مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۲، شماره پیوسته ۱۰۵، ۲۲ شهریور ۱۴۰۴ https://doi.org/10.47176/rjms.32.105

مقاله پژوهشی

تدوین و طراحی مولفه‌های اعتقادی و هیجانی سبک زندگی معنوی در مواجه با کرونا

مژگان آقامحمدی: دانشجوی دکتری مشاوره، واحد یزد، دانشگاه آزاد د اسلامی، یزد، ایران

محمد حسین فلاح: دانشیار، گروه مشاوره، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران (* نویسنده مسئول) fallahyazd@iauyazd.ac.ir

علی نظری: استاد، گروه آموزشی هنر و معماری واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران

ابوالقاسم عاصی مذنب: استادیار، گروه معارف، دانشکده علوم انسانی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران

چکیده

زمینه و هدف: هدف از انجام پژوهش حاضر، تدوین و طراحی مولفه‌های اعتقادی و هیجانی سبک زندگی معنوی در مواجه با کرونا برای سال‌های ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود. این پژوهش از نوع اکتشافی پیمایشی است. این پژوهش به شناسایی و طراحی مولفه‌های اعتقادی و هیجانی که به سبک زندگی معنوی در مواجه با کرونا کمک می‌کند، می‌پردازد.

روش کار: روش گردآوری داده‌ها در این پژوهش، روشی کتابخانه‌ای و میدانی بود. جامعه آماری شامل افرادی با حداقل ۵ سال سابقه خدمت و دارای تجربه و شناخت کافی در این حوزه انتخاب شدند. داده‌ها از طریق پروتکل مصاحبه نیمه‌ساختاریافته که بر اساس ادبیات نظری و نظرات خبرگان طراحی شده بود، جمع‌آوری گردید. برای دستیابی به مدل مفهومی پژوهش، از روش تحلیل شبکه مضامین و نرم‌افزار MAXQDA استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج کدگذاری مولفه‌های اصلی شامل آگاهی از فلسفه نظام هستی، توجه به توبه‌پذیری خداوند، تاثیر توکل به خدا در سختی‌ها، قناعت، خودداری از گناه، توسل به معصومین، خواندن قرآن، روزه، ادای نذر و کمک به نیازمندان بود. هر یک از این مولفه‌ها دارای شاخص‌های خاصی بودند.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته های حاصل از این پژوهش می‌توان این گونه استدلال کرد که چون مولفه های مطرح شده در زمینه مقابله با بیماری کرونا مبتنی بر اعتقادات و عواطف مورد نظر برای این مقابله تنظیم شده است. یافته‌های پژوهش می‌تواند مورد توجه مراکز بهداشت و درمان و متخصصان در دوران پسا کرونا هم قرار می گیرد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

تدوین و طراحی،
مولفه‌های اعتقادی و هیجانی،
سبک زندگی معنوی،
دوران کرونا

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۲/۱۱

تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۶/۲۲

شیوه استناد به این مقاله:

Aghamohammadi M, Fallah MH, Nazari A, Asi Maznib A. Design and Development of Cognitive and Emotional Components of a Spiritual Lifestyle in Coping with COVID-19. Razi J Med Sci. 2025(13 Sep);32.105.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 4.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

Razi Journal of Medical Sciences. 2025(13 Sep);32.105. https://doi.org/10.47176/rjms.32.105

Original Article

Design and Development of Cognitive and Emotional Components of a Spiritual Lifestyle in Coping with COVID-19

Mojgan Aghamohammadi: PhD Student in Counseling, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran
Mohammad Hossein Fallah: Associate Professor, Department of Counseling, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran (* Corresponding Author) *fallahyazd@iauyazd.ac.ir
Ali Nazari: Professor, Department of Art and Architecture, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran
Abolghasem Asi Maznib: Professor, Department of Art and Architecture, Yazd Branch, Islamic Azad University, Yazd, Iran

Abstract

Background & Aims: The purpose of the present study was to design and formulate the cognitive, emotional, and behavioral components of a spiritual lifestyle for coping with the COVID-19 pandemic during the years 2023–2024. This research was an exploratory survey study aimed at identifying and modeling the cognitive and affective structures of a spiritual lifestyle that enable individuals to face public-health crises with greater psychological stability and emotional balance. The study was conceptualized when the global experience of the COVID-19 pandemic revealed an increasing human need for spirituality and inner reliance on a transcendent source of meaning. Recognizing constructs that could serve as a "psychological and cognitive shield" against pandemic-related anxiety became an unavoidable necessity.

Methods: The study employed both library and field methods. The first phase involved reviewing theoretical literature on spiritual lifestyle, positive-psychology theories, and faith-based coping models to outline an initial conceptual framework. In the second, field phase, data collection was carried out through semi-structured interviews to enrich qualitative data and assess theoretical validity. The population included experts and scholars in ethics, psychology, and spirituality with at least five years of experience in fields such as health psychology or religious studies. Participants were selected purposefully based on expertise, practical experience with spirituality in mental-health contexts, and the ability to articulate spiritual concepts scientifically. Interview questions explored personal spiritual experiences and interpretations of key concepts like trust in God, hope, and the relation between faith and mental well-being during the pandemic. All interviews were transcribed and coded in MAXQDA software for content analysis, utilizing thematic-network analysis to identify main themes and subthemes. Through iterative reading and constant comparison, an integrated conceptual map emerged showing the relations between cognitive, behavioral, and emotional components. To enhance validity, member checking and peer debriefing were applied.

Results: Data analysis revealed that the cognitive, emotional, and behavioral components of a spiritual lifestyle under crisis conditions are highly multidimensional, originating from the interaction among theological insights, moral beliefs, and personal inner experience. Several key categories were extracted: Awareness of the philosophy of creation, belief in divine forgiveness, reliance and trust in God ،contentment and acceptance, avoidance of sin, seeking intercession, recitation of the Qur'an, fasting, and helping the needy.

From the thematic synthesis, the factors clustered into three major dimensions"

A. Cognitive Dimension: This dimension involves spiritual cognition, theological reflection, and belief systems guiding meaning-making. Key aspects include: Awareness of divine philosophy and wisdom in events, belief in divine destiny and

Keywords
Design and development,
Cognitive and emotional components,
Spiritual lifestyle,
COVID-19 period

Received: 01/03/2025
Published: 13/09/2025

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

providence, deep trust in God, and moral insight regarding one's deeds. Together, these elements form a structure of faith-based cognition that enables people to interpret crises meaningfully and thus derive inner peace from understanding rather than confusion.

B. Behavioral Dimension: Behavioral components represent the outward, practical manifestations of spirituality. Spiritual behaviors during the pandemic included: Performing individual and collective worship—prayer, supplication, and Qur'an recitation—as emotional stabilizers; fasting and fulfilling vows, reflecting self-control and empathy; helping others and engaging in charity, which express the social and altruistic aspects of spirituality; and avoiding sin and harmful conduct. These practices demonstrate spirituality as embodied in daily action, offering structure and discipline.

C. Emotional (Affective) Dimension: The emotional dimension concerns inner feelings and motivational states generated through faith. Active spirituality was found to regulate negative emotions and rebuild positive ones through processes such as: Inner peace and spiritual assurance, hope for future relief, satisfaction and contentmen, divine love and intimacy with God, and empathy and compassion for fellow humans. These elements play a crucial role in repairing disrupted feelings during crises and lead to greater psychological resilience.

Conclusion: Findings indicate that a spiritual lifestyle is not merely a series of religious rituals but a dynamic system of beliefs, emotions, and ethical conduct that profoundly influence psychological and social well-being. The proposed components provide a robust theoretical foundation for the design of spiritually based counseling and psychological interventions in the post-COVID context. Overall, the study demonstrates that a faithful outlook toward crises not only diminishes emotional distress and anxiety but also consolidates meaning, life purpose, and the sense of connection between humans and their Creator. The conceptual model presented in this research offers a practical and comprehensive framework for applying spirituality to well-being programs amid future public-health crises.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Aghamohammadi M, Fallah MH, Nazari A, Asi Maznib A. Design and Development of Cognitive and Emotional Components of a Spiritual Lifestyle in Coping with COVID-19. Razi J Med Sci. 2025(13 Sep);32.105.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

مقدمه

همه‌گیری کووید-۱۹ با چالش‌های بی‌سابقه‌ای برای بخش‌های مختلف اقتصاد جهان منجر به تلفات قابل توجهی از زندگی انسان‌ها در جهان شده است. این همه‌گیری اثرات مخربی بر دین، جامعه و اقتصاد زندگی انسان گذاشت (۱). در دوران کرونا مشکلات سلامت روان مانند افسردگی و استرس نیز در کارکنان بهداشتی مشاهده شد. این مشکلات روانی متعدد که توسط گروه‌های مختلف در طول همه‌گیری تجربه شد. در مطالعه بنتزن (۲) نظریه انطباق مذهبی اذعان میکند مردم از دین، به عنوان ابزاری برای کنارآمدن با مشکلات و عدم اطمینان استفاده میکنند. از آنجا که در زمان بحران، انسان برای تسلی و توجیه به دین متوسل میشود، همه گیری کووید ۱۹ از این قاعده مستثنا نیست. زیرا دین منبعی برای مقابله است که در مواجهه با مشکلات مختلف از جمله مشکلات مرتبط با سلامتی استفاده می شود. این به این دلیل است که توانایی تعیین سلامت، بیماری، تشخیص، بهبودی و از دست دادن بیمار را دارد. دین همچنین توانایی تعیین استراتژی بیمار را در مواجهه با بیماری، تاب آوری، منابع حمایتی، تصمیم گیری در مورد دارو، مراقبت از خود، انتظارات جامعه، ارائه اقدامات بهداشتی روزانه، انتخاب سبک زندگی و درمان کلی دارد (۳).

همه گیری کووید-۱۹ همچنان بر افراد و زندگی اجتماعی در سراسر جهان تأثیر می گذارد. کووید-۱۹ علاوه بر پیامدهای فیزیکی آشکار، با اثرات روانی نامطلوب از جمله افسردگی، اضطراب و علائم استرس پس از سانحه نیز مرتبط است (۴). داده‌های تجربی همچنین نشان می‌دهد که در آغاز همه‌گیری کووید-۱۹ و رابطه بین افزایش دینداری و تمایل بیشتر به اعتقاد به تئوری‌های توطئه، افزایش نماز خولندن (۵) وجود دارد. روایات مذهبی دیدگاه‌های مربوط به همه‌گیری را در چارچوب باورهای دینی (مانند علیت، معنا، توالی‌ها) آشکار می‌کنند. افراد مذهبی اغلب برای مقابله با استرس و مشکلات به باورهای مذهبی، ارزش ها و سیستم های حمایتی خود روی می آورند (۶). افراد معمولاً هنگام مقابله با رویدادهای آسیب زا از منابع مذهبی استفاده می کنند تا تجربیات خود را معنا کنند (۷). به عنوان مثال، محققان در زمینه مقابله مذهبی استدلال کردند که مردم سعی می کنند درک و درک خود از یک قدرت برتر را در زمان های دشوار حفظ کنند. به طور خاص، پارگامنت پنج شکل از مقابله مذهبی را ترسیم کرد که دارای اهداف متفاوتی است؛ از جمله کسب راحتی و نزدیکی به خدا، به دست آوردن صمیمیت با دیگران، یافتن معنا، به دست آوردن کنترل و دستیابی به دگرگونی زندگی. مقابله مذهبی یافتن معنا از طریق ارزیابی مجدد مذهبی خیرخواهلنه است. همچنین از طریق مقابله مذهبی مشارکتی (یعنی شریک شدن با خدا برای حل مشکل)، تسلیم دینی فعال (یعنی واگذاری کنترل خود به خدا) و به تعویق انداختن مذهبی منفعلانه (یعنی انتظار منفعلانه برای به دست گرفتن کنترل خداوند است) کنترل می شود (۸). برخی افراد از مقابله مذهبی برای کسب آرامش و تقرب به خدا استفاده می کنند. برای مثال، افراد ممکن است با جستجوی آرامش و اطمینان از طریق محبت خدا به دنبال حمایت معنوی باشند. برخی دیگر درگیر فعالیت‌های مذهبی می‌شوند تا تمرکز خود را از عوامل استرس زا دور کنند و با دیگران صمیمیت پیدا کنند. به عنوان مثال، برخی به دنبال حمایت از اعضای روحانی هستند، در حالی که برخی دیگر تلاش می کنند از همسالان خود حمایت معنوی کنند. در نهایت، برخی افراد از مقابله مذهبی برای تغییر زندگی خود استفاده می کنند. در مقابل، دیگران به دنبال مذهب/معنویت هستند تا مسیر جدیدی در زندگی بیابند یا از حالت احساسات منفی به حالت آرامش برسند (۹). بنابراین مقابله مذهبی مثبت به طور کلی با پیامدهای سلامتی بهتر مرتبط است، در حالی که مقابله منفی با بهزیستی ضعیف مرتبط است (۱۰).

نیازبه معنویت، به رغم خاستگاه فطری ومطالبات وجودی، معمولاً پس از رهایی نسبی فرد ازدغدغه های معیشتی وتامین نیازهای اولیه، آشکارمی گردد. بدیهی است که فرد تنها فارغ شدن ازاین سنخ نیازها است که امکان وآمادگی روحی برای سلوک معنوی ازهرنوع راپیدا می کند. علاوه بر قابلیت‌ها و آمادگی‌های ذهنی، روحی وتربیتی، زمینه‌ها و

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

فرصت‌های فرهنگی و اجتماعی و شرایط و موقعیت‌های زیستی مناسب نیز نقش تعیین کننده درشکوفایی این تمایل وترغیب افراد به مشارکت دغدغه مند درفرایند معنویت جویلنه وتامین ملزومات آن دارد (۱۱).

روشن است سبک به این معنا، امری ارزشی وهنجاری ازسنخ بایدها ونبایدهای رفتاری وحکمت عملی است که ازجهان بینی وگفتمان غالب فرهنگی جامعه بدست می‌آید.

از گونه‌های سبک های زندگی معنوی، مولفه هیجانی است. روان شناسان هیجان را به عنوان فرآیند شروع، حفظ و اصلاح تجربه و بیان هیجانات شخص تعریف می‌کنند (۱۲). مولفه هیجانی به ویژه در ارزیابی مجدد شناختی نقش مهمی در اختلالات اضطرابی ایفا می‌کند (۱۳). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که مولفه هیجانی نه تنها با افزایش سلامتی و مزایای روان‌شناختی و اجتماعی همراه است، بلکه می‌تواند به افراد کمک کند تا بسیاری از چالش‌های مربوط به کار و شغل را مدیریت کنند (۱۴). شناخت و درک از قدرت تنظیم هیجانات در مواجهه با بیماری کرونا ویروس بسیار مهم است (۱۵). تنظیم هیجان می‌تواند کنترل هیجانی بهتری را در موقعیت‌های دشوار فراهم کند (۱۶). موسوی و همکاران در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که افراد با راهبردهای تنظیم هیجان بیشتر، اضطراب و استرس کمتری را تجربه می‌کنند (۱۷). دومارادزکا و فاجکوسکا در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که راهبردهای منفی تنظیم هیجان با اضطراب و افسردگی رابطه مثبت دارند (۱۸). اعزازی و همکاران نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که راهبردهای مثبت تنظیم هیجان با اضطراب کرونا رابطه منفی و راهبردهای منفی تنظیم هیجان با اضطراب کرونا رابطه مثبت و معنی دار دارند (۱۹). بر اساس نظر ایزنبرگ و اسپینراد، تنظیم هیجان یه فرایند ارادی و هدفمند است که هدف آن تعدیل و اصلاح حالت هیجانی برای سازگاری اجتماعی و زیستی است (۲۰). در این فرایند برانگیختگی هیجانی باعث راه‌اندازی کنش‌های مرتبط با تنظیم هیجان به منظور مدیریت و تنظیم این برانگیختگی می‌شود. هیجان می‌تواند به عنوان هر گونه فرایند اصلاح درونی و بیرونی نیز تعریف شود (۲۱) و شامل تغییر و یا حفظ هر جنبه از برانگیختگی هیجانی ایجاد شده قبلی مانند فعال سازی عصبی و فیزیولوژیکی، ارزیابی شناختی و فرایندهای توجیهی می‌گردد. چنین فرایندهایی مسئول نظارت، ارزیابی و تعدیل واکنش‌های هیجانی هستند و می‌توانند به سوی تغییر در یک هیجان فعال شده، ظرفیت یا دوره زمانی هدایت شوند. بنابراین تنظیم هیجان تلاشی است برای تبیین اینکه چگونه و چرا هیجان‌ها فرایندهای روان شناختی مانند توجه، غلبه بر مشکلات رفتاری، حل مسئله و سازگاری کلی را تسهیل یا مختل می‌کند (۱۲). هیجان مؤثر نیز می‌تواند واکنش‌های هیجانی به موقعیت استرس‌زا و اضطراب‌انگیز را کاهش دهد. بر خلاف آن دشواری در تنظیم هیجان به عنوان یک مکانیسم کلیدی در اختلالات اضطرابی شناخته شده است (۲۲). دشواری در تنظیم هیجان باعث به کارگیری راهبردهای سازش نیافته برای پاسخ‌دهی به هیجان‌ها می‌شود. پاسخ‌های غیرقابل پذیرش، دشواری در کنترل رفتارها هنگام مواجه با آشفتگی‌های هیجانی و نقص در استفاده کارآمد از اطلاعات هیجانی نمونه‌هایی از این راهبردها هستند (۲۳).

رویدادهای آسیب زا مانند کووید-۱۹ اغلب می تواند منجر به از دست دادن منابع قابل توجه شود. در نتیجه، افراد سعی می‌کنند در راهبردهای مقابله‌ای، از جمله استفاده از منابع مذهبی و هیجانی، درگیر شوند تا از طریق احساسات منفی در مواجهه با ناملایمات کار کنند (۲۴). بنابراین، بررسی چگونگی تأثیر مذهب در کشور ما بر فرآیند روانشناختی ادراک و مقابله با استرس در طول همه‌گیری و پسا کرونا ضروری است.

با در نظر گرفتن مطالب فوق، پژوهشگر انگیزه برای اجرای این پژوهش پیدا کرده و به دنبال پاسخ به سؤالاتی می باشد مانند اینکه چگونه و با چه شاخص‌های کیفی می توان به تدوین و طراحی

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

مولفه‌های اعتقادی و هیجانی سبک مقابله اسلامی در دوران پســا کرونا پرداخت ؟ ســهم هر کدام از این شــاخص‌ها چقدر اســت ؟ متغیرهای ســازنده این مولفه‌ها کدامند؟

روش کار

این پژوهش از نوع پژوهش اکتشافی پیمایشی است و ازنظر روش گردآوری داده ها، روشــی کتابخانه ای میدانی اســت. در ابتدا بررســی و مطالعه ی وســیعی درباره ی مبانی نظری و ادبیات موضــوعی تحقیق، ســوابق مســئله و موضــوع تحقیق به روش بررســی کتابخانه ای و در بررســی مولفه ها و تدوین چارچوب مفهومی تحقیق علاوه بر روش کتابخانه ای، جهت گردآوری داده ها از طریق پروتکل مصاحبه که حاوی ســوالات محقق ســاخته مبتنی بر ادبیات نظری و با استفاده از نظرات خبرگان طراحی گردید، جمع آوری خواهند شد. برای دستیابی به مدل مفهومی پژوهش، ازروش روش تحلیل شــبکه مضــامین اســتفاده شــد. درمرحلهٔ کیفی پژوهش حاضر، برای دستیابی به مدل مفهومی، ازروش تحلیل شبکه مضامین استفاده شد. یکی از فنون تحلیلی مناســب در تحقیقات کیفی، تحلیل مضمون است که بــه طــور گســترده ای اســتفاده می شود. از تحلیل مضمون می توان به خوبی بــرای شــناخت الگوهــای موجود در داده‌های کیفی اســتفاده کرد. تحلیل مضــمون، روشــی برای شــناخت، تحلیل و گزارش الگوهای موجود در داده های کیفی است. این روش، فرایندی برای تحلیل داده های متنی اســت و داده های پراکنده و متنوع را به داده هایی غنی و تفصــیلی تبدیل می کند (۲۵). در پژوهش حاضــر با توجه به قلمرو زمانی و مکانی انجام پژوهش، در ابتدا بــه تعیین چارچوب دقیق جامعه آماری پرداخته و ســپس روش و نحوه تامین نمونه آماری دنبال می شود. هدف محقق شناسایی جامعه و تعیین پارامترهای مربوط به آن است. برای این کار یا باید به کلیه افراد جامعه مراجعه کند و صــفت یا ویژگی مورد نظر خود را در آن ها جویا شــود یا باید تعدادی از افراد جامعه را مورد مطالعه قرار دهد و از طریق جمع کوچک‌تری و با روشــی معین، پی به صــفات و ویژگی‌های جامعه ببرد. بدیهی اســت اگر جامعه مورد نظر کوچک و حجم و تعداد افراد آن کم باشــد، می توان آن را به طور کامل مطالعه نماید. ولی اگر جامعه بزرگ باشد و امکانات و مقدورات وی اجازه ندهد، ناچار است از بین افراد جامعه تعداد مشخصی را بــه عنوان نمونــه برگزیننــد و بــا مطالعــه این جمع محدود، ویژگی‌ها و صــفات جامعه را مطالعه کرده، شــاخص‌ها و اندازه‌های آماری آن را محاســبه کند. با توجه به جامعــه آماری در این پژوهش که به لحاظ علمی و عملی حداقل دارای ۵ ســال ســابقه خدمت و دارای تجربــه و شــناخت کــافی در بحث بودنــد و همچنین به انجام مصــاحبه تمایل داشــتند، انتخاب گردیدند. ملاک اندازه نمونه در پژوهش های کیفی، کفایت تئوریک اســت؛ به این صــورت که مصــاحبه با جامعه آماری مورد نظر تا زمانی که پاسخ ها به اشباع نرســیده باشــد، ادامه پیدا کرد؛ یعنی ملاک کفایت حجم نمونه، رسیده به اشباع نظری است. بنابراین به طور کل در این مرحله حدود ۲۰ نفر از افراد مورد نظر در پژوهش شــرکت کردنــد و این افراد نمونــه پژوهشی این پژوهش راتشکیل دادند.

به طور کل درپژوهش‌های کیفی (تحلیل مضــامین) حجم نمونه را مترادف با کامل شــدن داده‌های اشــباع داده‌هــا می‌داننــد (۲۶). درمرحلــه کیفی ابزاراصــلی گردآوری داده‌ها، مصــاحبه نیمه ســاختاریافته بود. روایی محتوایی ابزارتحقیق بخش کیفی پژوهش با اعمال نظر خبرگان است. با توجه به پروتکل مصاحبه (شامل شیوه شروع مصاحبه، چگونگی ورود به بحث و سیر پژوهش) تعیین شــد. در این تحقیق برای اینکه مشخص شود که سؤالات پروتکل مصاحبه داده های کیفی مورد نیــاز را گردآوری می کننــد، از نظرات اساتید محترم راهنما و مشاور و همچنین کارشناسان و اســاتید مشــاوره اســتفاده گردیده اســت. در نهایت مرحله اول با اســتفاده از روش تحلیل مضــمون داده‌های کیفی با روش مصــاحبه نیمه ســاختار یافته شناسایی شدند و مرحله دوم با توجه به دادهای کیفی حاصل از تحلیل مضمون، شبکه مضامین با استفاده از

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ۱- اطلاعات جمعیت شناختی حجم نمونه

ردیف	تحصیلات	رشته	شرح شغل	مکان فعالیت
۱	دکتری	روانشناسی	استادیار	دانشگاه خوارزمی
۲	دکتری	جامعه شناسی	مدیر بازنشسته	دانشگاه فرهنگیان
۳	دکتری	فقه و اصول	معاون فرهنگی و عضو هیات علمی	دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج
۴	دکتری	روابط بین الملل	هیات علمی دانشگاه پیام نور	موسسه صیانت از حقوق زنان، دانشگاه پیام نور، سردبیر فصلنامه حقوق بشر
۵	دکتری	فقه و اصول	هیات علمی	دانشگاه آزاد اسلامی کرج
۶	دکتری	مدیریت آموزشی	مدیر	آموزش و پرورش ناحیه ۴ اهواز
۷	دکتری	خارج فقه و اصول (حوزوی)	مدرس	تهران
۸	دانشجوی دکتری	مشاوره	دبیر مردم نهاد دوستداران	تهران
۹	دکتری	روانشناسی	استادیار	دانشگاه خوارزمی
۱۰	دکتری	کلام اسلامی	معاون دفتر نهاد دانشگاه آزاد اسلامی البرز	دانشگاه آزاد اسلامی البرز
۱۱	کارشناسی ارشد	دینی	دبیر	دبیرستان
۱۲	دکتری	فقه و اصول	معاونت فرهنگی و عضو هیات علمی	دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج
۱۳	دکتری	علوم قرآن و حدیث	مدیر گروه	دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد
۱۴	دکتری	فقه و اصول	عضو هیات علمی	دانشگاه آزاد اسلامی
۱۵	دکتری	فقه و اصول	هیات علمی	دانشگاه آزاد اسلامی

نرم افزار MAXQDA ارائه گردید. جدول شماره ۱ اطلاعات جمعیت شناختی حجم نمونه را نشان می‌دهد.

یافته‌ها

با نظر خبرگان و صاحبنظران که تعداد آن ها ۱۵ نفر از طریق روش اشباع نظری مصاحبه نیمه ساختار یافته انجام شد، بسته زیر طراحی و تدوین گردید. جدول شماره ۲ بسته آموزشی سبک زندگی معنوی درمواجه با بیماری کرونا را نشان می‌دهد.

جدول ۳ مولفه‌های اصلی بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کرونا را نشان می‌دهد.

بر اساس نتایج حاصل از کدگذاری مولفه‌های اصلی شامل آگاهی از فلسفه نظام هستی و هدفمندی جهان، توجه به توبه پذیربودن خداوند، تاثیر توکل به خدا در سختی‌ها و ناملایمات زندگی، قناعت برای کسب آرامش و شکر آن، خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح، توسل به معصومین درهنگام سختی ها وخواندن قرآن، گرفتن روزه و ادای نذر برای حل مشکلات، کمک به نیازمندان برای رضای خدا و صدقه دادن بود که هر کدام از این مولفه‌ها نیز شامل شاخص‌هایی بودند. جدول ۴نمایشگرمولفه های اعتقادی بسته آموزشی در مواجه سبک زندگی معنوی با بیماری کرونا وجدول۵ مولفه های هیجانی بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کروناو جدول ۶ روایی هم گرا و واگرای مولفه‌های سه گانه بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کرونارا نشان می دهد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف تدوین و طراحی مولفه‌های اعتقادی و هیجانی در سبک زندگی معنوی دوران کرونا انجام شد. پس از بررسی پیشینه و ادبیات نظری و پژوهشی پیش نویس بسته آموزشی تهیه شد و سپس در قالب ۱۲ جلسه که هر جلسه شامل هدف، تکنیک و تکلیف است، تنظیم شد. در جلسه اول

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ۲- بسته آموزشی سبک زندگی معنوی درمواجه با بیماری کرونا

جلسه	عنوان	هدف	محتوا	تکلیف خانگی
اول	معارفه و سپس شناسایی صفات خداوند	شروع جلسات با آیه‌ای از قرآن کریم، معرفی اعضا، بیان قوانین جلسات مثل احترام به یکدیگر، گوش دادن، حضور منظم در جلسات	ابتدا آموزش دهنده خود را معرفی می کند و سپس قوانین گروه را مشخص می‌سازد و پس از آن اهداف جلسات و طول هر جلسه و چگونگی برگزاری جلسات را بیان می‌کند و در پایان از افراد می‌خواهد خود را به طور کامل معرفی کنند و قوانین گروه پایبند بمانند. توضیح در خصوص انواع روش‌های کنارآمدن با مشکلات، بیان سختی‌های زندگی و تبیین سه محور اصلی سبک مقابله اسلامی و بیان ارتباط بین افکار، رفتار و عواطف و سپس آشنایی گروه با صفات خداوند	از افراد گروه خواسته می‌شود در منزل یکبار دیگر به مرور قوانین بپردازند و اگر موافق هستند رضایت کتبی خویش را اعلام نمایند. آیه‌هایی از قرآن کریم که در آن به صفات خداوند اشاره شده است را گزارش دهند.
دوم	آموزش هدفمند بودن و فلسفه نظام هستی	آشنایی با فلسفه نظام هستی و هدفمندی جهان	بیان نظرات خویش در خصوص هدفمندی و فلسفه نظام هستی، و آشنایی مقدماتی با آفرینش جهان. آشنایی با ماهیت و یا جوهر هستی که همان ماده و انرژی است.	ابزارهای کسب معرفت علاوه بر عقل و استدلال و منطق – که در رویکرد مکانیستی معتبر است و شهود, خیال, احساس و مشاهده را نیز شامل می شوند. از اعضا خواسته می‌شود نمونه‌هایی از هدفمندی نظام هستی را با ذکر مثال یادداشت کرده و توضیح دهند.
سوم	آموزش معاد و حیات پس از مرگ	شناخت غایت و هدف زندگی برای انسان و افزایش روحیه امیدواری در انسان و تأثیر دعا و نیایش، توکل و توسل به خداوند و معصومین (ع)	آشنایی اعضای گروه با اینکه زندگی‌اش با مرگ پایان نمی‌یابد، آشنایی با اینکه کیفیت انتقال از این زندگی به آن زندگی چگونه است؟ زندگی آن دنیا چند مرحله ای است؟ آیا لوازم و وسایل مورد نیاز آن دنیا را باید در همان جا تهیه نمود یا اینکه زندگی این جهان، مقدمه و زمینه ساز خوشی‌ها و ناخوشی‌های آن جهان است و به تعبیری آیا این دنیا مزرعه آخرت است؟	تکلیف در جهت پیدا کردن آیه‌هایی از قرآن کریم در خصوص معاد و حیات پس از مرگ و نیز آیه‌هایی از قرآن که سرگذشت افرادی را نشان می‌دهد که به خداوند توکل کرده و به معصومین توسل جسته‌اند.
چهارم	توجه به توبه پذیربودن خداوند وستارالعیوب بودن الهی	آشنایی با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم، آشنایی صفات پیامبران اولوالعزم در قرآن و سیره‌ی آن‌ها با رویکرد الگو پذیری در سبک زندگی دینی، آشنایی با ستّارالعیوب بودن تکوینی و تشریعی خداوند	شنایی با شیوه پیامبر اسلام (ص) در برخورد با گروه‌های معاند با رویکرد سوره توبه، آشنایی با اینکه پیام سوره توبه را به این صورت می توان برآورد کرد که نباید حق از باطل رودست بخورد و مواضع حق و باطل باید شفاف و مشخص باشد و همیشه حق باید بر سر باطل بکوبد.	از افراد گروه خواسته می‌شود نمونه-هایی از آثار توبه و ستارالعیوب بودن خداوند و نقش آن در زندگی خویش و یا دیگران را بیان کنند.
پنجم	تاثیر توکل به خدا درسختی‌ها و ناملایمات زندگی	تقویت توکل و ایمان، تقویت روحیه‌ی نمازخواندن و دعاهای فردی و جمعی	آشنایی با اینکه اگر انسان مؤمن در زندگی دچار مشکل شد، باید آن را به فال نیک بگیرد، و آن را امتحان و آزمایش الهی تلقی کند، نه این که تصور کند خداوند او را رها کرده و توجهی به او ندارد. همان گونه که اولیای الهی این گونه می کردند. امام حسین (ع) در روز عاشورا هرچه عرصه بر او تنگ تر می‌شد، می فرمود: خدایا راضی به قضای تو و تسلیم امر تو هستم.	از افراد خواسته می‌شود تاثیر نقش توکل کردن به خدا در مشکلات زندگی خویش را با ذکر نمونه بیان کنند، راهکارهایی در جهت افزایش توکل و ایمان خود در منزل انجام داده و آن را به صورت مکتوب گزارش دهند.

معارفه و سپس به شناسایی صفات خداوند با آیه‌هایی از قرآن کریم و در مورد معرفی اعضـــا، بیـان قوانین جلسـات مثل احترام به یکدیگر، گوش دادن و حضـور مرتب اعضـــا مطرح گردید. در جلســـه دوم آموزش هدفمند بودن و فلسـفه نظام هسـتی از طریق آشـنایی با فلســـفه نظام هســـتی و هدفمندی جهان صـــورت گرفت و هر کس با بیـان نظرات خود در هدفمـندی و فلسفه نظام هستی در رابطه با ماهیت و جوهر هستی

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ۲- بسته آموزشی سبک زندگی معنوی درمواجه با بیماری کرونا

جلسه	عنوان	هدف	محتوا	تکلیف خانگی
ششم	آموزش آشنایی با زندگی معصومین وشیوه برخورد معصومین با مشکلات	توانش و رفتاری برای مقابله با استرس، تنیدگی و سختی‌های و ناملایمات زندگی	استفاده از کلیپ انیمیشن آموزشی مدیریت تنش و استرس دکتر نوذر نخعی کلیپ ۸ روش ساده برای مقابله با استرس مریم لاقانی آشنایی با مفهوم خانواده و نقش او در تربیت انسان‌ها از بعد اخلاقی، روحی، و اجتماعی و آشنایی با اینکه یکی از ارکان زندگی مشترک، احترام و درک مشکلات و همچنین رضایت از همدیگر در میان خانواده که باعث بهتر شدن زندگی شده که این ارکان را با نگاه به زندگی مشترک ائمه الگو برداری کنند.	ترسیم اهداف واقع بینانه و قابل دسترس و ارائه مثال‌های عینی در جهت بهبود راهبردهای مقابله در آن-ها
هفتم	آموزش مهارت تصمیم گیری با توجه به رضایت خداوند	آشنایی با مهارت‌های تصمیم‌گیری و نه گفتن و تشویق نظارت خود هیجانی و رفتاری با توجه به جنبه دینی و مذهبی آن	استفاده از فیلم و کتاب فیلم (مهارت‌های تصمیم‌گیری) انیمیشن آموزشی درباره مهارت نه گفتن حسینی مهر تلفیق قدرت تصمیم گیری و حل مساله برای رسیدن به رضایت خداوند شناخت انواع تصمیم گیری احساسی، اجتنابی، تکانشی، تصمیم گیری مطیعانه، تصمیم گیری گوش به زنگی، تصمیم گیری اخلاقی، تصمیم‌گیری دینی، تصمیم گیری منطقی، انتخاب بهترین و منطقی ترین تصمیم گیری	از روش‌های تصمیم گیری صحیح کدام روش یا روش‌ها را به کار خواهید برد؟ چرا جملات زیر را تکمیل کنید.. اگر این تصمیم را بگیرم... اگر این تصمیم را نگیرم..... اگر تصمیم اشتباه بگیرم.... بررسی انواع تصمیم گیری در ابعاد گوناگون زندگی و تأمل در مورد علل آن، تمرین تصمیم گیری منطقی با توجه به رضایت خداوند در آن تصمیم
هشتم	آموزش قناعت برای کسب آرامش	آشنایی با روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی و آشنایی با آثار قناعت در زندگی شخصی	بررسی تکلیف جلسه قبل، بررسی راه‌های رسیدن به قناعت، نقش شکرگزاری در زندگی و فراوانی نعمت، مطالعه و ملاحظهٔ سیرهٔ انسان‌های پاک و قانع، شناخت مفهوم صرفه جویی، روحیه بی نیازی، حرص و طمع نداشتن به دنیا	از اعضا خواسته خواهد شد تا قناعت و راه‌های تقویت آن را روزانه دو بار در منزل انجام دهند. تمرین قناعت کردن با توجه به شرایط و توانایی‌های خودشان
نهم	آموزش یادآوری نعمت الهی وشکر آن	آشنایی با شکرگزاری و فواید آن در زندگی و ارتقای تفکر مثبت	بررسی تکلیف جلسه قبل، نقش غفلت، فراموشی و بی‌توجهی در بروز مشکلات، تکلیف در جهت روش سودمندی حمد و شکرگزاری خداوند، عشق و محبت به او، عبادت، تقوا، بازگشت به مسیر صحیح، امیدواری و فلاح و رستگاری	از افراد گروه خواسته می‌شود راه‌های شکرگزاری خداوند در جهت عشق و محبت عمیق الهی، در جهت توفیق تقوا و خودداری از گناه و امکان بازگشت از مسیر غلط را با ذکر مثال بازگو کنند.
دهم	خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح	آشنایی با انواع گناهان و انواع اعمال صالح و نقش در زندگی فرد	بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنایی اعضای گروه با مفهوم آیه «الّا مَن تابَ وءامَنَ وعَمِلَ عَمَلًا صلِحًا فَاولکَ یُبَدِّلُ اللَّهُ سَیِّاتِهِم حَسَنتٍ وکانَ اللَّهُ غَفوراً رَحیما؛ مگر کسانی که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند، که خداوند گناهان آنان را به حسنات مبدّل می‌کند؛ و خداوند همواره آمرزنده و مهربان بوده است!» «والَّذینَ ءامَنوا وعَمِلوا الصلِحتِ لَنُکَفِّرَنَّ عَنهُم سَیِّاتِهِم ...؛ و کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته انجام دادند، گناهان آنان را می‌پوشانیم (و می‌بخشیم)....» «... ومَن یُؤمِن بِاللَّهِ ویَعمَل صلِحًا یُکَفِّر عَنهُ سَیِّاتِهِ ...؛ و هر کس به خدا ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد، گناهان او را می‌بخشد....»	شناخت انواع گناهان، تمرین در جهت دوری از گناه و انجام عمل صالح، بیان نمونه‌هایی از اعمال صالح که آثار مثبتی در زندگی فرد داشته است توسط اعضای گروه

که همان ماده و انرژی بود بحث گردید. جلسه سوم شناخت غایت و هدف زندگی برای انسان و افزایش آموزش معاد و حیات پس از مرگ بود که از طریق روحیه امیدواری در انسان و تأثیر دعا و نیایش، توکل

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ۲- بسته آموزشی سبک زندگی معنوی درمواجه با بیماری کرونا

جلسه	عنوان	هدف	محتوا	تکلیف خانگی
یازدهم	آموزش توسل به معصومین درهنگام سختی ها وخواندن قرآن، گرفتن روزه و ادای نذر برای حل مشکلات	توانایی انجام اعمال مذهبی، توانایی مقابله با مشکلات و صبوری	بررسی تکلیف جلسه قبل، مواجهه مؤثر با مشکلات و مسائل و حل کردن یا کنارآمدن با آن، آموزش خواندن نماز حاجت و فواید روزه گرفتن برای بدن و فواید ادای نذر برای آرامش روانی افراد	از اعضا خواسته خواهد شد که زندگی معصومین را در زندگی خود به به عنوان الگو واسوه کار گیرند. از اعضای گروه خواسته نقش نماز، روزه، و ادای نذر را در زندگی شخصی خود با ذکر نمونه بیان و فواید آن در زندگی شخصی جهت مقابله با مشکلات بیان کنند.
دوازدهم	آموزش کمک به نیازمندان برای رضای خدا و صدقه دادن و جمع بندی مطالب	شناخت قضا و قدر الهی و نقش صدقه در رفع بلایا با توسل به توضیحات ائمه معصومین، واجب یا مستحب بودن صدقات	آموزش به گروه در خصوص نقش صدقه در کاهش گناهان و رفع بلایا و بیماری با شناخت آیهٔ ۱۰۴ سورهٔ توبه آمده است: «آیا ندانسته‌اند که تنها خداست که از بندگانش توبه را می‌پذیرد و صدقات را می‌گیرد، و خداست که خود توبه‌پذیر مهربان است؟» شناخت اعضای گروه از انواع صدقه شرایط کمک به نیازمندان با صدقه دادن اینکه صدقه به چه کسانی تعلق می‌گیرد؟ مقدار صدقه چقدر است؟ تأثیرات کمک به نیازمندان با صدقه دادن و کمک به خیریه‌ها و در نهایت اجرای پس آزمون	از اعضا خواسته خواهد شد تا با ذکر نمونه‌هایی از زندگی واقعی خود نقش دادن صدقه در رفع بلایا و بیماری بیان کنند.

و توسل به خداوند و معصومین (ع) انجام گرفت. جلسه چهارم توجه افراد به سوی توجه به توبه پذیربودن خداوند وستارالعیوب بودن الهی از طریق آشنا ساختن آن ها با با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم، آشنایی صفات پیامبران اولوالعزم در قرآن و سیره‌ی آن‌ها با رویکرد الگو پذیری در سبک زندگی دینی، آشنایی با ستّارالعیوب بودن تکوینی و تشریعی خداوند، آشنایی با شیوه پیامبر اسلام (ص) در برخورد با گروه‌های معلند با رویکرد سوره توبه، آشنایی با اینکه پیام سوره توبه را به این صورت می توان برآورد کرد که نباید حق از باطل رودست بخورد و مواضع حق و باطل باید شفاف و مشخص باشد و همیشه حق باید بر سر باطل بکوبد، انجام گفت. در جلسه پنجم در پی آن بودیم تا تاثیر توکل به خدا درسختی‌ها و ناملایمات زندگی را بدانیم و این امر از طریق آشنایی با اینکه اگر انسان مؤمن در زندگی دچار مشکل شد، باید آن را به فال نیک بگیرد، و آن را امتحان و آزمایش الهی تلقی کند، نه این که تصور کند خداوند او را رها کرده و توجهی به او ندارد. همان گونه که اولیای الهی این گونه می کردند. امام حسین (ع) در روز عاشورا هرچه عرصه بر او تنگ تر می‌شد، می فرمود: خدایا راضی به قضای تو و تسلیم امر تو هستم، انجام گرفت. جلسه ششم برای آموزش آشنایی با زندگی معصومین وشیوه برخورد معصومین با مشکلات از استفاده از کلیپ انیمیشن آموزشی مدیریت تنش و استرس دکتر نوذر نخعی کلیپ ۸ روش ساده برای مقابله با استرس مریم لاقانی آشنایی با مفهوم خانواده و نقش او در تربیت انسان‌ها از بعد اخلاقی، روحی، و اجتماعی و آشنایی با اینکه یکی از ارکان زندگی مشترک، احترام و درک مشکلات و همچنین رضایت از همدیگر در میان خانواده که باعث بهتر شدن زندگی شده که این ارکان را با نگاه به زندگی مشترک ائمه الگو برداری کنند، استفاده شد. در جلسه هفتم برای آشنایی با مهارت‌های تصمیم‌گیری و نه گفتن و تشویق نظارت خود هیجانی و رفتاری با توجه به جنبه دینی و مذهبی آن

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ۳- مولفه های اصلی بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کرونا

کد اصلی (کد محوری)	کد فرعی (کد باز)
آگاهی از فلسفه نظام هستی و هدفمندی جهان	هدفمندی و فلسفه نظام هستی
	آشنایی مقدماتی با آفرینش جهان
	شناخت غایت و هدف زندگی برای انسان
	آشنایی با ماهیت و یا جوهر هستی که همان ماده و انرژی
توجه به توبه پذیربودن خداوند	آشنایی با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم
	آشنایی صفات پیامبران اولوالعزم در قرآن و سیره‌ی آن‌ها با رویکرد الگو پذیری در سبک زندگی دینی
	افزایش روحیه امیدواری در انسان
	تأثیر دعا و نیایش
	آشنایی با ستّارالعیوب بودن تکوینی و تشریعی خداوند
تاثیر توکل به خدا درسختی‌ها و ناملایمات زندگی	تقویت روحیه‌ی دعاهای فردی و جمعی
	تقویت توکل و ایمان
	تقویت روحیه‌ی نمازخواندن
	توکل و توسل به خداوند و معصومین (ع)
	توانش و رفتاری برای مقابله با استرس
	تنیدگی و سختی‌های و ناملایمات زندگی
قناعت برای کسب آرامش و شکر آن	روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی
	آشنایی با آثار قناعت در زندگی شخصی
	آشنایی با شکرگزاری و فواید آن در زندگی
	ارتقای تفکر مثبت از طریق شکرگزاری
خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح	آشنایی با انواع گناهان و نقش در زندگی فرد
	تشویق نظارت خود هیجانی با توجه به جنبه دینی و مذهبی آن
	آشنایی با مهارت‌های تصمیم‌گیری
	مهارت نه گفتن
	آشنایی با انواع اعمال صالح و نقش در زندگی فرد
توسل به معصومین درهنگام سختی ها وخواندن قرآن، گرفتن روزه و ادای نذر برای حل مشکلات	توانایی انجام اعمال مذهبی، توانایی مقابله با مشکلات
	توانایی صبوری
کمک به نیازمندان برای رضای خدا و صدقه دادن	شناخت قضا و قدر الهی
	نقش صدقه در رفع بلایا با توسل به توضیحات ائمه معصومین
	دانستن واجب یا مستحب بودن صدقات

از استفاده از فیلم و کتاب فیلم (مهارت‌های تصمیم‌گیری) انیمیشن آموزشی درباره مهارت نه گفتن حسینی مهر تلفیق قدرت تصمیم گیری و حل مسئله برای رسیدن به رضایت خداوند شناخت انواع تصمیم گیری احساسی، اجتنابی، تکانشی، تصمیم گیری مطیعانه، تصمیم گیری گوش به زنگی، تصمیم گیری اخلاقی، تصمیم‌گیری دینی، تصمیم گیری منطقی، انتخاب بهترین و منطقی ترین تصمیم گیری استفاده گردید. در جلسه هشتم برای آشنایی با روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی و آشنایی با آثار قناعت در زندگی شخصی از بررسی تکلیف جلسه قبل، بررسی راه-های رسیدن به قناعت، نقش شکرگزاری در زندگی و فراوانی نعمت، مطالعه و ملاحظهٔ سیرهٔ انسان های پاک و قانع، شناخت مفهوم

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ٤- مولفه های اعتقادی بسته آموزشی در مواجه سبک زندگی معنوی با بیماری کرونا

مولفه	شاخص ها
آگاهی از فلسفه نظام هستی و هدفمندی جهان	هدفمندی و فلسفه نظام هستی آشنایی با ماهیت و یا جوهر هستی که همان ماده و انرژی شناخت غایت و هدف زندگی برای انسان تأثیر دعا و نیایش
خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح	آشنایی با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم آشنایی با ستّارالعیوب بودن تکوینی و تشریعی خداوند تقویت توکل و ایمان آشنایی با آثار قناعت در زندگی شخصی روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی آشنایی با انواع گناهان و نقش در زندگی فرد
کمک به نیازمندان برای رضای خدا و صدقه دادن	شناخت قضا و قدر الهی نقش صدقه در رفع بلایا با توسل به توضیحات ائمه معصومین دانستن واجب یا مستحب بودن صدقات

جدول ٥- مولفه های هیجانی بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کرونا

ردیف	شاخص ها
تاثیر توکل به خدا درسختی‌ها و ناملایمات زندگی	افزایش روحیه امیدواری در انسان تأثیر دعا و نیایش توکل و توسل به خداوند و معصومین (ع) تقویت روحیه‌ی دعاهای فردی و جمعی تقویت روحیه‌ی نمازخواندن تـشویق نظـارت خـود هیجانی
قناعت برای کسب آرامش	آشنایی با شکرگزاری و فواید آن در زندگی روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی ارتقای تفکر مثبت از طریق شکرگزاری

صرفه جویی، روحیه بی نیازی، حرص و طمع نداشتن به دنیا به کار گرفته شد. در جلسه نهم برای آموزش یاداوری نعمت الهی و شکر آن به عبارتی برای آشنایی با شکر گذاری و فواید آن در زندگی و ارتقای تفکر مثبت به بررسی عواملی که در ادامه اشاره می‌شود، پرداخته شد. تکلیف جلسه قبل، نقش غفلت، فراموشی و بی‌توجهی در بروز مشکلات، تکلیف در جهت روش سودمندی حمد و شکرگزاری خداوند، عشق و محبت به او، عبادت، تقوا، بازگشت به مسیر صحیح، امیدواری و فلاح و رستگاری پرداخته شد. همچنین در جلسه دهم برای آموزش خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح و آشنایی با انواع کناهان و اعمال صالح و نقش گناهان و اعمال صالح در زندگی فرد به بررسی تکلیف جلسه قبل، آشنایی اعضای گروه با مفهوم آیه «الّا مَن تابَ وءامَنَ وعَمِلَ عَمَلًا صالِحًا فَاولکَ یُبَدّلُ اللّهُ سَیّاتِهِم حَسَنتٍ وکانَ اللّهُ غَفورًا رَحیما؛ مگر کسانی که توبه کنند و ایمان آورند و عمل صالح انجام دهند، که خداوند گناهان آنان را به حسنات مبدّل می‌کند؛ و خداوند همواره آمرزنده و مهربان بوده است!» «والّذینَ ءامَنوا وعَمِلوا الصالِحتِ لَنُکَفّرَنَّ عَنهُم سَیّاتِهِم ...؛ و کسانی که ایمان آورده و کارهای شایسته انجام دادند، گناهان آنان را می‌پوشانیم (و می‌بخشیم)....» «... ومَن یُؤمِن بِاللّهِ ویَعمَل صالِحًا یُکَفّر عَنهُ سَیّاتِه ...؛ و هر کس به خدا ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد، گناهان او را می‌بخشد....»

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

جدول ٦- روایی هم گرا و واگرای مولفه‌های سه گانه بسته آموزشی در سبک زندگی معنوی مواجه با بیماری کرونا

مولفه‌های اعتقادی	CVR	CVI	پذیرش یا رد
هدفمندی و فلسفه نظام هستی	۰/۷۵	۱	پذیرش
آشنایی با ماهیت و یا جوهر هستی که همان ماده و انرژی	۰/۷۵	۱	پذیرش
شناخت غایت و هدف زندگی برای انسان	۱	۱	پذیرش
تأثیر دعا و نیایش	۰/۷۵	۱	پذیرش
توکل و توسل به خداوند و معصومین (ع)	۱	۱	پذیرش
آشنایی با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم	۱	۱	پذیرش
آشنایی با ستّارالعیوب بودن تکوینی و تشریعی خداوند	۱	۱	پذیرش
تقویت توکل و ایمان	۱	۱	پذیرش
آشنایی با آثار قناعت در زندگی شخصی	۱	۱	پذیرش
آشنایی با شکرگزاری و فواید آن در زندگی	۰/۷۵	۱	پذیرش
آشنایی با انواع گناهان و نقش در زندگی فرد	۰/۷۵	۱	پذیرش
شناخت قضا و قدر الهی	۱	۱	پذیرش
نقش صدقه	۱	۱	پذیرش
دانستن واجب یا مستحب بودن صدقات	۱	۱	پذیرش
در رفع بلایا با توسل به توضیحات ائمه معصومین	۱	۱	پذیرش
مولفه‌های هیجانی	CVR	CVI	پذیرش
افزایش روحیه امیدواری در انسان	۰/۷۵	۱	پذیرش
تأثیر دعا و نیایش	۰/۷۵	۱	پذیرش
توکل و توسل به خداوند و معصومین (ع)	۱	۱	پذیرش
تقویت روحیه‌ی دعاهای فردی و جمعی	۰/۷۵	۱	پذیرش
تقویت روحیه‌ی نمازخواندن	۱	۱	پذیرش
تـشویق نظـارت خـود هیجانی	۱	۱	پذیرش
آشنایی با شکرگزاری و فواید آن در زندگی	۱	۱	پذیرش
ارتقای تفکر مثبت از طریق شکرگزاری	۱	۱	پذیرش

در جلسه یازدهم برای توانایی انجام اعمال مذهبی، توانایی مقابله با مشکلات و صبوری به بررسی تکلیف جلسه قبل، مواجهه مؤثر با مشکلات و مسائل و حل کردن یا کنارآمدن با آن، آموزش خولندن نماز حاجت و فواید روزه گرفتن برای بدن و فواید ادای نذر برای آرامش روانی افراد پرداخته شد و در جلسه دوازدهم برای شناخت قضا و قدر الهی و نقش صدقه در رفع بلایا با توسل به توضیحات ائمه معصومین، واجب یا مستحب بودن صدقات به افراد آموزش به گروه در خصوص نقش صدقه در کاهش گناهان و رفع بلایا و بیماری با شناخت آیهٔ ۱۰۴ سورهٔ توبه آمده است: «آیا ندانسته‌اند که تنها خداست که از بندگانش توبه را می‌پذیرد و صدقات را می‌گیرد، و خداست که خود توبه‌پذیر مهربان است؟»، شناخت اعضای گروه از انواع صدقه، شرایط کمک به نیازمندان با صدقه دادن، اینکه صدقه به چه کسانی تعلق می‌گیرد؟، مقدار صدقه چقدر است؟، تأثیرات کمک به نیازمندان با صدقه دادن و کمک به خیریه‌ها و در نهایت پرداخته شد که در آخر از آزمودنی‌ها پس آزمون گرفته خواهد شد.

بنابراین برای توانا‌سازی افراد از طریق آموزش مولفه‌های اعتقادی و هیجانی درمواجه بابیماری کرونا بر اساس نتایج حاصل از کدگذاری نیاز به مولفه‌های اصلی است که شامل آگاهی از فلسفه نظام هستی و هدفمندی جهان، توجه به توبه پذیربودن خداوند، تاثیر توکل به خدا درسختی‌ها و ناملایمات زندگی، قناعت برای کسب آرامش و شکر آن، خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح، توسل به معصومین درهنگام سختی ها وخواندن قرآن، گرفتن روزه و ادای نذر برای حل مشکلات، کمک به نیازمندان برای

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]
[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

رضـای خدا و صـدقه دادن بود. این مولفه‌ها بر اسـاس دسـته بندی مولفه‌های اعتقادی و هیجانی تقسـیم بندی شـدند. این یافته با مطالعات پری هادی (۲۷) مبنی بر اینکه سـبک‌های مقابله مذهبی میزان مقابله افراد را برای مقـابلـه بـا بیمـاری افزایش می‌دهـد، همخوان اسـت. همچنین با مطالعه دالیا (۲۸) و تیلور (۲۹) که یکی از سـبک‌های مقابله‌ای را برای متعادل سـاختن خانواده و مقابله با بیماری ها، آموزش‌های مذهبی می داند همسو با این یافته‌های پژوهش است. مطالعات دیگری که توسـط گولوما و پن دلتون (۳۰)، پارگامنت (۳۱)، بهزادی پور و همکاران (۳۲) انجام شـده مبنی بر اینکه یکی از رویکردهای مقابله با بیماری ها اعتقادات، باورها و رفتارهای مذهبی اسـت، همسـو با یافته‌های حاصـل از این پژوهش اسـت. بنابراین مطالعات نامبرده یافته‌های حاصـل از این پژوهش را پشـتیبانی علمی می‌کنند. مولفـه‌های اعتقادی بر اسـاس نتایج حاصـل از کدگذاری مولفه های اعتقادی شـامل آگاهی از فلسـفه نظام هسـتی و هدفمندی جهان که دارای شـاخص‌های (هدفمندی و فلسـفه نظام هسـتی، آشـنایی با ماهیت و یا جوهر هسـتی که همان ماده و انرژی و تأثیر دعا و نیایش)، مولفه اعتقادی خودداری از انجام گناه وانجام عمل صالح که شامل شاخص‌های آشنایی با گناهان صغیره و کبیره در قرآن کریم آشـنایی با سـتّارالعیوب بودن تکوینی و تشـریعی خداوند، تقویت توکل و ایمان، آشـنایی با آثار قناعت در زندگی شـخص و آشـنایی با انواع گناهان و نقش در زندگی فرد) و مولفه‌ی کمک به نیازمندان برای رضای خدا و صدقه دادن که شامل شاخص‌های (شناخت قضا و قدر الهی، نقش صدقه در رفع بلایا با توسـل به توضـیحات ائمه معصـومین و دانسـتن واجب یا مسـتحب بودن صـدقات) می باشـد. این بدان معنی اسـت که برای توانمندی افراد برای مقابله با بیماری کرونا نیاز به مولفه های اعتقادی داریم تا افراد بتوانند با پشـتوانه این اعتقادات در برابر این بیماری و پیامدهای منفی حاصـل از آن مقابله کنند. این یافته با مطالعات رمضـانی و همکاران که یکی از راه‌های مقابله با بیماری را سـبک‌های مقابله مذهبی می‌دانند، همسو است (۳۳).

مولفه‌های هیجانی نیز بر اساس نظرات متخصصان بعد هیجانی در سـبک مقابله اسـلامی در مواجه با بیماری کرونا شـامل دو مولفه تاثیر توکل به خدا درسـختی‌ها و نـاملایمـات زنـدگی (افزایش روحیـه امیدواری در انسان، تأثیر دعا و نیایش، توکل و توسل به خداوند و معصـومین (ع)، تقویت روحیه‌ی دعاهای فردی و جمعی، تقویت روحیـه‌ی دعـاهـای فردی و جمعی، تقویت روحیه‌ی نمازخواندن و تـشـویق نظـارت خـود هیجانی) بود و مولفه دوم قناعت برای کسـب آرامش بود که شـامل شـاخص‌های آشـنایی با شـکرگزاری و فواید آن در زندگی، روش‌های قناعت و راه‌های تقویت قناعت در زندگی و ارتقای تفکر مثبت از طریق شـکرگزاری) بود. این بدان معنی اسـت که برای توانمندی عاطفی افراد در مواجه با بیماری کرونا نیاز به این مولفه‌ها و شـاخص‌ها برای آموزش افراد داریم.

به منظور بررسـی روایی، این بسـته در اختیار ۸ متخصص در زمینه پژوهش قرار گرفت. بر اساس نظر صـاحبنظران، نتایج حاکی از این اسـت که مولفه‌هایی که برای این بسته در نظر گرفته شـده بودند از روایی کافی برخوردار است و این مولفه‌ها در راسـتای مقابله با بیماری کرونا بر اساس سه دسته بندی اعتقادی و هیجانی به درسـتی تدوین شـده اسـت. می‌توان گفته بسـته حاضـر برای منظوری که سـاخته شـده اسـت کارسـاز و به هدفی که برای تحقق بخشـیدن به آن آماده شـده اسـت، نزدیک اسـت. بر اسـاس یافته‌های حاصل از این پژوهش می‌توان این گونه استدلال کرد که چون مولفه‌های مطرح شـده در زمینه مقابله با بیماری کرونا مبتنی بر اعتقادات و عواطف مورد نظر برای این مقابله تنظیم شده است.

نتیجه‌گیری

تحلیل شـبکه‌ای مضـامین (با اسـتفاده از نرم‌افزار MAXQDA) نشان داد که سبک زندگی معنویِ مؤثر در مواجهـه بـا کرونـا بر محوریـت یـک مجموعـه درهم‌تنیده از اعمال عبادی و نگرش‌های اعتقادی-

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

هیجانی بنا شده است. مؤلفه‌های اصلی شناسایی‌شده فراتر از اعمال صرف بوده و شامل ابعاد عمیق‌تری در حوزه جهان‌بینی و رفتار اجتماعی است. این مؤلفه‌ها به شرح زیر دسته‌بندی شدند:

۱. معرفت‌شناختی و اعتقادی عمیق: شامل آگاهی از فلسفه نظام هستی، توکل به خدا در سختی‌ها، و توجه به توبه‌پذیری خداوند. این یافته تأکید می‌کند که بحران، نیاز انسان به یافتن معنای بزرگ‌تر و چارچوب‌بندی هستی را تقویت می‌کند.

۲. کنترل و خویشتن‌داری: مؤلفه‌هایی مانند قناعت و خودداری از گناه نشان‌دهنده نقش سبک زندگی معنوی در مدیریت اضطراب ناشی از محدودیت‌ها و عدم قطعیت‌ها از طریق تأکید بر کفایت و پرهیز است.

۳. راهبردهای توسلی و عملی: دسته‌هایی نظیر توسل به معصومین، خواندن قرآن، روزه، ادای نذر و کمک به نیازمندان به عنوان ابزارهای فعال معنوی برای تنظیم هیجانات منفی و حفظ ارتباط با امر قدسی عمل می‌کنند. نکته قابل توجه، نقش برجسته کمک به نیازمندان است که نشان‌دهنده تبدیل بُعد شخصی معنویت به بُعد اجتماعی و ایثارگرایانه در دوران بحران است.

سهم و نوآوری پژوهش

آنچه این پژوهش را متمایز می‌سازد، تدوین مدل مؤلفه‌های اعتقادی و هیجانی و رفتاری اختصاصی برای شرایط پاندمی کرونا است. این تحقیق به وضوح نشان داد که مقابله موفقیت‌آمیز با بحران‌های وجودی مانند کرونا، صرفاً نیازمند راهبردهای روان‌شناختی سطحی نیست، بلکه باید ریشه در نظام باورهای معنوی مستحکم داشته باشد. این مدل، یک نقشه راه عملی برای چگونگی تبدیل اعتقادات انتزاعی به رفتارهای هیجانی و عملی سازگار در مواجهه با تهدیدات بزرگ ارائه می‌دهد.نتایج حاصل از این تحقیق دارای دلالت‌های عملی حیاتی برای متولیان امر سلامت و روان است و تنها محدود به دوران پسا کرونا نخواهد بود.

• مراکز بهداشت و درمان و مشاوران: این مدل می‌تولند به عنوان سند راهنمای طراحی برنامه‌های مداخله‌ای سلامت روان در زمان بحران‌های آتی مورد استفاده قرار گیرد. تمرکز بر تقویت مؤلفه‌هایی چون توکل و معنایابی (به جای صرفاً کنترل علائم اضطراب) می‌تواند اثربخشی مداخلات را افزایش دهد.

• نهادهای فرهنگی و دینی: یافته‌ها بر لزوم تأکید مجدد بر جنبه‌های عملی و اجتماعی معنویت (مانند کمک به همنوع) در آموزش‌های عمومی تأکید دارد، چرا که این اعمال، نقش تنظیم‌کننده هیجانی قوی دارند.

محدودیت‌ها

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم بررسی اثربخشی بسته مقابله کرونا به دلیل کمبود زمان اشاره کرد. با توجه به اهمیت این مدل، تحقیقات آتی می‌توانند بر سنجش کمی و اثربخشی مداخله‌ای این مؤلفه‌ها در گروه‌های جمعیتی مختلف متمرکز شوند. همچنین، بررسی تطبیقی این مؤلفه‌ها با سبک‌های زندگی معنوی در سایر بحران‌های جهانی (مانند بلایای طبیعی یا جنگ) می‌تواند به غنای ادبیات موضوع بیفزایددر پژوهش‌های آتی فرم تعیین روایی بسته موردنظر در نمونه بزرگ تری از افراد متخصص جهت دقت در بررسی شاخص‌های روان‌سنجی اجرا شود. همچنین پیشنهاد می‌گردد به بررسی اثربخشی و انجام مرحله پیگیری این بسته و مقایسه تاثیر آن با سایر پروتکل‌های دیگر با رویکردهای مشابه پرداخته شود.

ملاحظات اخلاقی

مقاله حاضر حاصل مطالعه ای است که تایید مطالعه توسط کمیته اخلاق درپژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد به شماره IR.IAU.YAZD.REC. 1401.061 تایید شده است.

مشارکت نویسندگان

مژگان آقامحمدی مطالعه را مفهوم سازی نمود

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

ودرجمع آوری داده ها وآماد ه کردن مقاله فعالیت داشتند ومحمدحسین فلاح چک کردن وویراستاری مقاله را برعهده داشتند .علی نظری و مذنب نیز تجزیه وتحلیل دادها را برعهده داشتندوتمامی نویسندگان فایل نهایی را تایید نمودند.

References

1. Murtadho A, Hidayanti E, Fakhri M, Masri S, Purwanti KL, Algifahmy AF, et al. Religious Coping for Covid-19 Patients: Islamic Approaches. Journal of Al-Tamaddun. 2022;17(1):31–42.
2. Bentzen J. In Crisis, We Pray: Religiosity and the Covid-19 Pandemic. Department of Economics, University of Copenhagen, 2020. https://www.economics.ku.dk/research/corona.
3. Lee SA. Coronavirus Anxiety Scale: A Brief Mental Health Screener for Covid-19 Related Anxiety. Death Studies. 2020;44(7):395.
4. Bakracheva M, Zamfirov M, Kolarova T, Sofronieva E. Life in crisis conditions (COVID-19, Wave 2). Sofia: Veda Slovena-ŽG. 2021.
5. Boyraz G, Legros DN. Coronavirus disease (COVID-19) and traumatic stress: Probable risk factors and correlates of posttraumatic stress disorder. Journal of Loss and Trauma. 2020;25(6-7):503-522.
6. Pargament KI, Brant CR. Religion and coping. InHandbook of religion and mental health 1998 Jan 1 (pp. 111-128). Academic Presshttps://www.researchgate.net/publication/
7. Feder A, Ahmad S, Lee EJ, Morgan JE, Singh R, Smith BW, Southwick SM, Charney DS. Coping and PTSD symptoms in Pakistani earthquake survivors: Purpose in life, religious coping and social support. Journal of affective disorders. 2013May1;147(1-3):156-63.
8. Ivanova M. Religious Narratives and Religious Coping Strategies in the Context of COVID-19 Pandemic. Cultural and Religious Studies. October 2022;10(10):570-577
9. Pargament K, Feuille M, Burdzy D. The brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. Religions. 2011;2(1):51-76.
10. Pargament KI, Koenig HG, Tarakeshwar N, Hahn J. Religious coping methods as predictors of psychological, physical and spiritual outcomes among medically ill elderly patients: A two-year longitudinal study. Journal of Health Psychology. 2004;9(6):713–730.
11. Sharafuddin SH. Lifestyle with a spiritual approach. Quarterly Journal of Lifestyle Research. 2017;3(4):73-97.
12. Gross JJ. Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychological Inquiry. 2015;26(1):1-26.
13. Wang HY, Zhang XX, Si CP, Xu Y, Liu Q, Bian HT, et al. Prefrontoparietal dysfunction during emotion regulation in anxiety disorder: a meta-analysis of functional magnetic resonance imaging studies. Neuropsychiatric disease and treatment. 2018;14:1183.
14.van der Linden D, Pekaar KA, Bakker AB, Schermer JA, Vernon PA, Dunkel CS, et al. Overlap between the general factor of personality and emotional intelligence: A meta-analysis. Psychol Bullet. 2017;143(1):36-52.
15.Rosenberg S, Gallo-Silver L. Therapeutic communication skills and student nurses in the clinical setting. Teaching and learning in Nursing. 2011;6(1):2-8.
16. Wills TA, Ainette MG, Stoolmiller M, Gibbons FX, Shinar O. Good self-control as a buffering agent for adolescent substance use: An investigation in early adolescence with timevarying covariates. Psychol Addict Behav. 2008;22(4):459-465.
17. Mousavi A, VaezMousavi M, Yaghubi H. All the participants completed cognitive emotion regulation … emotion regulation strategies are useful to cope with stress … Health & Research of Jtion Health & Development Social Center Research. 2018;472(8):466. (Persian)
18. Domaradzka E, Fajkowska M. Cognitive emotion regulation strategies in anxiety and depression understood as types of personality. Front Psychol. 2018;9:856.
.19Azazi Bojnourdi E, Ghadampour S, Moradi Shakib A, Ghadhbanzadeh R. Predicting Corona anxiety based on cognitive emotion regulation strategies, health hardiness and death anxiety in diabetic patients. J Psychiatry. 2019;8(2):34-44.
20. Eisenberg N, Spinrad TL. Emotion-related regulation: Sharpening the definition. Journal of Child Development, 2004;75:334-339.
21. Etkin A, Büchel C, Gross JJ. The neural bases of emotion regulation. Nat Rev Neurosci. 2015;16(11):693.
22. Werner KH, Goldin PR, Ball TM, Heimberg RG, Gross JJ. Assessing emotion regulation in social anxiety disorder: The emotion regulation interview. Journal of psychopathology and behavioral assessment. 2011Sep;33:346-54.
23. Tull MT, Weiss NH, Adams CE, Gratz KL. The contribution of emotion regulation difficulties to risky sexual behavior within a sample of patients in residential substance abuse treatment. J Addict

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]

Behav. 2012;37:1084-1092.
24. Zhang H, Hook JN, Hodge AS, Coomes SP, Davis CW, Van Tongeren DR, et al. Religious and spiritual struggles and coping amidst the COVID-19 pandemic: A qualitative study. Spirituality in Clinical Practice. 2021;8(4):245-261.
25. Clark A, Cornelia Brentano S. (2006). Translated by Sadeghi, Saeed; Naji, Mojtaba; Mohammadzadeh, Mahmoud; Karimian, Nafiseh (1392). Divorce causes and consequences. Isfahan, Payam Danesh Publications.
.26 Hajizadehanari M, Ismaili M, Salarifar MH, Naeimi E. A Positive Psychotherapy Model: The Possibility the Explanation and Enhancement of Mental Health Based on Positive Thinking Components Derived from Content Analysis of the Holy Quran among Student-Teachers at Farhangian University. THe Qur'an and Science. 2024 Sep 14;18(34):143-70.
27. Pri hadi EJ, Dings F, Van Heugten CM. Copingstyles of parents of children and adolescentswith acquired brain injury in the chronic phase. J Rehabil Med. 2015;47.
28. Dalia RG. The relationship among familyfunctioning, stress, and coping in non-residential freshmen students. City University of NewYork. 2010; 3426-745.
29. Teilor J. Meaning of death and intrinsic religiosity, Journal of clinical psychology. 1999.
30. Polma MB, Pendelton R. The emotional impact of fundamentalist religious participation Journal of spiritual therapy. 2008:2821-1235. www.spiritual-health.ir
31. Pargament KI, Mahoney A. Sacred matters: Sanctification as a vital topic for the psychology of religion. International Journal for the Psychology of Religion. 2005;15:179–198.
32. Behzadipour S, Sepah Mansour M, Senior Agriculture F, Farzad V, Naziri Q, Zamanian S. Effectiveness of cognitive behavioral stress management intervention on quality of life and coping strategies in women with breast cancer. Psychological methods and models. 1392;3(12). (Persian)
33. Ramazan T, Taheri-Kharameh Z, Yazdizadeh E. Health beliefs and compliance with COVID-19 standard precautions among working nurses. Education and Community Health. 1400;8(3):189-194.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-20]

[DOI: 10.47176/rjms.32.105]