



مدل مفهومی رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی بر اساس قرآن کریم

شهرزاد اسفندیاری*

حمید رفیعی هنر**

چکیده

مواجه شدن با ضربه‌های روانی و پیامدهای حاصل از آن افراد زیادی را در زندگی درگیر می‌کند. در چند دهه اخیر، پژوهش‌ها در زمینه مطالعات تروما، بر نتایج مثبت و رشد متمرکز شده‌اند. این موضوع از نگاه دین اسلام نیز مغفول نمانده است و شواهدی در رابطه با رشد پس از ضربه در آیات قرآن کریم یافت می‌شود؛ لذا این پژوهش توصیفی - تحلیلی و با استفاده از ترکیب روش معناشناسی و تحلیل شبکه مضامین در بخش کیفی و روش توصیفی زمینه‌یابی در بخش کمی، به تدوین مدل مفهومی رشد پس از ضربه با تمرکز بر مفهوم ضربه بر اساس قرآن کریم پرداخته است. در یافته‌های پژوهش سه مضمون عوامل زمینه‌ای، رشد فرایندی و رشد عمیق برای مفهوم رشد پس از ضربه شناسایی شده است. عوامل زمینه‌ای از سه مضمون سازمان‌دهنده ارتباط سالم با خداوند، ارتباط سالم با خود و ارتباط سالم با واقعیت اخذ شده‌اند. مضمون رشد فرایندی نیز از سه مضمون شناخت واقع‌بینانه، عاطفه مثبت و رفتار فعالانه انتزاع می‌شود. در نهایت مضمون رشد عمیق شامل چهار خرده‌مضمون رشد معنوی، رشد شناختی، رشد عاطفی و رشد رفتاری می‌گردد. همچنین شاخص روایی محتوا برای مضامین به‌دست آمد و روایی آن مورد تأیید قرار گرفت. در نهایت تعریف رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی بر اساس قرآن کریم بدین شکل به‌دست آمد: رشد پس از ضربه در دو سطح فرایندی و عمیق در مواجهه با یک ضربه روانی پدید می‌آید؛ در سطح فرایندی مجموعه‌ای از ویژگی‌های شناختی واقع‌بینانه، عاطفی مثبت و رفتاری فعالانه در فرد اتفاق می‌افتد و در سطح عمیق، رشد معنوی، رشد شناختی، رشد عاطفی و رشد رفتاری صورت می‌گیرد، همچنین عوامل ارتباط سالم با خداوند، ارتباط سالم با خود و ارتباط سالم با واقعیت زمینه ایجاد آن را فراهم می‌نمایند.

کلیدواژه‌ها: رشد پس از ضربه، ضربه روانی، مدل مفهومی، تحلیل مضمون، قرآن کریم.

* دانشجوی دکتری روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران (نویسنده مسئول؛ shesfandiari@rihu.ac.ir)

** استادیار گروه تربیت، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، قم، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۱۶؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۰/۰۸

مقدمه

مواجهه شدن با ضربه‌های روانی و پیامدهای حاصل از آن افراد زیادی را در زندگی درگیر می‌کند. تحقیقات نشان داده است ۶۰ درصد مردان و ۵۰ درصد زنان حداقل از یک حادثه دشوار آسیب دیده‌اند (پاسلا^۱ و همکاران، ۲۰۱۳). ضربه‌های روانی یا به بیان دیگر اصطلاح روان‌شناختی آن «تروما»^۲ یک پاسخ احساسی نسبت به یک رویداد وحشتناک است؛ مانند تصادف، جرم، بلایای طبیعی، سوءاستفاده جسمی یا عاطفی، غفلت، تجربه یا شاهد بودن خشونت، مرگ یک عزیز، جنگ (انجمن روان‌شناسی آمریکا،^۳ بی‌تا). به‌علاوه، تحقیقات اخیر نشان داده‌اند که تجربه تروما می‌تواند تأثیرات عمیق و پایدار بر سلامت روانی افراد داشته باشد و نیاز به مداخلات درمانی مؤثر را افزایش دهد (هرمان، ۲۰۱۵؛ هو و همکاران، ۲۰۲۱). اهمیت و اثرگذاری ضربه‌های روانی در زندگی افراد به‌حدی زیاد است که در مواردی می‌تواند موجب ایجاد اختلال‌هایی در افراد شود. اختلال‌هایی مانند استرس پس از ضربه، اختلال سازگاری، اختلال استرس حاد در دسته‌ی مربوط به اختلالات مرتبط با آسیب و عامل استرس‌زا طبقه‌بندی شده‌اند (انجمن روان‌پزشکی آمریکا، ۲۰۱۳، ص ۲۷۱).

علی‌رغم شواهد فراوانی که از وجود آسیب‌های متعدد ضربه‌های روانی حکایت می‌کند، در چند دهه اخیر، پژوهش‌ها در زمینه مطالعات تروما، تمرکز خود را به نتایج مثبت مربوط به سازگاری پس از نامایمات تغییر داده است و در بعضی موارد مشاهده شده است، زمانی که افراد با ضربه‌ای روبه‌رو می‌شوند، در عملکرد آنها تغییراتی ایجاد می‌شود و آنها به سطح عملکرد بالاتر از قبل از ضربه می‌رسند (ویداز^۴ و همکاران، ۲۰۰۵). رشد شخصی، ناشی از مبارزه با بحران‌های بزرگ زندگی، محدود به زمان خاص نبوده و در طول تاریخ گزارش شده است (تدسچی و کالهن،^۵ ۱۹۹۵). همچنین به یک فرهنگ یا مکان خاص مرتبط نیست و با تفاوت‌های ظریف در بسیاری از فرهنگ‌ها مشاهده می‌شود (ویس و برگر،^۶ ۲۰۱۰).



1. Pacella, M. L
2. Trauma
3. American Psychological Association (APA)
4. Widows, M. R
5. Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G
6. Weiss, T., & Berger, R

ساختار رشد پس از ضربه^۱ بر تغییرات افراد پس از یک رویداد و نه پاسخ آنها در طول یک رویداد متمرکز است. در نتیجه رشد پس از ضربه بر تغییرات غریزی بلافاصله پس از وقوع رویداد متمرکز نمی‌کند (زولنر و مایرکر، ۲۰۰۶). پس از وقوع تروما معمولاً یک دوره زمانی طولانی از روزها تا سال‌هاست که در آن افراد روش‌های جدیدی از تفکر، احساس و رفتار را ایجاد می‌کنند؛ زیرا رویدادهایی که آنها تجربه کرده‌اند اجازه بازگشت به عملکرد اولیه را نمی‌دهد (تدسچی، ۲۰۱۸، ص ۵).

رشد پس از مواجهه با ضربه روانی، چیزی فراتر از تجربه بهبودی بعد از سانحه، مقاومت در برابر آسیب، انطباق یا بازیابی با خط پایه قبل از استرس است. رشد پس از ضربه به جای یک هدف، محصول جانبی تلاش برای کنار آمدن با رنج است. علاوه بر این، مسیرهای رشد پس از ضربه با مسیر بهبودی از علائم پس از استرس متفاوت است (تدسچی و همکاران، ۲۰۱۸)؛ اگرچه روان‌شناسان در قرن گذشته نیز اذعان داشتند که بحران می‌تواند فرصت‌هایی را برای تغییرات تحولی فراهم کند، به رسمیت شناختن این دیدگاه در سال‌های بعدی مورد توجه و پذیرش بیشتری قرار گرفت (برگر، ۲۰۲۴^۳). تدسچی و کالهن از جمله اولین افرادی بودند که در روان‌شناسی معاصر در مورد رشد پس از آسیب پژوهش کرده و از زمان ابداع این اصطلاح در اواسط دهه ۱۹۹۰، رشد پس از ضربه را «تغییرات روان‌شناختی مثبتی که در نتیجه مبارزه با شرایط آسیب‌زا یا بسیار چالش برانگیز زندگی تجربه می‌شود»، تعریف کردند. آنها تأکید کردند که به جای خود رویداد، این مبارزه پس از سختی است که منجر به رشد پس از ضربه می‌شود (تدسچی و کالهن، ۱۹۹۵).

تغییرات تحولی می‌تواند در حوزه‌های مختلفی پدید آید. تاکنون تحقیقات علاوه بر ارائه شواهدی مبنی بر تغییرات مثبت در هر سه حوزه شناختی (کالهن و همکاران، ۲۰۰۰)، عاطفی (بارک^۴ و همکاران، ۲۰۰۸) و رفتاری (شکسپیر - فینچ و بارینگتون، ۲۰۱۲^۵)، تغییرات در شخصیت و تغییرات بیولوژیکی را نیز نشان داده‌اند (تدسچی و همکاران، ۲۰۱۸). تغییرات شناختی در مقابل به چالش کشیده شدن تصوراتی که مردم در مورد زندگی‌شان درست می‌پندارند، رخ می‌دهد (تدسچی و کالهن، ۱۹۹۶). افراد در هنگام مواجهه با ضربه، نسخه‌های فردی از مقوله‌های شناختی پایه را ایجاد



۵

1. Post Traumatic Growth

2. Tedeschi, R. G

3. Berger, R

4. Park, C. L

5. Shakespeare- Finch, J., & Barrington, A. J

می‌کنند که برای درک تجربه و باورهای اصلی درباره خود، آینده و دنیایشان استفاده می‌شوند. نظریه سازه شخصی (کلی،^۱ ۱۹۵۵)، نظریه طرح‌واره (اپستین،^۲ ۱۹۹۰) و مدل‌های جهان فرضی (جانوف بولمن،^۳ ۱۹۹۲)، راه‌هایی را برای درک فرآیند رشد پس از ضربه ارائه می‌دهند.

رشد پس از ضربه می‌تواند بر سلامتی افراد نیز اثرگذار باشد. برخی از مسیرها ممکن است شامل تغییرات عمیق در نوع نگاه فرد به زندگی باشد که تغییراتی را در بهبود سلامتی و رفتار اجتماعی ایجاد می‌کند، یا ممکن است پاسخ‌های استرس را کاهش داده و بر عملکرد سیستم ایمنی تأثیر بگذارد و یا مسیرهای دیگری که بدون تغییر کلی شخصی مزایایی را به همراه دارد (آسپینوال و تدسچی،^۴ ۲۰۱۰).

مفهوم‌سازی‌های نظری متعددی برای تفکر در مورد پیامدهای مثبت پس از ضربه ارائه شده است، برخی از آنها عبارت‌اند از: تاب‌آوری (راتر،^۵ ۲۰۰۷)، احساس انسجام (آنتونوفسکی،^۶ ۱۹۹۸)، سرسختی^۷ (کوباسا،^۸ ۱۹۷۹)، انعطاف‌پذیری بوم‌شناختی^۹ (اونگار، ۲۰۱۳). این مدل‌ها از زبان‌های متنوعی استفاده می‌کنند و مفروضات متفاوتی در مورد ماهیت پیامدهای مثبت پس از ضربه و مکانیسم‌های مختلف آن را شناسایی می‌کنند (اولری و لاکوویکس،^{۱۰} ۱۹۹۵). رشد پس از ضربه هم به کل فرآیندهای زیستی - روانی - اجتماعی - معنوی که از رویارویی با ضربه آغاز می‌شود و هم به نتیجه‌ای اشاره دارد که ممکن است به‌عنوان خودآگاهی از «اینجا و اکنون» مشاهده شود، که با تأمل در مورد آنچه اتفاق افتاده است، گذشتن و پیوند دادن گذشته با حال، پدید می‌آید. رشد پس از ضربه می‌تواند اشکال مختلفی داشته باشد؛ از معنای ساده اما قوی «من تغییر کردم» تا تغییرات پیچیده‌تر در قالب روایت‌های زندگی تغییر یافته (برگر، ۲۰۲۴).

رشد پس از ضربه از طریق دیدگاه‌های نظری متعدد مورد بررسی قرار گرفته است. نگاه غالب در میان آنها دیدگاه رابطه ضربه و شخصیت است. اجزای اصلی مدل شامل یک رویداد با پتانسیل

1. Kelly, G. A

3. Janoff-Bulman, R

5. Rutter, M

7. Hardiness

9. Ecological Resilience

2. Epstein, S

4. Aspinwall, L. G

6. Antonovsky, A

8. Kobasa, S. C

10. O'leary, V. E., & Ickovics, J. R

متزلزل‌کنندگی، چالش‌ها و پریشانی عاطفی، نشخوار فکری و رشد است. رویداد متزلزل‌کننده ممکن است روشی را که مردم از طریق آن به زندگی معنا می‌دهند، چرایی شرایط نامطلوب، هدف و معنای زندگی را به چالش بکشد، در تضاد قرار دهد، یا باطل کند (کشیپ و حسین، ۲۰۱۸). فرآیند تغییر در باورهای هسته‌ای کاتالیزوری برای نشخوار فکری است، یعنی پردازش تجربه آسیب‌زا و پیامدهای آن، که جزء اصلی تشکیل‌دهنده رشد پس از ضربه است (کالهن و تدسچی، ۲۰۱۳). نشخوار فکری می‌تواند به‌عنوان افکار مزاحم باشد که اغلب خودکار و نامطلوب هستند یا می‌تواند حساب‌شده، سازنده و بر اساس فکر باشد (ماتسوی و تاکو، ۲۰۱۶)^۱. هنگامی که این نوع نشخوار فکری جای خود را به نشخوار حساب‌شده و متفکرانه می‌دهد، احتمال وقوع رشد پس از ضربه وجود دارد (تدسچی و همکاران، ۲۰۱۸). این فرآیند به افراد اجازه می‌دهد تا روایت خود را تغییر دهند، از باورها و فرضیات قبلی جدا شوند، جهان «تغییر یافته» را بپذیرند و با واقعیت جدید کنار بیایند و در عین حال باورها و هویت‌های جدیدی را بازسازی کنند (تدسچی و همکاران، ۲۰۱۸).

اگرچه تعداد دقیق دامنه‌های رشد پس از ضربه از فرهنگی به فرهنگی دیگر متفاوت است (تدسچی و همکاران، ۲۰۱۸)؛ اما مطالعات نشان داده‌اند که افراد اغلب رشد پس از ضربه را در دامنه‌های مشترکی تجربه می‌کنند (تاکو^۲ و همکاران، ۲۰۲۱)؛ در پنج حوزه خودپنداره، قدردانی از امکانات جدید در زندگی، روابط اجتماعی، فلسفه زندگی، بهبود معنویت (صالحی و دهشیری، ۱۳۹۷).

رشد پس از ضربه موضوعی است که از نگاه ادیان الهی مغفول نمانده است. ظرفیت انعطاف‌پذیری و به‌فعلیت رساندن انسان پس از مبارزه با ناملایمات در طول تاریخ تصدیق شده است. باورهای دینی و معنوی چارچوب‌های شناختی قدرتمندی فراهم می‌کنند که به سختی‌ها معنا می‌بخشند، انعطاف‌پذیری را تقویت می‌کنند و در مواجهه با چالش‌های زندگی نتایج مثبتی را ترویج می‌دهند (کوئینگ، ۲۰۱۲). مفهوم رشد پس از ضربه در ادیان بزرگ جهان (مسیحیت، بودیسم، یهودیت، هندوئیسم، و اسلام) گنجانده شده است (برگر، ۲۰۲۴).

در اسلام نیز رشد به‌عنوان فلسفه و حکمت مصائب مطرح شده است. اسلام می‌آموزد که هر مؤمنی با سختی آزمایش می‌شود و هرچه ایمان در انسان قوی‌تر باشد، امتحان سخت‌تر است



1. Matsui, T., & Taku, K

2. Taku, K

(تدسجی و همکاران، ۲۰۱۸، ص ۲۲). پوناماکی (۲۰۱۰) عناصری را در فرهنگ عربی - اسلامی شناسایی کرد که می‌توانند رشد پس از ضربه را تقویت کنند. احمدی (۱۳۹۶) اثربخشی معنویت درمانی برگرفته از مفاهیم اسلامی را بر افزایش نشانه‌های رشد پس از ضربه نشان داده است. با این حال به اذغان برگر، دانش در مورد رشد پس از ضربه در زمینه ادیان مختلف و از جمله اسلام محدود است (برگر، ۲۰۲۴).

قرآن کریم به‌عنوان کتابی که راه سعادت را به انسان می‌نماید، در موارد متعدد به بیان مشکلات و حوادثی مانند جنگ‌ها و بیماری‌های طاق‌فرسای جسمی و داشتن کودک معلول و... می‌پردازد و راه حل صحیح و شیوه برخورد توحیدی را در برخورد با آنها مطرح می‌کند. در نگاه قرآنی، آسیب‌ها و رویدادهای چالش‌برانگیز، جزئی از زندگی انسان در دنیاست. با توجه به آیه شریفه ﴿لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ﴾ (بلد: ۴) و تأمل در آیات بسیاری که در رابطه با آسیب‌ها و بلایای زندگی دنیوی نازل شده‌اند، نشانه‌هایی از رشد پس از ضربه را می‌توان مشاهده کرد. جنگ تبوک و شکستی که بر مسلمین اتفاق افتاد یکی از مصادیق سخت ضربه روانی است که مؤمنین تحمل کرده و در جواب منافقینی که به آنها طعنه زدند با استدلال به سرپرستی خداوند راهکار توکل را برگزیدند: ﴿قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ﴾ (توبه: ۵۱). مثال دیگر داستان سه نفری است که در رفتن به جنگ تبوک تعلل کردند: ﴿وَعَلَى الثَّلَاثَةِ الَّذِينَ خُلِفُوا حَتَّىٰ إِذَا ضَاقَتْ عَلَيْهِمُ الْأَرْضُ بِمَا رَحُبَتْ وَضَاقَتْ عَلَيْهِمْ أَنْفُسُهُمْ وَظَنُّوا أَنْ لَا مَلْجَأَ مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَيْهِ ثُمَّ تَابَ عَلَيْهِمْ لِيَتُوبُوا إِنَّ اللَّهَ هُوَ التَّوَّابُ الرَّحِيمُ﴾ (توبه: ۱۱۸). تجربه ضربه روانی دشواری که موجب شد آنها به سمت خداوند برگردند و باورهای خداشناختی و رفتارهای آنها دستخوش تغییر گردید. و یا در داستان حضرت ایوب عليه السلام ضربه‌های متعدد جسمی و روانی موجب رنجش ایشان شده بود، سوانح سخت و دشوار سبب شد تا از راهکار دعا و معنویت برای چاره‌گشایی بهره ببرند: ﴿وَإِيּوَبُ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ وَأَنْتَ أَرْحَمُ الرَّاحِمِينَ﴾ (انبیاء: ۸۳).

در مواردی نیز قرآن کریم مصادیقی برای شناسایی رشد پس از ضربه و نیز راهکارهایی برای رسیدن به آن را مطرح می‌کند. در آیه مبارکه ﴿الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ﴾ (بقره: ۱۵۶)، روش و شیوه رسیدن به رشد پس از ضربه را بیان می‌کند. در برخی آیات نیز می‌توان شواهدی از نشانه‌های رشد عاطفی و هیجانی افراد موفق در مواجهه با ضربه‌ها را یافت و مورد بررسی قرار داد؛ برای نمونه در آیات مربوط به جنگ حنین: ﴿ثُمَّ أَنْزَلَ اللَّهُ سَكِينَتَهُ عَلَى رَسُولِهِ وَعَلَى

الْمُؤْمِنِينَ وَ أَنْزَلَ جُنُودًا لَّهُمْ تَرَوُهَا وَعَدَّبَ الَّذِينَ كَفَرُوا وَ ذَٰلِكَ جَزَاءُ الْكَافِرِينَ ﴿توبه: ۲۶﴾، ﴿ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُمْ مِنْ بَعْدِ الْغَمِّ أَمَنَةً نُّعَاسًا يَغْشَى طَائِفَةً مِنْكُمْ...﴾ (آل عمران: ۱۵۴)، به آرامش و خواب راحت افراد رشد یافته‌ای اشاره می‌شود که ضربه‌های سخت روانی را متحمل شدند.

در آیات فراوانی سرانجام افرادی که در برخورد با بلاهای سخت موفق هستند و صبر می‌کنند مطرح می‌شود. رسیدن حضرت ابراهیم علیه السلام به مقام امامت و الگو شدن برای جامعه بشریت، پس از تحمل سختی‌های بسیار، نمونه‌ای از این پیامدهاست. سرانجام دیگری که بر سر بلنداند برخورد با ضربه متصور است، بازگشت به خداوند و رجعت به معنویت و ارزشهاست: ﴿وَبَلَّوْنَا هُمُ بِالْحَسَنَاتِ وَالسَّيِّئَاتِ لَعَلَّهُمْ يَرْجِعُونَ﴾ (اعراف: ۱۶۸).

در روایات نیز شکوفا شدن استعدادهای نهفته انسانی به‌عنوان یکی از علل و حکمت‌های مصایب در آیان قرآن و روایات مطرح شده است؛ استعدادهایی که در آرامش و آسایش شناخته نمی‌شوند؛ چنان‌که امام علی علیه السلام می‌فرماید: «در دگرگونی احوال گوهر مردان معلوم شود».^۱ در برخی روایات نیز به تحقق رشد پس از ضربه بر افراد صبور صحه گذاشته شده است. امام جعفر صادق علیه السلام می‌فرماید: «(ممکن است) برای بنده‌ای در نزد خدا درجه و رتبه‌ای باشد که از طریق عملش به آن درجه نمی‌رسد، پس خداوند او را به بلا و مصیبتی در بدن و یا مال و یا مصیبت فرزند مبتلا می‌سازد تا اگر صبر و تحمل نماید خداوند او را به آن درجه برساند».^۲ و یا نمونه‌ای دیگر به درجاتی از بهشت اشاره شده که راه رسیدن انسان مؤمن به آن فقط با سختی و تحمل بلا میسر می‌شود؛ چنان‌که رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و سلم می‌فرماید: «در بهشت منظره‌هایی است که نه به چیزی آویزان است و نه تکیه‌گاهی در زیر دارد و بندگان با اعمال خود نمی‌توانند به آنها دست یابند».^۳ کسی از آن حضرت پرسید: صاحبان این منزل‌ها چه کسانی هستند؟ آن حضرت فرمود: «آنها اهل بلاها و رنج‌ها هستند».^۴

به‌طور خلاصه می‌توان گفت واکنش انسان در برابر سختی‌ها می‌تواند تعیین‌کننده صعود یا سقوط و

۱. وَ فِي تَقَلُّبِ الْأَخْوَالِ عَلِيمٌ جَوَاهِرُ الرِّجَالِ

۲. إِنَّ الْعَبْدَ لَيَكُونُ لَهُ عِنْدَ اللَّهِ الدَّرَجَةُ لَا يَبْلُغُهَا بِعَمَلِهِ فَيَبْتَلِيهِ اللَّهُ فِي جَسَدِهِ أَوْ يُصَابُ بِمَالِهِ أَوْ يُصَابُ فِي وَوَلَدِهِ فَإِنْ هُوَ صَبَرَ بَلَغَهُ

اللَّهُ إِيَّاهَا

۳. إِنَّ فِي الْحِجَّةِ مَنَازِلَ لَا يَتَأَلَّهَا الْعِبَادُ بِأَعْمَالِهِمْ لَيْسَ لَهَا عِلَاقَةٌ مِنْ فَوْقِهَا وَلَا عِمَادٌ مِنْ تَحْتِهَا

۴. هُمْ أَهْلُ الْبَلَاءِ وَالْهُمُومِ

به بیان دیگر، محرکی برای رشد و شکوفایی یا عاملی برای ایجاد استرس، اضطراب، افسردگی و اختلال باشد. وجود مباحث گسترده در رابطه با رشد پس از ضربه در قرآن محققان داخلی را نیز به سمت پژوهش در این رابطه هدایت نموده است. با بررسی‌هایی که در تحقیقات انجام‌شده صورت گرفت، دو دسته پژوهش به‌زعم محقق جامع‌تر و به موضوع پژوهش نزدیک‌تر بودند:

۱. برخی از پژوهش‌های قرآنی با تمرکز بر مفهوم رشد به بررسی ابعاد، مفاهیم و مؤلفه‌های رشد در قرآن پرداخته‌اند و در ضمن بررسی آن در پاره‌ای موارد به رشد پس از ضربه نیز اشاره کردند:

اکبری (۱۳۸۸) ضمن بررسی داستان‌های قرآنی و تحلیل مفهوم رشد ذیل آیات مربوط به آن، تحمل سختی‌ها و صبر در نامالایمات جهت انجام تکالیف را عنصر مشترک رسیدن به رشد در داستان زندگی انبیای الهی می‌داند. وجدانی و ایمانی (۱۳۹۱) در ضمن تحلیل مفهوم رشد، استقامت در طریق حق را در کنار مفهوم حقیقت و یقین، یکی از مفاهیم مرتبط با رشد دانسته‌اند. حسینی رامندی (۱۴۰۰) مفاهیم شکنجایی، استقامت، صلابت و استواری در مسیر حق را در کنار مفاهیم دیگر، به‌عنوان مراحل و مؤلفه‌های رشد متعالی و به‌مثابه اصول و قواعد تربیت اخلاقی می‌داند؛

۲. در برخی پژوهش‌ها با تمرکز بر مفهوم ضربه، به بررسی مصیبت‌ها و بلاها پرداخته‌اند و در ضمن مطالعه حکمت و علت سختی‌ها به مفهوم رشد و مصادیق آن نیز اشاره شده است:

پازوکی (۱۳۹۱) آثار تربیتی بلاها را فراهم شدن زمینه‌های رشد استعدادها و ظهور صلاحیت باطن انسان، تبه و کفاره گناهان ذکر می‌کند. حاجی بابایی (۱۳۹۴) فلسفه سختی‌ها و آزمایش‌های دشوار را رساندن انسان به قرب الهی، مربوبیت و عبودیت عبد می‌داند و از این طریق به‌طور ضمنی رشد پس از ضربه را تقرب به درگاه احدیت معنا می‌کند. افرنگان (۱۳۹۹) آثار تربیتی مهمی را برای صبر در مشکلات ذکر می‌کند، که می‌توان از جمله آن آثار به امداد غیبی، ترک گناه، موفقیت، دینداری، آگاهی نسبت به ویژگی‌های نیک و نهان، ایجاد روحیه امیدواری، غلبه بر مشکلات استجاب دعا، جلب محبت و... اشاره کرد.

با این حال با بررسی تحقیقات داخلی و خارجی، پژوهش روان‌شناختی که به بررسی رشد پس از ضربه با تمرکز بر مفهوم ضربه پرداخته باشد، یافت نشد و به‌نظر می‌رسد در این زمینه خلأ پژوهشی به چشم می‌خورد؛ لذا به‌طور خلاصه، از یک‌سو عدم فهم و شناخت کافی از مفهوم رشد پس از ضربه با نگاه روان‌شناختی از دیدگاه ادیان توحیدی و از سوی دیگر اهمیت رشد در اسلام و

شواهد فراوان قرآنی و در نهایت فراگیر بودن رویدادهای آسیب‌زا در زندگی افراد مختلف، این ضرورت را روشن می‌سازد که مدل مفهومی رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی بر اساس قرآن کریم ترسیم گردد.

روش تحقیق

روش تحقیق در این پژوهش، بنیادی، اکتشافی، کیفی، توصیفی - تحلیلی است و از حیث رویکرد، کیفی - کمی بوده و شامل سه مرحله معنانشناسی زبانی، روش تحلیل شبکه مضامین آترید استرلینگ^۱ و روش توصیفی زمینه‌یابی به جهت بررسی روایی محتوایی مضامین است. جامعه‌متنی در این پژوهش قرآن و نمونه‌گیری در این پژوهش، غیرتصادفی و از نوع هدفمند بوده و شامل آیات مرتبط با مفهوم ضربه بوده است. بدین منظور ابتدا با استفاده از علم معنانشناسی زبانی، حوزه معنایی ضربه شناسایی شد. جهت معنانشناسی واژه و معانی مشابه تروما در قرآن از ابزار کتاب لغت با تمرکز بر واژه‌های قرآن (کتاب المفردات فی غریب القرآن و کتاب التتحقیق فی کلمات قرآن کریم) استفاده گردید.

در قدم اول واژه‌های مصیبه، بلا، ضیق، حرج، فتنه، شر، عسر و در ادامه با تفحص بیشتر در آیات قرآن، واژه‌های شر، تکلیف و کبد نیز به حوزه معنایی اضافه گردید. سپس با جست‌وجوی آیاتی که شامل کلید واژه‌های مصیبه، بلا، ضیق، حرج، فتنه، شر، عسر، رجز، تکلیف، کبد و مشتقات آنها بودند نمونه‌ها جمع‌آوری شدند. در مرحله اول ۳۲۵ گزاره اولیه به دست آمد، که پس از مطالعه آیات و حذف موارد نامربوط به پرسش پژوهش، ۲۳۷ گزاره مرتبط باقی ماند.

این پژوهش به بررسی و تحلیل مضامین قرآنی مرتبط با رشد پس از ضربه می‌پردازد. برای این منظور پس از جمع‌آوری آیات مربوطه، فرایند تحلیل با استفاده از روش تحلیل مضمون آغاز شد تا یک تعریف جامع از رشد پس از ضربه ایجاد شود. روش تحلیل مضمون و قابلیت‌های تحلیلی آن کمک قابل توجهی به فهم مضامین مکنون در قرآن می‌کند (کاوایی و نظری، ۱۴۰۱). در این مطالعه تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از مدل آترید - استرلینگ انجام شده است. در شبکه مضامین آترید - استرلینگ سه لایه از مضامین وجود دارد: مضمون پایه،



مضمون سازمان‌دهنده، مضمون فراگیر (آترید - استرلینگ، ۲۰۰۱، ص ۳۸۸). لازم به ذکر است که گزاره‌های مرتبط با تروما در پاره‌ای موارد به بیان افراد ناموفق در برخورد با شرایط سخت می‌پردازد، که به موضوع پژوهش مرتبط نیست و تنها محتوای مربوط به مواجهه سالم و متناسب با رشد در کدها وارد شدند.

در مرحله آخر برای اطمینان از صحت یافته‌ها و تطابق آنها با آیات قرآنی، از ارزیابی نظر سه متخصص در علوم اسلامی و روان‌شناسی استفاده شد. این ارزیابی به منظور سنجش روایی محتوا انجام شد. طبق استاندارد لین، برای تأیید روایی هر مؤلفه باید مقدار شاخص روایی محتوا کمتر از ۰/۷۸ نباشد (پولیت و بک، ۲۰۰۶). متخصصان در یک طیف چهار درجه‌ای شامل «کاملاً مرتبط»، «تا حدی مرتبط»، «نیاز به بازبینی» و «بی‌ارتباط»، میزان ارتباط هر مضمون با آیه قرآنی استنادشده را سنجیدند. نتایج حاصل از این ارزیابی، روایی و اعتبار پژوهش را تأیید کرد. در نهایت، گزارش پژوهش ارائه گردید.

یافته‌های پژوهش

داده‌های تحقیق در این روش در مضامینی به شرح ذیل صورت‌بندی شده و به شکل مدلی مفهومی ارائه می‌شوند. در این الگوسه مضمون سازمان‌دهنده وجود دارد: عوامل زمینه‌ای که پیش‌بینی‌کننده رشد پس از ضربه هستند؛ رشد فرایندی که به توصیف فرایند اولیه رشد می‌پردازد و در نهایت مضمون رشد عمیق که سطح عمیق‌تر رشد را مطرح می‌کند. پس از معرفی مختصری از مضامین سازمان‌دهنده، جداولی شامل نمونه‌هایی از آیات مورد استناد ارائه گردیده است. لازم به ذکر است که با توجه به حجم بالای آیات بررسی شده امکان درج تمام شواهد در جداول وجود نداشت و به ذکر چند مورد اکتفا شد. در ادامه به معرفی این مضامین پرداخته می‌شود.

عوامل زمینه‌ای: عوامل زمینه‌ای از سه مضمون سازمان‌دهنده ارتباط سالم با خداوند، ارتباط سالم با خود، و ارتباط سالم با واقعیت اخذ شده‌اند. این عوامل موجب می‌شوند فرد مستعد رشد پس از ضربه شود.

جدول ۱: عوامل زمینه‌ای رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی

| مستند قرآنی | کد اولیه | مضمون پایه | مضمون | مضمون فراگیر |
|--|----------------------|-----------------------|----------------|----------------|
| ... رَبَّنَا وَلَا تُخِزْنَا مَا لَنَا بِهٖ لَاقَةٌ لَنَا بِهٖ (بقره: ۲۸۶) | دعا کردن | ارتباط سالم با خداوند | عوامل زمینه‌ای | رشد پس از ضربه |
| وَكَأَيِّن مِّن نَّبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ مَظْهُومٌ مَّا هُوَ... (ال عمران: ۱۴۶) | حرکت در راه خدا | | | |
| مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ... وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ (تغابن: ۱۸) | ایمان به خدا | | | |
| إِنْ تَصْبِرُوا... لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا (ال عمران: ۱۲۰) | صبر کردن | ارتباط سالم با خود | | |
| إِنْ... تَتَّقُوا لَا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا (ال عمران: ۱۲۰) | تقوا داشتن | | | |
| وَكَأَيِّن مِّن نَّبِيٍّ قَاتَلَ مَعَهُ مَظْهُومٌ مَّا هُوَ... (ال عمران: ۱۴۶) | همراهی با پیامبر خدا | ارتباط سالم با واقعیت | | |
| ... يَظُنُّونَ أَنَّهُمْ مُلَاقُوا اللَّهِ... وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ (بقره: ۲۴۹) | آگاهی از معاد | | | |

رشد فرایندی پس از ضربه: افراد موفق در برخورد با تروما، در فرایند اولیه تغییرات مثبت، در سه حوزه شناختی، عاطفی و رفتاری رشد را تجربه می‌کنند. بدین ترتیب مضمون رشد فرایندی از سه مضمون سازمان دهنده شناخت واقع‌بینانه، عاطفه مثبت و رفتار فعالانه انتزاع می‌شود. شناخت واقع‌بینانه شامل سه خرده‌مضمون باور خداشناختی حمایتگرانه، باور انسان‌شناختی عبدمدارانه و باور هستی‌شناختی معاد محور می‌شود. عاطفه مثبت شامل اطمینان قلب، احساس توانمندی، احساس امنیت، امیدواری، خوف از پروردگار و رفتار فعالانه از چهار مضمون تنظیم رابطه با خدا، تنظیم رابطه با خود، تنظیم رابطه با دیگران و تنظیم رابطه با هستی تشکیل می‌شود. در ادامه نمودار رشد فرایندی و مضامین سازمان دهنده آن و جداول مستندات ارائه می‌گردد.

جدول ۲: رشد فرایندی پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی

| مستند قرآنی | کد اولیه | مضمون پایه | مضمون | مضمون فراگیر |
|---|------------------------|----------------|-------------------|------------------------|
| قَالَ الَّذِينَ يُكْفَرُونَ إِنَّهُمْ مِلَاقُوا اللَّهِ كَافِرًا... (بقره: ۲۴۹) | باور به قدرت خداوند | باور خداشناختی | شناخت واقع‌بینانه | رشد فرایندی پس از ضربه |
| كُذِّبَتْ مِنْ قِبَتِهِ قَلِيلَةً غَلِيظَةً كَثِيرَةً... (بقره: ۲۴۹) | باور به حمایت خداوند | حمایتگرانه | | |
| وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الضُّرُّ... (انبیاء: ۸۳) | باور به رحمانیت خداوند | | | |
| ... فَلَنُحْسِنَنَّ إِلَيْهِ وَلَنَجْزِيَنَّهُ أَجْرًا عَظِيمًا... (زمر: ۳۸) | باور به کفایت خداوند | | | |
| فَلَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ... (توبه: ۵۱) | باور به سرپرستی خداوند | | | |
| إِذْ تَسْتَعِينُونَ رَبَّكُمْ فَأَسْتَجِبْ لَكُمْ... (انفال: ۹) | باور به اجابت خداوند | | | |
| ... وَظَلُّوا أَن لَّمْ يَلْحَاقُوا مِنَ اللَّهِ إِلَّا إِلَهًا... (توبه: ۱۱۸) | باور به ملجأ بودن خدا | | | |



| مستند قرآنی | کد اولیه | مضمون پایه | مضمون سازمان‌دهنده | مضمون فراگیر |
|--|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---------------|
| الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ... (بقره: ۱۵۶) | انسان از خداست | باور | | |
| قُلْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنَا فَاعْبُدْنِي وَأَقِمِ صَلَاةَ لِقَابِي ذُكَّرًا وَمَن يَكْفُرْ مِنِّي فَرَحًا فَإِنِّي لَمِنَ الْخَاسِرِينَ... (بقره: ۲۱) | انسان مالک خود نیست | انسان ناتوان است | انسان‌شناختی | عبدمدارانه |
| قُلْ إِنِّي لَأَمْلِكُ لَكُمْ صَرًّا وَلَا رِجْسًا... (جن: ۲۱) | انسان مالک خود نیست | انسان ناتوان است | انسان‌شناختی | عبدمدارانه |
| لَنْ يَضُرَّكُمْ شَيْءٌ يُسْأَلُ عَنْهُ حَتَّى تَقُولُوا لَهُمْ... (آل عمران: ۱۱۱) | زمان معین مرگ | باور به هستی‌شناختی | باور هستی‌شناختی | معادمحور |
| كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ... (انبیاء: ۳۵) | انسان به سمت خدا می‌رود | فلسفه مصایب | انسان به سمت خدا می‌رود | |
| إِنَّا أَنصَبْنَاهُمْ مُصِيبَةً فَأَلْوَانُهُم لَبَّيْلَةٌ... (بقره: ۱۵) | معاد در پیش است | انسان به سمت خدا می‌رود | معاد در پیش است | |
| إِنِّي لَأَدِّينُ لَكُمْ دِينَكُمْ إِن كُنتُمْ تُحِبُّونَ... (بقره: ۱۷۷) | اطمینان قلب | عاطفه مثبت | عاطفه مثبت | |
| مَا جَعَلَ اللَّهُ إِلَّا بُحْرَىٰ وَكَافُورًا... (آل عمران: ۱۲۶) | احساس توانمندی | احساس امنیت | احساس توانمندی | |
| ... كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا كَذَّبَتْ فَتْنَةً عَلَيْهِمْ... (بقره: ۲۴۹) | احساس امنیت | احساس امنیت | احساس امنیت | |
| ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُم مِّن بَعْدِ الْغَمِّ أَمْنًا... (آل عمران: ۱۵۴) | امیدواری | امیدواری | امیدواری | |
| إِنَّهَا مُصِيبَةٌ مَّا أَصَابَتْكُمْ... أَلَيْسَ الضُّحَىٰ... (هود: ۸۱) | خوف از پروردگار | خوف از پروردگار | خوف از پروردگار | |
| الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَّت قُلُوبُهُمْ... (حج: ۳۵) | دعا کردن | تنظیم رابطه با خدا | دعا کردن | رفتار فعالانه |
| وَأَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ لَنِّي كُنتُ مِنَ الضَّالِّينَ... (انبیاء: ۸۳) | نماز | نماز | نماز | |
| ... الضَّالِّينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَهُمُ مِنَ الْمَقْصِي... (حج: ۳۵) | توکل | توکل | توکل | |
| قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ... (توبه: ۵۱) | استغفار | استغفار | استغفار | |
| فَلَمَّا أَخَذَتْهُمْ الرِّجْفَةُ قَالُوا... فَأَغْفِرْ لَنَا... (اعراف: ۱۵۵) | اجابت خدا و رسول | اجابت خدا و رسول | اجابت خدا و رسول | |
| الَّذِينَ اسْتَجَابُوا لِلَّهِ وَالرَّسُولِ بَعْدِي... (آل عمران: ۱۷۲) | صبر کردن | تنظیم رابطه با خود | صبر کردن | |
| الضَّالِّينَ عَلَىٰ مَا أَصَابَتْكُمْ... (حج: ۳۵) | ثبات قدم | ثبات قدم | ثبات قدم | |
| ... يُثَبِّتْ بِهِ الْأَقْدَامَ... (انفال: ۱۱) | سستی نکردن | سستی نکردن | سستی نکردن | |
| ... فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ... (آل عمران: ۱۴۶) | ناتوان نشدن | ناتوان نشدن | ناتوان نشدن | |
| ... وَهَتُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ... (آل عمران: ۱۴۶) | تسلیم نشدن | تسلیم نشدن | تسلیم نشدن | |
| ... فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ... وَمَا... (آل عمران: ۱۴۶) | خواب راحت | خواب راحت | خواب راحت | |
| ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْكُم مِّن بَعْدِ الْغَمِّ... (آل عمران: ۱۵۴) | یاری گرفتن از دیگران | تنظیم رابطه با دیگران | یاری گرفتن از دیگران | |
| وَالَّذِينَ إِذَا أَصَابَهُمُ الْبُرْءُ هُمْ يَتَّبِعُونَ... (شوری: ۳۹) | قاطعیت در برخورد با مقصر | قاطعیت در برخورد با مقصر | قاطعیت در برخورد با مقصر | |
| فَإِذَا لَقِيتُمْ الَّذِينَ كَفَرُوا فَصَرْبٌ... (محمد: ۴) | توجه به نعمت‌های دیگر | تنظیم رابطه با هستی | توجه به نعمت‌های دیگر | |
| أُولَٰئِكَ أَصَابَتْكُم مُّصِيبَةٌ قَدْ أَصَبْتُمْ... (آل عمران: ۱۶۵) | بیان انا لله وانا اليه راجعون | بیان انا لله وانا اليه راجعون | بیان انا لله وانا اليه راجعون | |
| الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْكُم مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ... (بقره: ۱۵۶) | برنامه‌ریزی | برنامه‌ریزی | برنامه‌ریزی | |
| فَلَمَّا دَخَلُوا عَلَيْهِ قَالُوا يَا أَيُّهَا الْعَزِيزُ... (يوسف: ۸۸) | | | | |

رشد عمیق پس از ضربه: آخرین مضمون شامل چهار خرده‌مضمون رشد معنوی، رشد شناختی،

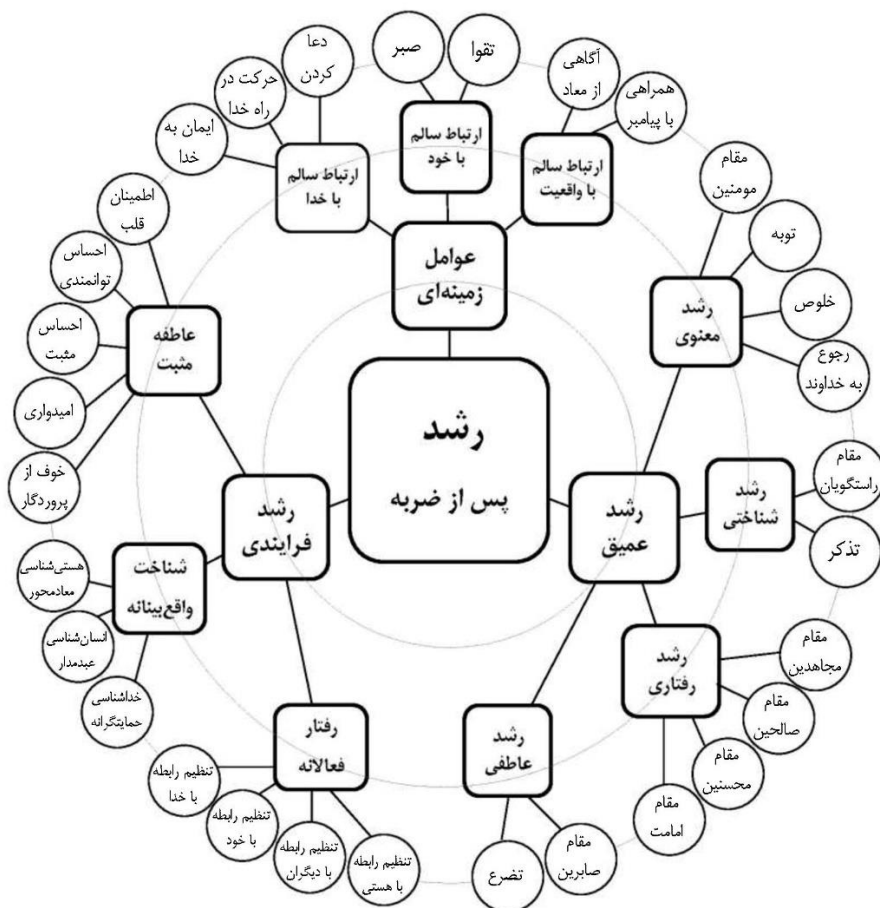
رشد عاطفی و رشد رفتاری می‌گردد.

جدول ۳: رشد عمیق پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی

| مستند قرآنی | کد اولیه | مضمون پایه | مضمون سازمان دهنده | مضمون فراگیر |
|---|-------------------------|------------|--------------------|----------------|
| وَمَا أَصَابَكُمْ... وَيُعَلِّمُ الْمُؤْمِنِينَ (آل عمران: ۱۶۶؛ تغابن: ۱۱) | رسیدن به مقام مؤمنین | رشد معنوی | رشد عمیق | رشد پس از ضربه |
| أَوْ لَا يَرَوْنَ أَنَّهُمْ يُفْتَنُونَ... ثُمَّ لَا يَتُوبُونَ... (توبه: ۱۲۶) | توبه (بازسازی) | | | |
| وَلِيَتَنَبَّأَ اللَّهُ... لِيُنَجِّصَ مَا فِي قُلُوبِكُمْ... (آل عمران: ۱۵۴) | خلوص (پاکسازی) | | | |
| وَتَلُوذًا لَهُمْ... عَالِمُهُمْ يَرْجِعُونَ (اعراف: ۱۶۸) | رجوع به خدا | | | |
| وَلَقَدْ فَتَنَّا... فَلْيُغْلِبُوا اللَّهُ الَّذِينَ صَدَقُوا... (عنکبوت: ۳) | رسیدن به مقام راستگويان | رشد شناختی | | |
| أَوْ لَا يَرَوْنَ أَنَّهُمْ يُفْتَنُونَ... وَلَا هُمْ يَذَّكَّرُونَ (توبه: ۱۲۶) | تذکر | | | |
| وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ... الصَّابِرِينَ... (محمد: ۳۱) | رسیدن به مقام صابرين | رشد عاطفی | | |
| ... فَأَعْنَاهُمْ بِالنَّاسِ وَالصِّرَاطِ لَعَلَّهُمْ يَنْصَرِّشُونَ (انعام: ۴۲) | تضرع | | | |
| ... مَنَّهُمُ الصَّالِحُونَ... يَلُونَاهُمْ... (اعراف: ۱۶۸) | رسیدن به مقام صالحين | رشد رفتاری | | |
| ... يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَضِعُوا جُنَاحَكُمْ... (توبه: ۱۲۰) | رسیدن به مقام محسنين | | | |
| وَإِذِ ابْتَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ... إِنِّي جَاعِلُكَ لِلنَّاسِ إِمَامًا... (بقره: ۱۲۴) | رسیدن به مقام امامت | | | |
| وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّىٰ نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ... (محمد: ۳۱) | رسیدن به مقام مجاهدين | | | |



مدل مفهومی رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی: با کنار هم قرار دادن مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر به دست آمده از تحلیل مضامین آیات قرآن، شبکه مضامین ذیل قابل دسترسی است. به این ترتیب که ابتدا کدهای اولیه که بیرونی ترین دایره را تشکیل می دهد از تحلیل آیات به دست می آید و پس از آن مضامین پایه، سپس مضامین سازمان دهنده انتزاع می شود و در نهایت، مضمون فراگیر رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی پدیدار می گردد.



شکل ۱: شبکه مضامین رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی

بحث و نتیجه‌گیری

در این پژوهش واژه‌ها و آیات مرتبط با ضربه شناسایی شده و سپس با توجه به سؤال پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته و مدل مفهومی رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه روانی به دست آمد. بدین ترتیب، تعریف رشد پس از ضربه با تأکید بر مفهوم ضربه بر اساس قرآن کریم بدین شکل به دست آمد: رشد پس از ضربه در دو سطح فرایندی و عمیق در مواجهه با یک ضربه روانی پدید می‌آید؛ در سطح فرایندی مجموعه‌ای از ویژگی‌های شناختی واقع‌بینانه، عاطفی مثبت و رفتاری فعالانه در فرد اتفاق می‌افتد و در سطح عمیق، رشد معنوی، رشد شناختی، رشد عاطفی و رشد رفتاری صورت می‌گیرد، همچنین عوامل ارتباط سالم با خداوند، ارتباط سالم با خود، و ارتباط سالم با واقعیت زمینه ایجاد رشد را فراهم می‌نمایند.

برخی رفتارها و زمینه‌ها شرایط را به نحوی ترتیب می‌دهد که در صورت وقوع ضربه، فرد مستعد رشد باشد. افرادی که در همه حال ارتباط خود را با خداوند حفظ می‌کنند و از طریق دعا کردن و گفت‌وگو با پروردگارشان درخواست تحمل بیشتر و سختی‌های متناسب با طاقت خودشان را مطرح می‌کنند (بقره: ۱۸۶)، در زمان وقوع تراوما احساس قدرت بیشتری دارند. دعا می‌تواند به‌عنوان یک مکانیسم مقابله‌ای با تراوما عمل کند. روش‌های مقابله دینی مثبت (حمایت معنوی، بازتعریف مثبت استرسورها از دیدگاه دینی و ارتباط معنوی) به‌طور قابل توجهی با سلامت روانی در ارتباط هستند (وبر و پارگمنت، ۲۰۱۴). خودمهارگری و خودتوانمندسازی فرد پیش از ضربه نیز، یکی از عوامل زمینه‌ساز رشد است. افرادی که با ساخت و پرداخت وجودی خود با دو سلاح صبر و تقوا (آل عمران: ۱۲۰) در مسیر زندگی قدم برمی‌دارند، کید و حیلۀ حوادث نمی‌تواند آنها را از پای بیندازد. به اعتقاد زولنر و مایرکر (۲۰۰۶) افرادی که دارای خودآگاهی بالا هستند، احتمال بیشتری برای تجربه رشد پس از ضربه دارند. همچنین آگاهی از معاد و اعتقاد به ملاقات پروردگار یکی از عوامل مهم زمینه‌ساز رشد است (بقره: ۲۴۹)؛ چنین افرادی هنگام وقوع ضربه تحلیل‌های متفاوتی خواهند داشت و نظام شناختی و فکری واقع‌بینانه آنها برداشت متفاوتی ارائه می‌کند.

در بررسی مفهوم رشد پس از ضربه، می‌توان دو مرحله کلیدی را شناسایی کرد: رشد فرایندی و رشد عمیق. هریک از این مراحل نشان‌دهنده ابعاد مختلفی از واکنش انسان به تجربیات دشوار و چالش‌برانگیز است.

رشد فرایندی به تغییرات و تحولات مثبت فوری اشاره دارد، که افراد پس از تجربه تراوما یا مصیبت در فرایند رشد به آن دست می‌یابند. این نوع رشد معمولاً شامل تغییرات در نگرش، افزایش تاب‌آوری، گسترش عواطف مثبت و بهبود مهارت‌های اجتماعی و عاطفی است. واکنش شناختی واقع‌بینانه، به شناخت‌ها و باورهای فرد پس از مواجهه با ضربه مربوط می‌شود. اعتقاد به قدرت خداوند که می‌تواند فراتر از حساب و کتاب‌های مادی اوضاع و احوال را سامان‌دهی کند و متوسلان به درگاهش را توان و امکان مبارزه با مشکلات بدهد، باوری بسیار کارآمد در زمان مواجهه با تراوماست (بقره: ۲۴۹). باور به کفایت خداوند حس توکل را در فرد آسیب‌دیده تقویت می‌کند (زمر: ۳۸) و حس حمایتگری و پناه بردن به او آرامشی وصف‌ناشدنی به آدمی می‌دهد که صبر را به ارمغان می‌آورد (بقره: ۲۴۹؛ توبه: ۱۱۸). این رویکرد مشابه سبک مقابله تقدیرگرایانه^۱ به

معنای پذیرش و تسلیم در برابر چالش‌ها و مشکلات است. در این روش مقابله، فرد سختی‌ها را به‌عنوان «هدیه‌ای از سوی خدا» می‌پذیرد (اریکان و کارانسی، ۲۰۱۲).

همچنین خودپنداره فرد اثر عمیقی بر تجزیه و تحلیل حوادث می‌گذارد؛ اگر انسان خودش را از خدا بداند و برای خودش وجودی مستقل از خداوند قائل نباشد (مصباح یزدی، ۱۳۹۲، ص ۴۴۶)، در پیچ‌وخم سوانح مبدأ و معادی که برای خودش گمان می‌کند، متناسب با این شناخت تنظیم کرده و تحملش نسبت به حوادث دشوار افزایش می‌یابد و چه بسا عامل رشد او باشد (بقره: ۱۵۶). در این صورت خودش را مالک چیزی نمی‌داند که با از دست دادن آن متأسف شود و اتفاقاً این شناخت صحیح از خود مسبب رشد او می‌شود (یونس: ۴۹). و در نهایت درک واقع‌بینانه از مرز توانمندی‌ها و ناتوانی‌های فرد میزان تسلط و کنترل او نسبت به وقایع را به شکل صحیحی در او پدید می‌آورد (جن: ۲۱). از سوی دیگر هستی‌شناسی فرد درگیر در حادثه تأثیر بسزایی در حرکت فرد در مسیر رشد یا سقوط او خواهد داشت. بهبودی از یک رویداد استرس‌زا شامل کاهش ناهمخوانی بین معنی ارزیابی‌شده آن رویداد و باورها و اهداف جهانی فرد است (جووزف و لینلی، ۲۰۰۵). باور انسان به زمان مرگ معین (یونس: ۴۹) و تحقق عالم پس از مرگ که در آن مجازات مسببان تروما محقق می‌شود و پاداش صابران و متوکلان فراهم است (بروج: ۱۰) و از سوی دیگر شناخت حقیقت وقایع عالم و ضعف مشکلات (آل عمران: ۱۱۱) و آگاهی از فلسفه مصایب و مشکلات (انبیاء: ۳۵) از مصادیق رشد فرایندی پس از ضربه است.

برخی از مصادیق رشد فرایندی پس از ضربه مرتبط با هیجانات و احساسات افراد است. انسان‌های موفق در تروما واکنش عاطفی مثبتی به حادثه نشان می‌دهند. این مصادیق شامل اطمینان قلب (توبه: ۲۵ - ۲۶؛ آل عمران: ۱۲۵ - ۱۲۶)، احساس توانمندی (بقره: ۲۴۹)، احساس امنیت (آل عمران: ۱۵۴)، امیدواری (هود: ۸۱)، خوف از پروردگار (حج: ۳۵) می‌شود. در پژوهش‌های روان‌شناختی نیز به این موضوع اذعان شده است که مدت زمان احساسات مثبت بخشی از تلاش‌های کلی برای افزایش تاب‌آوری در برابر مشکلات و تروماهای اجتناب‌ناپذیری است که افراد در موقعیت‌های سخت و چالش‌برانگیز با آن مواجه می‌شوند (آلگو و فردریکسون، ۲۰۱۱).

همچنین رشد فرایندی پس از ضربه نشانه‌های رفتاری خاصی دارد که مجموعه آنها می‌تواند نمایانگر رفتار فردی باشد که در مسیر صعود به قله‌های کمال در حرکت است. این نشانه‌های رفتاری در چهار حوزه تنظیم رابطه با خدا، خود، دیگران و هستی دیده می‌شود. یکی از رفتارهایی که از افراد موفق پس از مواجه شدن با ضربه دیده می‌شود، ارتباط صمیمانه با خداوند است که در

قالب رفتارهایی مانند دعا (آل عمران: ۱۴۷) و نماز (حج: ۳۵) بروز پیدا می‌کند. توکل کردن به خداوند از رفتارهای دیگری است که نشانه رشد گرفتاران در حادثه است (یونس: ۸۵). از سوی دیگر این افراد تلاش می‌کنند از طریق استغفار کردن و طلب بخشش از احساس گناه مخرب در امان بمانند و احساس شرم معیوب را با احساس متعالی بخشوده شدن محو کنند (اعراف: ۱۵۵). همچنین سربلندان و نیکوکاران علی‌رغم تجربه‌های دشوار تروماتیک به اجابت فرمان‌های الهی می‌پردازند و حتی در لحظات سخت و دشوار دستورات خداوند و پیامبرش را فراموش نمی‌کنند (آل عمران: ۱۷).

برخی از رفتارهایی که از فرد در هنگام مواجهه با تروما سر می‌زند، به رابطه او با خودش مربوط است. قدرت و توان شخصی برای تحمل مشکلات (فرقان: ۲۰؛ نحل: ۱۲۷)، ثبات قدم و قاطعیت در تصمیم‌گیری و رفتار (انفال: ۱۱؛ آل عمران: ۱۴۷)، قوی عمل کردن و تسلیم مشکلات نشدن (آل عمران: ۱۴۶)، و در نهایت زندگی آرام و خواب راحت در کنار مسائل سخت و دشوار (آل عمران: ۱۵۴) از جمله رفتارهای نشان‌دهنده رشد فرایندی پس از ضربه است. تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که تاب‌آوری و توانمندی فردی می‌تواند به‌عنوان عوامل کلیدی در رشد پس از ضربه عمل کند (پارک، ۲۰۱۰). ارتباط با دیگران یکی از ساحت‌های دیگر فرایند رشد در افراد موفق است؛ یاری گرفتن از دیگران (شوری: ۳۹) و کمک گرفتن از افراد مطمئن و آگاه به جای اینکه بر دیگران خشم بگیرند (یوسف: ۸۸) و برخورد قاطعانه و محکم با مقصرین (محمد: ۴)، نمونه‌هایی از این کنش‌های فعالانه در مواجهه با ضربه‌های روانی است. مطالعات اخیر نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی می‌تواند به‌عنوان یک عامل کلیدی در تسهیل رشد پس از ضربه عمل کند (نینگ و همکاران، ۲۰۲۳).

از سوی دیگر افراد رشديافته در رابطه خود با هستی نگاه کل‌نگرانه دارند و علی‌رغم آگاهی از ابعاد سانحه نسبت به نعمت‌های دیگر پروردگار هشیاری کافی را دارند؛ اگرچه روانشان از ضربه سخت جریحه‌دار شده است، اما می‌توانند جنبه‌های مثبت سانحه را نیز واقع‌بینانه تفسیر کنند (آل عمران: ۱۶۵)؛ همچنین برای حل مشکلات و پیامدهای حادثه دست به اقداماتی عملی می‌زنند و برنامه‌ریزی فعالانه دارند (یوسف: ۸۸؛ مائده: ۱۰۶)؛ در حکمت وقوع حادثه تأمل می‌کنند و مبدأ و معاد خود را فراموش نمی‌کنند (بقره: ۱۵۶).

رشد عمیق به تحولات پایدار، عمیق و گسترده مربوط می‌شود. رشد عمیق پس از وقوع ضربه در چهار ساحت شناختی، عاطفی، رفتاری و معنوی پدید می‌آید. رشد شناختی عمیق در فرد به‌واسطه تحمل ضربه روانی سخت سبب می‌شود افراد رشديافته به دلیل درک درست واقعیت و استقامت در

دوری از کذب و گزاره‌های نادرست شناختی به مقام راستگویان دست پیدا کنند (عنکبوت: ۳)؛ نعمت‌های خداوند را فراموش نکرده و مصایب و گرفتاری‌های دیگری که رفع شده را به خود یادآوری می‌نمایند؛ در فهم و شناخت حقیقت‌های غفلت‌شده و قواعد هستی قدرتمند هستند (نمل: ۶۲؛ توبه: ۱۲۶). همچنین تروما در افراد موفق موجب رشد عمیق عاطفی می‌شود؛ صبر و تحمل واقع‌بینانه آنها را به مقام صابرین می‌رساند (محمد: ۳۱) و خضوع و تضرع (انعام: ۴۲؛ اعراف: ۹۴) از جمله هیجان‌ات‌رشد یافته اخلاقی فرد است. ساحت رفتارها یکی دیگر از مناطق رشد فرد پس از ضربه‌های روانی است. افراد سربلند پس از تجربه تروما از تهدید پیش‌آمده برای الگو شدن بهره می‌برند و به مقام امامت دست پیدا می‌کنند (بقره: ۱۲۴)؛ لذا مبارزه افراد قوی و محکم در برابر مشکلات تبدیل به داستان‌هایی تاریخی و مثال‌زدنی می‌شود و تلاش در راه‌حل مشکلات و رشد حاصل از آن، مقام مجاهدین را برای آنها به ارمغان می‌آورد (محمد: ۳۱). رسیدن به مقام محسنین و ثبت عمل صالح در پرونده اعمال انسانی یکی دیگر از مصادیق رشد عمیق فرد پس از صبر و تحمل مشکلات است (توبه: ۱۲۰؛ آل عمران: ۱۷۲)؛ وجود آدمی به واسطه پیروزی در آزمایش‌های سخت و طاقت‌فرسا گسترش پیدا می‌کند و مقام صالحین را کسب می‌کند (اعراف: ۱۶۸).

افراد موفق در مواجهه با ضربه روانی، از تهدیدها فرصتی برای درک و فهم فقر و وابستگی خود به خداوند و عروج معنوی پدید می‌آورند. ساخت و پرداخت معنوی و بازسازی خود (توبه: ۱۲۶) و در نهایت پاکسازی و خلوص فرد در اثر مواجهه با شرایط سخت از جمله مصادیق رشد معنوی است (آل عمران: ۱۵۴)؛ رسیدن به مقام مؤمنین و درک ایمان حقیقی (آل عمران: ۱۶۶) و سرانجام بازگشت به سوی خداوند و تجربه رجعت به سمت پروردگار به معنای حقیقی، احساس مثبت سازنده‌ای است که در حوزه رشد معنوی تعریف می‌شود (اعراف: ۱۶۸).

در نهایت می‌توان گفت یافته‌های این پژوهش می‌تواند به شناسایی عوامل زمینه‌ساز و پیش‌بینی‌کننده‌های رشد پس از ضربه و همچنین فرایند رشد پس از ضربه و ساحت‌های عمیق وقوع رشد کمک کرده و زمینه مناسبی جهت طراحی پرسش‌نامه را فراهم کند، و پس از آن در فرایند طراحی مداخلاتی جهت تسهیل رشد به کار گرفته شود. همچنین با توجه به اینکه این پژوهش با تمرکز بر آیات قرآن و نمونه‌گیری آن با استفاده از جست‌وجوی کلیدواژه‌ای صورت گرفته است؛ لذا عدم دقت و تأمل بر سایر آیات قرآن و نیز روایات فراوانی که در این حوزه به چشم می‌خورد، از محدودیت‌های این تحقیق است.

منابع

قرآن کریم.

احمدی، خدابخش و دارابی، عاطفه (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش صبر بر کاهش سوگ و تسهیل رشد پس از ضربه. روان‌شناسی فرهنگی، ۱(۱)، ۱۱۴ - ۱۳۱.

افرنگان، علی (۱۳۹۹). آثار تربیتی صبر در زندگی انسان از منظر قرآن کریم. علوم اسلامی انسانی، ۶(۲۳)، ۹۰ - ۹۷.

اکبری، صاحبعلی (۱۳۸۸). تأملی در معنای «رشد» در قصص قرآن کریم. علوم قرآن و حدیث، ۴۱(۲)، ۹ - ۳۶.

پازوکی، کربلایی (۱۳۹۱). حکمت بلایا با تکیه بر آیات و احادیث. سراج منیر، ۳(۷)، ۴۷ - ۷۴.
راغب اصفهانی، حسین (۱۳۶۹). ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن با تفسیر لغوی و ادبی قرآن. ترجمه غلامرضا خسروی. انتشارات مرتضوی. تهران.

حاجی بابایی، حمیدرضا (۱۳۹۴). راهبرد تربیتی آزمایش الهی در آیات قرآن. مطالعات تفسیری، ۶(۲۳)، ۱۴۱ - ۱۵۷.

حسینی رانندی، سیدعلی اکبر (۱۴۰۰). تحلیل روان‌شناختی رشد قرآنی و نشانه‌های آن. مطالعات اسلام و روان‌شناسی، ۱۵(۲۹)، ۶۱ - ۸۳.

صالحی، راحمه و دهشیری، غلامرضا (۱۳۹۷). رشد پس آسیبی در بیماران مبتلا به سرطان: نقش ابعاد روانی، معنوی و ذهنی بهزیستی و امیدواری. پژوهش در سلامت روان‌شناختی، ۱۲(۲)، ۱ - ۱۳.

کاوایانی، محمد و نظری، مصطفی (۱۴۰۱). کاربرد روش تحلیل مضمون در بررسی و مقایسه جایگاه «فکر» در روان‌شناسی قرآن بنیان. روش‌شناسی علوم انسانی، ۲۸(۱۱۰)، ۵۳ - ۷۰.

وجدانی، فاطمه و ایمانی، محسن (۱۳۹۱). تحلیل مفهوم «رشد» با تکیه بر آیات قرآن کریم. پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت اسلامی، ۲۰(۱۶)، ۱۱ - ۳۵.

مصباح یزدی، محمدتقی (۱۳۹۲). آموزش فلسفه. قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام.

Algoe, S. B., & Fredrickson, B. L. (2011). Emotional fitness and the movement of affective science from lab to field. *American Psychologist*, 66(1), 35-42.

American Psychological Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. American Psychiatric Publishing.



- American Psychological Association. (n.d.). Trauma. American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/trauma>.
- Antonovsky, A. (1998). The sense of coherence: an historical and future perspective.
- Arikan, G., & Karanci, N. (2012). Attachment and coping as facilitators of posttraumatic growth in Turkish university students experiencing traumatic events. *Journal of Trauma & Dissociation*, 13(2), 209-225.
- Aspinwall, L. G., & Tedeschi, R. G. (2010). The value of positive psychology for health psychology: Progress and pitfalls in examining the relation of positive phenomena to health. *Annals of behavioral medicine*, 39(1), 4-15.
- Attride-Stirling, J. (2001). Thematic networks: an analytic tool for qualitative
- Berger, R. (Ed.). (2024). *The Routledge International Handbook of Posttraumatic Growth*. Taylor & Francis.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2012). *Posttraumatic growth in clinical practice*. Routledge.
- Calhoun, L. G., Cann, A., Tedeschi, R. G., & McMillan, J. (2000). A correlational test of the relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*, 13(3), 521-527.
- Epstein, S. (1990). Cognitive-experiential self-theory. In L. A. Pervin (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 165–192). New York, NY: Guilford Press
- Herman, J. L. (2015). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.
- Ho, J. M. C., Chan, A. S. W., Luk, C. Y., & Tang, P. M. K. (2021). Book review: the body keeps the score: brain, mind, and body in the healing of trauma.
- Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. New York, NY: Free Press.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2005). Trauma, growth, and the human condition: An introduction. *Journal of Humanistic Psychology*, 45(3), 292-303 .

Kashyap, S., & Hussain, D. (2018). Cross-cultural challenges to the construct “posttraumatic growth”. *Journal of Loss and Trauma*, 23(1), 51-69.

Kelly, G. A. (1955). *The psychology of personal constructs*, Vol. 1: A theory of personality . Oxford, England: W. W. Norton.

Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *Journal of personality and social psychology*, 37(1), 1.

Koenig, H. G. (2012). Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications. *International Scholarly Research Notices*, 2012(1), 278730.

Matsui, T., & Taku, K. (2016). A review of posttraumatic growth and help-seeking behavior in cancer survivors: effects of distal and proximate culture. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 142-162.

Ning, J., Tang, X., Shi, H., Yao, D., Zhao, Z., & Li, J. (2023). Social support and posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 320, 117-132.

O'Leary, V. E., & Ickovics, J. R. (1995). Resilience and thriving in response to challenge: an opportunity for a paradigm shift in women's health. *Women's health (Hillsdale, NJ)*, 1(2), 121-142.

Pacella, M. L., Hruska, B., & Delahanty, D. L. (2013). The physical health consequences of PTSD and PTSD symptoms: a meta-analytic review. *Journal of anxiety disorders*, 27(1), 33-46.

Park, C. L., Aldwin, C. M., Fenster, J. R., & Snyder, L. B. (2008). Pathways to posttraumatic growth versus posttraumatic stress: Coping and emotional reactions following the September 11, 2001, terrorist attacks. *American journal of orthopsychiatry*, 78(3), 300-312.

Polit, D. F., & Beck, C. T. (2006). The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in nursing & health*, 29(5), 489-497.

Punamäki, R. L. (2010). Posttraumatic Growth in Middle Eastern Context: and Determinants Among Palestinians. *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe*, 31-48.

research, *Qualitative research*, 1(3), 385-405



- Rutter, M. (2007). Resilience, competence, and coping. *Child abuse & neglect*, 31(3), 205-209.
- Shakespeare- Finch, J., & Barrington, A. J. (2012). Behavioural changes add validity to the construct of posttraumatic growth. *Journal of traumatic stress*, 25(4), 433-439.
- Taku, K., Tedeschi, ... & Calhoun, L. G. (2021). Posttraumatic growth (PTG) and posttraumatic depreciation (PTD) across ten countries: Global validation of the PTG-PTD theoretical model. *Personality and Individual Differences*, 169, 110222.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1995). *Trauma and transformation: Growing in the aftermath of suffering*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- 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.
- Tedeschi, R. G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., & Calhoun, L. G. (2018). *Posttraumatic growth: Theory, research, and applications*. New York, NY: Routledge.
- Ungar, M. (2013). Resilience, trauma, context, and culture. *Trauma, violence, & abuse*, 14(3), 255-266.
- van der Kolk, B. A. (2016). *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. Viking.
- Weber, S. R., & Pargament, K. I. (2014). The role of religion and spirituality in mental health. *Current opinion in psychiatry*, 27(5), 358-363.
- Weiss, T., & Berger, R., Eds. (2010). *Posttraumatic growth and culturally competent practice: Lessons learned from around the globe*. Hoboken, NJ: Wiley.
- Widows, M. R., Jacobsen, P. B., Booth-Jones, M., & Fields, K. K. (2005). Predictors of posttraumatic growth following bone marrow transplantation for cancer. *Health Psychology*, 24(3), 266-273.
- Zoellner, T., & Maercker, A. (2006). Posttraumatic growth in clinical psychology—A critical review and introduction of a two-component model. *Clinical Psychology Review*, 26(5), 626-653.