

بازنمایی فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در تاب‌آوری زلزله‌زدگان:

یک مطالعه کیفی

کاوه صیدمرادی*

نورعلی فرخی**

چکیده

به دلیل افزایش بلایای طبیعی و آثار آن بر افراد، تأکید بر نقش عوامل معنوی در مواجهه با آنها افزایش یافته است؛ ولی هنوز پژوهش‌ها به روشنی به تبیین این عوامل نپرداخته‌اند. پژوهش حاضر با هدف بازنمایی فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در تاب‌آوری زلزله‌زدگان سرپل‌ذهاب انجام شد. رویکرد این پژوهش کیفی و از نوع داده بنیاد بود. بدین‌منظور ۲۷ نفر از زلزله‌زدگان کرمانشاه به روش نمونه‌گیری هدفمند و با استفاده از مصاحبه عمیق مورد مطالعه قرار گرفتند. داده‌ها پس از جمع‌آوری، ثبت و کدگذاری در قالب مقوله‌های اصلی دسته‌بندی و از راه فنون کدگذاری اشتراوس و کوربین، کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری گزینشی تحلیل شدند. براساس نتایج به‌دست آمده، باور به خدا و روز قیامت به عنوان مقوله هسته‌ای انتخاب شد. شرایط علی عبارت از معرفت و توکل به خدا، اعتقاد به قضا و قدر الهی و اجرای عدالت بود. اتحاد و انسجام به عنوان شرایط زمینه‌ای و انجام فعالیت‌های مذهبی به عنوان شرایط واسطه‌ای انتخاب شد. راهبردهای مورد استفاده زلزله‌زدگان برای مقابله با زلزله و پیامدهای آن عبارت بود از: نوع‌دوستی و الگوگیری؛ درنهایت پذیرش و نگاه به زندگی به عنوان وسیله نه هدف به عنوان پیامد این الگو معرفی شد. این مطالعه تصویری روشن از فرایندها، پاسخ‌ها و بهبودی پس از بلایا ارائه کرد. یافته‌های این پژوهش می‌تواند به ایجاد پاسخ‌های مؤثر و سریع در بازماندگان بلایا کمک کند.

واژگان کلیدی: باور به خدا، تاب‌آوری، روز قیامت، زلزله‌زدگان.

* دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران (نویسنده مسئول)
kave494@yahoo.com

** دانشیار گروه سنجش و اندازه‌گیری، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران
farrokhinoorali@yahoo.com

مقدمه

بلايا رویدادهای غیرقابل پیش‌بینی، ناگهانی در مقیاس بزرگ و فاجعه‌باری هستند که موجب آسیب و مرگ افراد بسیاری می‌شوند (ماتو و همکاران، ۲۰۱۹) و در سرتاسر دنیا در حال افزایش هستند (جایاواردانا و همکاران، ۲۰۱۹)؛ به همین دلیل، تأکید بر نقش عوامل معنوی در مواجهه با آنها افزایش یافته است؛ ولی هنوز پژوهش‌ها به‌روشنی به تبیین این عوامل نپرداخته‌اند؛ بنابراین جوامع نیاز دارند به طور فعالانه و مداوم برای مقابله با آثار بلايا و بهبودی از آنها آماده شوند (گراهام، ۲۰۱۸). با این حال، سرعت و دامنه بهبودی از بلايا، بستگی به دامنه‌ای از عوامل پیچیده از جمله وضعیت اجتماعی - اقتصادی، میزان حمایت بیرونی، تجربه قبلی بلايا و ماهیت و شدت بلايا دارد (هارنر، ۲۰۱۷؛ آلمازن و همکاران، ۲۰۱۸). در این راستا، ایران هم به عنوان یک کشور بلاخیز طی سال‌های اخیر شاهد بحران‌هایی همچون زلزله، سیل، آتش‌سوزی و... بوده است که یکی از سهمگین‌ترین آنها زلزله ۷/۳ ریشتری (مرکز لرزه‌نگاری ایران، ۱۳۹۶) آبان‌ماه سال ۱۳۹۶ سرپل ذهاب کرمانشاه بود که در اثر آن افراد زیادی کشته شدند و هزاران نفر آسیب دیدند؛ اما نکته جالب توجه در این زلزله همانند نمونه‌های مشابه در داخل و خارج، واکنش‌های متفاوت افراد به آن بود. بعضی از افراد هر چند آسیب جدی مالی و جانی ندیده بودند، ولی بلافاصله ناامید و درمانده شده و توان انجام کاری را نداشتند؛ درحالی که برخی دیگر، با وجود روبه‌رو شدن با مشکلات فراوان و از دست دادن عزیزترین افراد خانواده همچون فرزند، والد، همشیر و همسر، نه تنها امید خود را از دست ندادند، بلکه به عنوان حامی و امدادگر به کمک دیگران شتافتند و در آن روزهای سخت نقطه اتکای زلزله‌زدگان شدند. پدیده‌ای که بتواند این حجم تفاوت در واکنش‌ها را توضیح دهد، چیزی جز تاب‌آوری نیست (مارتینس و اوپالینسکی، ۲۰۱۹).

تاب‌آوری به عنوان یک مفهوم پویا (راتر، ۲۰۱۳) و انطباق مثبت با شرایط نامساعد و موقعیت‌های استرس‌زا (منینا، ۲۰۰۶ و راتر، ۲۰۱۳) توصیف شده است. بیشتر تعریف‌هایی که از تاب‌آوری شده است، غلبه بر استرس یا شرایط ناگوار یا یک مقاومت نسبی در برابر خطرهای محیطی را دربرمی‌گیرد (هارنر، ۲۰۱۷). زوترا و استارجن^۱ (۲۰۱۶) بر این باورند که تاب‌آوری به سرعت و دقت بهبودی از استرس، ظرفیت حفظ هدف در شرایط استرس‌زا و توانایی یادگیری و رشد روان‌شناختی از تجربیات استرس‌زا بستگی دارد. ماستن و مون^۲ (۲۰۱۵) الگویی از تاب‌آوری را باور دارند که دربرگیرنده شرایط نامساعد و انطباق باشد. آنها افراد را در چهار گروه زیر طبقه‌بندی

1. Zautra & Sturgeon

2. Masten & Monn

می‌کنند: تاب‌آور، ناسازگار، بی‌چالش کارآمد^۱ و آسیب‌پذیر. گروه تاب‌آور به افرادی اشاره دارد که سطحی از شرایط نامساعد را تجربه کرده‌اند و دارای سطح بالایی از توانایی انطباق هستند. گروه ناسازگار افرادی را دربرمی‌گیرد که سطح بالایی از شرایط نامساعد را تجربه کرده‌اند، ولی توانایی انطباق با آن شرایط را ندارند. گروه بی‌چالش کارآمد سطح پایینی از شرایط نامساعد را تجربه می‌کنند و دارای سطح بالایی از توانایی انطباق هستند. در نهایت گروه آسیب‌پذیر سطح پایینی از شرایط نامساعد را تجربه می‌کنند و توانایی انطباق با آن شرایط را ندارند. منینا^۲ (۲۰۰۶) یک رویکرد مبتنی بر سرمایه را برای تاب‌آوری در برابر بلایا مطرح کرد که شامل پنج شکل سرمایه اجتماعی، اقتصادی، انسانی، فیزیکی و طبیعی است.

براساس پژوهش‌های فراوان، افرادی که تاب‌آوری بالایی دارند، از سلامت روان بیشتری برخوردارند (جمشیدی عینی و رضوی، ۱۳۹۶؛ صدری دمیرچی و همکاران، ۱۳۹۵؛ خوسلا، ۲۰۱۸). آنان در برابر بلایا آسیب کمتری می‌بینند (حسینی، صفرنیا و پورسعید، ۱۳۹۵؛ حسین‌پور، ۱۳۹۶)، کمتر دچار PTSD می‌شوند (خوسلا، ۲۰۱۸؛ هارنر ۲۰۱۷)، کمتر دچار استرس و فرسودگی شغلی می‌شوند (سردارزاده، ژیان باقری و فراهانی مشهدی، ۱۳۹۵)، از کیفیت زندگی بهتری برخوردارند (خو و او، ۲۰۱۴)، و کمتر به بیماری‌های قلبی-عروقی دچار می‌شوند (آرویدسون، پیترسون، نیلسون، آندرسون^۳، ۲۰۰۶؛ کردستانی، قمری، ۱۳۹۶؛ همچنین آنها نسبت به بیماری‌ها نگرش مثبتی دارند (اندرسون و فانل^۴، ۲۰۰۵؛ باغی و همکاران، ۱۳۹۶)، مسئولیت‌پذیری و تعامل‌های اجتماعی بهتری نشان می‌دهند (منینا، ۲۰۰۶؛ گراهام، ۲۰۱۸)، از زندگی خود راضی‌ترند (خوسلا، ۲۰۱۸؛ کریمی، سنجابی، ۱۳۹۵؛ حسینی بهشتیان، ۱۳۹۵) و نیز آنان انسجام اجتماعی دارند و در فعالیت‌های اجتماعی مشارکت دارند (کاکو و ماینر، ۲۰۱۹)، مثبت‌نگرند و به معنویت اهمیت می‌دهند (آلمازان و همکاران، ۲۰۱۸)، از عزت نفس، توانایی شناختی و مهارت‌های اجتماعی برخوردارند (هارنر، ۲۰۱۷) و در نهایت توانایی بهتری برای مقابله با مشکلات و بیماری‌ها از خود نشان می‌دهند (جنگی اقدم و سرداری، ۱۳۹۸؛ ادکولا، ۲۰۱۸).

پژوهش‌ها بیانگر آن است که فرایند و معنای تاب‌آوری در میان فرهنگ‌های مختلف، متفاوت است (آنگر، ۲۰۱۱؛ خوسلا، ۲۰۱۸؛ کاکو و ماینر، ۲۰۱۹). رشد تاب‌آوری تا اندازه‌ای به حمایت معناداری که فرهنگ فراهم می‌کند (آنگر، ۲۰۰۶)، و تجارب مثبتی وابسته است که دربرگیرنده

1. competent unchallenged

2. Manyena

3. Arvidsson, Petersson, Nilsson, Andersson, Arvidsson & Petersson

4. Anderson & Funnell

عواطف مثبت و حس تعلق خاطر می‌باشد (خوسلا، ۲۰۱۸). بعضی از افراد برای تاب‌آور شدن راه خود را از میان تنش‌های مختلف پیدا می‌کنند، مثل «دسترسی به منابع مادی؛ روابط، هویت، قدرت و کنترل؛ پیروی از فرهنگ؛ عدالت اجتماعی و همبستگی» (آنگر، ۲۰۰۶). بعضی عوامل فرهنگی می‌توانند به عنوان عوامل حفاظتی عمل کنند؛ برای مثال در مطالعه‌ای که هو، خو و شو^۱ (۲۰۱۳) روی زنان تایلندی انجام دادند به این نتیجه رسیدند که نگرش‌های اجتماعی مثبت و اجبار عمومی برای کمک به قربانیان سوءاستفاده می‌تواند از توانمندی‌های شخصی حمایت کند. به باور ایکیزر^۲ (۲۰۱۴) می‌توان معنویت و باورهای مذهبی را جزء عوامل فرهنگی قرار داد.

در میان مطالعات گسترده‌ای که در حوزه تاب‌آوری انجام شده است، به معنویت و باورهای مذهبی به عنوان یکی از عوامل مؤثر و مرتبط با رشد تاب‌آوری (ایکیزر، ۲۰۱۴؛ آلمازان و همکاران، ۲۰۱۹؛ محمدکریمی و شریعت‌نیا، ۱۳۹۶؛ نقوی، ۱۳۹۴؛ رجیبان ده‌زیره و همکاران، ۱۳۹۸؛ پرزور، عباسی و شجاعی، ۱۳۹۷) نگاه شده است. آلمازان و همکاران (۲۰۱۹) معنویت را یک پیش‌بینی‌کننده تاب‌آوری می‌دانند و معتقدند که آن را می‌توان در برنامه‌های آموزشی و مداخله‌ای جهت افزایش تاب‌آوری گنجانند. پس انجام این پژوهش از دو جهت دارای اهمیت است؛ نخست اینکه با وجود پژوهش‌های انجام‌گرفته درباره نقش معنویت و نگرش‌های مذهبی در تاب‌آوری، ولی هنوز تعریف روشن و جامعی از آن و اینکه چگونه معنویت و باورهای مذهبی فرایند تاب‌آوری در افراد، به ویژه تاب‌آوری در برابر زلزله را رشد می‌دهد، انجام نشده است.

دوم اینکه پژوهش‌های انجام‌شده به صورت محدود و در قالب پژوهش‌های کمی انجام شده‌اند که با وجود کوشش‌های صورت گرفته برای تأکید بر معنویت و باورهای مذهبی به عنوان یکی از فرایندهای مؤثر بر تاب‌آوری در برابر بلایا و آسیب‌ها، همچنان جای این منظر خالی است که خود کنشگر چه فرایندها و عواملی را مؤثر می‌داند. نگاه عینی و کمی به این پرسش، اگرچه می‌تواند در آشکارسازی اهمیت معنویت و باورهای مذهبی توسط پژوهش‌های انجام گرفته راهگشا باشد، اما در شناخت نقش متغیرهای روان‌شناختی، فرهنگ جامعه، تجربیات زیسته، انگارها و پیش‌فرض‌های ذهنی و هیجان‌های مؤثر بر این تجربه ناتوان است.

پس با توجه به نقش فرهنگ اسلامی دخیل در ارزش‌ها و باورهای مذهبی و نیاز به شناسایی ویژگی‌های فرهنگی مؤثر در معنویت و به دنبال آن تاب‌آوری، این خلأ نسبت به کشورهای دیگر بیشتر احساس می‌شود؛ بنابراین بازنمایی نمود ایمان و باور به خدا در زلزله‌زدگان کرمانشاه، ضمن

1. Hou, Ko & Shu

2. □kizer

بررسی دقیق‌تر تاب‌آوری و شناسایی عوامل مذهبی/ معنوی اثرگذار بر آن در بافتی که مردمان آن زلزله را تجربه کرده و توانسته‌اند با ناملایمات و شرایط نامساعد پس از آن کنار بیایند، تبیین بهتری برای نقش معنویت در تاب‌آوری در برابر بلایا فراهم می‌آورد و به افراد کمک می‌کند بهتر و راحت‌تر برای مقابله با بحران و بلا کنار بیایند. در نتیجه هدف از انجام این پژوهش بازنمایی فرآیند نمود ایمان و باور به خدا در زلزله‌زدگان کرمانشاه بر مبنای تجارب زیسته آنها است.

روش

پژوهش حاضر که با رویکرد کیفی انجام شده است، از نظر هدف کاربردی و از نوع داده بنیاد^۱ است. مشارکت‌کنندگان در پژوهش، افرادی بودند که زلزله ۷/۳ ریشتری آبان ماه ۱۳۹۶ سرپل‌ذهاب کرمانشاه را تجربه کرده و پس از تجربه زلزله در شهرستان سرپل‌ذهاب ساکن شده بودند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. حجم نمونه براساس تکمیل نظریه و اشباع مقوله‌های شناسایی شده تعیین شد.

با مراجعه به دوستان، آشنایان، همکاران، مساجد و انجمن‌ها از آنان درخواست کردیم افرادی را معرفی کنند که دارای معیارهای ورود به پژوهش ما هستند، سپس ضمن تماس با فرد معرفی شده و بررسی شرایط مشارکت آگاهانه در پژوهش، پرسشنامه‌های تاب‌آوری فردی (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) و سلامت عمومی (گلدنبرگ، ۱۹۸۷؛ برگرفته از سلیمی بجستانی، ۱۳۸۸) برای هر فرد اجرا شد. چنانچه افراد نمره متوسط به بالا در پرسشنامه‌های یادشده به دست می‌آورد، از آنان برای مشارکت در پژوهش دعوت می‌شد. در گام بعدی، مصاحبه مقدماتی و مصاحبه نیمه‌ساختاریافته انجام می‌شد و این روند تا زمانی که به اشباع نظری می‌رسیدیم، ادامه پیدا می‌کرد. پس از مصاحبه به مشارکت‌کنندگان در مورد رعایت اصول اخلاقی پژوهش شامل جلب رضایت آگاهانه، اختیار انصراف از پژوهش، اجازه گرفتن برای ضبط مصاحبه، محرمانه ماندن اطلاعات ارائه شده در مصاحبه و اختیار انصراف از پاسخ به بعضی از پرسش‌ها توضیحات لازم داده شد. مصاحبه‌ها معمولاً بین ۳۰ تا ۷۰ دقیقه در یک دوره زمانی پنج ماهه از اسفند ۱۳۹۷ تا تیر ۱۳۹۸ به طول انجامید. ابتدا سه مصاحبه به صورت آزمایشی و سپس ۲۴ مصاحبه تا زمان رسیدن به اشباع داده‌ها انجام شد.

به دلیل ماهیت اکتشافی پژوهش، از روش مصاحبه بدون ساخت و عمیق فردی استفاده شد. مصاحبه‌ها با یک پرسش کلی در مورد تجربه فرد از شب زلزله، روزهای بعدی و رفتارها و

1. grounded theory

عکس‌العمل‌های آنها شروع می‌شد؛ سپس با تکیه بر پرسش‌هایی ادامه می‌یافت که در تعامل مصاحبه‌شونده و مصاحبه‌کننده پدید می‌آمد؛ برای مثال، این پرسش که «چه عوامل دیگری کمک کرد که راحت‌تر بتوانید با این بحران کنار بیایید؟» یکی از پرسش‌های ثابت بود. سؤالات دیگر با توجه به پاسخ‌های مشارکت‌کنندگان به این سؤال و تجربیات ذکر شده پرسیده می‌شد. زمانی که مشارکت‌کننده از موضوع اصلی فاصله می‌گرفت، با طرح جمله‌های هدایت‌کننده تلاش می‌شد که به موضوع اصلی هدایت شود. جهت کسب اطلاعات بیشتر و روشن‌سازی مطالب مطرح شده، در طول مصاحبه از سؤالات کاوشی مانند «می‌توانید در این باره بیشتر توضیح دهید؟» یا «می‌شود بگویید منظورتان از ... چیست؟» یا «می‌توانید مثالی بزنید؟» استفاده شد.

برای تحلیل داده‌ها از روش سیستماتیک کوربین و اشتراوس (۲۰۰۸) بهره گرفته شد. متن مصاحبه‌ها پس از پیاده شدن، چندین بار مورد مطالعه قرار گرفت تا شناخت کلی از آن حاصل شود. در ادامه پژوهشگران برای استخراج مضامین به مشارکت و تبادل نظر پرداختند. با تداوم مصاحبه‌ها، مضمون پیشین روشن‌تر و تکامل می‌یافت و گاه مضمون جدید شکل می‌گرفت. جهت روشن‌سازی، مقوله‌بندی و رفع تناقض‌های موجود در تفسیر، فرایند بازگشت مکرر به متون صورت می‌گرفت. برای تحلیل داده‌ها از روش کدگذاری باز، محوری و گزینشی استفاده شد. در مرحله کدگذاری باز، پس از بررسی دقیق مصاحبه‌ها ۹۳ زیرمقوله حاصل شد که در نهایت یازده مقوله به‌دست آمد.

در پژوهش حاضر از تلفیق سه روش: الف) جمله به عنوان واحد تحلیل؛ ب) پاراگراف به عنوان واحد تحلیل و ج) کل متن به عنوان واحد تحلیل برای بررسی داده‌ها استفاده شد؛ بدین معنا که جمله‌ها، پاراگراف‌ها و کل متن هر مصاحبه برای شناسایی کدهای اولیه به کار گرفته شدند. نحوه رسیدن به کدهای اولیه بدین شکل بود که هر یک از مصاحبه‌ها پس از پیاده‌سازی متن آنها، به صورت جمله به جمله مورد بررسی قرار گرفت و سپس پیام اصلی یا مفهوم کلیدی که در هر یک از عبارات نهفته بود، استخراج و ثبت می‌شد. این کار برای هر بند و کل متن هر مصاحبه نیز انجام می‌پذیرفت.

در برخی از جمله‌ها، مصاحبه‌شوندگان از اصطلاحاتی استفاده می‌کردند که مستقیماً قابل استفاده به عنوان یک کد بود و در برخی از موارد، مفهومی مستتر در جمله‌ها، بندها و کل متن وجود داشت که با توجه به قصد و هدف مصاحبه‌شونده، مفهومی به آن نسبت داده و به عنوان یک کد اولیه در نظر گرفته می‌شد؛ برای نمونه هرگاه مصاحبه‌شونده‌ای می‌گفت: «اتحاد مردم مثال‌زدنی بود»، مفهوم «اتحاد و همبستگی» مستقیماً به عنوان یک کد قابل استنباط بود، اما در جمله

«ما یک تیم تشکیل دادیم که یک کار خیرخواهانه انجام دهیم»، مفهوم «احساس مسئولیت»، برای جمله مربوطه انتخاب می‌شد.

کدهای اولیه پس از مصاحبه پالایش شد و با توجه به سنخیت و تجانس هر کد با سایر کدها در ذیل یک مفهوم کلان‌تر قرار گرفت و این فرایند بارها تکرار شد تا پس از پالایش‌های مکرر، کدهای اولیه که از نظر معنایی تشابه بیشتری به هم دارند، به زیرمقوله و زیرمقوله‌ها نیز هر یک براساس تجانس مفهومی، به عنوان مقوله سازماندهی شدند. برای روشن‌سازی، مقوله‌بندی و رفع تناقض‌های موجود در تفسیر، فرایند بازگشت مکرر به متون صورت گرفت.

سپس پژوهشگران به بررسی مقوله‌های به‌دست‌آمده و تشخیص رابطه آنها پرداختند و مقوله‌ای که بیشترین ارتباط با بقیه مقوله‌ها را داشت، به عنوان «مقوله محوری» در نظر گرفته شد. نوع ارتباط سایر مقولات با مقوله اصلی، به صورت شرایط علی (مقوله‌ها یا شرایطی که مقوله اصلی را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند)، شرایط زمینه‌ای (شرایط ویژه‌ای که راهبردها را تحت‌تأثیر قرار می‌دهند)، مقوله اصلی (پدیده اصلی یعنی هسته فرایند مورد مطالعه)، شرایط واسطه‌ای (شرایط عمومی محیطی که راهبرد را تحت‌تأثیر قرار می‌دهد)، راهبردها (اقدامات یا تعامل‌های ویژه‌ای که از پدیده اصلی حاصل می‌شود) و پیامد (نتایج که در اثر راهبردها پدیدار می‌شود)، مشخص شدند (بازرگان، ۱۳۹۱) و براساس پارادایم کدگذاری محوری به شکل تجسمی درآمدند.

در مرحله سوم کدگذاری که کدگذاری گزینشی بود؛ پژوهشگران به تکوین نظریه پرداختند و گزاره‌ها را نوشتند (غفوری و صالحی، ۱۳۹۵). برای تضمین قابلیت اطمینان و کفایت داده‌ها از نظارت همکاران متخصص استفاده شد و متن مصاحبه‌ها برای بررسی دقیق‌تر کدگذاری‌ها به همکاران پژوهش و چند متخصص پژوهش کیفی ارائه گردید. جهت افزایش قابلیت تعمیم به موقعیت‌های دیگر، تلاش شد که تا حد امکان از افراد متعلق به سطوح مختلف اجتماعی، اقتصادی و مذهبی (با توجه به تنوع مذهبی آن شهر) شهرستان سرپل ذهاب برای شرکت در پژوهش استفاده شود.

یافته‌ها

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، دامنه سنی شرکت‌کنندگان ۲۵ تا ۶۵ سال بود؛ همچنین آنان دارای تحصیلات ابتدایی تا دکتری بودند. مشاغل آنها نیز شامل کارمند، معلم، فروشنده، خیاط، بازنشسته و کارگر بود. افراد از دست‌رفته شرکت‌کنندگان از اقوام دور تا عزیزترین افراد خانواده متغیر بود.

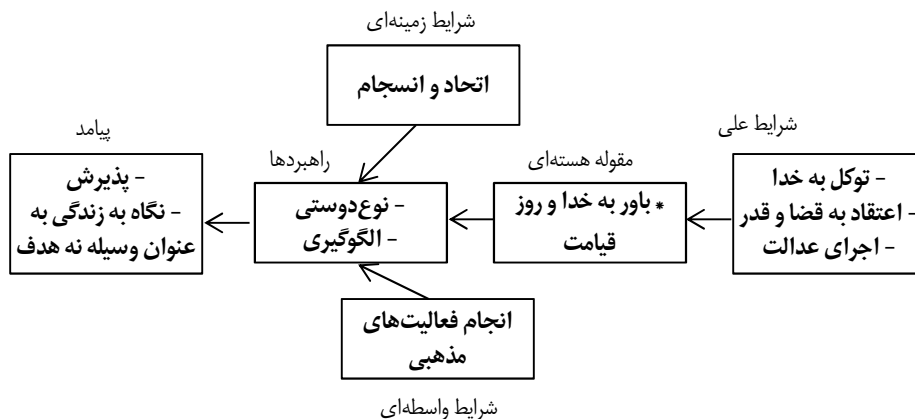
جدول ۱: مشخصات جمعیت‌شناختی افراد مشارکت‌کننده در پژوهش

ردیف	جنسیت	سن	شغل	تحصیلات	وضعیت تأهل	اقوام از دست رفته بر اثر زلزله
۱	مرد	۴۳	کارگر	سیکل	متاهل	اقوام دور
۲	مرد	۳۵	آزاد	لیسانس	فوت همسر در زلزله	همسر، پسر، مادر و خیلی از اقوام
۳	مرد	۴۷	مغازه‌دار	دیپلم	فوت همسر در زلزله	همسر، دو فرزند، پدر و خیلی از اقوام
۴	مرد	۳۶	کارمند	لیسانس	متاهل	-
۵	مرد	۶۵	بازنشسته	ابتدایی	فوت همسر بعد از زلزله	-
۶	مرد	۴۰	معلم	فوق لیسانس	متاهل	-
۷	مرد	۴۱	کارمند	لیسانس	متاهل	اقوام دور
۸	مرد	۳۸	کارگر	دیپلم	مجرد	-
۹	مرد	۴۵	کارمند	لیسانس	متاهل	اقوام نزدیک
۱۰	مرد	۲۰	خیاط	دیپلم	مجرد	پدر، خواهر و بعضی از اقوام
۱۱	مرد	۳۵	آزاد	فوق لیسانس	مجرد	اقوام نزدیک
۱۲	مرد	۳۸	آزاد	لیسانس	مجرد	اقوام دور
۱۳	مرد	۳۸	آزاد	دکتری	متاهل	اقوام نزدیک
۱۴	مرد	۴۹	کارگر	ابتدایی	متاهل	اقوام دور
۱۵	زن	۲۸	مربی	فوق لیسانس	مجرد	-
۱۶	زن	۲۶	بیکار	فوق لیسانس	مجرد	-
۱۷	مرد	۳۳	آزاد	دیپلم	متاهل	دوستان
۱۸	مرد	۶۰	آزاد	ابتدایی	متاهل	اقوام نزدیک و دوستان
۱۹	مرد	۴۲	آزاد	دیپلم	متاهل	دوستان
۲۰	زن	۵۸	خانه دار	بی سواد	همسر ۲۰ سال قبل فوت شده	عروس، نوه و اقوام نزدیک
۲۱	مرد	۲۵	کارگر	دیپلم	فوت همسر در زلزله	همسر، پسر و اقوام و دوستان
۲۲	مرد	۳۳	کارگر	دیپلم	فوت همسر در زلزله	همسر، دختر، ۳ عمو و دیگر اقوام نزدیک
۲۳	زن	۵۰	خانه دار	ابتدایی	متاهل	حدود ۹ نفر از اقوام نزدیک
۲۴	مرد	۶۰	بازنشسته	بی سواد	متاهل	اقوام دور
۲۵	زن	۳۴	خانه دار	دیپلم	فوت همسر در زلزله	شوهر و اقوام
۲۶	مرد	۲۷	آزاد	فوق دیپلم	مجرد	اقوام
۲۷	مرد	۵۵	آزاد	دیپلم	متاهل	دختر، برادر، پسر برادر و دیگر اقوام نزدیک

با توجه به روش پژوهش به کار رفته در این مطالعه، یافته‌ها در دو بخش ارائه می‌شوند؛ در بخش اول، مقوله‌های به دست آمده براساس شاخص‌های شش‌گانه اصلی در «دیدگاه‌های زیربنایی»^۱ کدگذاری محوری ارائه می‌شود و در بخش دوم، گزاره‌هایی بیان می‌شود که می‌توان براساس آن نظریه داده بنیاد را تکوین کرد.

1. paradigm

پارادایم کدگذاری محوری



تصویر ۱. کدگذاری محوری در فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در تاب‌آوری زلزله‌زدگان

بخش اول: تحلیل مقوله‌ها

۱. پدیده اصلی در فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«باور به خدا و روز قیامت»: با توجه به تجارب مشارکت‌کنندگان و پس از تحلیل ادراکات ایشان، «باور به خدا و روز قیامت»، به عنوان مقوله هسته‌ای انتخاب شد که با یکایک مقوله‌ها ارتباط داشت و می‌توان آن را به عنوان پدیده اصلی در فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه دانست. تحلیل روایت مشارکت‌کنندگان نشان داد که باور به خدا و روز قیامت زیرمقوله‌هایی همچون اعتقاد به وحدانیت خدا، اعتقاد به زندگی بعد از مرگ، اعتقاد به بهشت و جهنم، اعتقاد به حسابرسی و محاسبه در روز قیامت، جاودانگی روح و پیشه کردن راستی، درستی و عمل صالح، کسب آرامش و آسایش را دربرمی‌گرفت. نمود این مقوله در بیشتر گفته‌های مشارکت‌کنندگان مشخص بود. افراد باایمان هنگامی که با معرفت به خدا به یاد قدرت بی‌پایان او می‌افتند، امیدوار می‌شوند، به او توکل می‌کنند و در پرتوی آن، برای حل و پذیرش مشکلات تلاش می‌کنند. شخص مؤمن و با ایمان بر تکیه‌گاهی استوار و پایدار خود را گره می‌زند و در کارها طبق فرمان الهی اقدام می‌کند و چیزی را متعلق به خودش نمی‌داند تا ترس از بین رفتن آن را داشته باشد؛ بنابراین در شرایط بحرانی شخص باایمان به خدا تکیه کرده، آرامش خود را حفظ می‌کند و در سایه آن تاب‌آوری وی بالا خواهد بود. برخی از مشارکت‌کنندگان در این باره بیان کردند:

«نخستین چیزی که به ما امید می‌دهد، ایمان است. دین می‌گوید پس از هر سختی، آسانی قرار دارد؛ آیه «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا» را می‌خواند...

و سپس می‌گوید:

«منطقه ما منطقه‌ای است که مردم از لحاظ اعتقاد و باور به خداوند از درجه بسیار بالایی برخوردارند ... حالا در این زلزله تقدیر این طوری بوده که این مصیبت باید باشد و مردم باید آن را تحمل کنند و همین زلزله نوعی آزمایش الهی است و در کنار آن مردم باید صبر داشته باشند. خداوند می‌فرماید «وَحَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ» انسان در سختی‌ها زندگی می‌کند و این دنیا یک آزمایشگاه است و ما باید برای هر لحظه این زندگی آماده باشیم» (ش ۱).

«من آدمی هستم که از اعتقادات دینی مستحکمی برخوردار هستم و فکر می‌کنم هر کسی اگر تا اندازه‌ای مذهبی باشد، راحت‌تر با این بحران و بحران‌های این‌چنینی کنار خواهد آمد...» (ش ۱۷).

«من به آخرت ایمان دارم، هر اتفاقی که بیفتد کار خداوند است. مرگ ما، جان ما، مال و ثروت و زندگی ما، مریضی و سلامتی و همه چیز ما در دست خداوند است. تا خدا هم راضی نباشد هیچ اتفاقی نخواهد افتاد» (ش ۱۸).

«من آن لحظه به فکر زلزله نبودم، احساس کردم که لحظه قیامت است و شهادتین را گفتم...» (ش ۲۷).

۲. شرایط علی در نمود باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«معرفت و توکل به خدا»: بررسی روایت‌ها نشان داد که شواهدی مبنی بر ارتباط قوی با خداوند، صبر و استقامت، ناامید نشدن، توانایی به تعویق انداختن خواسته‌ها، بی‌نیازی خداوند به انسان، خدا را در درون حس کردن، رسیدن به خدا (قرب الهی)، اعتماد و تکیه بر خداوند، اعتقاد بر بخشنده و رحیم بودن خداوند وجود داشت که در مقوله معرفت و توکل به خدا قرار گرفتند.

«من به خدا پناه برده‌ام و همین امر موجب شده بتوانم با این همه سختی و مصیبت کنار بیایم...» (ش ۳).

«به نظر من... هر کس بتواند توکل داشته باشد، می‌تواند هر شرایط سختی را تحمل کند. فقط خداوند می‌تواند جلوی بعضی کارها را بگیرد و لاغیر...» (ش ۵).

«اعتقاد به قضا و قدر الهی»: شواهد نشان دادند حکمت خداوند، آزمایش و امتحان الهی، سختی‌ها را نوعی آزمایش خدای دانستن، سرنوشت انسان در دست خدا بودن، تعیین تکلیف شدن از سوی خداوند، مصائب و بلاها را از جانب خداوند دانستن؛ از جمله زیر مقوله‌هایی بودند که مصاحبه‌کنندگان در مصاحبه به آنها اشاره کردند و در مقوله اعتقاد به قضا و قدر الهی قرار گرفتند.

«به نظر من خدا هر کس را که روزش تمام شده باشد، می‌میراند و هر کسی روزش تمام نشده باشد، زنده نگه می‌دارد... فقط خداوند می‌تواند جلوی بعضی کارها را بگیرد و لاغیر» (ش ۵).

«مادامی که به قضا و قدر ایمان داریم، هرچه از طرف خداوند باشد، نیکوست... ضرب‌المثلی داریم که می‌گوید تا خدا راضی نباشد، برگی از درخت نمی‌افتد... من به قضا و قدر الهی ایمان دارم... مرگ ما، جان ما، مال و ثروت و زندگی ما، مریضی و سلامتی و همه چیز ما در دست خداوند است. تا خدا هم راضی نباشد هیچ اتفاقی نخواهد افتاد. خداوند تا زمانی که به انسان جان داده باشد، دست خودش است و هر وقت هم بخواهد کسی را بمیراند، باز هم دست خودش است، کاری نمی‌توان کرد...» (ش ۱۸).

«هرچه ارتباط انسان با خدا قوی باشد (با ذکر مثالی از سیم و کابل با کنتور برق)؛ یعنی هرچه کابل قوی‌تر باشد، در برابر سختی‌ها مقاوم‌تر خواهد شد، در برابر تنگنا، در برابر مشکلات، دیگر به صورت خودکار این مقاومت صورت می‌گیرد. این را هم برایت بگویم، هر کس که بیشتر زجر بکشد، خداوند امتحانش می‌کند. این را باور داشته باش. زمانی شما در امتحان نمره خوبی خواهید گرفت که سؤالات بیشتری داشته باشی» (ش ۲۷).

«اجرای عدالت»: شواهد نشان دادند اعتقاد به جزا و پاداش، دنیا را همچون مزرعه‌ای دانستن، جبران سختی‌ها و نداشتن‌های این دنیا در دنیای آخرت، اعتقاد به خیر و شر ابدی، برابری و عدم تبعیض از جمله زیرمقوله‌های بودند که مصاحبه‌کنندگان به آنها اشاره کرده و در زیر اعتقاد به اجرای عدالت قرار گرفته‌اند؛ برای مثال، شرکت‌کننده‌ای در این باره بیان کرد:

«به نظر من این دنیا، مانند مزرعه‌ای می‌ماند که هر چیزی در آن بکاری، بعداً نتیجه آن را خواهید دید. به همین خاطر صبر کردم، وقتی این مصیبت برآیم پیش آمد، به این فکر کردم که خداوند بزرگ در آینده پاداشم را خواهد داد. ما امید داریم که دنیای دیگری وجود دارد که در آنجا خداوند بلندمرتبه عدالت خود را اجرا می‌کند، هر چه اینجا سختی بکشیم، آنجا برایمان جبران خواهد کرد» (ش ۲۶).

«من این عقیده را دارم که اگر کسی مصیبت و سختی بکشد، خداوند برای تمام آن سختی‌ها برای وی پاداش در نظر می‌گیرد. خداوند عدالت دارد، اگر در دنیا ناراحت باشید و در سختی زندگی کنید، آن دنیا در رفاه و خوشی خواهید بود...» (ش ۲۶).

۳. شرایط زمینه‌ای در فرآیند باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«اتحاد و انسجام»: شواهد نشان دادند همبستگی، همکاری، مشورت و همفکری، توجه نداشتن به نژاد، قومیت، ثروت و جایگاه اجتماعی، مشارکت در کمک به یکدیگر، حمایت از یکدیگر، کنار گذاشتن کینه‌ها و کدورت‌ها و اختلافات، به جای آوردن صله رحم، توجه به مصلحت جمع و

جامعه و ترجیح آن بر مصلحت فردی، برپایی نماز جمعه و جماعت مؤلّفه‌های بودند که اتحاد و انسجام را از نظر مصاحبه‌شوندگان شکل دادند. برخی از مشارکت‌کنندگان در این باره گفتند:

«ما با اقوام رابطه بسیار نزدیکی داریم و حتی با اقوامی که رابطه خوبی نداشتیم، زلزله سبب شد که کینه‌ای که نسبت به همدیگر داشتیم، از بین برود و انسجام ما بیشتر شود... ما پس از زلزله دوباره دور هم جمع شدیم، رفتیم به همدیگر سر زدیم، حالشان را پرسیدیم و کینه‌هایی که داشتیم از بین رفت» (ش ۱۵).

«آن زمان که این بحران پیش آمد، تمام مذاهب منطقه با یکدیگر متحد شدند، بسیار همبسته شدند...» (ش ۱۸).

«خداوند از این ملت راضی باشد، این ملت کاری کرد که ما خیلی چیزها را فراموش کردیم، از همه نقاط ایران ... و جای جای این کشور آمدند و کمک کردند. اینها خیلی مؤثر بود. وقتی می‌دیدیم این ملت به کمک ما شتافته، احساس همبستگی می‌کردیم و درک می‌کردیم که چه جور ملتی داریم و در چه کشوری زندگی می‌کنیم...» (ش ۲۵).

۴. شرایط واسطه‌ای در فرآیند باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«انجام فعالیت‌های مذهبی»: بررسی روایت‌ها نشان داد که شکرگزاری، ذکر و یاد خداوند، ذکر تسبیحات، به فکر قیامت بودن، ذکر شهادتین، دعا کردن، نماز خواندن، نماز آیات خواندن، تسبیح گفتن، شرکت در نماز جمعه و جماعت، کمک به مستمندان، صدقه و خیرات که زلزله‌زدگان در مصاحبه‌ها به آنها اشاره کرده‌اند، در روند بازگشت به زندگی عادی و تاب‌آوری آنان اثرگذار بود. برخی از شرکت‌کنندگان در این باره اظهار داشتند:

«من به خدا پناه برده‌ام... در مسجد محله ما بعد از زلزله فقط یک روز نماز برپا نشد، پس از آن همواره نماز جماعت و جمعه در مسجد برگزار شده است» (ش ۳).

«... صدقه و خیرات موجب تسکین ما می‌شود» (ش ۲).

زلزله که آمد، خانمم دست پسر را گرفت و پسر شروع کرد به صلوات و ذکر لا اله الا الله، یکی از مواردی که واقعاً باعث دلگرمی ما شد، همین ذکرهایی بود که پسر می‌گفت» (ش ۹).

«باور کنید بیشترین عاملی که سبب شده ما در برابر این سختی‌ها و مصائب طاقت بیاوریم، اعتقادات مذهبی است. من الان رفتم بررسی کردم کسانی که نماز می‌خوانند، اعتقادات دینی دارند، راحت‌تر با این مسائل کنار می‌آیند» (ش ۲۶).

۵. راهبردها در فرآیند باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«الگوگیری»: یافته‌های مبتنی بر روایت‌ها در این پژوهش نشان داد که شرکت‌کنندگان به سبب راهنمایی گرفتن از قرآن و پیامبران، اولیا و بزرگان را سرمشق قرار دادن، والدین و آدم‌های تاب‌آور و صبور را الگوی خود قرار دادن و تأثیر و تأثر پذیرفتن از یکدیگر، رهبری و هدایت مردم و انتقال تجربیات خود به دیگران توانستند با زلزله و پیامدهای آن بهتر کنار بیایند؛ برای مثال برخی از مشارکت‌کنندگان در این باره بیان کردند:

«خیلی‌ها که ایمان ضعیف‌تری دارند و دیرتر با این بحران و مصائب و مشکلات آن کنار می‌آیند، وقتی می‌بینند که دیگران دوباره زندگی خود را از سر می‌گیرند و نا امید نمی‌شوند، آنها هم به زندگی روزمره خودشان برمی‌گردند» (ش ۱).

«ما لزومی ندارد که مردم را نصیحت کنیم، با رفتارهای خود می‌توانیم برای آنان الگو باشیم...» (ش ۲۶).

«چنانچه نگاه کنید، می‌بینید که همه داستان‌های قرآن برای انسان‌هاست. اگر قرآن می‌گوید شما انسان‌ها تقوا داشته باشید، تقوا به معنای عمل روزانه شماسست... من دخترم که در اثر زلزله قطع نخاع شده بود و سه ماه در بیمارستان بستری شد، همان موقع فقط قدرت تکان دادن لبانش را داشت. نخستین لحظاتی که به او سر زدم و ملاقاتش کردم، مرا دلداری می‌داد، می‌گفت بابا ناراحت نباش. گفت این مسیر انسان است... گفت: «بابا حضرت ایوب را به یاد داشته باش که چه سختی‌هایی را متحمل شد...» (ش ۲۷).

«نوع دوستی»: بررسی روایت‌ها نشان داد که انسانیت، باور به اینکه انسان‌ها اعضای یکدیگرند، در نظر نگرفتن رنگ، نژاد، مذهب، قومیت و سایر تفاوت‌ها، ایثار، نیکوکاری، خدمت به بشریت، کمک به هم‌نوع، حل کردن مشکلات مردم و احساس آرامش، توجه به ارزش‌های انسانی، انجام کارهای خیرخواهانه، کمک به نیازمندان و مستمندان و مهربان بودن از جمله زیرمقوله‌های نوع دوستی بودند که توسط مشارکت‌کنندگان در پژوهش به آنها اشاره شد و زلزله‌زدگان از آن به عنوان یکی از راهبردهای کنار آمدن با زلزله و پیامدهای آن استفاده می‌کردند.

چند نمونه از روایت مشارکت‌کنندگان:

«کمک‌هایی که من خودم شخصاً به مردم آسیب‌دیده می‌کردم، به خودم آرامش می‌داد و بسیار برایم تسکین‌دهنده و مؤثر بود. وقتی به کمک هم‌نوع خود مثل همسایه، اقوام، برادر و خواهر خود می‌شتابید، حس خوبی خواهید داشت» (ش ۲).

«ما شب بعد از زلزله، کوچه به کوچه می‌گشتیم و کسانی که چادر نداشتند، برای آنها چادر فراهم می‌کردیم، در صورتی که بعضی خانواده‌های اعضای گروه ما، خودشان هنوز چادر نداشتند...» (ش ۱۲).

«اگر من و شما هزار شکل و شمایل داشته باشیم، در هنگام تنگنا به فریاد یکدیگر می‌رسیم، احساس همبستگی می‌کنیم، احساس نزدیکی می‌کنیم... آنجاست که گفته می‌شود بنی‌آدم اعضای یکدیگرند که در آفرینش از یک گوهرند... اگر به شما بگویند برادرت معتاد است، چقدر برایت سخت است. اگر گفتند فلانی معتاد است، اگر به همان اندازه‌ای که برای معتاد شدن برادرت ناراحت شدی، برای آن فرد هم ناراحت شوی، آن زمان است که خودت را باور داری و ایمان داری» (ش ۲۷).

۶. پیامدها در فرآیند باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان کرمانشاه

«پذیرش»: شواهد به‌دست آمده از مطالعه که بر پایه روایت مشارکت‌کنندگان بود، گویای آن بود که به دنبال حفظ آرامش، باور به حق بودن مرگ و اجتناب‌ناپذیر بودن آن، آمادگی برای رویارویی با شرایط سخت، آماده بودن برای لحظه به لحظه زندگی، به استقبال مشکلات رفتن، باور به نداشتن راهی به جز پذیرش آنها و کنار آمدن با آنها، عادت کردن و خو گرفتن به شرایط جدید شرایطی حاصل می‌شد که افراد زلزله‌زده موقعیت پیش‌آمده را می‌پذیرفتند و آن هنگام، راحت‌تر با زلزله و پیامدهای آن کنار می‌آمدند. برخی از شرکت‌کنندگان در این باره گفتند:

«این کار خداوند است و کاری نمی‌توان کرد، باید آن را پذیرفت و چاره‌ای جز پذیرش نداریم» (ش ۳).

«من موقع زلزله و پس از آن زیاد ناراحت نشدم، گفتم اتفاقی است که افتاده، دیگر ناراحتی ندارد، گیرم که ناراحت شدم، داد و بیداد کنم، روحیه خودم را از دست بدهم، آیا چیزی تغییر می‌کند؟» (ش ۵).

«بعضی اتفاقات هستند که چاره‌ای جز پذیرش آن ندارید» (ش ۱۹).

«خوب چاره دیگری نداریم این کار خداوند است، کار خداوند را باید پذیرفت» (ش ۲۴).

«وقتی ناراحتی برای انسان پیش می‌آید و راه‌هایی برای برون‌رفت از آن را ندارم، با خودم می‌گویم این کار خداوند است و خودش می‌داند چه کار کند. برای همین من خونسرد هستم. به هر حال این اتفاقی است که افتاده، باید ادمه داد. وقتی این قضیه را پذیرفتیم باید برویم دنبال تجربه و راهکار، اینکه الان در این شرایط چه کاری می‌توانیم انجام دهیم» (ش ۲۶).

«ما باید برای هر شرایطی آماده باشیم، اگر آماده نباشیم مشکلات و سختی‌ها ما را خواهند بلعید. وقتی چیزی می‌خواهد به شما حمله کند به استقبالش برو. اگر چیزی بخواهد به شما حمله کند، در صورتی که منتظر بمانید که آن به شما حمله کند و عکس‌العملی از خودت نشان ندهی، آن وقت بیشتر ضربه خواهید خورد. مصیبت هم این‌طور است، نباید منتظر بمانی که شما را بلعد، بلکه باید به استقبالش بروید، هر مصیبتی که باشد» (ش ۲۷).

«نگاه به زندگی به عنوان وسیله نه هدف»: بررسی روایت‌ها نشان داد که موقتی بودن دنیا، دل نبستن به خوشی‌های زودگذر، دل نبستن به زندگی دنیوی، دیدن سختی‌ها و ناراحتی‌ها به عنوان چیزهای موقت، حرص مال دنیا را نخوردن، استرس و اضطراب نداشتن، آرامش داشتن، به دنبال خوشی ابدی بودن، غرق دنیا نشدن، غافلگیر نشدن، دنیا را لهو و لعب دیدن، دل نبستن به مال و ثروت از جمله زیر مقوله‌های این مقوله بودند که مشارکت‌کنندگان در پژوهش به آنها اشاره کردند و به عنوان پیامد سایر شرایط (شرایط علی، شرایط زمینه‌ای، راهبردها و ...) مورد توجه قرار گرفت. برخی از شرکت‌کنندگان در این باره اظهار داشتند:

«ما یک روز به دنیا می‌آییم و یک روز از دنیا خواهیم رفت» (ش ۱۸).

«من این عقیده را دارم که اگر کسی مصیبت و سختی بکشد، خداوند برای تمام آن سختی‌ها برای وی پاداش در نظر می‌گیرد... اگر در دنیا ناراحت باشید و در سختی زندگی کنید، آن دنیا در رفاه و خوشی خواهید بود... در آن دنیا یا در خیر ابدی قرار دارید یا در شر ابدی. پس عاقلانه نیست که برای چیزی موقت، خوشی موقت دلبسته باشیم و ناراحتی موقت هم مرا از زندگی ناامید کند» (ش ۲۶).

«زندگی دنیا لهو و لعب است و از طرف دیگر یک امتحان سخت است؛ چرا سخت است؟ چون خداوند به ما احتیاج ندارد. خدا می‌گوید اینها را داشته باشید شما موقت اینجا هستید... اصلاً از دست دادن کسی و فوت معنا ندارد، چیزی به اسم مردن نیست، روح انسان نمی‌میرد، اگر ما فکر کنیم اصلاً مردن نیست، مثل ماهی که می‌رود زیر آب و از جای دیگر سر بیرون می‌آورد، ما هم این چنین هستیم.» (ش ۲۷).

بخش دوم: تکوین نظریه (کدگذاری گزینشی) در پژوهش فرایند نمود باور به خدا و روز قیامت در

تاب‌آوری زلزله‌زدگان

با توجه به الگوی پارادایم محوری به دست آمده در این پژوهش و دقت در رابطه میان مقوله‌های تدوین‌یافته در این الگو، گزاره‌ها^۱ یا فرضیه‌ها^۲ بی به شرح زیر تکوین یافت:

۱. معرفت و توکل به خدا، اعتقاد به قضا و قدر و اجرای عدالت، شرایطی ایجاد می‌کند که باور به خدا و روز قیامت آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد و با تقویت خداباوری و معادباوری، افراد زلزله‌زده موفق می‌شوند در برابر پیامدهای زلزله تاب بیاورند و بر آنها فائق آیند.
۲. برخورداری افراد زلزله‌زده از اتحاد و انسجام و استفاده از فعالیت‌های مذهبی، موجب می‌شود تا افراد بتوانند با تقویت روحیه نوع‌دوستی به الگوگیری از دیگران بپردازند و در برابر پیامدهای زلزله تاب آورند.

1. Proposition

2. hypothesis

۳. روحیه نوع‌دوستی و الگوگیری از دیگران در افراد زلزله‌زده سبب می‌شود تا آنها بلابای طبیعی را بپذیرند و به زندگی در این دنیا به عنوان وسیله‌ای برای قرب الی‌الله و نه هدف نهایی نگاه کنند و بتوانند تاب‌آوری خود را تقویت کنند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به شیوه کیفی، از نوع داده بنیاد و با هدف بازنمایی فرآیند نمود باور به خدا و روز قیامت در زلزله‌زدگان سرپل ذهاب کرمانشاه انجام شد. نتایج حاصل از ۲۷ مصاحبه عمیق با افراد زلزله‌زده شهر سرپل ذهاب به شناسایی ده مقوله انجامید. از میان این مقوله‌ها، باور به خدا و روز قیامت به عنوان مقوله هسته‌ای انتخاب شد. شرایط علی عبارت بود از معرفت و توکل به خدا، اعتقاد به قضا و قدر الهی و اجرای عدالت. اتحاد و انسجام به عنوان شرایط زمینه‌ای و انجام فعالیت‌های مذهبی به عنوان شرایط واسطه‌ای انتخاب شدند. راهبردهای مورد استفاده زلزله‌زدگان برای مقابله با زلزله و پیامدهای آن عبارت بود از نوع‌دوستی و الگوگیری و درنهایت، پذیرش و نگاه به زندگی به عنوان وسیله نه هدف، به عنوان پیامد این الگو معرفی شد.

افرادی که باور و ایمان قوی دارند، به دلیل نوع تعبیر و تفسیری که از وقایع دارند؛ از جمله وقایع را نوعی قضا و قدر و حکمت خدا دانستن، از تاب‌آوری بیشتری برخوردارند. اعتقادات و باورهای عمیق درونی‌شده مذهبی، هدف زندگی را برای آنها روشن می‌کند و سبب می‌شود افراد رویدادهای فاجعه‌آمیز را به عنوان رویدادهای کمتر تهدیدکننده ارزیابی کنند و قادر باشند رویدادهای غیرقابل تغییر را بپذیرند (نقوی، ۱۳۹۴). می‌توان گفت باور و ایمان به خدا چاره‌جویی فراهم می‌آورد که در قالب آن فرد رخدادها را به گونه‌ای تفسیر می‌کند که به پذیرش راحت بلا و مصیبت و سازگاری مثبت با آن می‌انجامد؛ به عبارت دیگر، احساس قدرت و آرامش درونی حاصل از باور و ایمان به خدا و روز قیامت، منبعی بزرگ برای پذیرش موقعیت و سازگاری با آن است. به تعبیر قرآن ایمان به خدا و باور قلبی در نهاد آدمی مقاومتی ایجاد می‌کند و تلخی‌ها را قابل تحمل می‌گرداند. فرد با ایمان می‌داند که هر چیزی در جهان حساب معینی دارد و اگر واکنش در برابر سختی‌ها و کمبودها مطلوب باشد، به بهترین نحو از سوی خداوند متعال جبران می‌شود.

مروری بر مقوله‌ها و زیرمقوله‌های استخراج‌شده در مطالعه حاضر و مقایسه آن با پژوهش‌های انجام گرفته، سه مطلب را نمایان می‌کند؛ نخست اینکه، مقوله‌های به‌دست آمده تا اندازه زیادی همه عواملی که به عنوان عوامل مذهبی و معنوی زمینه‌ساز تاب‌آوری در برابر بلا یا شناخته شده‌اند، همچون ایمان به خدا و فعالیت‌های مذهبی گوناگون (کارتر، ۲۰۰۸)؛ مذهب، معنویت و

نگرش‌های مذهبی (ایکیزر، ۲۰۱۴؛ آلمازان و همکاران، ۲۰۱۹؛ کردان و عظیمی‌لوتی، ۱۳۹۷) نوع‌دوستی (مانو و همکاران، ۲۰۱۹)، معنویت خانواده و فعالیت‌های مذهبی (صیدی و همکاران، ۱۳۹۰)، جهت‌گیری مذهبی (آبروشن و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۷)، نگرش‌های مذهبی (جنگی‌ا قدم و سرداری، ۱۳۹۸)، اتحاد و انسجام دینی (زمبا و همکاران، ۲۰۱۹) را در بر می‌گیرد و با آنها از این جهت که معنویت، دینداری و عناصر مربوط به آن سبب افزایش تاب‌آوری در برابر بلایا می‌شود، همسو است؛ به طور کلی، پژوهش‌ها گویای آن است که هرگاه افراد تحت‌تأثیر موقعیت‌های استرس‌زایی همچون زلزله قرار می‌گیرند، نیازهای معنوی، مذهبی و باور و ایمان به خدا و روز قیامت در آنها افزایش می‌یابد (بریوراسمیث و کوپینگ، ۲۰۱۴؛ ایکیزر، ۲۰۱۴) که همین عامل به نوبه خود تاب‌آوری آنها را در برابر زلزله و پیامدهای آن بالا می‌برد.

مطلب دوم اینکه مقوله‌ها و زیرمقوله‌های استخراج‌شده در پژوهش حاضر، عناصر معنویت در تاب‌آوری را که در رویکردها، الگوها و پژوهش‌های پیشین به آنها اشاره نشده بود، شناسایی کرد؛ از آن جمله می‌توان به مواردی همچون تأکید زیاد بر «قضا و قدر الهی» (حکمت خداوند، آزمایش و امتحان الهی، سختی‌ها را نوعی آزمایش خدا دانستن، سرنوشت انسان در دست خدا بودن، تعیین تکلیف شدن از سوی خداوند، مصائب و بلایا را از جانب خداوند دانستن)، «اجرای عدالت» (اعتقاد به جزا و پاداش، دنیا را همچون مزرعه‌ای دانستن، جبران سختی‌ها و نداشته‌های این دنیا در دنیای آخرت، اعتقاد به خیر و شر ابدی، برابری، عدم تبعیض، مسئولیت در قبال جامعه و دیگران، داشتن رفتار مسئولانه در قبال دیگران، اهمیت دادن به مسئولیت در قبال دیگران، مشارکت کردن در کمک به دیگران، وظیفه‌شناسی، تعهد داشتن، پیگیر بودن)، «الگوگیری» (دیگران را سرمشق خود قرار دادن در مواجهه با بحران، اثرگذاری بر دیگران، عمل‌گرا بودن)، «نگاه به زندگی به عنوان وسیله نه هدف» (موقتی بودن دنیا، دل‌ن بستن به خوشی‌های زودگذر، دیدن سختی‌ها و ناراحتی‌ها به عنوان چیزهای موقت، حرص مال دنیا را نخوردن، استرس و اضطراب نداشتن، آرامش داشتن، به دنبال خوشی ابدی بودن، غرق دنیا نشدن، غافلگیر نشدن، دنیا را لهُو و لعب دیدن، دل‌ن بستن به مال و ثروت)، اتحاد و انسجام دینی (همبستگی، همکاری، مشورت و همفکری، توجه نداشتن به نژاد، قومیت، ثروت و جایگاه اجتماعی، مشارکت در کمک به یکدیگر، حمایت از یکدیگر، کنار گذاشتن کینه‌ها و کدورت‌ها و اختلافات، به‌جای آوردن صله رحم، توجه به مصلحت جمع و جامعه و ترجیح آن بر مصلحت فردی، برپایی نماز جمعه و جماعت)، «نوع‌دوستی» (نداشتن تعصب قومی و دینی، توجه به ارزش‌های انسانی)، احساس مسئولیت و تعهد نسبت به خانواده و جامعه اشاره کرد.

مطلب سوم اینکه مقوله‌ها و زیرمقوله‌های استخراج‌شده در پژوهش حاضر، باور به خدا و روز قیامت به عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی تاب‌آوری در برابر زلزله را که مبتنی بر فرهنگ ایرانی - اسلامی است، مشخص کرده است؛ در فرهنگ ایرانی - اسلامی مواردی همچون اتحاد و انسجام دینی قوی، به‌جای آوردن صله رحم و الگوگیری از قرآن و پیامبران یافت می‌شود که می‌تواند نقش مؤثری در تاب‌آوری افراد در برابر بلایا داشته باشد.

افزایش تاب‌آوری و در نتیجه آن استحکام روانی و جسمی از نتایج معنابخش به زندگی در سایه ایمان و باور به خدا و روز قیامت است. تقویت باور به خدا و روز قیامت می‌تواند با تغییر در شناخت افراد زلزله‌زده به گونه‌ای شگفت‌انگیز در کنار سایر عوامل، مؤثر واقع شود. زلزله‌زدگانی که راهبردهای سازگارانه‌ای مثل نگاه به زندگی به عنوان وسیله، نه هدف دارند و مشکلات را قضا و قدر و حکمت خداوند می‌دانند و در سایه آن به خداوند معرفت پیدا کرده، به او توکل می‌کنند و با الگو قرار دادن داستان‌های قرآن و پیامبران صبر پیشه می‌کنند، سریع‌تر بهبود می‌یابند و به زندگی عادی خود برمی‌گردند. باور و ایمان به خدا و روز قیامت افراد را به سوی سازگاری دینی در موقعیت‌های استرس‌زا رهبری می‌کند؛ همچنین ایمان به خدا و روز قیامت به عنوان عوامل حمایتی فردی سبب ایجاد و تسهیل تاب‌آوری می‌شود و معرفت و توکل به خدا به عنوان تکیه‌گاه و پشتیبان عمل می‌کند.

به نظر می‌رسد که اعتقاد به خدا و روز قیامت به زلزله‌زدگان قدرت و توان می‌دهد تا به این باور برسند که در برابر مشکلات و رخدادها تنها نیستند. آنها باور دارند که خدا یار و یاور آنها است. آنها معتقد نیستند که خدا مشکلاتشان را حل می‌کند، بلکه معتقدند حمایت و پشتیبانی خدا به آنان نیرو می‌دهد تا در برابر مشکلات دوام بیاورند. به تعبیر قرآن، خسران و بدبختی آن است که آدمی امید خود را از دست بدهد، زیرا این امر می‌تواند ایمان، اعتقاد و نگرش مذهبی او را تحت تأثیر قرار دهد و در نتیجه آسیب بیشتری را متحمل خواهند شد.

به طور کلی، نتایج پژوهش حاضر بیانگر آن است که باور و ایمان به خدا، یکی از مؤلفه‌های بسیار مهم در تاب‌آوری در برابر بلایا است و به شیوه‌های مختلف بر ابعاد زندگی بلادیدگان تأثیر می‌گذارد. براساس یافته‌های به‌دست آمده می‌توان به دو دسته پیامد نظری و عملی در پژوهش حاضر اشاره کرد؛ در سطح نظری هدف شناسایی مؤلفه‌های معنوی، مذهبی تاب‌آوری در برابر بلایا مبتنی بر بافت فرهنگی اجتماعی ایران با استفاده از رویکرد کیفی و روش داده بنیاد، هنوز مورد توجه پژوهشگران داخلی قرار نگرفته است، این مطالعه تصویری روشن از فرایندها، پاسخ‌ها و بهبودی پس از بلایا را ارائه می‌کند؛ به همین دلیل انجام این پژوهش می‌تواند به عنوان شروع، توجه

پژوهشگران داخلی را به موضوع جلب کند. نکته دیگر اینکه پژوهشگران حوزه تاب‌آوری و بحران می‌توانند مؤلفه‌های استخراج‌شده از مطالعه حاضر را به شیوه‌های کمی در زمینه سایر متغیرهای مؤثر بر تاب‌آوری در برابر بلایا را مورد مطالعه قرار دهند. در سطح عملی، یافته‌های این پژوهش می‌تواند به ایجاد پاسخ‌های مؤثر و سریع در بازماندگان بلایا کمک کند. باور و ایمان به خدا و روز قیامت می‌تواند به افزایش تاب‌آوری افراد کمک کند و آسیب‌پذیری آنان در برابر تروما و بلاهای طبیعی را کاهش دهد؛ بنابراین تأکید بر مراقبت معنوی باید مد نظر قرار گیرد و می‌تواند بر سازگاری بازماندگان به دنبال یک بلای طبیعی مؤثر باشد. با توجه به اینکه باور به خدا و روز قیامت، یک پیش‌بینی‌کننده تاب‌آوری است، ترویج آن مهم است و می‌توان به شیوه‌های مختلف آن را با برنامه‌های آمادگی و آموزشی مربوط به بحران تلفیق کرد. شواهد نشان می‌دهد که تلفیق معنویت در برنامه‌های آموزشی و آمادگی در رابطه با بحران می‌تواند منابع باور به خدا و روز قیامت را تقویت کند و در نتیجه افراد به بحران بهتر پاسخ دهند و از آن جهت که تاب‌آوری در برابر زلزله و به طور کلی تاب‌آوری را می‌توان تقویت و ارتقا داد، پیشنهاد می‌شود:

از آنجا که مؤلفه‌های شناسایی شده در مطالعه حاضر مبتنی بر بافت فرهنگی-اجتماعی ایران است، سیاست‌گذاران و دست‌اندرکاران می‌توانند با توجه به مقوله‌ها و زیرمقوله‌های شناسایی شده در این پژوهش، برای تاب‌آوری در برابر زلزله و سایر بلایا (با توجه به بلاخیز بودن ایران) به تدوین سیاست‌هایی برای آشنایی و آموزش این مقوله‌ها به افراد جامعه اقدام کنند. همچنین پیشنهاد می‌شود که از نتایج پژوهش برای مداخله در بحران و سایر مداخلات بالینی مربوط به تجربه تروما استفاده شود. انجام پژوهش‌هایی نیز در بافت‌هایی که سایر بحران‌ها را تجربه می‌کنند، از جمله در میان سیل‌زدگان پیشنهاد می‌شود. در پایان از زلزله‌زدگانی که در این پژوهش شرکت کردند و در اجرای پژوهش همکاری صمیمانه داشتند و نیز از همه افرادی که در این پژوهش ما را یاری کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

* قرآن کریم.

۱. امینی منش، سجاد (۱۳۹۴)، مطالعه عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی مؤثر بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین. پایان‌نامه دکتری مشاوره خانواده، دانشگاه خوارزمی.
۲. آب‌روشن، حسن و راضیه شیخ‌الاسلامی (۱۳۹۷)، «پیش‌بینی تاب‌آوری دانشجویان بر اساس جهت‌گیری‌های مذهبی»، فصلنامه علمی تخصصی رهیافت فرهنگ دینی، س ۱، ش ۱، ص ۲۷۹-۲۹۶.
۳. بازرگان، عباس (۱۳۹۵)، مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته: رویکردهای متداول در علوم رفتاری، تهران: دیدار.
۴. باغی، وجیهه؛ الناز باغبان کریمی؛ حسین جعفری و رضا قانع قشلاق (۱۳۹۶)، «پیش‌بینی کیفیت زندگی بیماران مبتلا به فشار خون بالا براساس تاب‌آوری و حمایت اجتماعی»، نشریه روان‌پرستاری، س ۵، ش ۶، ص ۲۴-۳۰.
۵. پرزور، پرویز؛ مسلم عباسی و احمد شجاعی (۱۳۹۷)، «اثربخشی مداخله معنوی بر تاب‌آوری فردی و اجتماعی زنان قربانی خشونت»، مجله روان‌شناسی بالینی، س ۱۰، ش ۲، ص ۹۵-۱۰۴.
۶. تقوی، محمدرضا (۱۳۸۰)، «بررسی روایی و اعتبار پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ-28)»، روان‌شناسی، س ۵، ش ۴، ص ۳۸۱-۳۹۸.
۷. جمشیدی عینی، آزاده و ویدا سادات رضوی (۱۳۹۶)، «اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر استرس و بهزیستی روان‌شناختی پرستاران یک مرکز نظامی در شهر کرمان»، فصلنامه علمی پژوهشی ابن‌سینا، س ۱۹، ش ۴، ص ۳۸-۴۴.
۸. جنگی اقدم، خدیجه و باقر سرداری (۱۳۹۸)، «بررسی تأثیر نگرش‌های مذهبی بر تاب‌آوری بیماران سرطانی»، نشریه مراقبت سرطان، س ۱، ش ۲، ص ۱-۸.
۹. حاتمی ورزنده، ابوالفضل (۱۳۹۴)، تدوین الگوی ازدواج پایدار رضایتمند و بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای مبتنی بر آن، پایان‌نامه دکتری مشاوره خانواده، دانشگاه علامه طباطبائی.
۱۰. حسین‌پور، مهدی (۱۳۹۶)، «نقش سرمایه‌های روانشناختی در پیشگیری از گرایش افراد به اعتیاد»، فصلنامه سلامت اجتماعی و اعتیاد، س ۴، ش ۶۱، ص ۲۵-۶۲.

۱۱. حسینی بهشتیان، سیدمحمد (۱۳۹۵)، «اثر بخشی آموزش تاب‌آوری بر راهبردهای تنظیم هیجان و رضایت از زندگی زنان سرپرست خانوار»، مجله جامعه‌پژوهی فرهنگی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، س ۷، ش ۳، ص ۲۵-۵۰.
۱۲. حسینی، سیدسجاد؛ حسن صفرنیا و محمد مهدی پورسعید (۱۳۹۵)، «رابطه میان مدیریت دانش مرتبط با زلزله و عوامل اجتماعی تاب‌آوری (مطالعه داوطلبان آموزش دیده محله سرآسیاب کرمان)». فصلنامه دانش پیشگیری و مدیریت بحران، س ۶، ش ۳، ص ۲۷۳-۲۸۳.
۱۳. رجبیان ده‌زیره، مریم؛ فریبا درتاج؛ فتانه درتاج و ذبیح‌الله الهی (۱۳۹۸)، «نقش سلامت معنوی در تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه کاشان»، مجله رویش روان‌شناسی، س ۸، ش ۱، ص ۹۷-۱۰۷.
۱۴. رحیم‌پور، فرزانه؛ ناصر صبحی قراملکی و محمد نریمانی (۱۳۹۶)، «مقایسه اثر بخشی دو برنامه آموزشی تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری زناشویی دانشجویان»، فرهنگ در دانشگاه آزاد اسلامی، س ۷، ش ۱، ص ۳۳-۵۴.
۱۵. سردارزاده، فرشته؛ معصومه ژیان باقری و ملکه فراهانی مشهدی (۱۳۹۵)، «نقش تاب‌آوری در کاهش استرس شغلی و فرسودگی شغلی کارمندان طرح اقماری شرکت نفت فلات قاره ایران»، مجله روان‌شناسی و روان پزشکی شناخت، س ۳، ش ۴، ص ۶۱-۷۷.
۱۶. سلیمی بجستانی، حسین (۱۳۸۸)، مقایسه اثر بخشی مشاوره به شیوه آدلری و بازسازی شناختی مبتنی بر تمثیل، بر سلامت روانی، تاب‌آوری و امیدواری دانشجویان، پایان‌نامه دکتری مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی.
۱۷. صدری دمیرچی، اسماعیل؛ سجاد بشرپور؛ شکوفه رمضانی و غفار کریمیان‌پور (۱۳۹۵)، «اثر بخشی آموزش تاب‌آوری بر خشم و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان تکانشور»، مجله روانشناسی مدرسه، س ۶، ش ۴، ص ۱۲۰-۱۲۹.
۱۸. غفوری، آرزوی و کیوان صالحی (۱۳۹۵)، «بازنمایی فرآیند شکل‌گیری دگرگونی‌های ارزشی در افراد با محوریت زنان»، فصلنامه مطالعات اجتماعی - روان‌شناختی زنان، س ۱۴، ش ۴، ص ۱۵۷-۲۰۸.
۱۹. کردان، زینب و حمیده عظیمی‌لوتی (۱۳۹۷)، «جنبه‌های اجتماعی روانی مرتبط با تاب‌آوری در مبتلایان به سرطان: یک مطالعه مروری نقلی»، تعالی بالینی، س ۸، ش ۳، ص ۳۳-۴۷.
۲۰. کردستانی، داود و آزاده قمری (۱۳۹۶)، «مقایسه تاب‌آوری، سبک زندگی و کیفیت زندگی در بیماران قلبی عروقی و افراد سالم»، فصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی لرستان، س ۱۹، ش ۵، ص ۷۱-۸۰.

۲۱. کرمی، جهانگیر؛ امیر سنجابی و پروانه کریمی (۱۳۹۵)، «پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس تاب‌آوری و شادکامی در سالمندان»، *مجله روان‌شناسی پیری*، س ۲، ش ۴، ص ۲۲۹-۲۳۶.
۲۲. محمدکریمی، محسن و کاظم شریعت‌نیا (۱۳۹۶)، «اثر معنویت‌درمانی بر تاب‌آوری زنان مبتلا به سرطان پستان در شهر تهران»، *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی گرگان*، س ۱۹، ش ۴، ص ۳۲-۳۷.
۲۳. مرکز لرزه‌نگاری ایران (۱۳۹۶)، مؤسسه ژئوفیزیک دانشگاه تهران:
<http://irsc.ut.ac.ir/currentearthq.php>
۲۴. نقوی، اعظم (۱۳۹۴)، «مطالعه کیفی ارتباط معنویت‌گرایی و تاب‌آوری از نگاه زنان ایرانی ساکن ملبورن (استرالیا)»، *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، س ۲۱، ش ۴، ص ۲۸۱-۲۹۶.
25. Adekola, J (2018), Resilience from a lived-experience perspective in the regional context of Dumfries and Galloway, Scotland, *International Journal of Disaster Risk Reduction*, (31) 441-448.
<https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2018.06.006>
26. Almazan, J.U. et al (2018), Predicting patterns of disaster-related resiliency among older adult Typhoon Haiyan survivors. *Journal of Geriatric Nursing*, (39) 629-634. <https://doi.org/10.1016/j.jerinurse.2018.04.015>.
27. Anderson M.; Funnell M.M. (2005), Patient empowerment: reflections on the challenge of fostering the adoption of a new paradigm. *Patient Education Counseling*, 57(2)153-157.
28. Arvidsson S. B; Petersson A; Nilsson I; Andersson B (2006), A nurse-led rheumatology clinic's impact on empowering patients with rheumatoid arthritis: A qualitative study. *Nursing and Health Science*, 8(3) 133-139.
29. Brewer-Smyth, K., Koenig, HG. (2014), Could spirituality and religion promote stress resilience in survivors of childhood trauma? *Issues Mental Health Nurse*, (35) 251-256.
30. Carter, R. L. (2008), Understanding resilience through ritual and religious practice: An expended theoretical and ethnographic framework. In H.-G. Bohle & K. Warner (Eds.), *Megacities resilience and social vulnerability*, 73-81. New York, NY: United Nations University, Institute for Environment and Human Security.

31. Conner, K. M., Davidson, J.R.T. (2003), Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson resilience scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*, (18) 76-82.
32. Corbin, J., Strauss, A.L. (2008), Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques, third ed. Sage, Los Angeles, London, New Delhi & Singapore.
33. Creswell, J.W. (2007), *Qualitative inquiry and research design*, London: sage publication Inc.
34. Graham, L. (2018), *Resilience*, New World Library, Novato, California.
35. Hornor, G. (2017), Resilience. *Journal of Pediatric Health care*, (31) 384-390. <https://dx.doi.org/10.1016/j.pedhc.2016.09.005>.
36. Hou, W. L., Ko, N. Y., & Shu, B. C. (2013), Recovery experiences of Taiwanese women after terminating abusive relationships: A phenomenology study. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(1)157-175. <http://dx.doi.org/10.1016/j.gloenvcha.2005.02.001>.
37. Kizer, G. (2014), *Factors Related to Psychological Resilience among Survivors of the Earthquakes in Van, Turkey*, a thesis for the degree of Doctor of Philosophy in the department of psychology, Atı lı m University turkey.
38. Jayawardana, J., Priyantha, P., Magni, M., Marincioni, F (2019), Disaster resilience among war-affected people resettled in Northern Sri Lanka: Challenges revisited. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, (34)356-362. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2018.12.005>.
39. Kako, M., Mayner, L. (2019), The experience of older people in japan four year after the tsunami. *Journal of Collegian*, (26) 125-131. <https://doi.org/10.1016/j.colegn.2018.06.001>.
40. Khosla, M. (2017), Resilience and Health: Implications for Interventions and Policy Making. *Psychol Stud*. 62(3): 233-240. DOI 10.1007/s12646-017-0415-9.
41. Malterud, K. Siersma, V.D. Guassorsa, A.D. (2016), *sample size in qalitive interview studies: guided by information power*, Qual. Health Res. 26 (13) 1753-1760. <https://doi.org/10.1177/1049732315617444>.
42. Manyena, S.B. (2006), The concept of resilience revisited, disasters, 30 (4) 434-450, <https://doi.org/10.1111/j.361-3666-2006.00331>.

43. Mao, X., Loke, A.Y., man Fang, O.W. & Hu, X. (2019), What it takes to be resilient: The views of disaster healthcare rescuers. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, (36) 101-112. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2019.101112>
44. Martines, L.A. & Opalinski, A.s. (2019), Building the Concept of Nurturing Resilience. *Journal of Pediatric Nursing*, (48) 63-71. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.07.006>
45. Masten, A. S., & Monn, A. R. (2015), *Child and family resilience: A call for integrated science, practice, and professional training*. *Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 64(1), 5-21.
46. Rutter, M. (2013), Annul research review: Resilience-clinical implications. *Journal of child psychology and psychiatry*, 54 (4), 267-273.
47. Ungar, M. (2006), *Resilience across cultures*. *British Journal of Social Work*, 38(2), 218-235.
48. Ungar, M. (2011), *The social ecology of resilience: Addressing contextual and cultural ambiguity of a nascent construct*. *American Journal of Orthopsychiatry*, 81(1), 1-17.
49. Zautra, A. J. & Sturgeon, J. A. (2016), *Examining the complexities of affective experience will enhance our understanding of pain and inform new interventions designed to bolster resilience*. *Pain*, 157(8)1586-1587.
50. Zemba, V., Wells, E.M., Wood, M.D., Trump, B.D., Boyle, B., Blue. SH., Cato, C. & Linkov, I. (2019), Defining, measuring, and enhancing resilience for small groups. *Safety Science*, 120, 603-616. <https://doi.org/10.1016/j.ssci.2019.07.042>.