



A Conceptual Model of Spiritual Resilience Based on the Seventh Prayer of Sahifah Sajjadiyah

Mohammad Sadegh Shojaei^{1*}, Mohammad Mahdi Shojaei²

1. Assistant Professor, Department of Education, Al-Mustafa International University, Qom, Iran
(Corresponding Author).

sshojaei567@gmail.com

2. B.A. in Laws, Sixth Grade Seminary Student, Qom, Iran.

shojaiemahdi@yahoo.com

Received: 2025/08/16; Accepted 2025/09/14

Extended Abstract

Introduction and Objectives: Resilience is one of the most important concepts in contemporary psychology, referring to the ability of individuals to cope with problems, maintain psychological stability, and return to normal conditions after experiencing a crisis (Masten, 2014). Much of the research in this field has been conducted in a Western cultural context, and has focused more on individual or social resources; however, in Islamic societies, religion and spirituality play a central role in the lived experience of individuals and can be considered an important resource for promoting resilience (Pargament & Saunders, 2007). Islamic prayer and devotional texts (especially Sahifah Sajjadiyah), in addition to devotional and ethical values, have a high capacity to represent psychological adaptation mechanisms. The seventh prayer of Sahifah Sajjadiyah by Imam Sajjad, which is recited in difficult situations, is a clear example of a text that can provide a conceptual framework for spiritual resilience.



Authors retain the copyright. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



Original Article

Given the gap in local studies and the need for models appropriate to the religious culture of Iranian society, the present study aimed to discover and formulate the stages and components of spiritual resilience in the seventh prayer of the Sahifah Sajjadiyah. In this regard, the study pursued three main goals: first, to identify key themes related to resilience in the text of the prayer; second, to present a conceptual model of the spiritual resilience process based on the content of the seventh and third prayers, examining the level of coherence and validity of the extracted model through the “Questionnaire Coherence (QCq-K)” criterion. It is expected that the results of this study can contribute to the development of the theoretical literature on spiritual resilience and also provide practical applications for the fields of counseling, psychotherapy, and crisis management.

Method: This research was qualitative and was conducted using the method of systematic text analysis. The text under study was the seventh prayer of the Sahifah Sajjadiyah, which was selected due to its content on difficulties and hardships. The research process was carried out in five basic stages; in the first stage, the prayer text was read repeatedly with a systematic observation approach so that the researcher could become familiar with its language and spiritual atmosphere; in the second stage, data were extracted and semantic units related to the experience of crisis, seeking help, hope, and psychological reconstruction were identified; in the third stage, the process of open coding and deductive-inductive analysis was implemented and the initial concepts were organized into main and subcategories; The fourth stage was dedicated to validation. For this purpose, the “Questionnaire Coherence (QCq-K)” criterion was used, which examines the degree of overlap and repetition of themes in the text, and in this way the internal coherence of the conceptual model is measured. Finally, in the fifth stage, the findings were repeatedly reviewed and compared with the existing literature, and the final conceptual model was established by receiving feedback from experts.

The outstanding feature of this method is its exploratory nature; that is, instead of testing predetermined hypotheses, the researcher tried to reveal the structures hidden in the prayer text; thus, the research approach is consistent with the tradition of qualitative research and also demonstrates the methodological innovation in using the “questionnaire coherence” criterion to validate the findings.

Results: The content analysis of the seventh prayer of the Sahifah Sajjadiyah showed that the concept of spiritual resilience in this text is formed based on a five-stage cycle; the first stage is “acceptance of crisis and human weakness”, in which Imam Sajjad expresses



the difficulties, problems, and human helplessness in the face of hardships. This stage begins with acknowledging human limitations and the urgent need for divine help; the second stage is “searching for a spiritual source”, in which the prayer clearly presents trust and refuge in God as the only way out of problems; the third stage is “active action on the path of reform”, which includes seeking forgiveness, deciding to return and repent, and trying to make a positive change in behavior; the fourth stage is “preserving fundamental values”. That is, emphasizing the continuity of worship, connection with God, and adherence to spiritual principles. Finally, in the fifth stage, “return to hope and peace” is realized, in which the individual achieves peace and confidence of heart by trusting in divine mercy.

In addition to these stages, the “questionnaire coherence” criterion showed that themes related to resilience are repeated with high frequency in many passages of the prayer, and this confirms the coherence and strength of the conceptual model; based on this, it can be concluded that the seventh prayer functions not only as a devotional text, but also as a psychological framework and has the potential to be applied in various individual and social areas.

Conclusion: The findings of this study showed that the seventh prayer of Sahifah Sajjad-iyah presents a systematic model of spiritual resilience that begins with acceptance and acknowledgement of the crisis and continues with the search for a spiritual source, corrective action, preservation of values, and ultimately a return to hope and peace. This model is similar to some contemporary psychological models, including the theory of “post-traumatic growth” (Tedeschi & Calhoun, 2004) and the models of “religious confrontation” (Pargament, 2007); with the difference that in the seventh prayer, the centrality of the romantic relationship and complete reliance on God gives the model a distinct and indigenous dimension.

The practical applications of this model are numerous. In Islamic counseling and psychotherapy, it can be the basis for designing indigenous interventions. In the rehabilitation of patients and clients, this model provides a way to rebuild hope and meaning; it can also provide an objective model of how to face difficulties in religious education and upbringing, especially for the younger generation. At the social level, in managing crises and natural disasters, this model has the potential to promote collective resilience.

However, the research also had limitations, including focusing solely on a specific text and using a qualitative approach that limits the generalizability of the findings. Therefore,



it is suggested that in future studies, the presented model be tested in clinical contexts and different populations, and indigenous measurement tools for spiritual resilience be designed. Overall, the present study showed that the seventh prayer of Sahifah Sajjadiyah is not only a spiritual resource, but also a practical model for promoting resilience at the individual and social levels.

Keywords: Spiritual Resilience, Sahifah Sajjadiyah, Seventh Prayer, Content Analysis of Religious Texts, Questionnaire Coherence.

Cite this article: Shojaei, Mohammad Sadegh, and Shojaei, Mohammad Mahdi (2025), A Conceptual Model of Spiritual Resilience Based on the Seventh Prayer of Sahifah Sajjadiyah, *Journal of Studies in Islam and Psychology*, 19(38): 71-104.

مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی براساس دعای هفتم صحیفه سجادیه

محمدصادق شجاعی^۱ ، محمد مهدی شجاعی^۲

۱. استادیار گروه اخلاق و تربیت، پژوهشگاه بین‌المللی المصطفی، قم، ایران (نویسنده مسئول).

sshojaei567@gmail.com

۲. کارشناس حقوق، طلبه پایه ششم حوزه علمیه، قم.

shojaiemahdi@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۲۵؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۲۳

چکیده گسترده

مقدمه و اهداف: تاب‌آوری یکی از مهم‌ترین مفاهیم روان‌شناسی معاصر است که به توانایی افراد برای رویارویی با مشکلات، حفظ ثبات روانی و بازگشت به شرایط عادی پس از تجربه بحران اشاره دارد (ماستن، ۲۰۱۴). بخش زیادی از پژوهش‌های موجود در این زمینه در بستر فرهنگی غرب انجام شده، و بیشتر بر منابع فردی یا اجتماعی تمرکز دارد؛ با این حال در جوامع اسلامی، دین و معنویت نقش محوری در تجربه زیسته افراد ایفا می‌کنند و می‌توانند به‌عنوان منبعی مهم برای ارتقای تاب‌آوری به شمار آیند (پارگامنت و ساندرز، ۲۰۰۷). متون دعایی و عبادی اسلام (به‌ویژه صحیفه سجادیه)، افزون بر ارزش‌های عبادی و اخلاقی، ظرفیت بالایی برای بازنمایی سازوکارهای روان‌شناختی سازگاری

دارند. دعای هفتم صحیفه سجادیه از امام سجاد (علیه السلام) که در شرایط سختی و گرفتاری‌ها خوانده می‌شود، نمونه‌ای بارز از متنی است که می‌تواند چارچوبی مفهومی برای تاب‌آوری معنوی ارائه دهد. با توجه به خلأ موجود در مطالعات بومی و نیاز به الگوهایی متناسب با فرهنگ دینی جامعه ایرانی، پژوهش حاضر با هدف کشف و صورت‌بندی مراحل و مؤلفه‌های تاب‌آوری معنوی در دعای هفتم صحیفه سجادیه انجام شد؛ در این راستا پژوهش سه هدف اصلی را دنبال کرد: نخست، شناسایی مضامین کلیدی مرتبط با تاب‌آوری در متن دعا؛ دوم، ارائه مدلی مفهومی از فرایند تاب‌آوری معنوی براساس محتوای دعای هفتم و سوم، بررسی میزان انسجام و اعتبار مدل استخراج‌شده از طریق معیار «تراکم ظنون (QCq-K)». انتظار می‌رود نتایج این پژوهش بتواند به توسعه ادبیات نظری تاب‌آوری معنوی یاری رساند و همچنین کاربردهای عملی برای حوزه‌های مشاوره، روان‌درمانی و مدیریت بحران را فراهم سازد.

روش: این پژوهش از نوع کیفی بوده، با روش تحلیل نظام‌مند متن انجام شد. متن مورد مطالعه دعای هفتم صحیفه سجادیه بود که به دلیل محتوای آن در زمینه گرفتاری‌ها و سختی‌ها انتخاب شد. فرایند پژوهش در پنج مرحله اساسی صورت گرفت؛ در مرحله نخست، متن دعا بارها با رویکرد مشاهده نظام‌مند قرائت شد تا پژوهشگر با زبان و فضای معنوی آن انس بگیرد؛ در مرحله دوم، داده‌ها استخراج و واحدهای معنایی مرتبط با تجربه بحران، طلب یاری، امید و بازسازی روانی شناسایی شد؛ در مرحله سوم، فرایند کدگذاری باز و تحلیل قیاسی - استقرایی اجرا شد و مفاهیم اولیه به مقوله‌های اصلی و فرعی سازمان یافتند؛ مرحله چهارم به اعتبارسنجی اختصاص یافت، بدین منظور از شاخص «تراکم ظنون (QCq-K)» استفاده شد که میزان همپوشانی و تکرار مضامین در متن را بررسی می‌کند و بدین شیوه انسجام درونی مدل مفهومی سنجیده می‌شود و در نهایت در مرحله پنجم، یافته‌ها بارها بازبینی و با ادبیات موجود مقایسه و با دریافت بازخورد از صاحب‌نظران، مدل مفهومی نهایی تثبیت شد. ویژگی برجسته این روش، ماهیت اکتشافی آن است؛ یعنی پژوهشگر به جای آزمون فرضیات از پیش تعیین‌شده، تلاش کرد ساختارهای نهفته در متن دعا را آشکار کند؛ بدین ترتیب رویکرد پژوهش با سنت پژوهش‌های کیفی همخوان است و نیز نوآوری روش‌شناختی در استفاده از معیار «تراکم ظنون» برای اعتبارسنجی یافته‌ها را نشان می‌دهد.

نتایج: تحلیل محتوای دعای هفتم صحیفه سجادیه نشان داد که مفهوم تاب‌آوری معنوی در این متن براساس یک چرخه پنج مرحله‌ای شکل می‌گیرد؛ نخستین مرحله، «پذیرش بحران و ضعف انسانی» است که در آن امام سجاد (علیه السلام) گرفتاری‌ها، مشکلات و ناتوانی انسان در برابر سختی‌ها را بیان می‌کند. این مرحله با اذعان به محدودیت‌های بشری و نیاز مبرم به یاری الهی آغاز می‌شود؛ مرحله دوم، «جستجوی منبع معنوی» است که در آن دعا به روشنی توکل و پناه بردن به خداوند را به عنوان تنها راه برون‌رفت از مشکلات مطرح می‌کند؛ مرحله سوم، «کنش فعال در مسیر اصلاح» است که شامل طلب مغفرت، تصمیم به بازگشت و توبه و تلاش برای تغییر مثبت در رفتار است؛ در مرحله چهارم، «حفظ ارزش‌های بنیادین» نمود می‌یابد؛ یعنی تأکید بر استمرار عبادت، ارتباط با خدا و پابندی به اصول معنوی و سرانجام در مرحله پنجم، «بازگشت به امید و آرامش» تحقق می‌یابد که در آن فرد با اعتماد به رحمت الهی به آرامش و اطمینان قلبی دست می‌یابد.

افزون بر این مراحل، شاخص «تراکم ظنون» نشان داد که مضامین مربوط به تاب‌آوری در فرازهای فراوان دعا با بسامد بالا تکرار می‌شوند و این موضوع انسجام و قدرت مدل مفهومی را تأیید می‌کند؛ بر این اساس می‌توان نتیجه گرفت که دعای هفتم نه تنها به عنوان متنی عبادی، بلکه به عنوان چارچوبی روان‌شناختی عمل می‌کند و قابلیت به کارگیری در حوزه‌های متنوع فردی و اجتماعی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های این پژوهش نشان داد که دعای هفتم صحیفه سجادیه الگویی نظام‌مند از تاب‌آوری معنوی را ارائه می‌دهد که از پذیرش و اذعان به بحران آغاز می‌شود و با جستجوی منبع معنوی، اقدام اصلاحی، حفظ ارزش‌ها و در نهایت بازگشت به امید و آرامش ادامه می‌یابد. این الگو با برخی مدل‌های روان‌شناسی معاصر از جمله نظریه «رشد پس از سانحه» (تدسچی و کالهون، ۲۰۰۴) و الگوهای «مقابله دینی» (پارگامنت، ۲۰۰۷) شباهت دارد؛ با این تفاوت که در دعای هفتم، محوریت رابطه عاشقانه و توکل کامل به خداوند، بعدی متمایز و بومی به مدل می‌بخشد.

کاربردهای عملی این مدل فراوان است. در مشاوره و روان‌درمانی اسلامی می‌تواند مبنای طراحی مداخلات بومی قرار گیرد. در توان‌بخشی بیماران و مددجویان، این مدل راهی برای بازسازی امید و معنا فراهم می‌کند؛ همچنین در آموزش و تربیت دینی، به‌ویژه برای نسل جوان می‌تواند الگویی عینی از نحوه مواجهه با دشواری‌ها ارائه دهد. در سطح اجتماعی نیز در مدیریت بحران‌ها و بلایای طبیعی، این الگو توان ارتقای تاب‌آوری جمعی را دارد.



نوع مقاله: پژوهشی

با وجود این، پژوهش محدودیت‌هایی نیز داشت؛ از جمله تمرکز صرف بر یک متن خاص و استفاده از رویکرد کیفی که تعمیم‌پذیری یافته‌ها را محدود می‌کند. بنابراین پیشنهاد می‌شود در مطالعات آینده، مدل ارائه‌شده در زمینه‌های بالینی و جمعیت‌های مختلف آزمون گردد و ابزارهای سنجش بومی برای تاب‌آوری معنوی طراحی شود. در مجموع پژوهش حاضر نشان داد دعای هفتم صحیفه سجاده‌یه نه تنها منبعی معنوی، بلکه الگویی کاربردی برای ارتقای تاب‌آوری در سطح فردی و اجتماعی به شمار می‌رود. **واژگان کلیدی:** تاب‌آوری معنوی، صحیفه سجاده‌یه، دعای هفتم، تحلیل محتوای متون دینی، تراکم ظنون.

استناد: شجاعی، محمدصادق، و شجاعی، محمد مهدی (۱۴۰۴). مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی براساس دعای هفتم صحیفه سجاده‌یه. مجله مطالعات اسلام و روان‌شناسی ۱۹(۳۸): ۷۱-۱۰۴.

بیان مسئله

تاب‌آوری^۱ به‌عنوان یکی از مفاهیم محوری روان‌شناسی مثبت‌گرا در دو دهه اخیر جایگاهی ویژه در حوزه سلامت روان و مطالعات اجتماعی یافته است (پان و چان،^۲ ۲۰۰۷؛ هیندریکس^۳ و همکاران، ۲۰۲۱). این سازه به توانایی فرد، گروه یا نظام اجتماعی برای سازگاری موفقیت‌آمیز با رویدادهای تهدیدکننده و بازگشت به سطح عملکرد مطلوب یا حتی ارتقای عملکرد پس از مواجهه با ناملایمات اشاره دارد (ماستن،^۴ ۲۰۱۴؛ ساوژویک و چارنی،^۵ ۲۰۱۲). برخلاف دیدگاه‌های اولیه که تاب‌آوری را یک ویژگی ذاتی و ثابت قلمداد می‌کردند، رویکردهای نوین آن را فرایندی پویا، تعاملی و وابسته به زمینه می‌دانند که در بستر تعامل مجموعه‌ای از عوامل فردی، خانوادگی، اجتماعی، فرهنگی و زیستی شکل می‌گیرد (راتر،^۶ ۲۰۱۲). این فرایند مجموعه‌ای از سازوکارها و منابع حمایتی را دربرمی‌گیرد که مهم‌ترین آنها شامل انعطاف‌پذیری شناختی،^۷ مهارت‌های تنظیم هیجان،^۸ خودکارآمدی،^۹ معنایابی^{۱۰} و بهره‌گیری مؤثر از حمایت اجتماعی^{۱۱} است (کانر و دیویدسون،^{۱۲} ۲۰۰۳؛ توگاد و فردریکسون،^{۱۳} ۲۰۰۴).

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های فراوانی در ایران با رویکرد فرهنگ اسلامی به تبیین و بومی‌سازی مفهوم تاب‌آوری پرداخته‌اند. این مطالعات ضمن بهره‌گیری از چارچوب‌های نظری روان‌شناسی معاصر تلاش کرده‌اند مؤلفه‌ها و شاخص‌های تاب‌آوری را در پرتوی آموزه‌های دینی و منابع اسلامی شناسایی و تبیین کنند؛ برای نمونه حبیب‌اللهی (۱۴۰۰) با مرور آیات قرآن و روایات عواملی همچون صبر، امید، حفظ ارزش‌های اخلاقی و اعتماد به خداوند را به‌عنوان ارکان اساسی تاب‌آوری در سنت

1. Resilience

2. Pan, J. Y. & Chan, C.

3. Hendriks, T.

4. Masten, A. S.

5. Southwick, S. M. & Charney, D. S.

6. Rutter, M.

7. Cognitive flexibility

8. Emotion regulation skills

9. Self-efficacy

10. Meaning-making

11. Social support

12. Connor, K. M. & Davidson, J. R. T.

13. Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L.

اسلامی معرفی کرده است. احمدی (۱۳۹۹) نیز با تحلیل رابطه میان صبر و تاب‌آوری نتیجه گرفت که این دو سازه در فرهنگ اسلامی پیوندی درونی و هم‌افزا دارند و صبر می‌تواند به‌عنوان یک سازوکار فعال در مدیریت بحران‌های فردی و اجتماعی عمل کند. سیدخراسانی و شجاعی (۱۴۰۲) با بهره‌گیری از روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی، مدلی مفهومی برای تاب‌آوری روان‌شناختی براساس آیات و روایات ارائه کردند که شامل مؤلفه‌هایی همچون تعهد مذهبی، پذیرش، نگرش تکلیف‌مدارانه، جهت‌گیری هدف، نیروی اراده، ثبات در سختی‌ها، ظرفیت بالا برای سازگاری، صلابت و نیرومندی و کنترل هیجانی است. این مدل با تأکید بر درهم‌تنیدگی ابعاد معنوی و روان‌شناختی نشان می‌دهد که تاب‌آوری در چارچوب اسلامی، افزون بر سازگاری شناختی - هیجانی به استحکام باورها و پیوند معنوی فرد با خداوند وابسته است؛ همچنین پژوهش‌های مدل‌محور مانند مطالعات دانشمند و همکاران (۱۴۰۳) و داداشی و همکاران (۱۴۰۳) با استفاده از رویکرد نظریه داده‌بنیاد، ابعاد و شاخص‌هایی همچون توکل، شکرگزاری و پابندی به مسئولیت‌های دینی را به‌عنوان عناصر کلیدی مدل‌های بومی تاب‌آوری شناسایی کرده‌اند. در کنار اینها، تحقیقات انجام‌شده در بستر سوانح طبیعی (بسطامینیا و همکاران، ۱۳۹۵) نیز گویای آن است که ترکیب شاخص‌های بومی برگرفته از منابع اسلامی با راهبردهای علمی مدیریت بحران می‌تواند به افزایش کارآمدی و پایداری جوامع در مواجهه با حوادث کمک کند. این پژوهش‌ها بیانگر آن است که فرهنگ اسلامی با برخورداری از پشتوانه غنی متون دینی و سنت‌های عرفانی - معنوی ظرفیت بالایی برای ارائه مدل‌های تاب‌آوری بومی دارد که می‌تواند در کنار نظریه‌های بین‌المللی، چارچوب‌های کارآمد و متناسب با بافت فرهنگی - دینی ایران را فراهم آورند.

در میان ابعاد گوناگون تاب‌آوری، «تاب‌آوری معنوی»^۱ به‌عنوان حوزه‌ای متمایز، توجه فزاینده‌ای را در ادبیات پژوهشی معاصر به خود جلب کرده است. تاب‌آوری معنوی به توانایی حفظ یا بازسازی امید، معنا و آرامش درونی در پرتوی باور به منبع متعالی و اتکا به منابع معنوی در شرایط بحران گفته می‌شود (پارگامنت،^۲ ۲۰۱۳؛ ۲۰۱۱). این بُعد با ایجاد چارچوب معنابخش برای تفسیر و بازسازی شناختی

1. Spiritual resilience

2. Pargament, K. I.

تجارب دشوار، فراتر از پاسخ‌های صرفاً شناختی یا هیجانی عمل می‌کند و به فرد این امکان را می‌دهد که حتی در اوج فشار روانی و ناامنی وجودی،^۱ حس انسجام،^۲ هدفمندی و امید را حفظ کند.

پژوهش‌های تجربی فراوان نشان داده‌اند که معنویت و دینداری، چه در قالب راهبردهای مقابله معنوی مثبت (مانند دعا، نیایش، شکرگزاری و توکل) و چه از راه شبکه‌های حمایت اجتماعی - معنوی با افزایش تاب‌آوری و کاهش پیامدهای منفی استرس ارتباط معنادار دارند (آنو و واسکونسلز،^۳ ۲۰۰۵؛ کونینگ،^۴ ۲۰۲۰)؛ برای مثال مطالعه دورآن، اووجی و اسم^۵ (۲۰۲۰) بر بیماران همودیالیزی نشان داد که بهزیستی معنوی پیش‌بینی‌کننده قوی برای سطح تاب‌آوری است و نیز نتایج مطالعه راجرز^۶ و همکاران (۲۰۲۲) بر مشاوران و فعالان عرصه روان‌شناسی بالینی در دوران همه‌گیری کووید-۱۹ نشان داد که سطوح بالاتر سلامت معنوی با تاب‌آوری بیشتر و کاهش فرسودگی شغلی همراه است.

در سطح نظری، تدسکی و کالهون^۷ (۲۰۰۴) در چارچوب «رشد پس از ضربه»^۸ تأکید کرده‌اند که مواجهه با رنج و بحران می‌تواند زمینه‌ساز بازسازی معنا و رشد روانی - معنوی شود. فریدمن^۹ (۲۰۱۱) نیز با بررسی بازماندگان سوانح طبیعی و جنگ، معنویت را یکی از منابع بنیادین برای بازگشت به تعادل و حتی دستیابی به پیشرفت و شکوفایی پس از بحران معرفی می‌کند. مرور نظام‌مند جورجیویچ، پیلکا و شچربینسکا^{۱۱} (۲۰۲۰) نشان می‌دهد که معنویت و دینداری با تاب‌آوری در طیف وسیعی از گروه‌های جمعیتی (از بیماران مزمن تا کارکنان خط مقدم بحران)، رابطه‌ای مثبت و پایدار دارند، هرچند کیفیت تجربه معنوی و بافت فرهنگی می‌تواند شدت و نوع این رابطه را تعدیل کند (لِفُور^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۳).

-
1. Existential insecurity
 2. Sense of coherence
 3. Ano, G. G. & Vasconcelles, E. B.
 4. Koenig, H. G.
 5. Duran, S., Avci, D. & Esim, F.
 6. Rogers, M.
 7. Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G.
 8. Growth after trauma
 9. Friedman, M. J.
 10. Jurjewicz, I., Pilecka, W. & Szczerbińska, K.
 11. Lefevor, G. T.

مطالعات جدیدتر نیز این ارتباط را به‌طور قوی تأیید کرده‌اند. هو^۱ و همکاران (۲۰۲۵) در پژوهشی مبتنی بر تحلیل نمایه پنهان در میان دانشجویان پرستاری نشان دادند که پروفایل‌های مقابله معنوی مثبت با سطوح بالاتری از تاب‌آوری همراه است. اسپرینگر، آبل و نیوجنت^۲ (۲۰۱۹) نیز در مطالعه‌ای روی دانشجویان پزشکی دریافتند که تاب‌آوری نقش میانجی مهمی در رابطه بین سلامت معنوی و شادی ایفا می‌کند. در ایران، زارعی و همکاران (۱۴۰۳) در شرایط بحران‌های طبیعی مانند سیل و زلزله، چارچوبی مفهومی از تاب‌آوری معنوی ارائه دادند که شامل مؤلفه‌هایی چون صبر، ایمان به منبع متعالی، حفظ هویت معنوی، انعطاف‌پذیری و بازیابی است. معصومی، کریمی و حسینی (۱۴۰۰) نیز با مطالعه روی بیماران سرطانی دریافتند که راهبردهای مقابله معنوی مثبت با افزایش امید و کاهش اضطراب ارتباط دارد.

با وجود این، پیشینه غنی بخش عمده‌ای از چارچوب‌های نظری و ابزارهای سنجش تاب‌آوری معنوی در بستر فرهنگی غرب توسعه یافته و کمتر به متون اسلامی (آیات، روایات) پرداخته شده است؛ درحالی‌که متون دعا و مناجات در فرهنگ اسلامی (به‌ویژه در سنت شیعی) سرشار از مضامین و ساختارهایی هستند که نه تنها قابلیت همپوشانی با مؤلفه‌های علمی تاب‌آوری معنوی را دارند، بلکه می‌توانند این مؤلفه‌ها را در چارچوب بومی با پشتوانه متقن دینی و بر مبنای جهان‌بینی توحیدی بازتعریف کنند. در میان این متون، صحیفه سجادیه جایگاه ممتازی دارد؛ اثری که پس از قرآن کریم و نهج البلاغه از معتبرترین منابع دینی شیعه به‌شمار می‌رود و به «زبور آل محمد ﷺ» شهرت یافته است (قمی، ۱۳۹۰). این مجموعه ارزشمند شامل ۵۴ دعا و مناجات امام سجاد (علیه السلام) می‌باشد که افزون بر ارزش عبادی و معنوی دربردارنده آموزه‌های ژرف اخلاقی، اجتماعی و روان‌شناختی است که با ابعاد تاب‌آوری معنوی همچون توکل، امید به رهایی، صبر، شکرگزاری، طلب هدایت و یاری الهی و بازسازی امید در بحران‌ها همخوانی دارد (موسوی، ۱۳۸۹؛ رضایی، احمدی و علیزاده، ۱۳۹۹).

دعای هفتم صحیفه سجادیه را می‌توان یکی از شاخص‌ترین نمونه‌های تلاقی آموزه‌های دینی با مؤلفه‌های تاب‌آوری معنوی در روان‌شناسی دانست؛ دعایی که با ترسیم دقیق شرایط بحرانی، ابراز

1. Hou, X.

2. Springer, P. R., Abell, N. & Nugent, W. R.

عمیق نیاز به حمایت الهی، تأکید بر صبر و پایداری و تقویت امید به رهایی، الگویی جامع از فرایند معنوی مقابله با بحران ارائه می‌کند. با وجود این ظرفیت ارزشمند، تاکنون پژوهشی نظام‌مند و مبتنی بر روش‌های کیفی گزارش نشده است که به استخراج مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی از دعای هفتم صحیفه سجادیه بپردازد. این خلأ پژوهشی، ضرورت انجام مطالعه‌ای را برجسته می‌سازد که با بهره‌گیری از تحلیل کیفی محتوای متون دینی و تحلیل و تبیین آن با یافته‌های روان‌شناسی و شواهد تجربی، مدل بومی و مستند از تاب‌آوری معنوی ارائه کند؛ چنین مدلی می‌تواند افزون بر گسترش ادبیات علمی این حوزه در بافت فرهنگی - دینی ایران، مبنایی برای طراحی مداخلات بومی‌سازی شده با هدف ارتقای سلامت روان و افزایش توان مقابله با بحران‌ها در جوامع اسلامی فراهم آورد.

روش پژوهش

در این پژوهش از روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی (شجاعی، ۱۳۹۹) استفاده شده است. این روش با حرکت تدریجی و نظام‌مند از مشاهده عینی متن به سوی درک عمیق مفاهیم و صورت‌بندی نظری، ضمن حفظ وفاداری به منابع اصیل دینی و بهره‌گیری همزمان از چارچوب‌های علمی معاصر اجرا می‌شود. پایه و اساس این روش پردازش فعال متن است که در آن پژوهشگر داده‌های متنی را آنقدر مورد کندوکاو و تحلیل قرار می‌دهد تا به ساخت‌های کلی معنا دست یابد. در این روش پذیرفته شده است که متون دینی واجد لایه‌های معنایی فراوانی هستند که تنها از راه فرایندی مستند و گام‌به‌گام می‌توان از سطح بیان به سطح مفاهیم نظری و روان‌شناختی دست یافت. این روش شامل پنج مرحله اصلی است که بر پایه تحلیل پیش‌رونده و با رعایت توالی منطقی از شناسایی واحدهای معنایی تا استخراج و اعتبارسنجی محتواهای اساسی سازمان‌دهی می‌شود.

۱. مشاهده نظام‌مند: در این مرحله، متن دعای هفتم با رویکردی توصیفی و بدون ورود به تفسیر روان‌شناختی مطالعه شد. نسخه مبنای صحیفه سجادیه انتخاب و ویژگی‌های ساختاری و زبانی آن شامل ترتیب فرازاها، نوع افعال و زمان‌ها، شیوه‌های خطاب و دعا، تقابل‌ها، استعاره‌ها و گزاره‌های معنایی شناسایی و ثبت شد. محصول این مرحله، «نقشه ساختاری - زبانی» دعا بود که مسیر حرکت به سمت تحلیل‌های بعدی را مشخص کرد. نتیجه این مرحله ترسیم «الگوی ساختاری سه‌سطحی» دعا بود

که عبارت است از: الف) مقدمه‌های بحران‌محور (بیان ضعف و محدودیت انسان)؛ ب) بدنه دعا با محوریت درخواست یاری و گشایش و ج) فرازهای پایانی با مضمون بازگشت امید و آرامش. این الگو به منزله نقشه اولیه، مسیر تحلیل معنایی و روان‌شناختی مراحل بعدی را معین کرد.

۲. غرقه شدن در محتوا: در این مرحله پژوهشگر با خوانش مکرر متن، بررسی معناشناسی واژگان کلیدی، رجوع به شروح و تفاسیر معتبر و مقایسه ترجمه‌ها به بازسازی افق معنایی دعا پرداخت. در این مرحله با به‌کارگیری اصول پیش‌پردازش متن از جمله هم‌معنایی، چندمعنایی، حوزه واژگانی، تحلیل مؤلفه‌ای و... خوشه‌های معنایی عام مانند توصیف بحران، ابراز نیاز و پناه‌جویی، امید به نجات، صبر، بازگشت و شکرگزاری شناسایی شد. این مرحله گذار از سطح صرفاً زبانی به سطح معنایی - تفسیری است، اما هنوز وارد تبیین روان‌شناختی نمی‌شود.

۳. صورت‌بندی یافته‌ها: در این گام، خوشه‌های معنایی و محتواهای استنباطی مرحله پیشین با نگاه روان‌شناختی بازخوانی و گزاره‌هایی انتخاب شدند که با مؤلفه‌های تاب‌آوری معنوی همپوشانی داشتند. هر گزاره شامل سه بخش بود: الف) نقل یا بازنویسی دقیق از متن دعا؛ ب) تبیین معنایی-دینی و ج) ترجمه آن به زبان مفهومی روان‌شناسی (مانند معنایابی، امید، مقابله معنوی، انعطاف‌پذیری درونی). این گزاره‌ها در نهایت در قالب ساحت‌ها و مؤلفه‌های مدل مفهومی اولیه سازمان‌دهی و با ادبیات نظری و شواهد تجربی مقایسه شدند تا نقاط اشتراک و نوآوری مشخص شود.

۴. اعتبارسنجی یافته‌ها: اعتبارسنجی یافته‌های روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی در پژوهش‌های پیشین معمولاً به کمک شاخص‌های رایج مانند CVI و CVR صورت می‌گرفت. در این پژوهش گام تازه‌ای در تکمیل و بومی‌سازی روش برداشته شد و برای نخستین بار رویکرد ابداعی اعتبارسنجی کیفی تراکمی^۱ (QCq-K) به کار گرفته شد که بر مبنای «قاعده تراکم ظنون» در معرفت‌شناسی اسلامی (سبزواری، ۱۴۱۷ق؛ علیدوست، ۱۴۳۱ق) طراحی شده است. این قاعده بیان می‌کند که هرگاه مجموعه‌ای از قرائن و شواهد مستقل و همسو بر یک برداشت یا مدعا دلالت کنند، اطمینان عقلایی به

۱. Qualitative Cumulative – Knowledge-based (حرف کوچک q برای نشان دادن Qualitative است؛ در مقابل حرف n که برای Quantitative در نظر گرفته شده است. "K" در انتها نشان‌دهنده "Knowledge-based" یا «مبتنی بر دانش» می‌باشد؛ چون از دانش اصول فقه گرفته شده است. برای اعتبارسنجی کمی بر مبنای قاعده تراکم ظنون یک فرمول طراحی شده و پژوهش دیگری معرفی و به کار گرفته شده است (در حال انتشار).

صحت آن افزایش می‌یابد، حتی اگر هیچ‌یک از شواهد به‌تنهایی به سطح قطع نرسند (نائینی، ۱۳۷۶، ج ۳، ص ۱۴۹). در روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی دو شاخص اصلی اعتبارسنجی متقن بودن (میزان صحت و انطباق برداشت‌ها با مستندات معتبر دینی) و مفید بودن (میزان اهمیت و کاربرپذیری برداشت‌ها بافت روان‌شناسی) است.

فرایند اعتبارسنجی به این صورت بود که هر برداشت اولیه در بستر کامل دعا بازخوانی شد تا انسجام آن با سایر اجزای متن و قرائن درون‌متنی مشخص شود. سپس شواهد پشتیبان برون‌متنی از متون مشابه (دیگر دعا‌های صحیفه سجاده، روایات مرتبط و منابع تفسیری معتبر) گردآوری شد. این داده‌ها در نشست‌های تخصصی با حضور خبرگان علوم اسلامی و روان‌شناسی بررسی شد. ارزیابی‌ها براساس میزان تراکم قرائن موافق و مخالف انجام گرفت؛ هر شاهد اعم از تأیید یا نقد، به‌عنوان یک داده مستقل در شبکه اعتبارسنجی لحاظ شد. برداشت‌هایی تثبیت شدند که به تراکم کافی شواهد رسیدند، برداشت‌های ضعیف یا متعارض، بازتعریف، ترکیب یا حذف شدند. در پایان کلیه شواهد درون‌متنی و برون‌متنی همراه با ارزیابی خبرگان در قالب «تراکم ظنون حداکثری» جمع‌شد تا بالاترین سطح اطمینان عقلایی نسبت به یافته‌های نهایی به دست آید.

۵. بازبینی و ارائه گزارش نهایی: در این مرحله، متن گزارش پژوهش بازنگری و نهایی شد. همه مؤلفه‌های تأییدشده همراه با مستندات و شواهد ارائه گردید و مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی دعای هفتم با شرح ساحت‌ها، مؤلفه‌ها و ارتباطات بین آنها ترسیم شد. این گزارش به‌گونه‌ای تنظیم شد که هم قابلیت ارزیابی علمی و بازتولید روش را داشته باشد و هم به‌عنوان مبنای طراحی مداخلات فرهنگی - دینی در حوزه سلامت روان قابل استفاده باشد.

بدین ترتیب، این روش با تمایزگذاری دقیق میان مشاهده، غرقه‌شدن در متن و صورت‌بندی مفهومی و با به‌کارگیری راهکار ابداعی «اعتبارسنجی کیفی تراکمی» به‌عنوان سازوکار پایانی ارزیابی، امکان دستیابی به یافته‌هایی را فراهم می‌آورد که از یک‌سو اصالت و وفاداری آنها به محتوای دینی حفظ می‌شود و از سوی دیگر قابلیت اتکای علمی و کاربرپذیری آنها در حوزه روان‌شناسی ارتقا می‌یابد. این رویکرد با عبور از محدودیت‌های روش‌های متداول (تحلیل مضمون، داده‌بنیاد و...) الگویی منسجم و بومی برای تحلیل و اعتبارسنجی محتوای متون دینی ارائه می‌کند که می‌تواند به‌عنوان چارچوبی نوین در پژوهش‌های میان‌رشته‌ای به کار رود.

یافته‌های پژوهش

این پژوهش با هدف استخراج مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی براساس محتوای دعای هفتم صحیفه سجادیه انجام شد. واحد تحلیل، فرازهای ده‌گانه دعا بود که به ترتیب مشاهده نظام‌مند، غرقه شدن در محتوا و صورت‌بندی یافته‌ها در مورد هر فراز از دعا انجام شد. فراز اول: دعا با این جمله شروع شده است: «يَا مَنْ تُحَلُّ بِهِ عَقْدُ الْمَكَارِهِ، وَيَا مَنْ يُفْتَأُ بِهِ حَدُّ الشَّدَائِدِ، وَيَا مَنْ يُلْتَمَسُ مِنْهُ الْمَخْرَجُ إِلَى رَوْحِ الْفَرَجِ». فراز اول با سه فراخوانِ موازی «گره‌گشایی»، «کاهش شدت سختی‌ها» و «جستجوی راه برون‌رفت [مخرج]» از مشکل آغاز شده است. غرقه‌شدن در بافت واژگانی و معنایی این فراز نشان می‌دهد که واژه «عَقْد» تصویری از مشکلات پیچیده و درهم‌تنیده ارائه می‌دهد و نسبت مستقیم حل شدن [تحل] آن به ذات الهی، یک بازتعریف شناختی بنیادی را پیشنهاد می‌کند؛ تبدیل حس مسئولیت صرف فردی به پذیرش نیاز پیوندی و توکل به خدا. فعل «يُفْتَأُ» که به معنای «کاهش حرارت و شدت» است، نقش پویای «تنظیم هیجان مبتنی بر ایمان» را نمایان می‌سازد: باور مذهبی نه‌تنها آرام‌بخش معنایی است، بلکه سازوکاری برای فروکش واکنش‌های عاطفی تند فراهم می‌آورد (تنظیم هیجان)؛ همچنین عبارت «يُلْتَمَسُ مِنْهُ الْمَخْرَجُ إِلَى رَوْحِ الْفَرَجِ» تأکیدی است بر امید راهبردی، امیدی که هم مسیر (مخرج) و هم کیفیت بازگشت به بهزیستی روانی (روح الفرج) را هدف قرار می‌دهد.

فراز دوم دعا: «ذَلَّتْ لِقْدَرَتِكَ الصَّعَابُ، وَ تَسَبَّيْتُ بِلُطْفِكَ الْأَسْبَابُ، وَ جَرَى بِقُدْرَتِكَ الْقَضَاءُ، وَ مَصَّتْ عَلَى إِزَادَتِكَ الْأَشْيَاءُ»، این فراز رویدادهای زندگی را در چارچوب «قدرت»، «لطف» و «قضاء» قرار می‌دهد. تعبیر «ذَلَّتْ» و «تَسَبَّيْتُ» در این فراز بار معنایی رام‌شدن و لطافت را به رخدادها نسبت می‌دهند؛ به عبارت دیگر سختی‌ها از «تهدید» به «فرایند قرار گرفتن در نظم کلی رحمت» بازخوانی شده است. در سطح روان‌شناختی این بازخوانی نقش باز ارزیابی را ایفا می‌کند؛ به‌گونه‌ای که از احساس بی‌معنایی و آشفتگی می‌کاهد و جای آن را با بافت امن نظم کیهانی پر می‌کند.

فراز سوم: «فَهِيَ بِمَشِيَّتِكَ دُونَ قَوْلِكَ مُؤْتَمِرَةٌ، وَ بِإِزَادَتِكَ دُونَ نَهْيِكَ مُتَرْجِرَةٌ»؛ این فراز بر «تبعیت از پیش» اشیاء و وقایع از مشیت الهی حتی بدون اعلان لفظی تأکید دارد. غرقه‌شدن در این گزاره به آشکارسازی مکانیزم روانی مهمی منتهی می‌شود: انتقال از «جهان تصادفی» به «جهان منظوم» که نیاز کنترل فردی را تعدیل می‌کند و بار مسئولیت روانی را کاهش می‌دهد. در اصطلاحات روان‌شناختی، این

فراز تسهیل‌کننده «تفکیک حوزه کنترل» و افزایش انعطاف شناختی است؛ افراد به‌واسطه این معناپذیری بهتر می‌توانند انرژی را به حوزه‌هایی اختصاص دهند که واقعاً در اختیار دارند.

فراز چهارم: «أَنْتَ الْمَدْعُوُّ لِلْمِهْمَاتِ، وَأَنْتَ الْمَفْرَعُ فِي الْمُلِمَّاتِ، لَا يَنْدَفِعُ مِنْهَا إِلَّا مَا دَفَعْتَ، وَلَا يَنْكَشِفُ مِنْهَا إِلَّا مَا كَشَفْتَ»؛ محتوای این فراز معطوف به نقش خدا به‌عنوان «پناهگاه مطلق» و «مرجع رفع مهمات» است. با دقت در این فراز مشخص می‌شود که توصیف خدا به‌عنوان «مدعو» و «مفرع» القاکننده یک منبع دل‌بستگی ایمن است. این پیوستگی عاطفی - مذهبی به کاهش اضطراب تنهایی و افزایش اعتماد مقابله‌ای می‌انجامد؛ همچنین حذف عامل بازدارنده غیرالهی موجب کانونی‌شدن امید و کاهش پراکندگی منابع روانی می‌شود.

فراز پنجم: «وَقَدْ نَزَلَ بِي يَا رَبِّ مَا قَدْ تَكَادَنِي ثِقْلُهُ، وَ أَلَمَ بِي مَا قَدْ بَهَظَنِي حَمْلُهُ»؛ این فراز بیان آشکار شدت رنج است. تحلیل محتوای این فراز نشان می‌دهد که «نام‌گذاری دقیق رنج»، نخستین مرحله مهم فرایند روان‌درمانی است؛ این اعتراف صادقانه هم تاب‌آوری را با رویکردی واقع‌پذیرانه تقویت می‌کند و هم امکان تقاضای کمک^۱ را میسر می‌سازد. از منظر نظریه‌های معناجویی و درمان‌های معاصر، پذیرش درد به‌عنوان پیش‌شرط بازسازی شناختی و رفتاری شناخته می‌شود.

فراز ششم: «وَيَقْدِرُ تِكْ أَوْرَدَتْهُ عَلَيَّ، وَ بِسُلْطَانِكَ وَجَّهْتُهُ إِلَيَّ»؛ نسبت دادن ورود بحران به اراده و سلطان الهی تغییر معنایی مهمی می‌آفریند. براساس این برداشت رنج نه تصادفی و نه صرفاً مجازات، بلکه بخشی از «طرح حکمت‌آمیز الهی» است. این نوع نسبت‌دهی موجب «معناسازی خیرخواهانه»^۲ می‌شود که در ادبیات روان‌شناختی به آن نقش حفاظت‌کننده معنایی گویند (مولوی و همکاران، ۲۰۰۸). این رویکرد با کاهش حس بی‌عدالتی و پوچی همخوانی دارد و ظرفیت فرد را برای بازیابی^۳ و یادگیری از تجربه افزایش می‌دهد.

فراز هفتم: «فَلَا مُصْدِرَ لِمَا أَوْرَدْتَ، وَلَا صَارِفَ لِمَا وَجَّهْتَ، وَلَا فَاتِحَ لِمَا أَغْلَقْتَ، وَلَا مُغْلِقَ لِمَا فَتَحْتَ، وَلَا مُبَسِّرَ لِمَا عَسَرْتَ، وَلَا نَاصِرَ لِمَنْ خَذَلْتَ»؛ این فراز با جفت‌های متضاد، حدود اقتدار الهی را برجسته می‌سازد و از آن‌سو مرزبندی حوزه کنترل را آشکار می‌سازد. بر این اساس می‌توان آن را ناظر به «پذیرش

1. help-seeking

2. Benevolent meaning-making

3. recovery

فعال^۱ دانست؛ بدین معنا که فرد با آگاهی، ناتوانی خود در تغییر برخی واقعیت‌ها را می‌پذیرد. این پذیرش می‌تواند زمینه‌ساز «رهاسازی فعال»^۲ در مراحل بعدی شود؛ فرایندی که به فرد امکان می‌دهد انرژی روانی خود را از مبارزات بی‌ثمر رها سازد و بر حوزه‌های قابل کنترل تمرکز کند.

فراز هشتم: «فَصَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ، وَافْتَحْ لِي يَا رَبَّ بَابَ الْفَرَجِ بِطَوْلِكَ، وَ اكْسِرْ عَنِّي سُلْطَانَ الْهَمِّ بِحَوْلِكَ، وَ اَنْلِنِي حُسْنَ النَّظَرِ فِيمَا شَكَّوْتُ، وَ اَذِقْنِي حَلَاوَةَ الصَّنْعِ فِيمَا سَأَلْتُ، وَ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَ فَرَجاً هَنِيئاً، وَ اجْعَلْ لِي مِنْ عِنْدِكَ مَخْرَجاً وَحِيّاً»؛ این فراز مجموعه‌ای از درخواست‌های ترکیبی برای گشایش، شکستن سلطه غم، دستیابی به بازنگری مثبت (حُسْنُ النَّظَرِ) و چشاندن تجربه لذت‌بخش تحقق دعا (حلاوة الصنع) است. غرقه شدن در محتوای این فراز از دعا نشان می‌دهد که این بند همزمان سه فرایند روانی کلیدی را فعال می‌سازد: الف) تنظیم هیجان از راه «کاهش نشخوار» و بهبود اضطراب؛ ب) بازسازی شناختی مثبت^۳ با «حسن‌النظر» و ج) تقویت هیجان مثبت و قدردانی از راه «حلاوة الصنع». افزون بر این، صلوات به عنوان یک عمل نمادین، پیوند اجتماعی-مذهبی را یادآور می‌شود که حمایت نمادین و هویتی را تقویت می‌کند.

فراز نهم: «وَلَا تَشْغَلْنِي بِالْإِهْتِمَامِ عَنْ تَعَاهُدِ فُرُوضِكَ، وَ اسْتِعْمَالِ سُنَّتِكَ»؛ این فراز بر حفظ عمل دینی و پیروی از سنت الهی در عین مواجهه با دغدغه‌ها تأکید دارد. غرقه شدن در این فراز نشان می‌دهد که این تأکید نقشی حیاتی در حفظ هویت معنوی و برگرفته از ارزش‌ها ایفا می‌کند؛ از دیدگاه نظریه‌های روان‌شناسی پذیرش و تعهد (ACT) و پایداری عملکرد مبتنی بر ارزش‌ها عامل حفاظت‌کننده مهمی در برابر بی‌تفاوتی و افت کارکرد به شمار می‌رود.

فراز دهم: «فَقَدْ ضَيَّقْتُ لِمَا نَزَلَ بِي يَا رَبَّ دُزْعاً، وَ امْتَلَأْتُ بِحُمِلٍ مَا حَدَّثَ عَلَيَّ هَمًّا، وَ أَنْتَ الْقَادِرُ عَلَى كَشْفِ مَا مُنِيتُ بِهِ، وَ دَفْعِ مَا وَقَعْتُ فِيهِ، فَافْعَلْ بِي ذَلِكَ وَ إِن لَّمْ أَسْتَوْجِبْهُ مِنْكَ، يَا ذَا الْعَرْشِ الْعَظِيمِ»؛ فراز پایانی اعتراف آشکار به اوج فشار و درخواست گشایش رحمت‌آمیز حتی بدون استحقاق را بیان می‌کند. غرقه شدن تحلیلی در این بند نشان می‌دهد که فروتنی فرد در مواجهه با ناتوانی خود^۴ و امید

1. Active Acceptance
2. Active Release
3. cognitive reappraisal
4. admitting incapacity

غیرمشروط متکی بر رحمت الهی، مکانیزم مهمی در پیشگیری از شرم مخرب و خودسرزنشگری است و امکان بازگشت روانی در شرایط تقریباً بن‌بست را فراهم می‌آورد. خلاصه سه مرحله مشاهده نظام‌مند، غرقه شدن در محتوا و صورت‌بندی یافته‌های مربوط به دعای هفتم صحیفه سجادیه در جدول ۱ نشان داده شده است.

جدول ۱: مراحل سه‌گانه تحلیل کیفی دعای هفتم صحیفه سجادیه

شماره	فرازهای دعا	مشاهده نظام‌مند	غرقه شدن در محتوا	صورت‌بندی یافته‌ها
۱	«يَا مَنْ تُحَلُّ بِهٖ عُقْدُ الْمَكَارِهِ...»	سه فراخوان موازی (گره‌گشایی، کاهش شدت، جستجوی مخرج) با ساختار ریتمیک و معنای مقابله‌ای آشکار (جستجوی راه خروج ← کاهش فشار ← شناسایی مانع)	واژه‌های «عُقْدُ»، «يُقْتَأُ» و «روح الفرج» نشان‌دهنده مراحل عبور از درماندگی، تنظیم هیجان و رسیدن به آرامش‌اند؛ تأکید بر اتکای مستقیم به خدا در تمام مراحل بحران	۱. تثبیت نقطه اتکا در مرجع معنوی؛ ۲. فعال‌شدن مکانیزم تنظیم هیجان مبتنی بر ایمان، ۳. تقویت انگیزش جهت‌مند مقابله
۲	«ذَلَّتْ لِقُدْرَتِكَ الصَّعَابُ...»	تأکید بر تبعیت ذاتی پدیده‌ها از مشیت و اراده الهی بدون نیاز به فرمان لفظی	رخدادها در نگاه فرد، منظم و پیش‌بینی‌پذیر می‌شود؛ فشار کنترل غیرواقعی کاهش می‌یابد.	۱. کاهش ادراک تهدید از راه بازتعریف معنایی بحران؛ ۲. ایجاد حس «حمایت ساختاری» که منابع مقابله را تقویت می‌کند؛ ۳. تثبیت چارچوب معنا که بنیاد ثبات روانی را تقویت می‌کند.
۳	«فَهِيَ بِمَشِيَّتِكَ...»	تأکید بر تبعیت ذاتی پدیده‌ها از مشیت و اراده الهی بدون نیاز به فرمان لفظی	جهان رخدادها در نگاه فرد، منظم و پیش‌بینی‌پذیر می‌شود؛ فشار کنترل غیرواقعی کاهش می‌یابد.	۱. افزایش تحمّل عدم قطعیت؛ ۲. کاهش هزینه روانی کنترل ناکارآمد؛ ۳. تمرکز هدفمند منابع روانی
۴	«أَنْتَ الدَّعُوُّ لِلْمَهْمَاتِ...»	خدا به‌عنوان مرجع فراخوان و پناهگاه در بحران معرفی می‌شود.	«مدعو» و «مفزع» گویای پیوند عاطفی - معنوی امن با منبع حمایت است که پراکندگی امید را کاهش می‌دهد.	۱. تثبیت پایه امن معنوی؛ ۲. افزایش ثبات هیجانی مبتنی بر تعلق؛ ۳. کاهش تشوّش امید و افزایش انسجام مقابله

شماره	فرازهای دعا	مشاهده نظام‌مند	غرقه شدن در محتوا	صورت‌بندی یافته‌ها
۵	«وَقَدْ نَزَلَ بِی...»	اعتراف مستقیم به سنگینی و فشار بحران	نام‌گذاری دقیق رنج، واقعیت‌پذیری و گوشودگی به کمک؛ کاهش اجتناب هیجانی و آماده‌سازی برای حمایت‌جویی	۱. افزایش واقعیت‌پذیری و کاهش اجتناب هیجانی؛ ۲. تسهیل کمک‌خواهی و حمایت‌جویی؛ ۳. فراهم‌شدن زمینه رشد سازنده
۶	«وَيُقَدِّرُ تِكْ أَوْزْدَتَهُ عَلَى...»	بحران به قدرت و سلطنت الهی نسبت داده می‌شود (توصیف منشأ بحران به عنوان اراده و قدرت الهی)	معناسازی خبرخواهانه؛ تجربه رنج در بافت حکمت الهی موجب کاهش حس پوچی می‌شود.	۱. بازمعنادهی رنج به‌عنوان فرصت یا آزمون؛ ۲. کاهش عوارض وجودی پوچی؛ ۳. فراهم شدن چارچوب کنش سازنده
۷	«فَلَا مُصْذِرٌ...»	جفت‌های متضاد افعال (فتح/ غلق، تسهیل/ تعسیر) مرزهای اقتدار الهی را نشان می‌دهد.	پذیرش مرزهای کنترل و رهاسازی تلاش‌های بی‌ثمر؛ انرژی به حوزه‌های مؤثر هدایت می‌شود.	۱. تقویت تفکیک حوزه کنترل؛ ۲. کاهش اضطراب عملکردی و کمال‌گرایی آسیب‌زا؛ ۳. هدایت منابع روانی به راهبردهای مؤثر
۸	«فَصَلَّ عَلَى...»	بسته‌درخواست‌ها برای گشایش، شکستن غم، بازنگری مثبت، تجربه لطف الهی (ترکیب دعا برای برکت، درخواست گشایش، آرامش، نگرش مثبت و رحمت)	صلوات و «حلاوة الصنع» پیوند اجتماعی- معنوی و هیجان مثبت را تقویت می‌کند؛ بازنگری شناختی فعال می‌شود.	۱. ترکیب کاهش نگرانی مداوم با بازنگری شناختی؛ ۲. فعال‌سازی هیجان مثبت که پایداری مبارزه را تسهیل می‌کند؛ ۳. افزایش حس تعلق و معنا از طریق اتصال آیینی
۹	«وَلَا تَشْغَلْنِي...»	درخواست برای درامان ماندن از دغدغه‌های بازدارنده در انجام فرایض (درخواست عدم غفلت از وظایف دینی در اثر مشغولیت به دغدغه‌ها)	تمرکز بر حفظ رفتار مبتنی بر ارزش در بحران؛ جلوگیری از افت کارکرد معنوی	۱. استمرار عمل ارزش‌محور، سپری در برابر فروپاشی معنایی؛ ۲. حفظ کارکرد نقش‌ها و انسجام هویتی
۱۰	«فَقَدْ صَبَّغْتُ...»	بیان اوج تنگنا و درخواست کمک حتی بی‌استحقاق (بیان تنگی طاقت، غم انباشته و درخواست کمک حتی بدون شایستگی شخصی)	پذیرش آسیب‌پذیری کامل و امید غیرمشروط به رحمت الهی؛ کاهش شرم و خودسرزنشگری	۱. پذیرش آسیب‌پذیری شدید به‌عنوان راه دریافت کمک؛ ۲. امید مبتنی بر رحمت بی‌قید، عامل پایداری روانی

صورت‌بندی محتواهای استنباطی فرازهای ده‌گانه دعا یک فرایند پنج مرحله‌ای را در مورد تاب‌آوری معنوی نشان داد که عبارت‌اند از:

مرحله اول، پذیرش بحران و آگاهی از محدودیت‌های خود: دعا با بیان آشکار فشارها و ناتوانی‌ها (بار سنگین و توان اندک) آغاز می‌شود؛ این رویکرد با مفهوم پذیرش فعال^۱ همخوانی دارد که به معنای پذیرش آگاهانه واقعیت‌های دشوار و مواجهه سازنده با آنهاست (ناکامورا و آرث،^۲ ۲۰۰۵). پذیرش فعال یک راهبرد مقابله‌ای سازگار است که مسیر بازسازی روانی و معنوی را تسهیل می‌کند.

مرحله دوم، یافتن و تثبیت منبع معنوی قدرت و امید: پس از پذیرش واقعیت، فرد در دعا منبع اصلی توان و گشایش را در قدرت الهی شناسایی و تثبیت می‌کند (تو توانایی و من ناتوانم) که با مکانیزم مقابله معنامحور^۳ همراستا است؛ در این رویکرد بازتعریف معنایی بحران و اتصال به یک مرجع معنوی، نقش برجسته‌ای در تسکین و تقویت روانی دارد (ارسلان و ییل دریم،^۴ ۲۰۲۱).

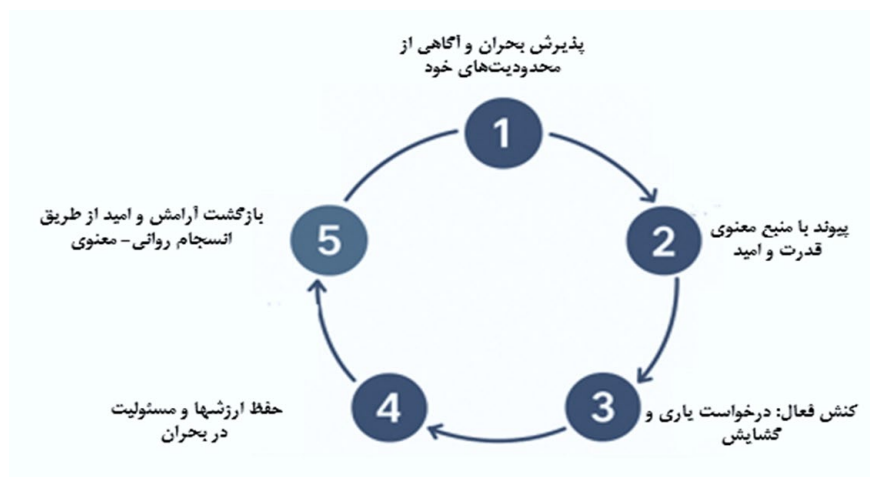
مرحله سوم، درخواست یاری و گشایش به‌عنوان کنش فعال: دعا در ادامه وارد مرحله‌ای می‌شود که فرد به جای انفعال با اقدام معنوی فعال (طلب، دعا و استمداد) تلاش برای تغییر شرایط را آغاز می‌کند؛ این نوع برخورد با منابع مذهبی، جزئی از مفهوم مقابله مذهبی مشارکتی^۵ است که فرد خود را در مشارکت فعال با خدا در حل مشکل می‌بیند (پارگامنت و همکاران، ۲۰۰۱).

مرحله چهارم، حفظ ارزش‌ها و مسئولیت‌ها در دل بحران: در فرازهای میانی، دعا بر استمرار پابندی به اصول اخلاقی، مسئولیت‌ها و نقش‌ها (حتی در شرایط فشار) تأکید دارد (در این تنگنا از وظایفم کوتاه نیایم). این پایداری نشان‌دهنده ثبات هویت معنوی و جلوگیری از فرسایش اخلاقی است که از مؤلفه‌های تاب‌آوری معنوی به شمار می‌رود (سوتویک^۶ و همکاران، ۲۰۱۱).

مرحله پنجم، بازگشت آرامش و امید از طریق انسجام معنوی - روانی: فرجام دعا با بازگشت آرامش، احساس اطمینان و تقویت امید پایان می‌یابد (دل آرام گیرد و امید در جانم زنده شود). این حالت

-
1. Active admission
 2. Nakamura, Y. M. & Orth, U.
 3. meaning-based coping
 4. Arslan, G. & Yıldırım, M.
 5. collaborative religious coping
 6. Southwick, S.

محصول ترکیب پذیرش، اتصال به منبع معنوی، کنش فعال و حفظ ارزش هاست و با مفهوم رشد پس از بحران^۱ در روان شناسی مثبت مطابقت دارد (تدسکی و کالهن، ۱۹۹۶؛ تدسکی و همکاران، ۲۰۱۷). این پنج محور یک چرخه تحول ساز را شکل می دهند: از پذیرش واقعیت شروع می شود، با اتصال معنوی و کنش فعال ادامه می یابد، در ثبات ارزش ها تعمیق می شود و در نهایت به انسجام معنوی و امید پایدار خاتمه می یابد؛ چرخه ای که تاب آوری فرد را برای آینده تقویت می کند (شکل ۱).



شکل ۱: مدل مفهومی چرخه تاب آوری معنوی براساس دعای هفتم صحیفه سجادیه

اعتبارسنجی یافته ها در این پژوهش با استفاده از اعتبارسنجی کیفی تراکمی (QCq-K) مبتنی بر قاعده «تراکم ظنون» در فقه و اصول انجام شد. قاعده «تراکم ظنون» در معرفت شناسی اسلامی بیان می کند که هرگاه شواهد و قرائن متعدد، مستقل و هم جهت بر یک مدعا دلالت کنند، قوت اطمینان به آن مدعا افزایش می یابد، هرچند تک تک شواهد به تنهایی به حد قطع نرسند (نائینی، ۱۳۷۶، ج ۳، ص ۱۴۹). در روش تحلیل کیفی محتوای متون دینی، این قاعده را می توان به صورت یک چارچوب اعتبارسنجی کیفی بازطراحی کرد که بدون نیاز به شاخص های کمی یا فرمول های ریاضی بر همپوشانی، تقویت متقابل و انسجام درونی شواهد تفسیری تکیه دارد.

اعتبارسنجی کیفی مبتنی بر تراکم ظنون در این پژوهش به فرایندی گفته می‌شود که در آن محتواهای استنباطی از متون دینی در معرض ارزیابی چندسطحی توسط خبرگان و مستندات درون‌متنی - برون‌متنی قرار می‌گیرد تا با انباشت قرائن و شواهد متنوع، درجه اطمینان به صحت و اصالت آنها افزایش یابد. این روش نه در پی سنجش آماری، بلکه به دنبال تثبیت اطمینان عقلایی است. اعتبارسنجی در پنج مرحله انجام شد: مرحله اول، همنشینی شواهد درون‌متنی: هر محتوای استنباطی استخراج‌شده از دعای هفتم، دوباره در بستر کامل متن دعا مرور شد تا ارتباط معنایی و لفظی آن با سایر بخش‌های متن روشن شود. معیار در این مرحله «انسجام مفهومی» و «تأیید متقابل فرازاها» بود. مرحله دوم، مقایسه با شواهد برون‌متنی: برای هر محتوای استنباط شده، شواهدی از دیگر ادعیه صحیفه سجادیه، روایات مشابه و منابع تفسیری معتبر گردآوری شد. این شواهد برون‌متنی نقش «قرائن پشتیبان» را ایفا می‌کنند. مرحله سوم، ارزیابی چندخبره همزمان (جلسه تراکمی): یک نشست تخصصی با حضور سه خبره حوزه متون دینی و روان‌شناسی اسلامی برگزار شد. در این جلسه متن دعا و محتواهای استنباطی به‌صورت خط‌به‌خط مرور شد. هر خبره شواهد موافق یا ملاحظات خود را بیان کرد. دیدگاه‌ها به‌صورت «تجمیعی» نه صرفاً اکثریتی در قالب ماتریس تراکم ظنون ثبت شد؛ یعنی هر شاهد موافق یا مخالف به‌عنوان یک «قرینه» در اعتبار نهایی لحاظ شد. مرحله چهارم، پالایش و بازترکیب یافته‌ها: براساس خروجی جلسه تراکمی، برخی محتواهای استنباطی با شواهد ضعیف‌تر یا تعارض در قرائن، ادغام یا بازتعریف شدند تا مدل نهایی بیشترین همپوشانی شواهد را داشته باشد. مرحله پنجم، تثبیت اطمینان عقلایی: در پایان، مجموعه شواهد درون‌متنی و برون‌متنی به همراه ارزیابی خبرگان به‌عنوان «تراکم ظنون حداکثری» ثبت و مدل مفهومی نهایی براساس آن تثبیت شد. در مورد دعای هفتم صحیفه سجادیه، این فرایند سبب شد که پنج محور اصلی پذیرش بحران، پیوند با منبع معنوی، کنش فعال، حفظ ارزش‌ها و بازگشت آرامش و امید نه‌تنها از متن دعای هفتم صحیفه سجادیه استنباط شوند، بلکه با قرائن فراوان از متون دینی دیگر و با اجماع عقلایی خبرگان تأیید شوند؛ به‌این ترتیب اطمینان عقلایی به اصالت و اعتبار این محورها به‌طور قابل‌توجهی افزایش یافت (جدول ۲).

جدول ۲: تکمیل ماتریس تراکم ظنون برای دعای هفتم صحیفه سجادیه (اعتبارسنجی کیفی تراکمی)

محتوای استنباطی	شواهد درون متنی	شواهد برون متنی	کارشناسی متنی	کارشناسی درونی	کارشناسی روانشناسانه	جمع بندی تراکم ظنون (کیفی)
پذیرش بحران و محدودیت‌ها	«بار سنگین و توان اندک»	اللَّهُمَّ يَا كَافِيَ الْفَرْدِ الضَّعِيفِ ... وَصَعُفْتُ عَنْ غَضَبِكَ فَلَا مُؤَيِّدَ لِي (صحیفه، ۲۱، بند ۱ و ۲)؛ خُلِقَ الْإِنْسَانُ ضَعِيفًا (نساء، ۲۸)؛ لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا (بقره، ۲۸۶)	موافق	موافق	موافق	تراکم قوی (هم‌نشینی درون و برون متنی کامل)
پیوند با منبع معنوی قدرت و امید	«تو توانایی و من ناتوانم»	لَا مَلْجَأَ لِي مِنْكَ إِلَّا إِلَيْكَ (صحیفه، ۲۸، بند ۱)؛ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ (طلاق، ۳)	موافق	موافق	ملاحظه جزئی (نیاز به دقت لفظی)	تراکم قوی
کنش فعال: درخواست یاری و گشایش	«از تو می‌خواهم راهی بگشایی»	يَا أَنْسَ كُلَّ مُسْتَوْحِشٍ غَرِيبٍ (صحیفه، ۱۶، بند ۴)؛ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ (غافر، ۴۰)	موافق	موافق	موافق	تراکم قوی
حفظ ارزش‌ها و مسئولیت‌ها	«در این تنگنا از وظایفم کوتاه نیایم»	وَ أَعِنِّي عَلَى آدَاءِ فَرَائِضِكَ. (صحیفه، ۴۴، بند ۳)؛ اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ (بقره، ۱۵۳)	موافق	ملاحظه جزئی	موافق	تراکم متوسط به قوی (نیاز به بررسی لفظی)
بازگشت آرامش و امید	«دل آرام گیرد و امید در جانم زنده شود»	تَطْمَئِنُّ بِهٖ نَفْسِي (صحیفه، ۳۵، بند ۴)؛ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (رعد، ۲۸)	موافق	موافق	موافق	تراکم قوی

فرایند اعتبارسنجی کیفی مدل مفهومی استخراج‌شده از دعای هفتم صحیفه سجادیه با اتکا به رویکرد «تراکم ظنون» و بهره‌گیری از شواهد درون متنی (ساختار و محتوای دعای هفتم) و برون متنی

(دیگر دعا‌های صحیفه سجادیه، قرآن کریم و روایات) به ارزیابی پنج مؤلفه اصلی مدل انجامید. نتایج این بررسی که خلاصه آن در جدول ۲ ارائه شده، بیانگر انسجام مفهومی، همگرایی شواهد و تأیید خبرگان در مورد هریک از مؤلفه‌هاست. میزان توافق بین داوران و همخوانی محتواهای استخراج شده با منابع معتبر نشان‌دهنده کفایت و روایی مدل در تبیین ابعاد تاب‌آوری معنوی است. با اتمام مرحله چهارم (اعتبارسنجی)، گام پایانی در فرایند تحلیل کیفی محتوای متون دینی (بازبینی نهایی و تدوین گزارش) اجرا شد. در این مرحله براساس بازخوردها و نتایج مرحله پیشین، متن و استنادها اصلاح و یکدست‌سازی شد، ارجاعات به نسخه مبنای صحیفه و سایر منابع معتبر نهایی گردید و ساختار مدل به‌گونه‌ای تثبیت شد که ضمن حفظ دقت مفهومی از اتکای علمی و قابلیت بهره‌برداری تطبیقی در پژوهش‌های آینده برخوردار باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف استخراج و اعتبارسنجی مدل مفهومی تاب‌آوری معنوی براساس دعای هفتم صحیفه سجادیه انجام شد و توانست الگویی بومی، منسجم و برخوردار از پشتوانه‌های دینی و روان‌شناختی ارائه کند که ظرفیت کاربردی بالایی در ارتقای توان سازگاری و سلامت روان در شرایط بحران دارد. یافته‌ها نشان دادند که دعای هفتم با ساختاری معنادار و غنی شامل محتواهایی است که به‌طور همزمان با مؤلفه‌های شناخته‌شده تاب‌آوری در روان‌شناسی معاصر همپوشانی دارد و نیز بُعد معنوی - ارزشی را در مرکز فرایند سازگاری قرار می‌دهد. این همپوشانی موجب می‌شود که مدل حاصل صرفاً نه بازتاب آموزه‌های دینی و نه بازنمایی یافته‌های روان‌شناسی باشد، بلکه ترکیبی منسجم از هر دو حوزه را شکل دهد که از نظر فرهنگی و علمی معتبر است.

در این پژوهش مؤلفه پذیرش بحران و محدودیت‌ها بر آگاهی و پذیرش واقعیت‌های دشوار و محدودیت‌های انسانی تأکید دارد که در ادبیات روان‌شناسی با کاهش اضطراب و افزایش انعطاف‌پذیری روانی مرتبط است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). در متن دعای هفتم، اذعان به ضعف‌ها و وابستگی به خداوند زمینه‌ای برای پذیرش واقعیت و مواجهه واقع‌بینانه با بحران ایجاد می‌کند. مؤلفه پیوند با منبع

معنوی قدرت و امید نیز همسو با یافته‌های منینگ^۱ و همکاران (۲۰۱۹) و گولداس^۲ (۲۰۲۳) است که نشان دادند ارتباط معنوی با خداوند یا نیروی متعالی موجب افزایش امید، کاهش اضطراب و بهبود سلامت روانی می‌شود. در دعای هفتم، این ارتباط از راه توسل، نیایش و توکل به روشنی به عنوان منبعی برای توانمندسازی روانی و معنوی مطرح شده است.

کنش فعال به معنای اقدام هدفمند و جستجوی راهکارهای عملی با مفاهیم مقابله فعال و خودکارآمدی (هوا و هویل، ۲۰۲۳^۳؛ هاوارد^۴ و همکاران، ۲۰۲۳) در روان‌شناسی همخوانی دارد. در دعای هفتم، این کنش فعال در کنار طلب یاری از خداوند، ترکیبی از تلاش فردی و اتکا به حمایت الهی را به تصویر می‌کشد و به ایجاد حس مشارکت فرد در تغییر شرایط می‌انجامد. حفظ ارزش‌ها و مسئولیت‌ها به عنوان مؤلفه چهارم، ثبات هویت معنوی - اخلاقی فرد را تضمین می‌کند و در پژوهش‌های هویت معنوی و تاب‌آوری اخلاقی (اختر، ۲۰۰۴^۵، اختر^۶ و همکاران، ۲۰۲۴) به عنوان عاملی برای افزایش احساس هدفمندی و مقاومت در برابر فشارها شناخته می‌شود. در دعای هفتم نیز تأکید بر استمرار در ادای مسئولیت‌های دینی و اخلاقی حتی در بحران، نشانه‌ای از پیوند عمیق ارزش‌ها با تاب‌آوری است. مؤلفه پایانی، بازگشت آرامش و امید بیانگر توانایی بازیابی تعادل روانی و احیای امید پس از بحران می‌باشد که با مدل‌های رشد پس از آسیب و تاب‌آوری مثبت (پوسیک^۷ و همکاران، ۲۰۰۶؛ بینسیمون^۸، ۲۰۱۲) همسو است. این بعد در دعای هفتم با تکیه بر اطمینان قلبی و اعتماد به رحمت الهی، بازسازی روانی و معنوی فرد را ممکن می‌سازد.

یکی از نقاط قوت کلیدی این پژوهش به‌کارگیری رویکرد اعتبارسنجی کیفی تراکم (QCq-K) مبتنی بر قاعده معرفت‌شناختی «تراکم ظنون» است که در سنت دانش‌های حوزوی ریشه دارد. این رویکرد با تکیه بر انباشت و همپوشانی شواهد درون‌متنی و برون‌متنی و تأیید اجماعی خبرگان، سطح

-
1. Manning, L. K.
 2. Gültaş, H.
 3. Hua, J. & Howell, J.
 4. Howard, S.
 5. Akhtar, S.
 6. Akhtar, S.
 7. Poseck, B. V.
 8. Bensimon, M.

اطمینان عقلایی به یافته‌ها را به حداکثر رسانده، و محدودیت‌های وابستگی صرف به شاخص‌های کمی یا کدگذاری مکانیکی را برطرف می‌کند. مزیت دیگر این مطالعه آن است که برخلاف اغلب مدل‌های تاب‌آوری معنوی که در بسترهای فرهنگ غربی توسعه یافته‌اند (اسمیت^۱ و همکاران، ۲۰۱۲؛ پارگامنت، ۲۰۱۳)، این مدل به‌طور کامل از دل یک متن اصیل اسلامی استخراج شده است. این ویژگی موجب می‌شود که مدل حاصل مشروعیت فرهنگی و قابلیت کاربرد مستقیم در مداخلات مبتنی بر ارزش‌های اسلامی را داشته باشد؛ افزون بر این، فرایند پژوهش حاضر الگوی روش‌شناختی برای تحلیل متون دینی و استخراج مدل‌های بومی در علوم رفتاری فراهم می‌کند که می‌تواند در حوزه‌های دیگر مانند روان‌شناسی مثبت‌گرا، مشاوره اسلامی و آموزش ارزش‌های اخلاقی به کار رود.

به‌طور کلی، یافته‌های این پژوهش نشان داد که دعا و منابع معنوی (به‌ویژه دعای هفتم صحیفه سجادیه) می‌توانند به‌عنوان منابعی قدرتمند برای ارتقای تاب‌آوری روانی و معنوی عمل کنند. مدل پیشنهادی ضمن برخورداری از پشتوانه متنی معتبر و اعتبار علمی، قابلیت انطباق با نیازهای گروه‌های متنوعی از جمله دانشجویان، سالمندان، بیماران مزمن و بازماندگان بلایای طبیعی را دارد. این مدل می‌تواند در طراحی مداخلات فرهنگی - دینی برای مقابله با بحران‌های فردی و اجتماعی در جوامع اسلامی به کار رود و گامی مهم در جهت تلفیق علم و دین برای ارتقای بهزیستی روانی و معنوی به شمار آید.

منابع

- احمدی، خدابخش (۱۳۹۹). آیا صبر همان تاب آوری است؟ مفهوم سازی کاربردی صبر برای شرایط بحرانی، مطالعات اسلام و روان شناسی، ش ۲۷، ۱۶۳-۱۸۷.
- الإمام زين العابدين (عليه السلام). (۱۳۹۲). صحیفه کامله سجادیه، ترجمه: سعید مطوف راشدی، قم: انتشارات پیام علمدار.
- بسطامی نیا، امیر، رضایی، محمدرضا، و سرایی، محمدحسین (۱۳۹۵). تبیین و تحلیل مفهوم تاب آوری و شاخص ها و چهارچوب های آن در سوانح طبیعی، دانش پیشگیری در مدیریت بحران، ش ۱، ۳۱-۴۶.
- حبیب اللهی، مهدی (۱۴۰۰). عوامل و مؤلفه های تاب آوری از منظر قرآن و روایات، مجله اخلاق، ش ۶۵، ۱۱-۴۴.
- داداشی، مهدی، لزگی، علینقی، و خطیب، سید مهدی (۱۴۰۳). مدل مفهومی تاب آوری دینی براساس آموزه ای اسلامی: نظریه داده بنیاد، روان شناسی فرهنگی، ش ۱، ۲۶-۴۸.
- رضایی، ناصر، احمدی، فاطمه، و علیزاده، الهام (۱۳۹۹). نقش دعا و معنویت در ارتقای تاب آوری بیماران قلبی. فصلنامه روان شناسی سلامت، ۸ (۳)، ۱۰۱-۱۱۸.
- زارعی، محمد، هاشمی، علی، و سلیمانی، حمید (۱۴۰۳). الگوی مفهومی تاب آوری معنوی در بحران های طبیعی. پژوهشنامه علوم رفتاری، ۱۵ (۱)، ۷۷-۸۹.
- سبزواری، عبدالاعلی (۱۴۱۷ق). تهذیب الاصول، ج ۲، بیروت: مکتب سماحة آية الله العظمی السید السبزواری.
- سید خراسانی، راضیه سادات، و شجاعی، محمد صادق (۱۴۰۲). مدل مفهومی تاب آوری روان شناختی براساس آیات و روایات، مجله قرآن و روان شناسی، ش ۱، ۲۳-۳۵.
- شعبانی، محمد (۱۴۰۲). تاب آوری اخلاقی و پایداری هویت معنوی در شرایط بحران. پژوهش های روان شناسی و دین، ۸ (۲)، ۵۵-۷۴.
- علی دوست، ابوالقاسم (۱۴۳۱ق). المناهج الرئيسية للبحث فی المعرفة الدینیة، مجله منهج، ش ۵۹، ۴۴۱-۴۷۰.

- عینی، سعید، مرادی، الفت، و صادقی، مهدی (۱۴۰۲). نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه بین معنویت و شکرگزاری با رشد پس از ضربه در سربازان. *مجله پژوهش در روان‌شناسی دین*، ۱۰(۲)، ۱۴۵-۱۶۲.
- قمی، عباس (۱۳۹۰). *الصحیفه السجاده*. قم: دارالحديث.
- معصومی، مریم، کریمی، حسن، و حسینی، سید محمد (۱۴۰۰). راهبردهای مقابله معنوی و ارتباط آن با امید و اضطراب در بیماران سرطانی. *مجله پرستاری ایران*، ۳۴(۲)، ۵۵-۶۶.
- موسوی، محمد. (۱۳۸۹). بررسی ساختار معنوی و محتوایی صحیفه سجاده. فصلنامه معارف اسلامی، ۲۲(۴)، ۴۵-۷۲.
- نائینی، میرزا محمد حسین (۱۳۷۶). *فوائد الاصول*، قم: انتشارات جامعه مدرسين.

References

Quran. [In Persian]

- Ahmadi, K. (1399), *Is patience equivalent to resilience? Applied conceptualization of patience for crisis conditions*. *Motale'at-e Islam va Ravanshenasi*, 27, 163–187. [In Persian]
- Akhtar, S. (2024), The ethics and role of resilience: A moral and spiritual perspective. *Faith and Discovery*, 2(1), 1–18. <https://www.faithanddiscovery.org>
- Alidoust, A. (1431 AH), *The main methodologies in religious knowledge research*. *Majaleh Manhaj*, 59, 441–470. [In Persian]
- Al-Imam Zayn al-‘Abidin (1392). *Sahifeh Kamel-e Sajjadiyeh* [Complete Sahifeh Sajjadiyeh] (Translation: Saeed Motavaff Rashdi), Qom: Payam-e Alamdar. [In Persian]
- Ano, G. G. & Vasconcelles, E. B. (2005), Religious coping and psychological adjustment to stress: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 61(4), 461–480. <https://doi.org/10.1002/jclp.20049>
- Arslan, G. & Yıldırım, M. (2021), Meaning-based coping and spirituality during the COVID-19 pandemic: Mediating effects on subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 12, 646572. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646572>
- Bastami Nia, A., Rezaei, M. R. & Sarai, M. H. (1395), *Explaining and analyzing the concept of resilience and its indicators and frameworks in natural disasters*. *Danesh-e Pishgiri dar Modiriat-e Bohran*, 1, 31–46. [In Persian]

- Bensimon, M. (2012), Elaboration on the association between trauma, PTSD and posttraumatic growth: The role of trait resilience. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 782–787. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.02.003>
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003), Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Connor, K. M. & Davidson, J. R. T. (2003), Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Dadashi, M., Lezgi, A. & Khatib, S. M. (1403), *A conceptual model of religious resilience based on Islamic teachings: Grounded theory. Ravanshenasi-ye Farhangi*, 1, 26–48. [In Persian]
- Duran, S., Avci, D. & Esim, F. (2020), Association between spiritual well-being and resilience among Turkish hemodialysis patients. *Journal of Religion and Health*, 59(5), 2421–2435. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01060-0>
- Friedman, M. J. (2011), Resilience: A commentary. In S. M. Southwick, B. Litz, D. Charney & M. J. Friedman (Eds.), *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan* (pp. 385–399), Cambridge University Press.
- Gldař, F. Z. (2023), The mediating effect of religious attitude on the relationship between mindfulness and COVID-19 fear. *Afet ve Risk Dergisi*, 6(3), 739–758. <https://doi.org/10.16991/afetrisk.112>
- Habibollahi, M. (1400), *Factors and components of resilience from the perspective of Quran and Hadith. Majaleh Akhlag*, 65, 11–44. [In Persian]
- Hendriks, T., Schotanus-Dijkstra, M., Graafsma, T., Bohlmeijer, E. & De Jong, J. (2021), Positive emotions as a potential mediator of a multi-component positive psychology intervention aimed at increasing mental well-being and resilience. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6(1), 1–21. <https://doi.org/10.1007/s41042-020-00011-4>
- Hou, X., Zhang, H., Li, J. & Song, L. (2025), Profiles of spiritual coping and resilience among nursing students: A latent profile analysis. *Journal of Nursing Scholarship*, 57(1), 88–97. <https://doi.org/10.1111/jnu.12868>

- Howard, J. F., Bresch, S., Genge, A., Hewamadduma, C., Hinton, J., Hussain, Y., ... & Rivner, M. (2023), Safety and efficacy of zilucoplan in patients with generalized myasthenia gravis (RAISE): A randomized, double-blind, placebo-controlled, phase 3 study. *The Lancet Neurology*, 22(5), 395–406. [https://doi.org/10.1016/S1474-4422\(23\)00110-3](https://doi.org/10.1016/S1474-4422(23)00110-3)
- Hua, J. & Howell, J. L. (2022), Coping self-efficacy influences health information avoidance. *Journal of Health Psychology*, 27(3), 713–725. <https://doi.org/10.1177/13591053211002185>
- Jurjewicz, I., Pilecka, W. & Szczerbińska, K. (2020), Is there a relationship between spirituality/religiosity and resilience? A systematic review and meta-analysis of observational studies. *International Journal for the Psychology of Religion*, 30(3), 182–200. <https://doi.org/10.1080/10508619.2020.1748933>
- Koenig, H. G. (2020), Religion and mental health: Research and clinical applications. Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-819099-1.00001-6>
- Lefevor, G. T., Janis, R. A., Park, S. Y. & Chen, Y. (2023), The religious/spiritual stress and resilience model: A new theoretical framework for understanding religion/spirituality and health. *Perspectives on Psychological Science*, 18(5), 1034–1051. <https://doi.org/10.1177/17456916221149954>
- Manning, Lydia, Morgan Ferris, Carla Narvaez Rosario, Molly Prues, & Lauren Bouchard. (2019). Spiritual resilience: Understanding the protection and promotion of well-being in later life. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 31(2), 168–186. <https://doi.org/10.1080/15528030.2018.1532859> (PubMed)
- Masoumi, M., Karimi, H. & Hosseini, S. M. (1400), *Spiritual coping strategies and their relation to hope and anxiety in cancer patients*. *Majaleh Parastari Iran*, 34(2), 55–66. [In Persian]
- Masten, A. S. (2014), *Ordinary magic: Resilience in development*. Guilford Press.
- Mousavi, M. (1389), *Examining the spiritual structure and content of Sahifeh Sajjadiyeh*. *Faslnameh Ma'aref-e Eslami*, 22(4), 45–72. [In Persian]
- Mowlavi, G. H., Mobedi, I., Mamishi, S., Rezaeian, M., Ashtiani, M. H., & Kashi, M. (2008). Hymenolepis diminuta (Rodolphi, 1819) infection in a child from Iran. *Iranian Journal of Public Health*, 37(2), 120–122. Retrieved from <http://ijph.ir> (or appropriate journal site)

- Naeini, M. M. H. (1376), *Favaed al-Usul* [Benefits of the principles]. Qom: Jame'e Modarresin. [In Persian]
- Nakamura, Y. M. & Orth, U. (2005), Acceptance as a coping reaction: Adaptive or not? *Swiss Journal of Psychology*, 64(4), 281–292. <https://doi.org/10.1024/1421-0185.64.4.281>
- Pan, J. Y. & Chan, C. L. W. (2007), Resilience: A new research area in positive psychology. *Psychologia*, 50(3), 164–176. <https://doi.org/10.2117/psysoc.50.3.164>
- Pargament, K. I. (2011), *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.
- Pargament, K. I. (2013), *Spiritually integrated psychotherapy: Understanding and addressing the sacred*. Guilford Press.
- Pargament, K. I., Tarakeshwar, N., Ellison, C. G. & Wulff, K. M. (2001), Religious coping among the religious: The relationships between religious coping and well-being in a national sample of Presbyterian clergy, elders, and members. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40(3), 497–513. <https://doi.org/10.1111/0021-8294.00073>
- Pargament, Kenneth I., & Saunders, Stephen M. (2007). Introduction to the special issue on spirituality and psychotherapy. *Journal of Clinical Psychology*, 63(10), 903–907. <https://doi.org/10.1002/jclp.20405> (Wiley Online Library)
- Poseck, B. V., Baquero, B. C. & Jiménez, M. L. V. (2006), The traumatic experience from positive psychology: Resiliency and post-traumatic growth. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 40–49. <https://www.papelesdelpsicologo.es>
- Qomi, A. (1390), *Al-Sahifeh al-Sajjadiyeh* [The Sahifeh Sajjadiyeh]. Qom: Dar al-Hadith. [In Persian]
- Rezaei, N., Ahmadi, F. & Alizadeh, E. (1399), *The role of prayer and spirituality in enhancing resilience of cardiac patients. Faslnameh-ye Ravanshenasi-ye Salamat*, 8(3), 101–118. [In Persian]
- Rogers, M., Wu, L., Taylor, V. & Bale, C. (2022), Emotional well-being, spiritual well-being and resilience of advanced clinical practitioners during COVID-19. *Journal of Nursing Management*, 30(4), 879–890. <https://doi.org/10.1111/jonm.13578>
- Rutter, M. (2012), Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>

- Sabzevari, A. A. (1417 AH), *Tahzib al-Usul*, Vol. 2. Beirut: Maktab Samahat Ayatollah al-Uzma al-Sayyid al-Sabzevari. [In Persian]
- Seyed Khorasani, R. S. & Shojaei, M. S. (1402), *A conceptual model of psychological resilience based on Quranic verses and Hadith. Majaleh Quran va Ravanshenasi*, 1, 23–35. [In Persian]
- Shajae, Mohammad Sadegh. (1399). *Ravesh-e tahlil-e keyfi-ye mohtavâ-ye moton-e dini: Mabâni-ye nazari va marâhel-e ejrâ* [Qualitative content analysis method of religious texts: theoretical foundations and implementation stages]. *Dofasnameh-ye 'Elmî-Pazhûheshî-ye Motâlâ-ât-e Islâm va Ravân-shenâsi*, 27, 41–73. [In Persian]
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. & Bernard, J. (2012), The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 19(3), 194–200. <https://doi.org/10.1007/s12529-011-9210-2>
- Southwick, S. M. & Charney, D. S. (2012), *Resilience: The science of mastering life's greatest challenges* (2nd ed.), Cambridge University Press.
- Southwick, S. M., Litz, B. T., Charney, D. & Friedman, M. J. (2011), *Resilience and mental health: Challenges across the lifespan*. Cambridge University Press.
- Springer, P. R., Abell, N. & Nugent, W. R. (2019), Spiritual well-being, resilience, and happiness: A mediation analysis in medical students. *Journal of Religion and Health*, 58(5), 1603–1615. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00887-0>
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (1996), The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3), 455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tedeschi, R. G. & Calhoun, L. G. (2004), Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Tedeschi, R. G., Cann, A., Taku, K., Senol-Durak, E. & Calhoun, L. G. (2017), The posttraumatic growth inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30(1), 11–18. <https://doi.org/10.1002/jts.22159>

- Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L. (2004), Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86(2), 320–333. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
- Zarei, M., Hashemi, A. & Soleimani, H. (1403), *A conceptual model of spiritual resilience in natural crises*. *Pazhuheshnameh-ye Oloum-e Raftari*, 15(1), 77–89. [In Persian]