

**روان‌شناسی دین
و مقابله با ناملازمات زندگی
نظریه، پژوهش، کاربرست**

www.ketab.ir

کنت آی پارگامنت

ترجمه و یادداشت: محمدتقی فغالی، امیر قربانی



روان‌شناسی دین و مقابله با نااملائیات زندگی: نظریه، پژوهش، کاربری

نویسنده: کیت آی. پارگامنت

ترجمه و یادداشت:

محمدتقی فعالی و امیر قربانی

تألیف و ترجمه: مؤسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آریانس



مشخصات ظاهری: ۴۲۶ ص: ۲۴/۵ × ۱۷/۵ س.م.

یادداشت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی:

The psychology of religion and coping: theory, research, practice, c1997.

یادداشت: کتابنامه: ص. ۴۲۶.

یادداشت: نمایه.

موضوع: روان‌شناسی مذهبی

Psychology, Religious

موضوع: سازگاری -- جنبه‌های مذهبی

موضوع: Adjustment (Psychology)

Religious aspects

شناسه افزوده: محمدتقی فعالی، (۱۳۴۱) - مترجم.

شناسه افزوده: Fa'ali, Mohammad Taqi

شناسه افزوده: قربانی، امیر، (۱۳۵۸) - مترجم

شناسه افزوده: پژوهشکده سبک زندگی اسلامی

شناسه افزوده: تهیه کننده: پژوهشکده سبک زندگی اسلامی

سرشناسه: پرگمنت، کنت آیرا، ۱۹۵۰ - م.

Pargament, Kenneth I. (Kenneth Iia)

عنوان و نام پدیدآور: روان‌شناسی دین و مقابله با نااملائیات

زندگی: نظریه، پژوهش، کاربری / کنت آی پارگامنت:

ترجمه و یادداشت محمدتقی فعالی، امیر قربانی:

تهیه کننده: پژوهشکده سبک زندگی اسلامی.

مشخصات نشر: قم: نشر تیماس، بهار ۱۴۰۳.

چاپ دوم (قطع وزیری):

صفحه آرا و طراح جلد: اکبر موسوی

صحافی: بوستان کتاب

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۹۰-۷۰-۷

رده بندی کنگره: BL۵۳

رده بندی دیویی: ۲۰۰/۱۹

شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۰۴۷۹۸

۳۵۰/۳

فهرست

مقدمه مترجم / ۹

درباره نویسنده / ۱۰

مروری بر نظریه مقابله دینی پارگامنت / ۱۱

ویژگی های کتاب / ۱۵

● فصل اول / درآمدی بر روان شناسی دین و مقابله با ناملازمات زندگی ۱۹

چرایی مطالعه دین و مواجهه با ناملازمات زندگی؟ / ۲۲

چرا روان شناسی دین و مقابله؟ / ۲۵

آنچه که روان شناسی دین و مقابله عرضه نمی کند / ۳۳

نتیجه گیری و نقشه راهنمای کتاب / ۳۶

۳۹

۳۹

ورود به هزارتوی دینی / ۳۹

معانی متعدد دین / ۴۱

گامی به سوی تعریف دین / ۴۲

تعریف دین / ۵۱

پی نوشت ها / ۵۲

۵۵

● فصل سوم / گذرگاه ها و مقاصد دینی

ابزار دینی: گذرگاه های نیل به معنا / ۵۵

غایات دینی: مقاصد معنادار و مهم / ۶۶

جهت گیری های دینی به ابزار و غایات معنادار و مهم / ۸۳

فراسوی جهت گیری های مذهبی / ۹۳

یادداشت مترجم / ۹۴

پی نوشت ها / ۹۵

۹۷ ♦ بخش دوم / چشم‌اندازی در باب مقابله

۹۷ ● فصل چهارم / درآمدی بر مفهوم مقابله

بافت و زمینه تاریخی مقابله / ۹۷

نخستین گام‌ها در مطالعه مقابله / ۱۰۵

ویژگی‌های محوری مقابله / ۱۰۹

نتایج / ۱۱۷

یادداشت مترجم / ۱۱۷

۱۱۹ ● فصل پنجم / سیالیت مقابله

فرض اول: افراد در جستجوی معنا هستند. / ۱۲۰

فرض دوم: رخدادها برحسب معانی آن‌ها نزد افراد شکل می‌گیرند. / ۱۲۵

فرض سوم: افراد نظامی جهت‌ده را با خود به فرایند مقابله وارد می‌کنند. / ۱۳۰

فرض چهارم: افراد نظام جهت‌ده را به صورت شیوه‌های مقابله درمی‌آورند. / ۱۳۵

فرض پنجم: افراد طی مقابله از طریق سازوکارهای حفظ و تحول در جستجوی معنا هستند. / ۱۳۷

فرض ششم: افراد به شیوه‌هایی مقابله می‌کنند که برای آن‌ها مجاب‌کننده است. / ۱۴۵

فرض هفتم: فرهنگ آشیانه مقابله است / ۱۴۸

فرض هشتم: مقابله موفق در پیامدها و فرایند آن نهفته است. / ۱۵۰

نتایج / ۱۵۷

یادداشت مترجم / ۱۵۸

پی‌نوشت‌ها / ۱۵۸

۱۶۱ ♦ بخش سوم / ارتباط دین و مقابله

۱۶۱ ● فصل ششم / هنگامه روی‌آوری به دین و رویگردانی از آن

آیا واقعاً در سنگرهای نبرد هیچ ملحدی وجود ندارد؟ / ۱۶۲

هنگامه تلاقی دین و مقابله / ۱۷۴

علت تلاقی دین و مقابله / ۱۷۵

چرایی گسست دین و مقابله / ۱۸۹

نتایج / ۱۹۴

یادداشت مترجم / ۱۹۴

۱۹۷

● فصل هفتم / ابعاد متعدد دین در مقابله

از آسمان به زمین / ۱۹۷

فراسوی تصورات کلیشه‌ای / ۲۰۰

تأثیرگذاری بر شکل بروز و ظهور مقابله دینی / ۲۲۱

نتایج / ۲۳۱

یادداشت مترجم / ۲۳۲

پی‌نوشت‌ها / ۲۳۷

● فصل هشتم / دین و سازوکارهای مقابله؛ حفظ معنا ۲۳۹

دین و حفظ معنا / ۲۴۰

پایبندی: دین و صیانت از معنا / ۲۴۲

شیوه‌ای جدید برای دستیابی به مقصدی قدیمی: دین و بازسازی مسیر معناداری / ۲۵۴

نتایج / ۲۷۴

یادداشت مترجم / ۲۷۶

پی‌نوشت‌ها / ۲۸۶

● فصل نهم / دین و سازوکارهای مقابله؛ تحول معنا ۲۸۷

تغییر عقیده: دین و بازآرزیابی معنا / ۲۸۸

تحول بنیادین: دین و بازآفرینی معنا / ۳۰۰

نوکیشی دینی: گذر از یستن به سمت دغدغه قدسی / ۳۰۱

تحول هویتی به منزله مقصد نوکیشی / ۳۰۲

تحول نفس به مثابه سازوکار نوکیشی / ۳۰۳

اعتراف به محدودیت‌های خویش / ۳۰۳

اتحاد امر قدسی با آدمی / ۳۰۷

مسئله انتخاب / ۳۱۱

بخشش مذهبی: از خشم تا آرامش / ۳۱۵

بخشش به مثابه بازآفرینی / ۳۱۶

چه چیزی به بخشش ماهیتی دینی می‌بخشد؟ / ۳۱۹

ارزش معنوی بخشش / ۳۱۹

الگوها و شیوه‌های بخشش دینی / ۳۲۰

پرسش‌هایی دشوار در باب بخشش / ۳۲۱

میزان شیوع بخشش؟ / ۳۲۲

آیا مواقعی وجود دارد که نباید بخشید؟ / ۳۲۳

نتایج / ۳۲۴

پی‌نوشت‌ها / ۳۲۶

♦ بخش چهارم / لوازم تحلیلی و عملی ۳۲۷

● فصل دهم / آیا دین کارآمد است؟ دین و پیامدهای مقابله ۳۲۷

خودارزیابی دین‌داران از کارآمدی مقابله دینی / ۳۲۹

جهت‌گیری‌های مذهبی و پیامد رخداد‌های ناخوشایند زندگی / ۳۳۱

مقابله دینی و پیامد رخداد‌های ناخوشایند زندگی / ۳۳۶

انواع سودمند و زیان‌بخش مقابله دینی؟ / ۳۳۹

آیا دین در مواقع استرس برای برخی از افراد نسبت به بعضی دیگر سودمندتر است؟ / ۳۴۹

آیا دین در پاره‌ای از مواقع سودمندتر از موقعیت‌های دیگر است؟ / ۳۵۱

نتایج / ۳۶۱

پی‌نوشت‌ها / ۳۶۳

● فصل یازدهم / کاربرد دین در موقعیت‌های عینی ۳۶۵

بررسی جهت‌گیری مددکاران به دین / ۳۶۶

ارزیابی دین در فرایند مقابله / ۳۷۷

کاربردهای مقابله دینی در مشاوره / ۳۸۵

لوازم عملی و فراگیرتر دین و مقابله / ۳۹۶

پیوند جهان روان‌شناسی و دین از طریق تشریک منابع / ۴۰۷

یادداشت مترجم / ۴۱۲

نمایه اعلام / ۴۱۶

نمایه اصطلاحات / ۴۲۲

کتاب‌نامه / ۴۲۶

مقدمه مترجم

... ناموزونی‌ها جمله هماهنگی‌هاست
 شر و بدی‌های جزئی در نظام کل، همه خیر محض است
 و به رغم این عقل خطا کار پُر چون و چرا
 یک حقیقت چون آفتاب روشن است
 هرچه هست همه در جای خود نکوست ...

زندگی آدمی در عین خوشی‌ها و لذت‌ها همواره دست خوش رنج‌ها و سختی‌هایی است که برون رفت از آن‌ها مستلزم تدبیر و استفاده از منابعی مؤثر است. این منابع، بسته به ظرفیت علمی و عملی انسان مددکار او در مقابله با این اوضاع خواهند بود. مقابله را می‌تواند این‌ها: قلمداد کرد که با برطرف ساختن نیازهای موقعیتی یا شخصی، در حفظ یا تحول نظام‌های معناده از نقشی در محور توجه در زندگی برخوردار است. دین یکی از این منابع قابل توجه و تأثیرگذار است که مقابله را به شکل مقابله دینی درمی‌آورد. در مقابله دینی که هر رویدادی در پرتو امر قدسی و ایمان به آن تفسیر می‌شود، فرد دین‌دار به این کانون معنا بخش متوسل می‌شود. در منظومه دینی، ایمان به مثابه محوری‌ترین عنصر در زندگی دین‌داران، از نقشی بسیار چشمگیر برخوردار و در حیات دنیوی و تعاملات آنان ساری و جاری است. این نگرش محوری، همه نگرش‌های آن‌ها همچون انسان دوستی، عدالت طلبی و نیز اموری فرعی‌تر مانند انتخاب شغل، دوست و همسر را تحت الشعاع قرار می‌دهد. نگرش‌ها^۱ در تعبیر روان‌شناختی، به روش‌های نسبتاً ثابت در فکر، احساس و رفتار نسبت به دیگران و مسائل اجتماعی؛ یا به تعبیر عام‌تر، هر حادثه‌ای در محیط اطلاق می‌شوند. در نگرش روان‌شناختی، هر نگرشی از سه عنصر «فکری، عاطفی و رفتاری» تشکیل می‌شود و بین این عناصر همواره تعامل وجود دارد؛ هر رفتاری واجد عناصر عاطفی است و در هر حالت عاطفی نیز عنصری ادراکی به چشم می‌خورد. عناصر شناختی به فکر و تفسیر خاص؛ عاطفی به هیجان‌های مثبت و منفی و رفتاری به نحوه خاصی از اقدام فرد دلالت دارند.

1. attitude.

تلقی فوق از ایمان، دارای خصیصه‌ای کاربردی و عینی است و تناسب بسیاری با مبحث مقابله با ناملایمات زندگی دارد. هریک از این عناصر، شکل‌دهنده سه نوع مقابله متفاوت، با آثار متنوع خواهند بود: الف) مقابله‌های شناختی به «شناخت و تفاسیر آدمی از رویدادها یا نسبت خود با آن‌ها» مربوط می‌شوند و شامل نگرش او به زندگی و معنای آن هستند. نظام شناختی و اعتقادی، انسجامی را در درون دین‌داران شکل می‌دهد که جهان را برای آن‌ها قابل درک و معنادار و رویدادهای آن را قابل مهار می‌سازد؛ ب) «تنظیم عواطف، جلوگیری از غلبه هیجانات و برون‌ریزی عواطف» از مشخصه‌های اصلی مقابله‌های عاطفی به شمار می‌رود و ج) مقابله‌های رفتاری نیز با ایجاد امید، صمیمیت با دیگران، آرامش هیجانی و نزدیکی به خدا در رفع مشکلات مددکار هستند.

ایمان با بروز سه‌گانه خویش سبکی از زندگی^۱ را رقم می‌زند که از آن به حیات طیب^۲ تعبیر می‌شود. کانون این زندگی، ساری و جاری بودن یاد و نام خدا در تمام زوایای زندگی است. جلوه‌گری این حضور در برهه‌های دشوار بسیار نمایان و قابل توجه است. در واقع، ایمان مؤمنان با ایجاد پایداری در قبال رویدادهای تلخ، حلم در تعامل با دیگران و خویش‌ن داری در رویارویی با ناملایمات پرده‌ای از زندگی دین‌دارانه به نمایش می‌گذارد.

درباره نویسنده

کیت آی. پارگمنت^۳ (۱۹۵۰م) استاد بازنشسته روان‌شناسی دانشگاه بولینگ گرین^۴ در ایالت اوهایو است. او تحصیلات آکادمی خود را سال ۱۹۷۷ در دانشگاه بولینگ گرین به اتمام رساند و مدرک دکتری را دریافت کرد. طی این سال‌ها مطالعات او ناظر به روابط متنوع دین، روان‌شناسی، سلامت و استرس بوده است. به علاوه، مجوز فعالیت در زمینه روان‌شناسی بالینی دارد و طبابت نیز می‌کند.

پارگمنت تاکنون بیش از ۲۰۰ مقاله در حوزه دین و معنویت در روان‌شناسی به رشته تحریر درآورده است. او به دلیل مشارکت‌های علمی در روان‌شناسی دین و ارائه تحلیل‌های علمی بالینی در ارتباط با نقش دین در سلامت روان شهرتی جهانی دارد. پارگمنت دو کتاب ارزشمند در همین زمینه نگاشته است: *روان‌شناسی دین و مقابله: نظریه، پژوهش و کاربرد*^۵ و *روان‌درمانی به لحاظ معنوی یکپارچه: فهم و شناسایی امر قدسی*^۶. این دو اثر گران سنگ برنامه‌ای نظام‌مند را در اختیار پژوهش‌های تجربی قرار می‌دهند. پارگمنت مقالات متعددی نیز در همین باب به طور مستقل یا با همکاری محققان دیگر نگاشته است، برخی از این مقالات عبارت‌اند از:

1. lifestyle.

۲. نحل / ۹۷.

3. Kenneth I. Pargament.

4. Bowling Green University.

5. The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice.

6. Spiritually Integrated Psychotherapy: Understanding and Addressing the Sacred.

این کتاب به زبان فارسی با این عنوان ترجمه شده است: سیدمحمد کلاتر و همکاران، روان‌درمانی آمیخته با معنویت: درک و شناسایی امر مقدس، آوای نور، ۱۳۹۵.

اثری که در قالب کتاب حاضر ترجمه شده است.

۱. در باب ابزار و غایات: دین و جستجوی معنا
۲. رابطه دین، نظام‌های حمایتی دینی و سلامت روان
۳. کلیسای محافظه‌کار: نقاط ضعف و قوت
۴. شیوه‌های مقابله دینی با جنگ خلیج فارس: تحلیل مقطعی و طولی
۵. دین و فرایند حل مشکل: سبک‌های مقابله
۶. رابطه بین جهت‌گیری دینی به مقابله دینی با حوادث ناخوشایند زندگی
۷. دین صرفاً به مثابه ابزاری دفاعی؟ انواع مختلف ابزار و غایات دینی
۸. مشارکت دینی، انگیزش دینی و توانمندی روانی فردی

مروری بر نظریه مقابله دینی پارگامنت

پارگامنت اقدامات مقابله‌ای را از منظری متفاوت مورد ملاحظه قرار داده است. این ایده که در اثر جامع او با عنوان «روان‌شناسی دین و مقابله: نظریه، پژوهش و کاربردها» و مجموعه متعددی از مقالات علمی‌اش مطرح شد، در کانون توجه اندیشمندان حوزه روان‌شناسی قرار گرفت و مسیر بخش عظیمی از پژوهش‌های تجربی را به بررسی رابطه میان مقابله دینی و سلامت روان سوق داد.

از نظر پارگامنت، مقابله فرایندی پویاست که در حال تغییر است که نیازهای موقعیتی یا شخصی افراد را در زندگی برطرف می‌کند. بنابر این، مقابله فرایندی است که افراد عاملانی خلاق و در پی ترسیم آگاهانه از معنای رخدادها و امور ارزشمندند و به درک و درک معنای زندگی و معنای زندگی طی دوران گذار هستند. به بیان دقیق‌تر، افراد دارای نظام جهت‌گیری منسجمی‌اند که این نظام شیوه‌ای را برای نگرش به جهان و مواجهه با موقعیت‌های عینی آن در اختیار می‌دهد.

پارگامنت دین را به مثابه جستجوی معنا به نحوی مرتبط با امر قدسی تعریف می‌کند. این تعریف حاوی دو مؤلفه جستجوی معنا و امر قدسی است. جستجوی امر قدسی با هدف کشف امر قدسی، گفتگو با امر قدسی پس از کشف آن و تحول امر قدسی (هنگامی که فشارهای زندگی مقتضی آن باشد) رخ می‌دهد. این جستجوگری برحسب مسیرهای مختلفی که افراد برای نیل به اهداف خود در پیش می‌گیرند، تفسیر و استنباط می‌شود. برحسب این تعریف از دین، شیوه‌های مقابله دینی نیز به مثابه روش‌های فهم و مواجهه با حوادث زندگی که مرتبط با امر قدسی هستند، تعریف خواهد شد.

پرسش محوری این است که مقابله چه زمان و چگونه پای دین را به میان می‌کشد؟ از نظر پارگامنت، دین به مثابه فرایندی از جستجوی معنا، زمینه حل و فصل مشکلات را امکان‌پذیر می‌سازد. دین‌داران معتقد به هدفی نهایی برای زندگی‌اند که ذاتاً متعالی و فراتر از قلمرو علم است. آن‌ها به وجود خدای مهربان و اثرگذار در این جهان نیز باور دارند. این باورها مبنای قسمتی از نظام جهت‌گیری دینی را شکل می‌دهند که به عنوان منبعی فیصله‌بخش به کار می‌رود. بدین ترتیب، هنگامی که رخدادها، اهداف ما و ابزارهای نیل به هدف عملاً در ارتباط با امر قدسی تفسیر شوند، مقابله از نوع دینی خواهد بود.

مقابله دینی و نظام جهت‌ده فراگیر

در ادبیات روان‌شناختی دو نوع کلی را برای مقابله برمی‌شمرند: الف) مقابله عاطفه‌محور که فرد با تغییر نگرش به مشکل یا معنای یک رخداد، بر کنترل عواطف و احساسات رنج‌آور متمرکز می‌شود؛ آرزواندیشی، گوشه‌گیری و سرزنش خود نمونه‌هایی از این‌گونه مقابله‌اند. ب) مقابله مسئله‌محور که فرد می‌کوشد تا به واسطه اثرگذاری بر خود یا محیط، عامل ناراحتی را تغییر بدهد. افراد معمولاً از هر دو نوع مقابله استفاده و گاه آن‌ها را با همدیگر ترکیب می‌کنند. اما در دهه‌های اخیر نوع سوم برای مقابله با نام مقابله دینی ذکر شده است.

هر مقابله دینی حاصل عوامل «فردی، موقعیتی و فرهنگی» و بیانگر واکنشی دینی به ارزش‌های مورد تهدید است. در این فضا، عده‌ای ماهیت مقابله‌های دینی را تدافعی، برخی انکاری و بعضی نیز اجتنابی قلمداد می‌کنند، اما این تلقی را نمی‌توان تصویر تمام‌نمای مقابله دینی انگاشت؛ مقابله دینی را می‌توان به نحوی فعالانه در عرصه‌های فردی و اجتماعی تدبیر و اجرا کرد.

در این اقدام، تلاش فرد یا گروه معطوف به حفظ و افزایش معنای مورد تهدید است. شیوه‌های متعددی برای این کار وجود دارد. اما از منظر کارکردگرایانه این شیوه‌ها را به دو راهبرد کلی می‌توان تقسیم کرد: ۱. تلاش برای حفظ مهم‌ترین ارزش‌های موجود؛ ۲. رها کردن ارزش و تغییر آن. در راهبرد نخست، پافشاری بر مراقبت یا حفظ امور ارزشمند و معنادار است و معمولاً به عنوان اولین واکنش مقابله‌ای بروز می‌یابد. اما گاه حفظ این معانی و ارزش‌ها پذیر نمی‌شود؛ در این مرحله است که به راهبرد تغییر نیازمندیم.

الگوهای مقابله دینی

بنا بر اظهارات پارگامنت، سه الگوی اصلی برای مقابله دینی وجود دارد. فرد در الگوی مقابله خودفرمان وجود امر قدسی را تصدیق اما برای حل مشکلات به خود تکیه می‌کند (خودآیینی شخصی)؛ در مقابله تفویضی، مسئولیت و کنترل یک مشکل به خدا واگذار می‌شود (واگذاری)؛ و سرانجام، مقابله اشتراکی مستلزم مشارکت فعال بین فرد و خداست. الگوی اشتراکی به گونه‌ای ایجابی با دعا، مشارکت و منزلت دینی، تدبیر چشمگیرتر شخصی، عزت نفس بالاتر و توانایی روانی و از سوی دیگر با اضطراب کمتر، اعتقادی اندک به تصادف و کانون کنترل خدا در پیوند است؛ الگوی واگذاری به نحوی ایجابی با راست‌کیشی، مشارکت دینی، تعصب و به گونه‌ای سلبی با تدبیر شخصی، عزت نفس، توانایی روانی و اضطراب مرتبط است؛ و بالاخره، الگوی خودفرمانی به گونه‌ای سلبی با دعا، انگیزش درون‌سو، راست‌کیشی دینی و کانون کنترل خدا و به نحوی ایجابی با احساساتی از قبیل تدبیر شخصی و عزت نفس و البته مراتب بالاتری از اضطراب در پیوند است.

به اعتقاد پارگامنت، الگوهای مقابله خودفرمان و اشتراکی مطلوب‌ترین شکل مقابله‌اند. پژوهش‌ها نیز از آن پس بدین نتیجه دست یافتند که الگوی اشتراکی بیش از همه الگوها به‌طور

منسجمی با سازگاری مؤثر و مثبتی همراه است، اما الگوهای دیگر حاوی نتایجی متغیرند. جالب اینکه الگوهای اشتراکی و تفویضی اغلب با هم استفاده می‌شوند.

هرچند برخی از الگوهای مقابله دینی در مجموع سودمندتر به نظر می‌رسند، پژوهش‌ها هیچ راهبردی را به طور دائمی به عنوان بهترین راهبرد قلمداد نمی‌کنند. این امر حاکی از آن است که الگوهای مقابله باید در تطابق با موقعیت به کار گرفته شوند و نکته مهم‌تر اینکه سازگاری شخصی با استفاده از شیوه‌های چندگانه مقابله تسهیل خواهد شد.

الگوهای فوق، برای توصیف میزان دخالت دین در مقابله سودمند هستند، اما به نحوه این مداخله اشاره‌ای نمی‌کنند. پارگمنت و همکارانش در بررسی تفصیلی به ارزیابی برخی از وجوه متعدد مقابله دینی پرداخته‌اند. آن‌ها در مصاحبه با اعضای کلیسا و کنیسه و متمرکز بر این ابعاد دست به کار شدند: ۱. هدف یا غایتی که از رهگذر مقابله امیدوار به نیل بدان هستند: معنوی: (احساس امیدواری نسبت به آینده)، ارتقاء خود: (کمک به ارتقاء خود به عنوان یک شخص)، حل کردن: (کمک به حل مشکلات) و شریک شدن: (کمک به ابراز احساسات). ۲. ارزیابی اعضا از آن حادثه: این حادثه خواسته خدا بوده است؛ این حادثه مجازات خداست و سعادت و بهزیستی معنوی من در خطر است و ۳. شیوه مقابله‌ای آن‌ها: معنویت مدار: (خداوند به من نشان داده که چگونه با این موقعیت مواجه شوم؛ تا حد توان به کنترل اوضاع می‌کنم و باقی را به خدا می‌سپارم؛ طلب مراقبت و عشق خدا)، اعمال پسندیده: (اعتراف به عیال، تلاش برای زندگی سرشار از عشق و عاری از گناه)، نارضايتی: (ابراز عصبانیت یا دوری از خدا)، حمایت از دین: (طلب حمایت از روحانیون)، تضرع و درخواست: (انابه به درگاه خدا جهت بهبود بخشی به اوضاع و احکام دینی: (واگذاری امور به خدا برای حل مشکلات).

راهبردهای مقابله دینی

هنگامی که دین با ادبیات مقابله ارزیابی می‌شود، معمولاً با یک یا دو عنصر مورد سنجش قرار می‌گیرد. مثلاً لازاروس و فولکمن دین‌داری افراد را با دو مؤلفه اندازه‌گیری می‌کنند: یافتن دین و ایمان جدید و نیایش. پارگمنت، کوئینگ و پرز مقیاسی با ۲۱ گونه از اقدامات مقابله دینی را به واسطه مصاحبه و مرور آثار و مکتوبات به دست داده‌اند. شیوه‌های مقابله شامل راهبردهای تعاملی، منفعلانه و خلاق؛ رویکردهای مسئله‌محور و احساس‌محور و قلمروهای معنوی، بین فردی، رفتاری و شناختی است. اقدامات مربوط به مقابله دینی حاکی از پنج کارکرد عمده دینی است:

۱. معنایابی. هنگام رویارویی با نامالایمات زندگی، دین چارچوبی را برای درک، تفسیر و معنادهی به واسطه شیوه‌هایی همچون بازارزیابی خیرخواهانه دینی؛ بازارزیابی مبتنی بر خداوند عقوبت‌گر؛ بازارزیابی شیطانی و بازارزیابی قدرت خداوند به دست می‌دهد.

۲. دستیابی به تسلط و کنترل. در رویارویی با رخدادهایی که منابع درون فردی ما قادر به مقابله با

آن‌ها نیستند (در واقع آن‌ها فراتر از توان ما هستند)، دین مسیرهای متنوعی را جهت نیل به احساس تسلط و کنترل در اختیار می‌نهد: مقابلهٔ دینی اشتراکی؛ واگذار کردن امور به صورت منفعلانه؛ تسلیم فعالانه؛ تقاضای شفاعت جویانه؛ مقابلهٔ دینی به طور مستقیم از طریق ابتکار فردی (خودکارگردانی).

۳. جستجوی آرامش و تقرب به خدا. دستیابی به آرامش و تقرب به خدا از رهگذر این امور حاصل می‌شود: طلب حمایت معنوی؛ تمرکز دینی؛ پالایش دینی؛ پیوند معنوی؛ نارضایتی معنوی و تعیین حدود رفتارهای دینی.

۴. طلب صمیمیت با دیگران و معنویت. دین در این چارچوب، به مثابهٔ تسهیل‌کنندهٔ انسجام اجتماعی و هویت اجتماعی قلمداد می‌شود. بنا به دیدگاه پارگامنت، شیوه‌های متنوع مقابلهٔ مذهبی برای نیل به این صمیمیت از این قرارند: طلب حمایت معنوی از سوی مطلعین دینی یا هم‌کیشان خود؛ کمک‌رسانی مذهبی و نارضایتی بین فردی دینی.

۵. تحول زندگی: دین از رهگذر تشویق افراد به رها ساختن امور ارزشمند قدیمی و جستجوی منابع جدید به افراد در جهت ایجاد تغییرات بنیادین در زندگی مدد می‌رساند. از دیدگاه پارگامنت، شیوه‌های دستیابی به این تغییرات عبارت‌اند از: جستجوی جهت‌گیری مذهبی؛ تغییر کیش و بخشش مذهبی.



دقت در رابطهٔ راهبردهای مقابلهٔ دینی با پیامد موقعیت‌های تنش‌زا نشان می‌دهد که مقابلهٔ دینی بسته به نوع خاص آن، می‌تواند سودمند یا زیان‌بخش باشد. تحلیل‌های عامل سلسله مراتبی پرده از این موضوع برداشتند که شیوه‌های خاص مقابلهٔ دینی قابل دسته‌بندی در قالب دو گروه فراگیر است: *مقابلهٔ دینی مثبت یا فعالانه و مقابلهٔ منفی یا منفعلانه*. مقابلهٔ مثبت و فعالانهٔ دینی راهبردی است که منعکس‌کنندهٔ رابطه‌ای ایمن با خدا و احساس ارتباط معنوی با دیگران است. این نوع مقابله معمولاً

برای افرادی که متحمل رخدادهای دشوار و تنش‌زای زندگی‌اند مؤثرتر واقع می‌شود. شیوه‌های مقابله منفی دینی عموماً ناسازگارانه‌تر و بازتاب‌دهنده رابطه‌ای نالایمن با خدا و تنش بین اعضای گروه مذهبی هستند. این مقابله متضمن حس نارضایتی معنوی و فقدان حمایت گروهی است.

ویژگی‌های کتاب

در بحبوحه بحران و ناملایمات زندگی، آن هنگام که برخی از افراد به دامن دین متوسل می‌شوند، دیگران از آن روی برمی‌گردانند! چرا؟ آیا ماهیت باورهای دینی صرفاً تدافعی یا انکاری است؟ آیا دین و معنویت در مواقع بحرانی، مددکارند یا مانع؟ اثر حاضر که پلی بسیار ضروری بین دو ساحت اندیشه و عمل احداث می‌کند، به نحوی ظریف و ماهرانه نظریه را با گزارش‌های دست‌اول، بینش‌های بالینی و پژوهش‌های تجربی گره می‌زند.

روان‌شناسی دین و مقابله: نظریه، پژوهش و کاربرست در سال‌های ۱۹۹۷ و ۲۰۰۱ میلادی در ایالات متحده منتشر شد. مخاطب اصلی این کتاب روان‌شناسان حرفه‌ای و پژوهشگران هستند و مجلات تخصصی متعددی نیز گزارش این کتاب را منتشر ساخته‌اند. گفتنی است تا سال ۲۰۱۰، بیش از ۴۵۰ مرتبه در آثار روان‌شناسی به این اثر اشاره شده است. از جمله ویژگی‌های شاخص کتاب عبارت‌اند از:

۱. ارائه تعریفی کارآمد و عملیاتی از دین، مقابله و بدین ترتیب غنی‌سازی فهم مخاطب از این دو مقوله.
۲. نویسنده افزون بر نظریه‌پردازی، به ارزش‌های کاربردی و به دنبال آن، امکان عملیاتی‌سازی آن‌ها در عرصه عینی زندگی و حوزه درمان می‌پردازد.
۳. بهره‌گیری و تلفیق جهان‌بینی‌ها، اقدامات و روش‌های بسیار متنوع که دغدغه توسعه رفاه و آرامش انسان را در سر دارند.
۴. نویسنده در این کتاب هیچ‌یک از دو مقوله دین و مقابله را به دیگری تحویل نمی‌برد؛ به عبارت دیگر، دین را صرفاً شکلی از مقابله یا مقابله را کاربرد آشکار دین نمی‌داند.
۵. ارائه تصویری روشن از کارکرد و کارآمدی دین در عرصه ناملایمات زندگی و نیز حوزه مشاوره.
۶. مخاطب این اثر، نه فقط متخصصین حوزه روان‌شناسی و دین بلکه علاقه‌مندان و مخاطبان عام است. بر همین اساس نویسنده کوشیده است تا تنوع در لحن و گفتار را رعایت کند و گاه از زبان و ادبیات یک گروه به زبان و ادبیات گروه دیگر منتقل شود.
۷. درهم شکستن پاره‌ای از تصورات کلیشه‌های درباره دین و معرفی پاره‌ای از روش‌های بروز دین در فرایند مقابله.
۸. اتخاذ رویکردی نسبتاً بی‌طرفانه و ارج نهادن به شیوه‌های متنوع روی‌آوری به ناملایمات زندگی.
۹. افزون بر توصیف محض انواع واکنش‌های مقابله دینی، ارائه تحلیل و دسته‌بندی دقیق‌تری از شیوه‌های مقابله دینی.
۱۰. بسترسازی برای توجه بیشتر درمانگران و مشاوران به بُعد دینی و معنوی در فرایند درمان و درعین حال، ترغیب مراجعه‌کنندگان مذهبی به بیان صریح دل‌بستگی‌ها و علائق دینی و معنوی در جریان مشاوره و درمان.

کتاب حاضر مشتمل بر یک مقدمه و چهار بخش اصلی است:

بخش نخست: چشم‌اندازی در باب دین (۲ فصل)

بخش دوم: چشم‌اندازی در باب مقابله (۲ فصل)

بخش سوم: ارتباط دین و مقابله (۴ فصل)

بخش چهارم: لوازم تحلیلی و عملی (۲ فصل)

گزارش‌های متعددی از این کتاب در مجلات مختلف منتشر شده است. در ادامه، به اظهارنظر برخی از صاحب‌نظران درباره این کتاب اشاره می‌شود:

آرماندو فاوازا در نشریه آمریکایی روان‌پزشکی^۱:

اثری بسیار درخشان و احترام‌برانگیز... این کتاب معیاری جدید از امتیاز و کمال را پیش روی چشم ما می‌نهد... مطالعه این کتاب را به آن دسته از همکارانم که خواهان سازمان‌دهی به تصورات خود در باب دین هستند، بسیار توصیه می‌کنم.

لیندا جورج در مجله سالمندشناسی^۲:

بهترین اثری که در باب دین از منظری روان‌شناختی خوانده‌ام. چنان‌که از عنوان کتاب پیداست، تمرکز اصلی آن بر بررسی رابطه دین و مقابله است. از جمله ویژگی‌های مهم کتاب این است که دین را یک شکل از مقابله یا مقابله‌ناپذیری با کاربرد آشکار دین نمی‌داند. هر یک از این دو مفهوم به تفصیل بررسی می‌شود. مسئله‌ای را در این کتاب داشتیم که کتاب حاضر به آن نپرداخته باشد.

مک فادن در مجله مطالعات علمی دین^۳:

کتاب حاضر نه تنها مایه پیشرفت و ترقی حوزه روان‌شناسی دین، روان‌شناسی بالینی و مشاوره، بلکه به بالندگی سایر قلمروها نیز مدد رسانده است. روان‌شناسان و دست‌اندرکاران امور دینی توشه‌هایی بسیار از این اثر می‌توانند بگیرند. متخصصین سلامت روان که معمولاً دین را از زندگی خود و تجربه زیسته مراجعه‌کنندگان خویش کنار می‌نهند، چه بسا تحت تأثیر رویکرد پارگامنت به بررسی نحوه عملکرد دین در فرایند مقابله و مواقع بحرانی قرار گیرند.

1. Armando R. Favazza (1998). Untitled [review of the Psychology of Religion and Coping, by Kenneth Pargament]. *American Journal of Psychiatry*. 988 : (7) 155.

2. Linda K. George (1998). Religion and aging comes of age. *The Gerontologist*. 510-508 : (4) 38.

3. Susan H. McFadden (1998). Untitled [review of the Psychology of Religion and Coping, by Kenneth Pargament]. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 369-368 : (2) 37.

مکینتاش در نشریه آکادمی آمریکایی دین^۱

... خواندن این کتاب را به محققین و دست‌اندرکاران حوزه روان‌شناسی و دین به شدت توصیه می‌کنم. باید زمانی طولانی به انتظار نشست تا کتابی مشابه این اثر در این حوزه نگاشته شود.

جامعیت نظری و عملی این اثر موجب شده است تا حتی با گذشت بیش از دو دهه از نخستین تاریخ انتشار آن، همچنان در کانون توجه اندیشمندان و پژوهشگران این حوزه باشد. در واقع، این اثر به عنوان کتابی مرجع در ساحت روان‌شناسی دین به شمار می‌رود و گذر زمان از اهمیت و اثرگذاری آن نکاسته است. روان‌شناسان و محققان حوزه روان‌شناسی در ایران نیز با رصد آراء پارگامنت طی این دو دهه، آن‌ها را به کرات مورد استناد و توجه قرار داده‌اند، لیک دیدگاه‌های این اندیشمند در این زمینه هیچ‌گاه به طور منسجم و یکجا در اثری علمی گردآوری و معرفی نشده است. بر این اساس برگردان کتاب شاخص و اصلی پارگامنت در دستور کار معاونت پژوهش پژوهشکده سبک زندگی اسلامی قرار گرفت تا مبانی، تحلیل‌ها و دیدگاه‌های پارگامنت را که سالیانی است در آثار علمی به طور پراکنده به چشم می‌خورد، به صورت کامل و یکجا در اختیار محققان و علاقه‌مندان این حوزه قرار دهد. لازم به ذکر است در برخی از فصول، بخشی با عنوان یادداشت مترجم افزوده شده است، این مباحث به تبیین بیشتر موضوع و نیز بیان چشم‌انداز اسلامی در این باب مربوط است و عدد مربوط به آن‌ها در متن با پرانتز آورده شده است. به علاوه، اعدادی که داخل قلاب آمده، مربوط به پی‌نوشت‌های نویسنده است.

در پایان بر خود لازم می‌دانیم مراتب سپاسگزاری صمیمانه خود را از همه عزیزانی که در طی فرایند این پروژه یاری‌رسان ما بودند ابراز داریم. امیدواریم که این تلاش علمی گامی سودمند در مسیر غنابخشی به مباحث روان‌شناسی دین و مقابله دینی به زبان فارسی باشد و صاحبان اندیشه و علاقه‌مندان این حوزه ما را از نکته‌سنجی‌ها و ملاحظات عالمانه خویش بهره‌مند سازند.

محمدتقی فعالی

امیر قربانی

1. Daniel N. McIntosh (1999). Untitled [review of the psychology of religion and coping, by kenneth Pargament]. *Journal of the American Academy of Religion*. 703-700. (3): 67.