‌های دینی برگزیده برای تحلیل انتخاب شدند. این اطلاعات به‌صورت پیوسته با یکدیگر مقایسه شد و از طریق طی نمودن مراحل فرآیندی کدگذاری باز، کدگذاری محوری^۱ و کدگذاری انتخابی^۲ صورت گرفت (استراوس و گلیسر،^۳ ۱۹۶۷).

پس از بررسی فحوای هر گزاره از منابع دینی در مرحلهٔ کدگذاری باز، جملات مهم و اساسی آن استخراج و در قالب کد، عددگذاری گردید (کوربین و استراوس،^۴ ۱۹۹۰)؛ در گام بعد، کدهای خام که در کدگذاری باز تولید شده بود، مورد مقایسه قرار گرفتند و کدهای شبیه به هم و دارای ارتباط، در یکدیگر ادغام شدند و سپس برای هر یک عناوین متناسب انتخاب شد و در مجموع ۴۳ عنوان کد محوری ساخته شد؛ نهایتاً کدهای محوری مرحلهٔ قبل که دارای ارتباط با یکدیگر بودند، در هم ادغام شدند و طبقات ذهنی کلی‌تری را تشکیل دادند و به این ترتیب ۷ کد محوری ایجاد شد. در مرحلهٔ کدگذاری انتخابی ۲ مقولهٔ اساسی استخراج شد که مقوله‌های محوری و عمدهٔ پژوهش را شامل می‌شود. این ۲ مقوله شامل مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها و پیامدهاست؛ در مرحلهٔ نهایی، مقولهٔ مرکزی با عنوان تاب‌آوری در مواجهه با سوگ انتخاب شد.

بررسی‌ها در بخش کمی از طریق سنجش نسبت روایی محتوا^۵ و شاخص روایی محتوا^۶ انجام شد. به این صورت که نظرات متخصصان در خصوص هر کدام از مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها و پیامدها، به روش کمی مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت (شولتز و همکاران،^۷ ۲۰۱۳).

جهت سنجش میزان روایی محتوایی هر کدام از مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌های مدل و پیامدها، از ۱۱ نفر از کارشناسان متخصص در حوزهٔ روان‌شناسی که دارای تحصیلات کلاسیک روان‌شناسی بوده و توأم با آن دارای تحصیلات حوزوی در سطوح عالی حوزه نیز بودند، استفاده شد. در این تحقیق هم شاخص روایی محتوا برای هر کدام از مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها و پیامدها مورد سنجش قرار گرفت و مواردی که نصاب لازم را کسب کردند، در مدل نهایی لحاظ شدند.

1. Axial Coding
2. Selective Coding
3. Strauss, A. & Glaser, B.
4. Corbin, J. & Strauss, A.
5. Content Validity Ratio (CVR)
6. Content Validity Index (CVI)

مراحل پژوهش در شکل (۲) نمایش داده شده است.



شکل ۲: چارت روند مرحله به مرحله پژوهش

یافته‌های پژوهش

در مرحله نخست داده‌های به دست آمده از مفاهیم پانزده‌گانه مشیر به تاب‌آوری در مواجهه با سوگ، در سه مرحله باز، محوری و انتخابی کدگذاری شدند. بر این اساس از مجموع ۱۱۷۲ مستند شناسایی شده، ۲۶۵ کد باز تولید شد؛ سپس با مقایسه مجدد و مکرر کدهای به دست آمده و سعی بر انتخاب عناوین انتزاعی‌تر و روان‌شناختی‌تر، تعداد ۴۳ کد محوری در مرحله اول به دست آمد که در مرحله دوم، به

استخراج هفت کد محوری منجر شد؛ نهایتاً نیز دو مقوله عمده و یک مقوله هسته در کدگذاری انتخابی ایجاد گردید.

در مرحله دوم به منظور سنجش میزان روایی محتوایی هر کدام از مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌های مدل و پیامدها، از ۱۱ نفر از کارشناسان متخصص در حوزه روان‌شناسی که دارای تحصیلات کلاسیک روان‌شناسی بوده و توأم با آن دارای تحصیلات حوزوی در سطوح عالی حوزه نیز بودند، استفاده شد. ویژگی جمعیت‌شناختی گروه نمونه در جدول (۲) آمده و جدول (۳) میزان شاخص روایی محتوا و همچنین نسبت روایی محتوا بر اساس نتیجه حاصل از پاسخ کارشناسان را نشان می‌دهد.

جدول ۳: ویژگی‌های جمعیت‌شناختی گروه نمونه در بررسی روایی محتوایی (n=11)

ویژگی	وضعیت	تعداد	درصد
سطح تحصیلات حوزوی	سطح چهار	۹	۸۲٪
	سطح سه	۲	۱۸٪
	دکتری	۸	۷۳٪
سطح تحصیلات دانشگاهی	کارشناسی ارشد	۳	۲۷٪
	استادیار / عضو هیئت علمی	۶	۵۵٪
رتبه علمی	پژوهشگر پایه ۲	۵	۴۵٪

جدول ۴: جدول روایی محتوایی سازه

مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها	میزان تطابق هر نشانه با مستندات	میزان تناسب نشانه‌ها با مؤلفه‌ها	CVR نسبت روایی محتوا
تسلیم و رضایت به قضای الهی	۱	۱	۱
خیرباوری	۱	۱	۱
همگانی بودن مرگ	۱	۱	۱
امانت دانستن عزیزان	۱	۱	۱
گذرا بودن سوگ	۱	۰/۹	۱
توجه کردن به مصائب بزرگ‌تر	۰/۹	۰/۹	۰/۸۱
مرگ آگاهی	۱	۱	۱
شناخت بلا و فلسفه مصائب	۱	۱	۱
اعتقاد به معاد	۱	۱	۱

۱	۱	۱	اعتقاد به حضور و همراهی ناظر	درک حضور و نظارت الهی
۰/۸۱	۰/۸۱	۰/۹	انگیزه الهی	
۱	۰/۸۱	۱	نظر به اجر و پاداش تحمل سوگ	
۰/۸۱	۰/۸۱	۰/۹	ایمان و باور قلبی	
۱	۰/۹	۱	امداد الهی در فقدان	
۱	۱	۱	نعمت شمردن مصیبت	شکرگزاری
۱	۰/۹	۱	عدم شکایت از فقدان	
۱	۰/۹	۱	سیاسگزاری و ستایش خداوند	
۰/۸۱	۰/۸۱	۰/۹	استقبال از مصائب	
۰/۸۱	۰/۷۲	۰/۹	رعایت تقوا و پرهیزگاری	حفظ آرامش علی‌رغم فشار درونی
۱	۱	۱	گفتار و کردار شایسته	
۱	۰/۷۲	۰/۵۴	تحمل سختی فقدان	
۰/۷۲	۰/۷۲	۰/۶۳	ایجاد تعادل درونی با تاب‌آوری	
۰/۸۱	۰/۷۲	۰/۹	پایداری در برابر مصائب	اقدام و عمل تاب‌آورانه
۱	۱	۱	واسپاری امور به خداوند	
۱	۰/۹	۱	گریستن و اشک ریختن	
۱	۰/۷۲	۱	زهد	
۱	۱	۱	قرائت ادعیه و اذکار	
۱	۰/۹	۱	سوگواری و نوحه‌سرایی	
۰/۸۱	۰/۸۱	۰/۹	زیارت مزار عزیزان از دست‌رفته	
۰/۸۱	۰/۸۱	۰/۹	دریافت حمایت اجتماعی	
۰/۸۱	۰/۷۲	۰/۹	تنظیم خوراک و حفظ تعادل جسمی	
۱	۰/۸۱	۱	نماز خواندن	
۰/۴۵	۰/۷۲	۰/۷۲	حفظ سلامت جسم و بهداشت روان	

CVR نسبت روایی محتوا	CVI میزان مطابقت هر پیامد با مستندات	پیامدها	
۱	۱	کاهش شدت مصیبت	پیامد دنیوی
۱	۱	تبدیل شدن مصیبت به نعمت	
۱	۱	از بین رفتن آندوه	
۱	۱	رضایت خداوند و یاری الهی	
۱	۱	دستیابی به اجر و ثواب	پیامد اخروی
۱	۱	شفاعت داغ‌دیده در قیامت	
۱	۱	ورود به بهشت	
۱	۱	دریافت پاداش بهتر از آنچه عمل کرده	
۱	۱	بخشش گناهان	
۱	۱	بهترین فرجام	

طبق محاسبات درج‌شده در جدول (۴)، در سؤال اول تمام پیامدها و همچنین از ۳۳ زیرمؤلفه، ۳۰ زیرمؤلفه توسط کارشناسان تأیید شدند و تعداد ۳ زیرمؤلفه با عناوین تحمل سختی فقدان، ایجاد تعادل درونی با تاب‌آوری و حفظ سلامت جسم و بهداشت روان، نصاب لازم و حداقلی را نیآورده و حذف گردیدند؛ همچنین تمامی یافته‌هایی که در پرسش اول تأیید شدند، در پرسش دوم نیز که میزان تناسب آنها با مؤلفه مرتبط سنجیده می‌شد، توسط کارشناسان مورد تأیید قرار گرفت. مدل مفهومی نهایی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ مطابق نمودار (۵) تدوین گردید. این مدل از دو بخش کلی مؤلفه‌ها - زیرمؤلفه‌ها و پیامدها تشکیل شده است.

بر اساس یافته‌ها، تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی، فرآیندی است که متضمن مواجهه سازگاران و موفق با سوگ عزیزان در زندگی بوده و فرد بر اساس ریشه‌های پذیرش فقدان و درک حضور و نظارت الهی، به صورت مثبت با فقدان مواجهه کرده و در ضمن شکرگزاری و رضایت به این تقدیر الهی، اقدام و عمل تاب‌آورانه از خود بروز می‌دهد.



نمودار ۵: مدل مفهومی نهایی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی

بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های پژوهش، سازه تاب‌آوری در مواجهه با سوگ، دارای پنج مؤلفه، سی زیرمؤلفه و ده پیامد می‌باشد. در این بخش، پنج مؤلفه پذیرش فقدان، درک حضور و نظارت الهی، شکرگزاری، مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی و اقدام و عمل تاب‌آورانه تبیین و بررسی می‌شود.

۱. مؤلفه پذیرش فقدان

پذیرش فقدان فرآیندی است که از باورهای فرد در مورد خیر بودن مقدرات، حقیقت معاد و ایمان به حیات اخروی نشئت گرفته و در کنار شناخت صحیح او از حکمت مصائب، موجب می‌شود فقدان حاصل شده را به دور از بزرگ‌نمایی بپذیرد و با پذیرش واقعیت مرگ برای همگان و عزیز از دست‌رفته خویش، نسبت به این تقدیر و قضای الهی، تسلیم گردد.

در حوزه واژگانی، کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم بنابر روش کی و برلین^۱ اخذ شده است. در این روش، صفاتی که تناوب بیشتری در تکرار دارند، به‌عنوان صفات اصلی و در مقابل، صفاتی که با تناوب کمتری تکرار می‌شوند، غیراصولی و حاشیه‌ای محسوب می‌شوند. ملاک ارزیابی به‌جای اشخاص، یک متن یا عبارت مثل فرهنگ لغت یا متون دینی می‌تواند باشد و در نقطه مقابل، ملاک وحدت قاموسی در شناسایی صفات غیراصولی از اصلی، حوزه استعمال و گستره معنایی واژگان است (مختار عمر، ۱۳۸۵، ص ۸۵). کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم در منابع اسلامی بنابر این روش، واژه «التسلیم» و «الرضا» می‌باشد. در تبیین مقام رضا و تسلیم باید دانست این مقام، والاتر از مقام توکل می‌باشد. انسان در مقام توکل، خداوند را وکیل خودش قرار می‌دهد، اما وابستگی به امورات دنیا را رها نمی‌کند، لکن در مقام تسلیم و رضا، فرد به چیزی که خداوند مقرر کرده راضی است؛ اگرچه موافق میل او نباشد (نراقی، ۱۳۷۸، ج ۳، ص ۲۲۹).

این مفهوم در منابع اسلامی بسیار با اهمیت است. رسیدن به مرتبه تسلیم و رضا، یک مرحله از مراحل کمال انسانی است که به شخص آرامش روانی می‌بخشد. زمانی که فرد داغ‌دیده تدبیر الهی را بر اساس حکمت و مصلحت می‌بیند، بر آنچه خدا درباره او مقدر کرده، صبوری می‌کند و راضی و تسلیم می‌گردد. تسلیم و رضا، به‌عنوان یکی از ویژگی‌های مؤمنان شمرده شده و بر همین مبنا، اهل بیت^{علیهم‌السلام} تحمل فقدان عزیزان را تسلیم در برابر امر خدا می‌دانستند (حر عاملی، ۱۴۱۶ق، ج ۳، ص ۲۷۶؛ فیض

1. Kay, P. & Berlin, B.

۲. «لَمَّا حَضَرَتْ إِسْمَاعِيلَ بْنِ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ الْوَفَاةَ جَزَعَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ﷺ جَزَعًا شَدِيدًا، فَلَمَّا غَمَّضَهُ دَعَا بِقَمِيصٍ غَسِيلٍ أَوْ جَدِيدٍ فَلَبَسَهُ، ثُمَّ تَسَرَّحَ وَخَرَجَ يَأْمُرُ وَيَنْهَى، فَقَالَ لَهُ بَعْضُ أَصْحَابِهِ: جِلَّتْ فِدَاكَ، لَقَدْ ظَنَّنَا أَنْ لَا يُنْتَفَعُ بِكَ زَمَانًا لِمَا رَأَيْنَا مِنْ جَزَعِكَ! قَالَ: إِنَّا أَهْلُ بَيْتٍ نَجْزَعُ مَا لَمْ تَنْزِلِ الْمَصِيبَةَ، فَإِذَا نَزَلَتْ صَبَرْنَا».

کاشانی، ۱۴۰۶ق، ج ۲۴، ص ۲۴۲؛ شیخ صدوق، ۱۴۱۳ق، ج ۱، ص ۱۸۷؛ کلینی، ۱۳۷۵، ج ۳، ص ۱۴۶).
خواجه نصیرالدین طوسی با تأکید بر اینکه علت به وجود آمدن حزن و اندوه بیش از حد اعتدال در فرد داغ‌دیده، ناشی از یک خطای شناختی است، می‌گوید:

اگر شخص مصیبت‌زده، شرط انصاف را رعایت کند، می‌داند که هرچه در عالم ماده است، ثبات و بقای آن محال است و فقط آنچه که در عالم عقل است ثابت و ماندگار است، در این صورت در موضوع محال، طمع نمی‌کند و اندوهگین نیز نمی‌شود (طوسی، ۱۳۸۴، ص ۱۹۳).

از نگاه برخی اندیشمندان مسلمان مانند شهید ثانی (۱۳۸۴) رضای به قضای الهی ثمرهٔ محبت به خداست؛ زیرا کسی که فردی را دوست داشته باشد به کار و کردارش راضی می‌شود. امام خمینی علیه السلام (۱۳۸۸) تسلیم را به معنای گرویدن و باور قلبی در مقابل حق و اطاعت باطنی، معنا کرده و معتقد است کسی که در برابر خواست خدا تسلیم است، آنچه را خدا می‌خواهد، مصلحت و خیر می‌داند و چنین فردی در اندوه از دست دادن عزیزان جزع و فزع نمی‌کند، بلکه با توسل به نیروی اطاعت و تسلیم، آن را تحمل می‌کند. دین و دین‌داری اعتقاد به وجود حمایتگر در زندگی است که خیرخواه بندگان است و بر این مبنای هر اتفاقی در زندگی بندگان می‌افتد به صلاح ایشان است. در اندیشهٔ شهید مطهری اگر انسان به هدف و فلسفهٔ آزمایش باور داشته باشد و بداند یکی از مصادیق آزمایش و ابتلای الهی، سوگ عزیزان و فقدان آنهاست، تحمل کرده و موجبات تکامل خویش را فراهم می‌کند (مطهری، ۱۳۹۵، ج ۷، ص ۱۸۳).

در متون و نظریه‌های روان‌شناسی نیز، اهمیت و تأثیر باورها بر تاب‌آوری افراد تا جایی است که به اعتقاد شانه^۱ (۱۹۹۸)، سبک تفکر، بیش از هوش، وراثت و هر عامل دیگری تعیین‌کننده در تاب‌آوری انسان‌هاست بنابر نتایج تحقیقات کوبلر - راس (۱۹۶۹) اولین مرحله از مراحل فرآیندی سوگ، شوک آغازین و انکار و باور نکردن مرگ عزیزان است. بیتز (۱۹۳۳) نیز عدم پذیرش و کناره‌گیری را از نخستین واکنش‌های فرد داغ‌دیده عنوان می‌کند (علیزاده، ۱۳۹۲). وردن^۲ (۱۳۹۹) تأثیری که سوگ بر هریک از ابعاد کیفیت زندگی می‌گذارد را در چهار مؤلفهٔ کلی تقسیم می‌کند که شاید مهم‌ترین بخش آن، شناخت‌هاست. فیل ریچ^۳ (۱۹۵۱) هدف از مقابله با داغ‌دیدگی را یافتن شیوه‌هایی برای اجتناب یا گریز از آزرده‌گی عاطفی و پریشانی که فقدان را به ارمغان آورده، نمی‌داند، بلکه یکی از اهداف این فرآیند را خوگرفتن و سازگاری می‌داند که مشتمل بر اجرای وظیفهٔ سازگار شدن و پذیرش واقعیت است (ریچ،

1. Schutte, S.
2. Worden. J
3. Rich, P.

۱۹۵۱، ص ۲۴). از این رو می‌توان گفت مهم‌ترین قسمت در ظهور و بروز تاب‌آوری در مواجهه با سوگ، در همین بخش شناخت‌ها و به تعبیر این پژوهش، پذیرش فقدان اتفاق می‌افتد. در روان‌شناسی نیز می‌توان بعضی از مفاهیم را متناظر با مفهوم پذیرش فقدان دانست. یکی از نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی، معنادرمانی است. معنادرمانی درحقیقت یک منظمه روان‌شناختی - فلسفی است که به بیماران نیازمند به کمک، یاری می‌کند تا علی‌رغم اندوه یا سوگ داغ‌دیده، روی آنچه از دست رفته تمرکز نکرده و در تکاپوی یافتن معنا باشند؛ بنابراین از منظر معنادرمانی، زندگی در هر شرایطی دارای معناست (فرانکل، ۱۹۶۹، به نقل از: محمدپور، ۱۳۸۵). فرانکل (۱۹۶۹) باور دارد در سخت‌ترین مسیرها و در یأس‌آورترین موقعیت‌ها، می‌توان معنایی کرده و شرایط را سمت بهبود سوق داد (سولتز، ۱۹۹۷).

البته تمامی این مفاهیم روان‌شناختی که به‌عنوان متناظر ذکر شد، اساساً دارای ماهیتی متفاوت از مؤلفه پذیرش فقدان هستند. مؤلفه پذیرش فقدان بر اساس تسلیم و رضایت به قضای الهی و خیرباوری ریشه گرفته و در کنار نشانه‌هایی مثل اعتقاد به معاد و شناخت حکمت بلا و فلسفه مصائب رشد و نمو پیدا می‌کند؛ درحالی‌که هیچ‌کدام از مفاهیم متناظر روان‌شناختی، ارتباطی با مسائل اخروی و جهان‌بینی اسلامی نداشته و همچنین نوع دیدگاه اعتقادی نسبت به خدای متعال، اثر مشهود در مفاهیم متناظر مذکور ندارند.

یافته‌های پیرامون مؤلفه پذیرش فقدان، با پژوهش‌هایی همسو است. به‌طور مثال، شاهمیری (۱۳۹۶) پذیرش ناخوشایند را یکی از مؤلفه‌های تاب‌آوری بر اساس منابع اسلامی عنوان کرده است؛ همچنین صالحی و همکاران (۱۴۰۲) به این نتیجه رسیده‌اند که خیرباوری (از نشانه‌های پذیرش فقدان) فرد را به سمت پذیرفتن وضعیت و تاب‌آوری و تحمل می‌برد و به سبب الهی بودن، آرامش آفرین است و در شاکله روانی فرد تأثیر می‌گذارد و فرد را به سمت تاب‌آوری می‌برد. ارتباط اعتقاد به معاد (که یکی دیگر از نشانه‌های پذیرش فقدان است) با تاب‌آوری در این است که شخص باورمند به معاد، تحمل سختی در زندگی موقتی این دنیا را در قبال رسیدن به سعادت همیشگی اخروی تحمل می‌کند (علی‌پور دهاقانی، ۱۳۹۹). یافته‌های پژوهش ربیع‌پور طبالوندانی (۱۳۹۳) نشان داد که تغییر شناخت، اساسی‌ترین راهکار برای مقابله با رفتار ناهنجار در هنگام مصیبت عزیزان است. برخی صاحب‌نظران، پذیرش را عالی‌ترین مرحله و زمینه‌بازسازی و برگشتن فرد به زندگی می‌دانند (کوبلر راس، ۲۰۰۴). به عقیده پارک و کوهن (۱۹۹۰)، نقشه‌های کلی دینی - معنوی مشتمل بر عقائد، مناسک دینی و آداب مذهبی به‌عنوان منشأ یاری برای پذیرش سوگ عزیزان و آرامش خاطر بازماندگان و معنایی توسط اکثر افراد داغ‌دیده مورد بهره قرار می‌گیرد. رسیدن به معنا در هنگام فقدان (پذیرفتن مرگ به‌عنوان مشیت

خداوند) و پیدا کردن جنبه‌های مثبت در تجربه تلخ سوگ، دو راه اصلی سازگاری با فقدان است که توسط دین و اعتقادات فرد قابل دستیابی است (فرانتز و همکاران، ۱۹۹۶). فیل ریچ (۱۹۵۱) اولین مرحله مقابله با داغ‌دیدگی را سازگار شدن و پذیرش واقعیت می‌داند (ریچ، ۱۹۵۱، ص ۲۴).

پیرامون زیرمؤلفه امانت دانستن عزیزان، پژوهش پاکزاد (۱۳۸۹) همسو با نتیجه این پژوهش بوده و می‌گوید: «انسان‌ها، مالک هیچ چیز حتی خودشان نیستند؛ از این‌رو اگر انسان به مالکیت خدا باور داشته باشد و آنچه را در اختیار دارد امانت بداند، به وقت پس‌گیری امانت از جانب مالک واقعی بی‌تابی نخواهد کرد». پسندیده (۱۳۸۶) نیز معتقد است وقتی فرد به مالکیت خدا و نابودی غیر او اعتماد داشته باشد، در فقدان، مقاوم و بردبار خواهد بود؛ چون نه خود را مالک داشته‌هایش می‌داند و نه وجودش را پایدار می‌شمارد، لذا از دست دادن عزیزان، تحمل‌پذیر خواهد شد.^۱

همچنین در خصوص زیرمؤلفه «باور به همگانی بودن مرگ»، از میان نظرات متقدمین نیز می‌توان به اقوال ابن‌اسحاق کندی (۲۶۰ق) اشاره کرد که یکی از راهکارهای پذیرش فقدان عزیزان برای کسی که فرزند از دست داده است را این‌گونه بیان می‌کند: «باید بداند که تنها نیست و بسیاری از پدران هستند که فرزندان خود را از دست داده‌اند و او تنها نیست و بسیاری هستند که فرزند ندارند، ولی شادمان زندگی می‌کنند» (طریحی، ۱۳۷۵، ص ۱۰۶)؛ همچنین راه‌های مقابله با حزن و اندوه در امور دنیوی را تفکر و تأمل در امور دنیا و فانی بودن دنیا عنوان می‌کند که مطابق با یافته‌های این پژوهش، ذیل زیرمؤلفه‌های مرگ آگاهی و شناخت حکمت بلا و فلسفه مصائب می‌باشد.

۲. مؤلفه درک حضور و نظارت الهی

این مؤلفه به معنای یقین و ایمان قلبی به حضور و همراهی خداوند و پاداش‌خواهی از اوست و داشتن چنین باوری موجب دریافت امداد الهی در شرایط فقدان می‌شود.

در حوزه واژگانی، کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم بنابر روش کی و برلین، واژه احتساب و یقین می‌باشد. یقین، والاترین مرتبه کمال ایمان و برترین فضل از خوبی‌های انسان است. این فضیلت در کنار عمل خالصانه برای خداوند که همان معنای احتساب لله است (راغب اصفهانی، ۱۴۰۴ق)، محورهای اصلی مفهوم درک حضور و نظارت الهی هستند.

۱. «كَتَبَ النَّبِيُّ ﷺ إِلَىٰ مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ... إِنَّمَا كَانَ أَنْتَ مِنْ مَوَاهِبِ اللَّهِ الْهَيْبَةِ وَعَوَارِيهِ الْمُسْتَوْدَعَةِ عِنْدَكَ فَمَتَّعَكَ اللَّهُ بِهِ إِلَىٰ أَجَلٍ وَقَبَضَهُ لَوْقَتٍ مَعْلُومٍ فَإِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ لَا يَخِطُنَ جَزَعُكَ أَجْرَكَ وَلَوْ قَدِمْتَ عَلَىٰ ثَوَابِ مُصِيبَتِكَ لَعَلِمْتَ أَنَّ الْمُصِيبَةَ قَدْ قَصَّرْتَ لِعَظِيمِ مَا أَعَدَّ اللَّهُ عَلَيْهَا مِنَ الثَّوَابِ لِأَهْلِ التَّسْلِيمِ وَالصَّبْرِ» (ابن‌شعبه حرانی، ۱۳۸۲، ص ۵۹).

این مفهوم در منابع اسلامی بسیار با اهمیت است و در کلام خداوند متعال، صابران به مقام معیت با خداوند می‌رسند.^۱ در بیان امیرالمؤمنین علی^{علیه السلام}، اساس صبر بر یقین و اعتماد به پروردگار نهاده شده است.^۲ نقش یقین و ایمان قلبی که یکی از نشانه‌های این مؤلفه است در اندیشه ابن‌سینا تا جایی است که معتقد است زمانی که نفس خالی از باور باشد، بیمار بوده و زمانی که بر باورهای باطلی که خلاف فطرت اصلی اوست، پایبند گردد، بیمارتر خواهد شد (ابن‌سینا، ۱۳۷۷، به نقل از: فرامرز قراملکی، ۱۳۹۰، ص ۱۹). به اعتقاد امام خمینی^{علیه السلام} انسان دارای یقین به حق و تقدیرات او، با چنین یقینی امور مشکل بر او آسان می‌شود و تمامی مصیبت‌ها برای او آسان می‌گردد، و اگر چنین نباشد و مصیبتی بر او وارد شود، تاب و توان مصیبت را ندارد و این نیست جز آنکه شک و تزلزل در قضای الهی و عدل او دارند (خمینی، ۱۳۸۸، ص ۵۶۴).

تاب‌آوری در مواجهه با سوگ مثل هر کنش دیگری نیازمند انگیزه است. نخستین عامل ایجاد انگیزه، هدف است. انسان تنها به خاطر اهداف ارزشمند می‌تواند صبر پیشه کند؛ از این رو در خصوص زیرمؤلفه انگیزه الهی که ذیل مؤلفه درک حضور و نظارت الهی است، می‌توان آن را ضمن تعیین هدف که همان رضایت الهی است بررسی کرد. اگر هدف و مقصد معین نباشد، دلیل تحمل سختی‌ها و مصائب مشخص نمی‌شود و فرد توانایی صبر کردن نخواهد داشت. به همین جهت، قرآن کریم حین سخن از صبر و شکیبایی، به هدف صبر آن اشاره کرده است.^۳

مؤید زیرمؤلفه توجه داغ‌دیده به اجر و پاداش تحمل سوگ، در کلام امیرمؤمنان علی^{علیه السلام}^۴ به صورت آشکار آمده است که یکی از پایه‌های روان‌شناختی تاب‌آوری را شوق و رغبت بیان می‌کنند و قرآن کریم نیز مکرراً پیامدهای مثبت دنیوی و اجر و پاداش اخروی صبر را بیان فرموده است.^۵ محقق نراقی (۱۳۷۸) بر این باور است که راه تحصیل صبر، تقویت انگیزه دین و تضعیف انگیزه هوی و هوس است، و یکی از راهکارهای شناختی تحمل مصائب را، توجه به پاداش‌های اخروی بیان می‌کند. شهید ثانی (۱۳۸۴) توجه نمودن داغ‌دیده به پاداش و تحمل سوگ فرزند را این‌گونه بیان می‌کند: «مهم‌ترین محبوب انسان، فرزند اوست. به همین جهت به خاطر فراق و از دست دادن او، خداوند متعال بزرگ‌ترین پاداش را برای داغ‌دیده پیش‌بینی کرده و به والدین او مژده مغفرت و بهشت داده است» (شهید ثانی، ۱۳۸۴، ص ۶۸).

۱. «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ» (بقره: ۱۵۳).

۲. قال علی^{علیه السلام}: «أصل الصبر حسن اليقين بالله» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۱۹۸).

۳. «وَالَّذِينَ صَبَرُوا ابْتِغَاءَ وَجْهِ رَبِّهِمْ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَأَنفَقُوا مِمَّا رَزَقْنَاهُمْ سِرًّا وَعَلَانِيَةً وَيَدْرُونَ بِالْحَسَنَةِ السَّيِّئَةِ أُولَئِكَ لَهُمْ عُقْبَى الدَّارِ (رعد: ۲۲)

۴. «فَالصَّبْرُ مِنْ ذَلِكَ عَلَى أَرْبَعِ شُعَبٍ عَلَى الشُّوقِ... فَمَنْ اشْتَأَقَ إِلَى الْجَنَّةِ سَلَا عَنِ الشَّهَوَاتِ» (کلینی، ۱۳۷۵، ج ۲، ص ۵۰)

۵. «إِنَّمَا يُوفَى الصَّابِرُونَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ» (زمر: ۱۰)

در روان‌شناسی نیز می‌توان بعضی از مفاهیم را متناظر با مفهوم انتظار پاداش و اجر دانست. بر اساس مفهوم غایت‌نگری تخیلی که ابداع آدلر (۱۹۳۰) است، انسان‌ها برای زندگی اهداف انتزاعی می‌سازند و به‌گونه‌ای عمل می‌کنند که گویا اهداف فردی، مطلوب نهایی زندگی آنهاست. اگر کسی باور داشته باشد که پرهیزگار بودن، سبب رسیدن به زندگی سراسر خوش و بی‌پایان است که در بهشت به آن دست می‌یابد، تمام زندگی او تحت تأثیر تلاش فرد به‌سوی آن هدف معطوف می‌شود. این دست اهداف خیالی، سبب ذهنی برای رویدادهای روانی انسان‌ها محسوب می‌شود (پروچاسکا، ۱۴۰۰، ص ۱۱۲). همچنین نشانه‌هایی از مفهوم یقین و ایمان قلبی که ذیل همین مؤلفه پژوهش حاصل شده است، در نظریه «رشد تفکر دینی ال‌کاینده»^۱ (۱۹۷۰) مشهود است؛ جایی که درمانگر می‌بایست با توجه به مبانی درمانی دینی به سوگ درمانی بپردازد؛ چون هیچ پاسخی قانع‌کننده‌تر از دین وجود ندارد؛ ضمن اینکه اگر در درمان، مبحث دین را جدا کنیم، اضطراب از مرگ و جدایی از بزرگسال باعث دل‌بستگی‌های ناایمن می‌شود (بویاتزیس،^۲ ۲۰۰۵).

یافته‌های پیرامون مؤلفه درک حضور و نظارت الهی، با پژوهش‌هایی همسو است. فتاحی، کالانتیری و مولوی (۱۳۹۴) معتقدند اگر باور به همراهی خداوند در تمام لحظات خصوصاً شداوند و فقدان‌ها وجود داشته باشد، عامل مهمی در تقویت روح برای تحمل فشارهای روانی است. تصور اینکه فرد از قلمرو حمایت الهی خارج باشد و خود را در محضر الهی نبیند، موجب ترس و اضطراب شده و بر تنیدگی‌های فرد مصیبت‌دیده می‌افزاید. کاوه و همکاران (۱۳۹۰) برخی فاکتورهای تاب‌آوری را در قالب ویژگی‌های فردی معرفی می‌کنند که از آن میان می‌توان به عواملی مثل منبع کنترل درونی و اطمینان اشاره کرد که همسو با زیرمؤلفه یقین و ایمان قلبی است. پژوهش بخشی‌زاده و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد در مواجهه با مشکلات روزمره، دین، یک منبع حمایتی محسوب می‌شود که می‌تواند با ایجاد دیدگاه مثبت نسبت به اوضاع، افراد را در برابر مشکلات یاری کند. همچنین نتایج پژوهش نشان داد میان ابعاد تاب‌آوری و دین‌داری، رابطه مستقیم و مثبت همبستگی وجود دارد؛ به این معنا که انسان‌های معتقد، تاب‌آوری مطلوب و قابل قبولی داشتند (صالحی و همکاران، ۱۴۰۲). ایزدی طامه و محمودی (۱۳۹۶) در پژوهشی روی ۶۰ نفر از زنان مطلقه به این نتیجه دست یافتند که آموزش معنویت (همسو با تقویت ایمان قلبی) بر ارتقای تاب‌آوری و کیفیت زندگی زنان مطلقه مؤثر است.

1. Elkind, D.
2. Boyatzis, C. J.

۳. مؤلفه شکرگزاری

این مؤلفه اشاره به مرتبه‌ای بالاتر از پذیرش فقدان دارد که در آن فرد داغ‌دیده، ضمن سپاسگزاری و ستایش خداوند در همه حال، از فقدان شکایت نکند و با نعمت شمردن مصیبت، از آنها که به‌منزله نعمت الهی هستند، روی‌گردان نباشد.

در حوزه‌ی واژگانی، کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم بنابر روش کی و برلین، واژه صبر جمیل و حمدالله می‌باشد. صبر جمیل همان‌گونه که در آیه ۵ سوره معارج^۱ آمده است، مرتبه‌ای از شکیبایی خالص است که در آن هیچ شائبه‌ای از شکایت و جزع نباشد (طباطبایی، ۱۳۷۸، ج ۲۰، ص ۹). این مفهوم در منابع اسلامی مورد تأکید بسیاری بوده است. در متون دینی، فردی که از بلا یا و مصائب با روی گشاده و خوشحالی استقبال نماید و با آرامش و سکون، صبوری ورزد، چنین شخصی از زمره خواص و اولیا الله است.^۲ از نگاه برخی اندیشمندان نظیر مهدی نراقی، در مورد بلای دنیوی، صبر و شکر با هم جمع می‌شود و اجتماع آنها ممکن است و این شکرگزاری از این حیث است که به سعادت اخروی رهنمون می‌گردد (نراقی، به نقل از: فیضی، ۱۳۸۸، ص ۳۴۷). در خصوص عدم شکایت از فقدان که از نشانه‌های این مؤلفه است، عبدالرزاق کاشانی در شرح منازل می‌گوید: «مراد از صبر، خودداری شکایت است و منظور، شکایت به مخلوق است» (عبدالرزاق کاشی، ۱۳۸۵، ص ۸۵، باب صبر). شهید ثانی با اشاره به والاتر و شکوهمندتر بودن مقام و مرتبت رضا به قضای الهی نسبت به مقام صبر و بردباری می‌گوید: «محبت و اشتیاق انسان مقتضی است که انسان از لابه‌لای بلا و مصیبت لذت جوید و با حالتی خوشایند از آنها استقبال کند» (شهید ثانی، ۱۳۸۴، ص ۲۰۳). شهید ثانی در جای دیگری که مراتب تسلیم و رضا را بیان می‌کند، سه مرتبه برای آن می‌شمارد که عالی‌ترین مرتبه و درجه آن است که احساس درد و رنجش نکند و علی‌رغم اینکه اسباب زحمت و رنج بر او جاری می‌شود، ولی بیم و پرهیزی از آن فقدان نداشته باشد (شهید ثانی، ۱۳۸۴، ص ۱۷۹). این مرتبه از مواجهه با فقدان سوگ را می‌توان متناظر با نشانه عدم شکایت از فقدان در این پژوهش دانست. امام خمینی^۳ نیز صبر را نگاهداری نفس از شکایت بر جزع تعریف می‌کند. شهید مطهری نیز معتقد است مصیبت‌ها در صورتی نعمت تلقی می‌شوند که انسان از آنها بهره‌برداری نیکو کرده و با صبر و مواجه شدن با تلخی‌هایی که مصیبت‌ها ایجاد کرده‌اند، روح و روان خود را تعالی بخشد و شکرگزار باشد (مطهری، ۱۳۹۵، ص ۱۶۴).

۱. «فَاصْبِرْ صَبْرًا جَمِيلًا» (معارج: ۵)

۲. قال الصادق^{علیه السلام}: «مَنْ اسْتَقْبَلَ الْبَلَاءَ بِالرُّحْبِ وَصَبَرَ عَلَى سَكِينَتِهِ وَوَقَّارٍ فَهُوَ مِنَ الْخَاصِّ» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۸، ص ۹۰)

در آثار ذکرشده از اندیشمندان اسلامی، اگرچه مبحث ستایش و سپاسگزاری در جمیع حالات بررسی و واکاوی شده، لکن در این آثار عمدتاً از جهت اخلاقی و اخروی به مبحث شکرگزاری نگاه شده و کمتر با نگاه‌های روان‌شناختی این مفهوم تحلیل شده است.

در متون روان‌شناسی می‌توان مواردی را یافت که متناظر با برخی نشانه‌های این مؤلفه نظیر نعمت شمردن مصیبت و عدم شکایت از فقدان است. پولاک^۱ معتقد است که سوگ ممکن است تأثیرات مثبت و رشددهنده‌ای داشته باشد؛ مثلاً ممکن است برای افراد خلاق، اتمام موفقیت‌آمیز دوره سوگ، منجر به افزایش خلاقیت و سازندگی گردد (پولاک، ۱۹۸۲، ص ۳۳۳-۳۵۴). برخی از زنان که به صورت سنتی ازدواج کرده و ناگهان بیوه می‌شوند می‌توانند به‌طور قابل توجهی استعدادهای خود را بروز دهند و فعالیت‌هایی انجام دهند که قبل از مرگ شوهر هرگز قادر به انجام آنها نبودند (پولاک، ۱۹۸۲، ص ۷۲۲). همچنین در نظریه بحران نیز می‌توان مثبت‌نگری به موضوع فقدان را مشاهده کرد. از آنجا که داغ‌دیدگی جزو حوادث بحرانی زندگی هر فرد لحاظ می‌شود و باعث به‌هم‌ریختن تعادل عاطفی می‌شود، قائلین به این نظریه معتقد هستند که سوگ، توانایی تغییرات مثبت و رشد شخصی را برای داغ‌دیده ایجاد می‌کند.

یافته‌های پیرامون مؤلفه شکرگزاری، با پژوهش‌هایی همسو است. حبیب‌الهی (۱۴۰۰) بر این باور است که عوامل ایجادکننده تاب‌آوری، همگی در سنت اسلامی و در آیات و روایات دارای مفاهیم متناظر، از جمله مؤلفه‌های تاب‌آوری معنوی مانند صبر، رضا، توکل و شکرگزاری هستند و بر آنها تأکید شده است. در پژوهشی که پسندیده (۱۳۸۹) انجام داد، صبر به صورت اصطلاحی به معنای خویش‌داری بدون اظهار شکوه و گلایه تعریف شده است. سیدمحمودی و رحیمی (۱۳۹۰) در یک پژوهش روی افرادی که در پنج سال گذشته یک حادثه ناگوار را تجربه کرده بودند، دریافتند خوش‌بینی با تاب‌آوری رابطه معنادار دارند. به عقیده هیلگارد (۱۹۷۵) افراد سخت‌رو (که از یک منظر تاب‌آوری روانی دارند) در برابر فشارهای روانی مقاومت بسیاری دارند و تحت تأثیر شرایط استرس‌زا، علاوه بر اینکه مصون از آسیب روانی هستند، بلکه این شرایط را برای پیشرفت و تعالی در زندگی خودشان غنیمت دانسته و حتی به استقبال مصائب نیز می‌روند (هیلگارد، ۱۹۷۵). به نظر می‌رسد نتیجه پژوهش پارک (۲۰۰۵) نیز همسو با مؤلفه شکرگزاری و زیرمؤلفه نعمت شمردن مصیبت در مواجهه با فقدان می‌باشد؛ آنجا که تجربه سوگ را بخشی مهم از زندگی فرد داغ‌دیده دانسته و آن را یک مرحله اساسی برای کمال و به بلوغ رسیدن انسان می‌داند. او معتقد است سوگی که از طریق داغ‌دیدگی تجربه

1. Pollock, G. H.

می‌شود، توانایی انگیزشی برای کسب این تجربه معنوی را داراست. همین‌طور تدسکی و کالهنون^۱ (۲۰۰۴) در نظریه‌ای با عنوان «رشد پس از سانحه» معتقدند افرادی که پس از مصیبت‌ها، مبارزات روانی را تحمل می‌کنند، اغلب می‌توانند رشد مثبت پس از آن را مشاهده کنند. آنها رشد پس از سانحه را به‌عنوان یک تغییر روانی مثبت در پی مبارزه با شرایط بسیار چالش‌برانگیز زندگی تعریف می‌کنند.

۴. مؤلفه مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی

این مؤلفه به این معناست که فرد داغ‌دیده که در معرض فشارهای درونی قرار گرفته است، منفعلانه عمل نکند، بلکه با رعایت تقوا و پرهیزگاری و گفتار و کردار شایسته، مواجهه مثبت با فقدان داشته باشد و تعادل درونی خویش را بازیابی کند.

در حوزه‌ی واژگانی، کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم بنابر روش کی و برلین، واژه‌ی التقوی، عزاء الله و الحزن می‌باشد. مفهوم‌شناسی تقوا در کلام شهید مطهری به حالتی در فرد گفته شده که به او مصونیت اخلاقی و روحی می‌دهد و باعث می‌شود وقتی در محیط گناه قرار می‌گیرد گناه نکند (مطهری، ۱۳۹۵، ص ۲۰).

بر اساس جمع‌بندی معنای واژه «عزا» که در لغت‌نامه‌های مختلف آمده است (کاوینی آرانی و پناهی، ۱۳۹۳) تعزیه به معنای صبر و شکیبایی در ماتم و همچنین تسلی دادن و توصیه به صبر کردن است. در این صورت با توجه به استعمال گسترده آن در خصوص فقدان عزیزان و سوگ، می‌توان گفت از دو جهت قابل بهره است: اول اینکه در مورد فرد یا افراد داغ‌دار به معنای عزاداری ایشان و صبر و تحمل سوگ لحاظ می‌شود؛ و دوم اینکه در مورد اطرافیان فرد داغ‌دار، به معنای تسلیت گفتن و تعزیت به ایشان آمده است. دهخدا نیز تعزیت را به صبر نمودن، تسلی دادن، امر کردن به صبر، تسلیت گفتن به عزادار و به شکیبایی فراخواندن معنی می‌کند (دهخدا، ۱۳۷۷، ج ۱۴، ص ۷۶۶).

یافته‌های این پژوهش ذیل مؤلفه مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی نشان می‌دهد که از دیدگاه متون دینی، راه مواجهه با تمامی مؤلفه‌های سوگ به‌ویژه مؤلفه‌های رفتاری که نمود ظاهری دارند، رعایت تقوا و پرهیزگاری و گفتار و کردار شایسته است.

تعالیم اسلام به همه ابعاد وجودی انسان توجه دارد و بر اساس تعریف منحصر به فردی که از سوگ دارد، نوع مطلوب حزن را ممدوح می‌داند و مقابله صحیح با آن را برای رسیدن به هدف والای معنوی که همانا کمال انسانی است، دارای ضرورت می‌داند. اهمیت مواجهه مثبت با سوگ از طریق زیرمؤلفه‌های آن شامل رعایت تقوا و گفتار و کردار شایسته، تا جایی است که خداوند به متقین وعده

1. Tedeschi, R. G. & Calhoun, L.

همراهی داده است.^۱ رعایت تقوا و پرهیزگاری که از نشانه‌های این مؤلفه است، صفتی است که مانع از نافرمانی و عصیان فرد در مقابل خداوند شده و موجب انگیزش او برای بندگی و اطاعت خداوند می‌گردد. از منظر علامه طباطبایی تقوا امری معنوی و مرتبط با روح و نفس انسان است (طباطبایی، ۱۳۷۸، ج ۱۴، ص ۳۷۴)؛ از همین رو ذیل مؤلفه مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی آمده است. اهمیت رعایت تقوا به‌ویژه در شرایط بحرانی داغ‌دیدگی و سوگ تا جایی است که از نظر شهید ثانی جزء و فرع در مورد قضا و قدر الهی، توحید انسان را زیر سؤال می‌برد؛ مثل اینکه خدایی غیر از خدای متعال را می‌پرستند (شهید ثانی، ۱۳۸۴، ص ۶۸).

در روان‌شناسی نیز می‌توان بعضی از مفاهیم را متناظر با مفهوم مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی دانست. خودمهارگری که توانایی در کنترل و مدیریت خواسته‌ها، کنش‌ها و هیجانات است و با هدف رسیدن به برخی پاداش‌ها انجام شده، یا به‌منظور دوری کردن از برخی پیامدهای نامطلوب است (اکبری کوچکسرایبی و همکاران، ۱۳۹۶)، و یا خودکنترلی که خویشتن‌داری و نگه داشتن خود از رفتار ناپسند است و با عناوینی چون «تقوا» (کلینی، ۱۳۷۵، ج ۸، ص ۵۵)^۲ و «ضبط النفس» (تمیمی آمدی، ۱۳۷۸، ص ۴۲۷)^۳ در ادبیات دینی مطرح شده است.

یافته‌های پیرامون مؤلفه مواجهه مثبت علی‌رغم فشار درونی، با پژوهش‌هایی همسو است. بر اساس پژوهش‌های والش (۲۰۰۶) انسان‌های تاب‌آور در حوادث بحرانی زندگی، می‌توانند حجم اخلاقی وسیع‌تری را به خدمت گرفته و خودشان و شرایط را کنترل کنند (ماتیوس و کوک، ۲۰۰۹). بنزیس و مکیزیک^۴ (۲۰۰۸) معتقدند کنترل درونی و نظام‌های اعتقادی از عوامل تقویت تاب‌آوری هستند. همچنین در پژوهش شاهمیری (۱۳۹۶) که با مراجعه به منابع اسلامی و طبقه‌بندی یافته‌ها انجام شد، یکی از مؤلفه‌های تاب‌آوری، حفظ آرامش همراه با کراهت باطنی است (شاهمیری، ۱۳۹۶، ص ۱۶۹). سبک‌های تفکر ناتاب‌آورانه^۵ و مواجهه نادرست، باعث می‌شوند فرد به راه‌حل‌های نادرست حل مسئله که موجب هدر رفت انرژی‌های روانی و ذخایر ارزشمند تاب‌آوری می‌شود، روی آورد (شانه و رایویچ، به نقل از: علیزاده، ۱۳۹۲، ص ۱۴۸). نوری (۱۳۸۷) صبر را نگهداری و کنترل نفس در حالت خاصی معنا کرده که سبب پایداری در انجام کارهای سخت و تحمل سختی‌ها می‌گردد (نوری، ۱۳۸۷، ص ۱۴۳). در

۱. «إِنَّ اللَّهَ مَعَ الَّذِينَ اتَّقَوْا» (نحل: ۱۲۸)

۲. «لیس الحلیم الذی لا یتقی احدا فی المکان التقی»

۳. «ضبط النفس عند الهیجان الغضب یومن مواقع العتب»

4. Matthews, B. & Cook, C.

5. Benzies, K. & Mychasiuk, R.

6. non-resilient

خصوص مواجهه مثبت و به دور از افسردگی و اضطراب، پژوهش طهماسبی (۱۳۹۱) نشان داد بین تاب‌آوری و افسردگی رابطه منفی معنادار و بین تاب‌آوری و اضطراب نیز رابطه منفی وجود دارد. همچنین پژوهش عباسی (۱۳۹۸) نشان داده که آموزش تاب‌آوری اثر معناداری بر کاهش علائم افسردگی و اضطراب و افزایش تاب‌آوری داشته است.

۵. مؤلفه اقدام و عمل تاب‌آورانه

این مؤلفه به معنای مجموعه‌ای از مواجهه‌های رفتاری در قبال فقدان عزیزان است که مؤلفه کنشی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ را تشکیل می‌دهد و در رابطه درون‌فردی شخص داغ‌دیده، رابطه او با خداوند و همچنین تعامل او در رابطه با دیگران تقسیم‌بندی می‌شود.

در حوزه واژگانی، کلیدواژه‌های عمده و محوری این مفهوم بنابر روش کی و برلین، واژه الصبر، التوکل، بکاء و ذکر الله می‌باشد.

مفهوم اقدام و عمل تاب‌آورانه دارای زیرمؤلفه‌های متعددی است. محمدبن علی کراچکی (۴۴۹ق) صبر و پایداری را چاره تحمل مصائب و بلاها می‌داند و صبر را این‌گونه تعریف می‌کند: «صبر مضطرب نگشتن در بلاها و مصائب است و ضد آن جزع و بی‌تابی است» (کراچکی، ۱۳۸۸، ص ۲۱۴). از سوی دیگر، در روایات، توکل بر خدا به‌عنوان ریشه صبر معرفی شده است.^۱ در اندیشه آیت‌الله مصباح یزدی وقتی کسی بر خداوند توکل کرد، می‌داند خداوند بیش از هرکسی به خیر و صلاح او آگاهی دارد و اگر هم به دام سختی‌ها و بلاها گرفتار آید، ناخرسند نمی‌شود و بدین ترتیب به خواست خداوند رضایت می‌دهد (شجاعی، ۱۳۹۳، ص ۳۵۶-۳۵۷). زیرمؤلفه دیگر، گریستن و اشک ریختن است. در منابع اسلامی این رفتار نه‌تنها رد نشده، بلکه رفتار معصومین علیهم‌السلام در هنگام فقدان عزیزانش مهر تأیید بر این مسئله می‌زند (شیخ صدوق، ۱۴۱۳ق، ج ۱، ص ۱۸۷؛ طوسی، ۱۴۱۴ق، ص ۳۸۸ و ۸۵۰؛ نوری، ۱۳۸۲، ج ۲، ص ۳۵۲). تنها در این بین نوع رفتار افراد عزادار مورد تأکید قرار گرفته که نباید از دایره رضایت خداوند متعال خارج شود. تنظیم رغبت‌های حوزه ارتباطی نیز جزء زمینه‌های مؤثر بر تاب‌آوری در مواجهه با سوگ است و به تعبیر قرآن کریم، انسان مؤمن می‌تواند به خاطر خدا سختی‌ها را تحمل کند، لکن برخی افراد این دنیای زودگذر را دوست دارند و به همین دلیل آخرت را رها می‌کنند.^۲

در روان‌شناسی نیز می‌توان بعضی از مفاهیم را متناظر با مفهوم اقدام و عمل تاب‌آورانه دانست. مدل تاب‌آوری زیستی - روانی - معنوی ریچاردسون (۲۰۰۲) درحقیقت فرصتی را جهت انتخاب آگاهانه

۱. «قال علی علیه‌السلام أصل الصبر التوکل علی الله» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۱۱۱)

۲. «كَلَّا بَلْ تُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ * وَتَذَرُونَ الْآخِرَةَ» (قیامت: ۲۰-۲۱).

یا ناآگاهانه برای افرادی فراهم می‌کند که از طریق واکنش به رخداد‌های زندگی، تعادل‌شان دچار اختلال شده است. به بیان دیگر، این حالت تطابق‌یافته روح، بدن و ذهن، همان مفهوم تعادل زیستی - روانی - معنوی است (کردمیرزا، ۱۳۹۲، ص ۳۰). مفهوم استقامت نیز به معنای توانایی جسمی و روحی برای ایستادگی در برابر سختی‌ها و پایداری تعریف شده است (توماس، ۱۹۸۱، به نقل از: استامپفر، ۱۹۹۰). برخی از وظایفی که ریچ^۱ (۱۹۵۱) در مورد اهداف مقابله با داغ‌دیدگی بیان می‌کند و مرتبط با این مؤلفه است، شامل انجام اعمال مرتبط با تدفین و سایر مسئولیت‌های بازمانده، کنترل عواطف و رفتارها و پذیرش حمایت دیگران است که تا حدود بسیار زیادی با نشانه‌های اقدام و عمل تاب‌آورانه مطابق است. همچنین زمانی که وردن، عوامل سوگ عارضه‌دار را برمی‌شمارد (وردن، ۱۳۹۹، ص ۹۷)، نفی اجتماعی فقدان و نبود شبکه حمایت اجتماعی در اطراف داغ‌دیده را نام می‌برد که این علل، متناظر با زیرمؤلفه دریافت حمایت اجتماعی است که در ذیل این مؤلفه در نتیجه پژوهش آمده است. مفهوم دیگری که می‌توان با زیرمؤلفه تنظیم رغبت‌های حوزه ارتباطی متناظر دانست، در نظریه دل‌بستگی است. در این نظریه، حالات روانی اساساً توسط نیازهای دل‌بستگی سازماندهی می‌شوند. دل‌بستگی‌ها منبع امنیت و اعتماد هستند که به فرد داغ‌دیده کمک می‌کنند تا از آن پیوند برای جهت‌گیری جدید خود در زندگی کمک بگیرد و در نتیجه، موقعیت خود و اهداف زندگی‌اش را سازماندهی کند (خوشابی، ۱۳۸۶، ص ۹۴-۹۶).

در این مؤلفه نیز به‌طور کلی می‌توان گفت اگرچه برخی از این مفاهیم متناظر روان‌شناختی دارای ماهیتی شبیه به برخی زیرمؤلفه‌ها هستند (نظیر استقامت، کنترل دل‌بستگی)، لکن اساساً متفاوت از مؤلفه اقدام و عمل تاب‌آورانه هستند. مؤلفه اقدام و عمل تاب‌آورانه بر اساس ریشه پایداری در برابر مصائب، واسپاری امور به خداوند (توکل) و تنظیم رغبت‌های حوزه ارتباطی (زهد) تشکیل شده و در همراهی با علائمی مثل گریستن و اشک ریختن، قرائت ادعیه و اذکار، نماز خواندن و دریافت حمایت اجتماعی، نمود یافته است. باید دانست که هیچ‌یک از مفاهیم روان‌شناختی مذکور، ارتباطی به موضوع اعتقاد الهی داغ‌دیده و باور او به آخرت نداشته و همچنین نوع نگاه و اعتقاد فرد به خدای متعال، اثری در کارکرد یا تطبیق مفاهیم مطرح‌شده ندارد.

یافته‌های پیرامون مؤلفه اقدام و عمل تاب‌آورانه، با پژوهش‌هایی همسو است. نتیجه پژوهش صالحی و همکاران (۱۴۰۲) نشان داد افرادی که دارای تجربه دینی و همچنین مکلف به انجام دادن مناسک دین، مانند نماز و روزه هستند، تاب‌آوری دارند (صالحی و همکاران، ۱۴۰۲). گریه بر متوفی

1. Rich, P.

موجب تخلیه هیجانی عزادار می‌شود. گریستن واکنشی عادی و مفید برای سلامت روان و بدن است و پژوهش‌هایی نیز در این باره انجام شده است (دیماتئو، ۱۳۷۸، ص ۷۸۱). وردن^۱ (۱۳۹۹) معتقد است گریستن فرد داغ‌دیده، شفابخش است. فشارهایی که موجب به هم خوردن تعادل شیمیایی در بدن می‌شوند، به وسیله گریستن تعادل مجدد می‌یابند (خسروی، ۱۳۷۶، ص ۵۴). سوگواری که درحقیقت کنش داغ‌دیده پس از سوگ و نمود اجتماعی رفتار اوست، به‌عنوان فرآیند حل و فصل سوگ اطلاق شده است (سادوک و سادوک، ۱۴۰۰، ج ۱، ص ۹۲). تأثیر مثبت سوگواری به‌عنوان یکی از نشانه‌های اقدام و عمل تاب‌آورانه، در تحقیقات دیویدسون^۲ (۱۹۸۴) این‌گونه تبیین شده که حدود ۲۵ درصد آنهایی که تجربه عزاداری دارند، از شش ماه تا نه ماه بعد از فقدان، سیستم ایمنی بدنشان کاهش می‌یابد. این فقدان امنیت وقتی که فرد در حال سوگواری است، به میزان بالاتری می‌رسد (دیویدسون، ۱۹۸۴، به نقل از: بیتز، ۱۹۳۳، ص ۱۲۲). در خصوص زیرمؤلفه دریافت حمایت اجتماعی، طبق دیدگاه بالبی، دل‌بستگی و ارتباط افراد با یکدیگر صرفاً با هدف تأمین نیازهای زیستی مشخص مانند غذا یا نیاز جنسی نیست (وردن، ۱۳۹۹، ص ۱۴). از نظر بالبی، کاهش شدت داغ‌دیدگی تا حد زیادی به وضعیت و کیفیت حمایتی که شخص داغ‌دیده از شبکه اجتماعی خود دریافت می‌کند، بستگی دارد. همچنین نتایج تحقیقات جیمز لاروکو،^۳ جیمز هاوس^۴ و جان فرنچ^۵ نشان می‌دهد آزمودنی‌ها هرچه از میزان حمایت اجتماعی بیشتر برخوردار بودند، فشار روحی به مراتب کمتری را تجربه کردند (سارافینو،^۶ به نقل از: میرزایی، ۱۳۹۸، ص ۱۸۲). آگنج و همکاران (۱۳۹۱) نیز عوامل حمایتی فردی، اجتماعی و خانوادگی را در رشد تاب‌آوری بیان کرده و معتقدند این عوامل از اثرگذاری آسیب‌ها و خطرات جلوگیری می‌کند. از منظر وونتو و همکاران (۱۹۸۰)، تعالیم دینی و مناسک مذهبی، چندین منبع مقابله‌ای جامع و کامل برای مواجهه با سوگ عزیزان معرفی می‌کنند که شامل آیین‌ها و آداب دسته‌جمعی و حوزه حمایت اجتماعی از داغ‌دیده است. به‌عنوان نمونه، تمامی ادیان از این جهت که حس انسجام و تعلق به یک جامعه گسترده‌تر را در پیروان خود نهادینه کنند، برای مواجهه با فقدان و سوگ عزیزان، مجموعه‌ای از اعمال و مناسک و مراسم‌هایی را توصیه کرده‌اند که با هدف تسلی‌بخشی و همدلی با داغ‌دیدگان انجام

-
1. Worden, J.
 2. Davidson, G. W.
 3. LaRocco, J.
 4. Havse, J.
 5. French, J.
 6. Sarafino, E. P.

می‌شود (ووتنوا^۱ و همکاران، ۱۹۸۰). یافته‌های پژوهش ذیل زیرمؤلفه تنظیم خوراک و حفظ تعادل جسمی با پژوهش نوری‌زاده (۱۳۸۹) همسو است. طبق نتایج آن پژوهش، وجود ویژگی اعتمادبه‌نفس و مراقبت از خود (تغذیه، خواب و ورزش کافی) و مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی سالم، به فرد داغ‌دیده این امکان را می‌دهد که در برابر فشارها تاب‌آوری کند و شکسته نشود.

یافته‌های این پژوهش، علاوه بر توسعه دانش در حیطه تحقیق، جهت تعالی روان‌شناسی اسلامی کاربرد دارد؛ همچنین در حوزه پژوهش‌های نظری، یافته‌های این پژوهش می‌تواند در فراهم کردن بستر تحقیقات کاربردی در زمینه تاب‌آوری در مواجهه با سوگ استفاده شده و می‌تواند در تدوین بسته‌های آموزشی، درمانی و پیشگیری در زمینه تاب‌آوری در مواجهه با سوگ نیز استفاده شود.

پژوهش‌ها در طی فرآیند تدوین، ناگزیر از مواجهه شدن با چالش‌ها و معضلاتی هستند که تبیین، تفسیر و تعمیم ماحصل آن را با نقص یا محدودیت مواجه می‌کند. این پژوهش هم درگیر محدودیت‌هایی نظیر غربال روایات بر اساس ضعف کتاب و نه ضعف سند، عدم امکان ارائه تمامی داده‌های کدگذاری‌شده باز به کارشناسان با توجه به حجم بالای داده‌ها، صرفاً بهره‌مندی از متون دینی شیعه و عدم استفاده از سایر روش‌های کمی نظیر معادلات ساختاری و تحلیل عاملی بوده است.

بر این اساس، پیشنهاد می‌شود مدل مفهومی تاب‌آوری در مواجهه با سوگ بر اساس منابع اسلامی بر مبنای غربال به‌وسیله ضعف سند و با استفاده از کتب روایی بیشتر طراحی شده و بر مبنای مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با متخصصان و کارشناسان طراحی و تدوین گردد؛ همچنین پیشنهاد می‌گردد بر اساس مدل مفهومی ساخته‌شده بر اساس منابع اسلامی، پرسش‌نامه تاب‌آوری در مواجهه با سوگ نیز طراحی گردد و بر مبنای این مدل نیز برای درمان آسیب‌های مربوط به سوگ و فقدان عزیزان، مداخله درمانی و بسته آموزشی طراحی شود.

منابع

قرآن کریم.

احمدی، کوثر سادات؛ فیاضی، عالی؛ محبی، فاطمه و هوشیاری، جعفر (۱۴۰۰). رابطه عزاداری با آرامش روانی. *مطالعات روان‌شناسی با رویکرد اسلامی*، ۱۵ (۳)، ۷۸-۵۵.

استوارت، ویلیام (۱۳۹۲). *دایرة المعارف مشاوره*. ترجمه شکوه نوابی‌نژاد. تهران: علم.

اصغری، محمد (۱۳۹۰). *روش‌ها و تحلیل‌های آماری با نگاه به روش تحقیق در علوم زیستی و بهداشتی*. تهران: جهاد دانشگاهی. اکبری کوچکسرای، آناهیتا؛ بریمانی، پژمان؛ دوست محمد، سمانه و نوروزی، اصغر (۱۳۹۶). مقایسه خودمهارگری و مهارت‌های اجتماعی دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری و دانش‌آموزان عادی. *اولین کنفرانس بین‌المللی فرهنگ، آسیب‌شناسی روانی و تربیت*.

- امیری، حسین؛ میردیکوندی، رحیم و احمدی محمدآبادی، محمدرضا (۱۳۹۲). مفهوم‌شناسی صبر در اسلام و معادل‌یابی آن در روان‌شناسی. معرفت، سال ۱۰ (۱۹۲)، ۱۶.
- انجمن روان‌پزشکی آمریکا (۱۴۰۲). *راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی متن بازنگری‌شده DSM-5-TR*. ترجمه فرزین رضایی و همکاران. تهران: ارجمند.
- ایزدی طامه، احمد و محمودی، خدیجه (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش معنویت بر تاب‌آوری و کیفیت زندگی زنان مطلقه. *زنان و خانواده*، ۱۳ (۴۳)، ۵۳.
- ایمان، محمدتقی و نوشادی، محمودرضا (۱۳۹۰). تحلیل محتوای کیفی. *پژوهش*، ۳ (۲)، ۱۵-۴۴.
- آگنج، نجمه؛ هنرپروران، نازنین و رفاهی، ژاله (۱۳۹۱). روایی و پایایی نسخه فارسی نمایه عوامل حفاظت‌کننده فردی (IPFI). *روان‌پزشکی و بالینی ایران*، ۱۸ (۳)، ۲۲۰-۲۲۶.
- بخشی‌زاده، فاطمه؛ رستگار، اکرم و موسوی، احمد (۱۳۹۵). رابطه دین‌داری و تاب‌آوری با سلامت روانی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی. *مطالعات روان‌شناسی و مشاوره قرآن محور*، ۲ (۱)، ۶۵-۸۲.
- بولهری، جلال‌الدین؛ خدایاری‌فرد، محمد و رنجبر، علی (۱۳۹۲). بررسی رابطه صبر با سلامت روان و تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه تهران. *روان‌شناسی و دین (پژوهش‌های اسلامی)*، ۶ (۲)، ۱۳۵-۱۵۶.
- پاکزاد، عبدالعلی (۱۳۸۹). مهارت تحمل فقدان (مرگ) عزیزان در قرآن. معرفت، ۱۹ (۱۵۲)، ۹۱.
- پروچاسکا، جیمز ا. و نورکراس، جان سی. (۱۴۰۰). *نظریه‌های روان‌درمانی پروچاسکا*. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: روان. پسندیده، عباس (۱۳۹۵). *الگوی اسلامی شادکامی*. قم: دار الحدیث.
- توروبریج، سارا (۱۴۰۱). *تاب‌آوری با باورها آغاز می‌شود*. ترجمه لیلا وطن‌دوست. تهران: ورجاوند.
- حبیب‌الهی، حبیب (۱۴۰۰). عوامل و مؤلفه‌های تاب‌آوری از منظر قرآن و روایات. *اخلاق*، ۱۱ (۴۳)، ۱۱.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی (۱۳۸۲). *تحف العقول عن آل الرسول*. ترجمه صادق حسن‌زاده. قم: آل علی.
- حسینی المدنی، سیدعلی (۱۳۹۵). *تاب‌آوری (فردی، خانوادگی و اجتماعی) به انضمام پرسش‌نامه‌های تاب‌آوری فرد، خانواده و جامعه*. تهران: دانژه.
- خالقی، محسن (۱۳۹۲). *مقایسه عم از دیدگاه قرآن و روان‌شناسی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث. دانشگاه اصفهان.
- خسروی، زهرا (۱۳۷۶). نقش سوگ آسیب‌شناختی و بهنجار در شیوع اختلال‌های روانی نوجوانان. *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۹ و ۱۰، ۱۵۳-۱۵۵.
- خمینی، سیدروح‌الله (۱۳۸۸). شرح حدیث جنود عقل و جهل. قم: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
- خوشایی، کتابیون (۱۳۸۶). *جان بالایی: نظریه دل‌بستگی*. تهران: دانژه.
- دانشمند، مهدی (۱۳۹۹). *صبر در آیین تاریخ: ترجمه و تلخیص کتاب مسکن الفواد مرحوم شهید ثانی*. اصفهان: امیر فدک.
- دهخدا، علی‌اکبر؛ معین، محمد؛ شهیدی، سیدجعفر و احمدی گیوی، حسن (۱۳۷۷). *لغت‌نامه*. تهران: دانشگاه تهران.
- دیماآتو، ام، رابین (۱۳۷۸). *روان‌شناسی سلامت*. ترجمه سیدمهدی موسوی اصل و همکاران. تهران: سمت.
- ربیع‌پور طبلوندانی، ادریس (۱۳۹۳). *مهارت‌های مقابله با سوگ از نگاه آیات و روایات*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی. جامعه المصطفی العالمیه.
- رضویه، اصغر (۱۳۹۰). *روش‌های پژوهش در علوم رفتاری و تربیتی*. شیراز: دانشگاه شیراز.
- ریچ، فیل (۱۳۸۹). *مشاوره سوگ «راهنمای برنامه‌ریزی تمرین در منزل»*. ترجمه بدری سادارت بهرامی. تهران: دانژه.
- سادوک، بنجامین جیمز؛ سادوک، ویرجینیا آلکوت و روئیز، پدرو (۱۴۰۰). *خلاصه روان‌پزشکی کاپلان و سادوک*. ترجمه فرزین رضایی. تهران: ارجمند.
- سارافینو، ادوارد (۱۳۹۸). *روان‌شناسی سلامت*. ترجمه میرزایی و همکاران. تهران: جوانه رشد.
- سامانی، سیامک؛ جوکار، بهرام و صحراگرد، نرگس (۱۳۸۶). *تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی*. *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، ۱۳ (۳)، ۲۹۰.

- سبیرت، آل. (۱۳۹۴). *مزایای تاب‌آوری؛ تغییرات برجسته، شکوایی تحت فشار، بازگشت به حالت نرمال و عبور از موانع و مشکلات*. ترجمه علیرضا صارمی و سیدباقر میرسلمانی. تهران: روزگار.
- سیدمحمودی، سیدجواد و رحیمی، چنگیز (۱۳۹۰). عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد مواجهه‌شده با ضربه روانی. *پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره*، ۱۱(۱)، ۳۹-۶۰.
- سیف، علی‌اکبر (۱۳۹۴). *ساختن ابزارهای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهشی در روان‌شناسی و علوم تربیتی: آزمون و پرسش‌نامه*. تهران: دیدار.
- شاکری‌نیا، ایرج و محمدپور، مهری (۱۳۸۹). *رابطه استرس و تاب‌آوری با فرسودگی شغلی در پرستاران زن*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی. دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه.
- شاهمیری، سیدمهدی (۱۳۹۶). *الگوی تاب‌آوری با رویکرد اسلامی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره خانواده. مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت.
- شجاعی، محمدصادق؛ جان‌بزرگی، مسعود؛ عسگری، علی؛ غروی راد، سیدمحمد و پسندیده، عباس (۱۳۹۳). کاربرد نظریه حوزه‌های معنایی در مطالعات واژگانی ساختار شخصیت بر پایه منابع اسلامی. *پژوهشگاه حوزه و دانشگاه*، ۸، ۳۸-۲۸.
- شریفی، رضیه؛ احمدی، سیداحمد و فاتحی‌زاده، مریم (۱۳۹۱). *رابطه مقابله مذهبی با آثار سوگ در دانشجویان داغ‌دیده*. *روان‌شناسی و دین*، ۵(۲)، ۱۱۵.
- شولتز، دوآن (۱۳۸۳). *روان‌شناسی کمال: الگوهای شخصیت سالم*. ترجمه گیتی خوشدل. تهران: البرز.
- صالحی، مبین؛ حسن‌زاده توکلی، محمدرضا و صالحی، مرتضی (۱۴۰۲). *رابطه ابعاد دین‌داری و تاب‌آوری با میانجیگری امید و سبک‌های مقابله‌ای*. *پژوهش‌نامه روان‌شناسی اسلامی*، ۹(۱۸)، ۹۹.
- طباطبایی، سیدمحمدکاظم (۱۳۹۰). *منطق فهم حدیث*. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- طوسی، خواجه نصیرالدین (۱۳۸۴). *الاوصاف الاشراف (سیر و سلوک و تهذیب نفس)*. بازنویسی: محمدرضا غیائی کرمانی. قم: حضور.
- طهماسبی، مهتاب (۱۳۹۱). *رابطه معنویت و تاب‌آوری با اضطراب و افسردگی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایلام*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی. دانشگاه رازی.
- عادل مهربان، مرضیه (۱۳۹۵). *مروری بر تحلیل محتوای کیفی و کاربرد آن در پژوهش*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان اصفهان.
- عباسی، سلیمان؛ محسنی مری، قائم (۱۳۹۸). *تاب‌آوری در رهیافت قرآن کریم*. *پژوهش‌های روان‌شناسی اسلامی*، ۳(۳)، ۷۶-۵۵.
- عاملی جیبی، زین‌الدین بن نورالدین علی بن احمد (شهید ثانی) (۱۳۸۴). *اسلام در کنار داغ‌دیدگان: ترجمه مسکن الفؤاد عند فقد الأحبه والأولاد*. ترجمه سیدمحمدباقر حجتی. تهران: جوانه رشد.
- عزیزپور، طاهره (۱۴۰۰). *تاب‌آوری خانواده، سوگواری و فقدان عزیزان*. *روان‌شناسی و بهداشت روان*، ۱۱، ۵۹-۴۱.
- علی‌پور دهقانی، فاطمه (۱۳۹۹). *ارائه پروتکل مشاوره و درمان گروهی سوگ با رویکرد اسلامی ویژه کودک و نوجوان*. *مطالعات قرآنی*، ۱۱(۵۰)، ۴۸.
- علیزاده، حمید (۱۳۹۲). *تاب‌آوری روان‌شناختی بهزیستی روانی و اختلال‌های رفتاری*. تهران: ارسباران.
- فتاحی، راضیه؛ کلانتری، مهرداد و مولوی، حسین (۱۳۹۳). *مقایسه اثربخشی سوگ‌درمانی اسلامی با برنامه سوگ‌درمانی گروهی بر مشکلات بیرونی‌سازی دختران نوجوان داغ‌دیده*. *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۸(۱۵)، ۳۹.
- فتحی آشتیانی، علی؛ محمدی، بهاره و فتحی آشتیانی، مینا (۱۳۹۵). *آزمون‌های روان‌شناختی*. تهران: بعثت.
- فرانکل، ویکتور امیل (۱۳۸۵). *انسان در جست‌وجوی معنای نهایی*. ترجمه احمدرضا محمدپور. نقد و نظر، ۴۳ و ۴۴.
- فرامرز قراملکی، احد (۱۳۹۰). *ارمغان تقد*. تهران: خانه کتاب.
- کاوه، منیژه؛ علیزاده، حمید؛ دلاور، علی و برجلی، احمد (۱۳۹۰). *تدوین برنامه افزایش تاب‌آوری در برابر استرس و تأثیر آموزش آن بر مؤلفه‌های کیفیت زندگی والدین دارای کودک کم‌توان ذهنی خفیف*. *کودکان استثنایی*، ۱۱(۲)، ۱۱۹.

- کاوایانی آرانی، محمد و پناهی، علی احمد (۱۳۹۳). مفاهیم روان‌شناختی در قرآن. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- کردمیرزا، عزت‌الله (۱۳۹۲). تاب‌آوری؛ مفاهیم - نظریه‌ها، مدل‌ها - کاربردها به انضمام پروتکل درمان مبتنی بر تاب‌آوری. تهران: آژ.
- کوبلر راس، الیزابت و کسلر، دیوید (۱۳۹۵). جای خالی او؛ دست یافتن به معنای اندوه در پنج مرحله فقدان: ترجمه محمودی، لقمان؛ زارعی عصمت و زارعی برفتاب، نسترن (۱۴۰۱). رابطه بین سخت‌رویی با سازگاری فردی و اجتماعی بین دو گروه معتاد و غیرمعتاد. همایش ملی روان‌شناسی جرم.
- مختار عمر، احمد (۱۳۸۵). معنی‌شناسی. ترجمه سیدحسن سیدی. مشهد: دانشگاه فردوسی.
- مصباح یزدی، محمدتقی (۱۴۰۱). انسان‌شناسی در قرآن. قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- مطهری، مرتضی (۱۳۹۵). مجموعه آثار. تهران: صدرا.
- مهمان‌نوازان، اشرف؛ علی‌اکبری دهکردی، مهناز و کاوویباری، علی‌اصغر (۱۳۹۳). تأثیر سبک‌های دل‌بستگی، انطباق‌پذیری و پیوستگی در خانواده بر میزان تاب‌آوری و رابطه آن با احساس غم غربت در میان دانشجویان مقیم خوابگاه دانشگاه الزهراء. روان‌شناختی زنان. ۱۲(۴)، ۲۸-۴.
- نراقی، احمد بن محمد مهدی (۱۳۷۸). معراج السعادة. قم: هجرت.
- نراقی، محمد مهدی بن ابی‌ذر (۱۳۸۸). جامع السعادات. ترجمه کریم فیضی. قم: قائم آل محمد ۴.
- نصیریانی، خدیجه؛ احمدی، فضل‌اله و ابادزی، پروانه (۱۳۸۷). تکنیک دلفی: ابزار برای تحقیق. آموزش در علوم پزشکی، ۸، ۱۷۵-۱۸۵.
- نوری‌زاده، مریم (۱۳۸۹). افراد تاب‌آور این‌گونه‌اند. پیام مشاور دفتر مرکزی مشاوره وزارت علوم، ۱۰(۹۸)، ۱.
- نوری، نجیب‌الله (۱۳۸۷). بررسی پایه‌های روان‌شناختی و نشانگان صبر در قرآن. روان‌شناسی و دین، ۱(۴) ۱۳۳-۱۶۸.
- والش، فروما (۱۳۹۱). تقویت تاب‌آوری خانواده (گذر از سختی‌های زندگی). ترجمه محسن دهقانی و دیگران. تهران: دانژه.
- وردن، جیمز ویلیام (۱۳۹۹). رنج و التیام در سوگوار و داغ‌دیدگی. ترجمه محمد قاندرفری. تهران: آسیم، فرهنگ نشر نو.
- ووست مان، کورینا (۱۳۸۹). رزینس؛ استقامت درونی را به کودکیت بیاموز. ترجمه مسعود میرمهدی. تهران: روان‌شناسی جامعه.
- ابن بابویه، محمد بن علی (شیخ صدوق) (۱۴۱۳ق). من لا یحضره الفقیه. مصحح: علی‌اکبر غفاری. قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۴۱۰ق). غرر الحکم و درر الکلم. تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۱۶ق). تفصیل وسائل الشیعه إلى تحصیل مسائل الشریعه. تحقیق: محمدرضا حسینی جلالی. قم: مؤسسه آل‌البتیة لإحياء التراث.
- فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی (۱۴۰۶ق). الوافی. تحقیق: کمال فقیه ایمانی. اصفهان: مکتبه الإمام امیرالمؤمنین علی علیه السلام.
- فیض کاشانی، محمد بن شاه مرتضی (۱۳۷۲). المحجة البيضاء. ترجمه محمدرضا عطایی، محمدصادق عارف و عبدالعلی صاحبی. مشهد مقدس: آستان قدس رضوی، بنیاد پژوهش‌های اسلامی.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۴۰۴ق). المفردات فی غریب القرآن. قم: دفتر نشر کتاب.
- طباطبایی، سیدمحمدحسین (۱۳۷۸). المیزان فی تفسیر القرآن. ترجمه سیدمحمدباقر موسوی. قم: جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، دفتر انتشارات اسلامی.
- طریحی، فخرالدین بن محمد (۱۳۷۵). مجمع البحرین. تحقیق: احمد حسینی اشکوری. تهران: مکتبه المرتضویه.
- طوسی، محمد بن حسن (۱۴۱۴ق). الامالی. قم: دار الثقافة.
- عبدالرزاق کاشی، عبدالرزاق بن جلال‌الدین (۱۳۸۵). منازل السائرین. مصحح: محسن بیدارفر. قم: بیدار.

- غزالی، محمد بن محمد (بی‌تا). *احیاء علوم الدین*. بیروت: دار الکتب العربی.
- کراجکی، محمد بن علی (۱۳۸۸). *معدن الجواهر و ریاضة الخواطر*. ترجمه عباس قمی. مشهد: آستان قدس رضوی، بنیاد پژوهش‌های اسلامی.
- کلبینی، محمد بن یعقوب (۱۳۷۵). *اصول کافی*. ترجمه محمدباقر کمرهای. قم: سازمان اوقاف و امور خیریه، اسوه.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). *بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار*. قم: دار احیاء التراث العربی.
- ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۴۱۴ق). *لسان العرب*. بیروت: دار صادر.
- مصطفوی، حسن (۱۳۷۵). *التحقیق فی کلمات القرآن الکریم*. تهران: وزارت ارشاد اسلامی.
- نوری، حسین بن محمدتقی (۱۳۸۲). *مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل*. قم: اسماعیلیان.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Arlington: American Psychiatric Publishing. ISBN, 978-0-89042-555-8, retrieved 22 July 2016.
- Benzies, K., & Mychasiuk, R. (2008). Fostering family resilience: A review of the key protective factors. *Child & Family Social Work*, 14(1), 103-114.
- Boyatzis, C. J. (2005). *Religious and Spiritual Development in Childhood*. Handbook of Psychology of Religion Spirituality, Palutzain R. F. & Park. C. L. New York: The Guilford Press.
- Buglass, E. (through 2013). Grief and bereavement theories. *Nursing Standard*, 24(41), 44.
- Citation. Bonanno, G. A., & Kaltman, S. (2001). The varieties of grief experience. *Clinical Psychology Review*, 21(5), 705-734.
- Downing, T., Folke, C. & Nelson, D. (2010). Resilience and vulnerability: Complementary or conflicting concepts? *Ecology and Society*, 15(3), 11.
- Glaser, Barney G. & Strauss, Anselm L. (1967). The constant comparative method of qualitative analysis. *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*, 101, 158.
- Hilgard, E. R. (1975). *The problem of pain*. Scribner.
- Hsieh, Hsiu-Fang & Shannon, Sarah E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative health research*, 15(9), 1277-1288.
- Kaplan, H. B. (1986). *Social psychology of self-referent behavior*. Plenum Press.
- Martin, A. J. & Marsh, H. (2014). Academic resilience and its psychological.
- Matthews, E. E. & Cook, P. F. (2009) Relationship among optimism, well-being, self transcendence coping, and social support in women during treatment for breast cancer. *Psychooncology*, 18(7), 716-726.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N. & Hahn, J. (2004). Religious coping methods as predictors of psychological, physical and spiritual outcomes among medically ill elderly patients: A two-year longitudinal study. *Journal of health psychology*, 9(6), 713-730.
- Parkes, C. M. & Prigerson, H. G. (2013). *Bereavement: Studies of grief in adult life*: Routledge.
- 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*, 29(5), 489-497.
- Pollock, G. H. (1982). On Mourning, Creativity, and the Unfinished Work of Mourning. *Psychoanalytic Study of the Child*, 37, 333-354.
- Schweck, L. H. (2007). Models for working with psychiatric patients. In: Kelter NH, Schweck LH, Bostrom CE (Eds.). *Psychiatric Nursing*. 5th edition. Philadelphia. Mosby Elsevier.

- Shultz, Kenneth S., Whitney, David J. & Zickar, Michael J. (2013). *Measurement theory in action: Case studies and exercises*. Routledge.
- Strauss, Anselm & Corbin, Juliet (1990). *Basics of qualitative research*. Sage publications.
- Stroebe, M., Schut, H. & Stroebe, W. (2007). Health outcomes of bereavement. *The Lancet*, 370(9603), 1960-1973.
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004) Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry: An International Journal for the Advancement of Psychological Theory*, 15(1), 1-18.
- Thomas, David R. (2006). A general inductive approach for analyzing qualitative evaluation data. *American journal of evaluation*, 27(2), 237-246.
- Vegsund, H. K. Reinfjell, T. Moksnes, U. K. Wallin, A. E. Hjemdal, O. & Eilertsen, M. E. B (2019), Resilience as a predictive factor towards a healthy adjustment to grief after the loss of a child to cancer. *PLoS one*, 14(3), 137-166.
- Wuthnow, R, Christiano, K. & Kuzlowski, J. (1980). Religion and bereavement: A conceptual framework. *journal for the scientific study of religion*, 19, 408-422.