

مقابله دینی با ناملایمات زندگی: تبیین و بررسی نظریه پارگامنت

امیر قربانی*

مسعود آذربایجانی**

محمد مهدی علیمردی**

چکیده

نقش نظام‌های معناده در ترسیم هدف زندگی و معنادگی به آن تردیدناپذیر است. آدمی در طول زندگی، به‌ویژه در ناملایمات با اتکا به این چارچوب‌ها سعی در تحقق اهداف و حفظ معنای زندگی یا ایجاد تحول در آن را دارد.

در همین راستا، کنت پارگامنت با تلقی دین به مثابه تأمین‌کننده معنا، به طراحی نظریه مقابله دینی پرداخته است. او مقابله را فرایندی پیوسته در حال تغییر می‌داند که برای برطرف ساختن نیازهای موقعیتی یا شخصی به کار می‌رود. بر این اساس، در مقابله دینی هر رویدادی در پرتو امر قدسی تفسیر می‌شود. پارگامنت با پذیرش رابطه دوجانبه مقابله دینی و غیردینی، معرفی سه الگوی مقابله دینی و اذعان به ایجابی و منفی بودن این مقابله‌ها، مقیاسی با ۲۱ گونه از اقدامات مقابله دینی از طریق مصاحبه و مرور آثار به دست می‌دهد و پنج کارکرد عمده برای آن برمی‌شمرد. بر اساس این مطالعات تجربی، تصویر فرد از خدا، در گزینش نوع الگوی مقابله‌ای او اثرگذار است. در مقاله حاضر با روش توصیفی-تحلیلی، آراء، روش و پیامدهای عملی نظریه پارگامنت تبیین و بررسی می‌شود.

واژگان کلیدی: مقابله، دین، مقابله دینی، ناملایمات زندگی، الگوهای مقابله دینی، پارگامنت.

* دانشجوی دکتری دین‌پژوهی دانشگاه ادیان و مذاهب قم (نویسنده مسئول)

* دانشیار گروه روان‌شناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران

* دانشیار گروه ادیان و عرفان، دانشگاه ادیان و مذاهب، قم، ایران

(۱) بیان مسئله

آدمی موقعیت‌های ناخوشایند خُرد و کلانی را در برهه‌های مختلف زندگی تجربه می‌کند. بخش اعظمی از این تجارب به گرفتاری‌ها و سختی‌های فردی و بخشی نیز به مسائل اجتماعی کلان مربوط می‌شود که سایه سنگین خود را بر زندگی می‌اندازند. رویارویی با مشکلات این برهه خارج از توان انسان عادی و تنها است و او را به‌سوی منابع قابل‌اعتماد از جمله دین سوق می‌دهد.

شاید از منظر برخی تلقی دین به‌مثابه تکیه‌گاه در دنیای صنعتی تعجب‌آور باشد. با اینکه سالیانی است سخن از کاهش دین‌داری در عصر حاضر سر داده می‌شود، نشانه‌های دیگری وجود دارد که دین را منبعی قدرتمند و توان‌بخش نشان می‌دهد (نک: www.gallup.com).

مهیج‌ترین آثار حیات دینی را در مواقع استرس می‌توان سراغ گرفت. ادیان همواره به‌سختی، رنج و تعارض بشر در زندگی توجه داشته و با تصدیق امکان رنج‌آلود بودن حیات، نسخه‌ای برای درمانش تجویز کرده‌اند: آیین بودا وجود را مساوی با رنج^۱ و خلاصی از آن را بی‌تعلقی و نیل به روشن‌شدگی می‌داند.^۲ بنابر آموزه‌های یهودیت، دست قدرت خداوند در تاریخ مشهود است و با انقیاد و تحمل رنج ناشی از گناهان خلاصی از ناملایمات میسر می‌شود (اپستاین ۱۳۸۸، ۸۶). مسیحیان نیز هنگام مواجهه با دشواری‌ها در تلاش برای حفظ تصویری که از «قدرت خدا» و «خیریت مطلق» او دارند، به دنبال راه‌هایی برای رویارویی با آن هستند: «رنج حاصل گناه فردی یا اجتماعی؛ رنج محصول نیروهای فراطبیعی و آزمون بندگان» (Bart 2009). در اسلام، زندگی قرین راحتی و رنج است و ایمان به خدا با اثرگذاری بر شناخت، عواطف و رفتار آدمی او را از برهه‌های دشوار خلاصی می‌دهد (دادفر ۱۳۸۳، ۹۰). به‌هر تقدیر، ادیان جهان با درکی عمیق از ماهیت اغلب رنج‌آور شرایط انسانی، به ارائه راه‌چاره‌هایی برای نحوه واکنش به آن‌ها پرداخته‌اند.

(۲) پرسش اصلی و پرسش‌های فرعی

کنت پارگامنت^۳ با تمسک به آموزه‌های مسیحیت و پژوهش‌های تجربی، چه مدل و دیدگاهی را در باب مقابله دینی ابراز می‌دارد؟ بر همین اساس، چند پرسش مهم مطرح می‌شود: مقابله از چه ماهیتی برخوردار است؟ فرایند مقابله بر چه مفروضاتی استوار است؟ مفروضات مقابله دینی چیست؟ مقابله از دیدگاه پارگامنت چگونه تعریف می‌شود؟ تعریف

1. Dukkha

2. See: Richard A. Gard, Buddhism, New Yourk: Braziller, 1962.

3. Kenneth Pargament

پارگامنت از دین چیست؟ مقابله دینی از منظر پارگامنت چه تعریفی دارد؟ مؤلفه‌های مقابله دینی از منظر پارگامنت چیست؟ الگوهای اصلی مقابله دینی از منظر پارگامنت کدامند؟ در نگاه پارگامنت، کارکردهای دین در فرایند مقابله چیست؟

۳) تعریف مفاهیم

الف) مقابله

تلاش‌های شناختی، رفتاری و عاطفی پیوسته در حال تغییر برای مدیریت مقتضیات درونی یا بیرونی خاص که بیش از توان منابع شخص ارزیابی می‌شوند.

ب) دین

واژه دین در این جا در معنای حداقلی خود به کار نمی‌رود، در این مباحث، گستره دین شامل نهادهای مذهبی، حالات مذهبی شخصی مانند احساس معنویت، باورهای درباره امر مقدس و اعمال دینی نیز می‌شود.

ج) مقابله دینی

تلاش‌های شناختی، رفتاری و عاطفی جهت مدیریت مقتضیات درونی یا بیرونی با تکیه بر سازوکارهایی متکی به دین.

د) ناملایمات

هر موقعیت استرس‌زا و تهدیدزایی که چارچوب نظام معنایی فرد را به چالش بکشد و به واکنش وادارد.

۴) پیشنهاد تحقیق

پژوهش‌های غربی ناظر به مقابله در قالب دو مقابله «عاطفه‌محور»^۱ (فرد با تغییر نگرش به مشکل یا معنای یک رخداد بر کنترل عواطف و احساسات رنج‌آور متمرکز می‌شود) و مقابله «مسئله‌محور»^۲ (فرد می‌کوشد تا به واسطه اثرگذاری بر خود یا محیط عامل ناراحتی را تغییر بدهد) قابل جمع‌بندی است و غربی‌ها معمولاً به مقابله مسئله‌محور اهمیت می‌دهند. بر این اساس و در واکنش به رویکردهای کاملاً تجربی و گاه ضددینی پژوهش‌های

1. Emotion-focused

2. Problem-focused

روان‌شناختی، رویکردهایی با محوریت دین به «مقابله» نضج گرفت. تحقیقات درباره «مقابله مذهبی و معنوی» با کار پارگامنت آغاز شد. از زمان انتشار اثر او با عنوان «روان‌شناسی دین و مقابله» موضوع «مقابله دینی» به نحوی چشمگیر در کانون توجه محققان قرار گرفت. پارگامنت در واقع، با بسط الگوی لازاروس و فولکمن دین را بخشی از سازه‌های اصلی مقابله عنوان می‌کند. مرور شواهد تجربی، بیانگر این است که طی دهه‌های اخیر، مطالعات متعددی با محوریت مقابله دینی «در گروه‌های مختلف سنی همچون کودکان،^۱ نوجوانان^۲ و بزرگسالان^۳» و «در گروه‌های مذهبی متفاوت مانند اسلام،^۴ مسیحیت،^۵ یهودیت^۶ و هندو^۷» صورت گرفته است. به علاوه، شواهد نشان می‌دهد که در بین پژوهش‌گران علاقه‌مند به حوزه مطالعاتی دین و مقابله، بر موضوعاتی مانند مقابله مذهبی با سرطان،^۸ درد مزمن^۹ و بیماری ایدز^{۱۰} تأکید شده است. طی سال‌های گذشته، نتایج مطالعات هاگلیت و همکاران^{۱۱} و نیز مور و همکاران^{۱۲} موجب شده است که نقش مثبت و تعیین‌کننده دین در مقابله با مشکلات روان‌پزشکی، نزد متخصصان سلامت روان و روان‌شناسان بالینی آشکار شود. در نهایت، نتیجه مطالعات معطوف به مقابله دینی با برخی ناملایمات همچون داغ‌دیدگی،^{۱۳} بلایای طبیعی^{۱۴} و نیز نتایج پژوهش‌های مربوط به پسایندهای چندگانه رویارویی با تجارب استرس‌زا مانند تعالی پس‌ضرب‌های،^{۱۵} بهزیستی معنوی^{۱۶} و سلامت روانی^{۱۷} تأکید می‌کند که

1. See: Benore, E, & et al., An initial examination of religious coping in children with asthma, P. 267-290.
2. See: Talik, Z. B. "The adolescent religious coping questionnaire: Translation and cultural adaptation of Pargament's RCOPE scale for Polish adolescents"; Journal of Religious Health. P. 147.
3. See: Bjorck, J. P, & Thurman, J. W., Negative life events, patterns of positive and negative religious coping, and psychological functioning, P. 159-167.
۴. شهبایی‌زاده، فاطمه. و محمدعلی مظاهری، «دل‌بستگی ادراک‌شده در دوران کودکی کنش‌وری خانواده و مقابله مذهبی»، صص ۲۳۴-۲۲۱.
5. Pargament K. I., The psychology of religion and coping, Theory, research, practice.
6. Kreeft Peter, Three Philosophies of Life: Ecclesiastes-Life as Vanity, Job-Life as Suffering, Song of Songs-Life as Love, p.75.
7. Walshe M., The long discourses of the Buddha: A translation of the Digha Nikaya. P.346.
8. Yoshimoto S. M, & et al., "Religious coping and problem-solving by couples faced with prostate cancer". European Journal of Cancer Care. P. 483.
9. Dunn K.S & Horgas A.L, "Religious and nonreligious coping in older adults experiencing chronic pain", Pain Management Nursing, P. 23.
10. Pargament, K. I, & et al, Religion and HIV: A review of the literature and clinical implications, P. 1204.
11. Huguelet, P, & et al, "Effect of religion on suicide attempts in outpatients with schizophrenia or schizo-affective disorders compared with inpatients with non-psychotic disorders"; European Psychiatry, P. 191.
12. Mohr S, & et al, "The assessment of spirituality and religiousness in schizophrenia", Journal of Nervous and Mental Disease, p.250.
13. Stoebe M, "Religion in coping with bereavement: Confidence of convictions or scientific scrutiny? International Journal for the Psychology of Religion. P.18.
14. Henderson, L. A; "Religious coping and subjective well-being: African Americans' experiences of surviving Hurricane Katrina", Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering, P. 60.
۱۵. سیدموسوی، پریاسادات، و همکاران، «رابطه راهبردهای مقابله مذهبی با تعالی پس‌ضربه‌ای و درماندگی در دانشجویان»، روان‌شناسی معاصر، ص ۱۰۸.
۱۶. طاهری خرامه، زهرا، و همکاران، «سلامت معنوی و راهبردهای مقابله مذهبی در بیماران همودیالیزی»، ص ۵۴-۴۸.
۱۷. حسینی واجاری، کتایون، و هادی بهرامی احسان، «نقش مقابله مذهبی و خوشبختی معنوی در تبیین سلامت روان»، ص ۲.

راهبردهای مقابله دینی به عنوان گنجینه و منبعی غنی، جنبه جدایی ناپذیر فرایند مقابله با ناملایمات قلمداد می شود.

در ادامه به برخی از مهم ترین تحقیقات داخلی و خارجی صورت گرفته در این حوزه اشاره می کنیم:

• درآمدی بر روان شناسی دین: دکتر مسعود آذربایجانی و سیدمهدی موسوی اصل، ناشر: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۴.

این اثر که به مباحث عمومی روان شناسی دین می پردازد، در بخش پنجم با عنوان آثار دین داری، ذیل مبحث آثار دین داری در سطح فردی، آثاری همچون آرامش روان، خشنودی و رضایت از زندگی، تفسیر خوش بینانه از مرگ و سلامت جسمی را برمی شمرد. مؤلفان در بخش آرامش روان، تنها در بحثی مختصر به دیدگاه پارگامنت اشاره می کنند و بحث از تأثیرات مثبت سازگاری دینی را که یکی از مؤثرترین آن ها مقابله اشتراکی است، به میان می کشند (۱۵۶-۱۵۷).

• روش های توان افزایی در سختی ها، محسن عطاالله، انتشارات دارالحدیث، ۱۳۹۲.

در این نوشتار با نگاهی کاربردی به مفهوم صبر و با بهره گیری از آیات قرآن، به دنبال پاسخ به پرسش های موجود پرداخته شده است. برای مقابله با این ناخوشایندی ها راهکارهایی ارائه شده است. به ادعای مؤلف، با دقت در آیات، روش های کلی «توان افزایی در سختی ها» را می توان شناسایی و کشف کرد و آن ها را در موقعیت های مشابه به کار برد. ۳۲ روش قرآنی، مهم ترین یافته این پژوهش است که به کارگیری آن ها در هنگامه دشواری سبب افزایش قدرت صبر و تحمل انسان می شود. این روش های تقویتی در دو بخش کلی به افزایش نیروی بردباری کمک می کند، در بخش اول از راهبرد «تقویت با تکیه بر توانایی ها و رفتارهای خود فرد» استفاده می شود که به عنوان روش های خود تقویتی نام گذاری شده اند. در بخش دوم که در آن از راهبرد «تقویت با توجه دادن به صفات الهی» استفاده شده، از آن ها با عنوان روش های خدا تقویتی یاد می شود.

در این اثر از «صبر» به مثابه محور اصلی مقابله با دشواری ها یاد می شود؛ حال آنکه، به دلیل تنوع روحيات افراد و نیز مراتب و نوع گرفتاری های آن ها، صبر را تنها یکی از عناصر مقابله می توان معرفی کرد.

• مقیاس سنجش دین داری: تهیه و ساخت آزمون جهت گیری مذهبی با تکیه بر اسلام، حجت الاسلام دکتر مسعود آذربایجانی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.

مؤلف در این اثر که اساساً ناظر به تهیه و ساخت آزمون جهت گیری مذهبی با تکیه بر آموزه های اسلام است، در بخش کلیات هنگام بحث از تأثیر مذهب بر بهداشت جسمی

و روانی، به‌طور بسیار مختصر بر این نکته اشاره کرده است که مذهب به‌عنوان یک نظام اجتماعی و پیچیده، می‌تواند بر رفتار و بازخوردهای مهم از جمله برنامه‌ریزی خانواده، کار، سیاست و چگونگی تفسیر زندگی روزانه تأثیری فراوان داشته باشد.

• بهداشت روان نقش دین، نویسنده: سیدعلی مرعشی، ناشر: انتشارات علمی فرهنگی، ۱۳۸۷.

این اثر در ۱۴ گفتار تنظیم شده است، در گفتار یازدهم مؤلف مشخصاً به مبحث روش‌های مقابله دینی در رویارویی با ناملایمات زندگی می‌پردازد. گرچه نویسنده از اصطلاح روش‌های تطابق دینی در ترجمه coping بهره جسته است، مراد او دقیقاً مبحث مقابله دینی با وضعیت‌های دشوار زندگی است. او پس از ذکر مکانیسم‌های عمومی دفاعی در مواجهه با دشواری‌ها و وضعیت‌های تلخ و نیز برشمردن رایج‌ترین شیوه‌های تطابق، به مبحث تطابق دینی به‌طور عام و سپس مشخصاً به تطابق دینی در اسلام می‌پردازد.

• رضایت از زندگی، نویسنده: عباس پسندیده، ناشر: دارالحديث، ۱۳۸۴.

بخش سوم این اثر با عنوان مهارت‌های مقابله با تنیدگی، متشکل از ۹ فصل است و با اجتناب‌ناپذیر خواندن مقابله، به بیان این مباحث می‌پردازد: بهترین نوع مقابله، مهارت‌های مقابله و... . بنابه تعبیر نویسنده، بسیاری از ناکامی‌های زندگی، به دلیل برخوردار نبودن از دانش و مهارت‌های لازم برای زندگی است. کسانی که از این دانش و مهارت برخوردارند، می‌توانند برای رسیدن به آن هدف متعالی، امیدوار باشند. با توجه به اهمیتی که این موضوع در حیات انسانی دارد، مورد توجه ویژه دین بوده است. براساس این اثر، معارف دین فقط در چارچوب عنوان‌های نام‌آشنایی همانند: احکام، اخلاق، اعتقادات، تفسیر و... خلاصه نمی‌شوند؛ مهارت‌های زندگی و دانش لازم برای زندگی پربار ایمانی را می‌توان با تأمل در متون دینی اصطیاد کرد.

• بهداشت روانی - با نگرش به منابع اسلامی، نویسنده: محمدرضا سالاری فر؛ محمدصادق شجاعی؛ سیدمهدی موسوی اصل؛ محمد دولت‌خواه؛ ناشر: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و سمت، ۱۳۸۹.

این کتاب که در ۱۱ فصل تنظیم شده است، فصل چهارم با عنوان «اعتقادات و بهداشت روان» در بحث از رابطه با خدا و کسب آرامش روانی و نیز مبحث شیوه‌های اعتقادی کسب آرامش روانی به مبحث موردنظر ما به‌طور مختصر اشاره می‌کند. با مطالعه مباحث این فصل می‌توان بدین نتیجه دست یافت که باورها، نگرش‌ها، تعهدات ارزشی و جهت‌گیری‌های دینی در زندگی فردی و اجتماعی تأثیر بسزایی در دستیابی به بهداشت روانی دارد. همچنین فصل پنجم آن «نقش رفتارهای دینی در بهداشت روانی»، رفتارها و مناسک دینی و نیز رفتارهای اخلاقی را فوق‌العاده تأثیرگذار در بهداشت روانی آدمی تحلیل می‌کند.

• دعا و سلامت روان، نویسنده: محمدصادق شجاعی، ویراستار: حبیب مقیمی، تهیه‌کننده: مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما، ۱۳۸۸.

اثر معرفی‌شده که در چهار فصل تنظیم شده، در مباحث فصل دوم (تأثیر دعا در سلامت روان)، آن‌هم در زیرفصل سوم با عنوان (نقش دعا در مقابله با فشار روانی) به تعریف مقابله و نقش مقابله‌ای دین و به‌ویژه دعا پرداخته می‌شود. نگارنده در این پژوهش به تبیین جایگاه دعا در آیات و روایات و تأثیر دعا در سلامت روان می‌پردازد. سپس، پیامدهای منفی دوری از معنویت و نیز عوامل ارتقای سلامت روان آدمی را بررسی می‌کند. در این اثر به یکی از منابع قابل تمسک دینی در مواجهه با ناملایمات اشاره رفته است. چنان‌چه در تبیین مدل اسلامی خواهیم آورد، دعا و نیایش در کنار منابعی همچون هجرت، حمایت و نماز در زمره مقابله‌های رفتاری به‌شمار می‌روند.

• محبوبه دادفر، «بررسی نقش دین در بهداشت روانی و فرآیندهای روان‌درمانی»، سایت مرکز تعلیمات اسلامی واشنگتن.

در این اثر، با برجسته‌ساختن نقش دین در فرآیندهای روان‌درمانی، تمسک به باورهای دینی برای نجات از اضطراب، افسردگی و دردهای جانکاه (هنگام ناکارآمدی درمان‌های مرسوم و کلاسیک) مهم و مفید قلمداد می‌شود. این اثر گرچه به بحث از روان‌درمانی دینی می‌پردازد اما در بخش‌های نخستین به نحوه ایفای نقش دین و باورهای دینی در مواجهه با دشواری‌ها اشاره می‌کند و در بخش‌های میانی کار از دیدگاه پارگامنت در تأیید این مدعا بهره می‌جوید.

• محسن آبیاری و مریم وفایی، ماهیت و ساختار مفهوم مقابله در فرهنگ ایرانی، مجله روش‌شناسی علوم انسانی، زمستان ۱۳۸۳، شماره ۴۱.

نظر به تفاوت قابل‌ملاحظه فرهنگی و مذهبی بین جامعه‌ی اسلامی ایران و جوامع اروپایی و آمریکایی، پژوهش حاضر درصدد تهیه و توسعه مقدماتی مقیاس سنجش راهبردهای مقابله در جامعه ایران برآمده است. نتایج تحلیل مقیاس ترکیبی ساخته‌شده توسط مؤلفین، که در یک نمونه‌ی ۳۶۵ نفری از دانشجویان اجرا شده است، نشان‌دهنده وجود چهار عامل اساسی (مقابله مذهبی، مقابله فعال، مقابله اجتنابی، جست‌وجوی حمایت و راهنمایی) در مفهوم مقابله دانشجویان ایرانی است. علاوه بر این، با وجود این‌که بعضی از جنبه‌های مقیاس استاندارد خارجی پاسخ‌های مقابله (CRI) در این پژوهش تأیید شده، مفهوم مقابله در جامعه‌ی دانشجویان ایرانی دارای ابعادی است که در مقیاس CRI و دیگر مقیاس‌های استاندارد خارجی وجود ندارد. در نهایت، بر اساس یافته‌های این پژوهش، اهمیت نقش مقابله مذهبی در رفتار مقابله‌ی دانشجویان ایرانی آشکار می‌شود.

• نجیب‌الله نوری، مقابله معنوی با تنیدگی‌ها از دیدگاه اسلام، معرفت، سال بیست و دوم، آذر ۱۳۹۲، شماره ۱۹۲، «ویژه روان‌شناسی».

این پژوهش با روش تحلیل متون به ارائه راهبردهای مقابله با تنش و استرس از دیدگاه اسلام می‌پردازد و نتایج راهبردهای زیر را به‌عنوان مقابله‌های معنوی از دیدگاه اسلام ارائه می‌کند: متعالی‌نگری، تفسیر مجدد خوش‌بختی، تحلیل موقعیت، واگذاری به قدرت برتر، خودآرام بخشی ارادی، پذیرش وضعیت، نگاه امتحانی به مشکلات، تصور زوال‌پذیری، تجسم نتیجه نهایی، توجه به ملاقات عزیزان در آخرت، توجه به دادخواهی اخروی، نادیده‌گرفتن لغزش‌ها، مقایسه با مشکل بزرگ‌تر، همگانی‌سازی، امیدواری، دعا، سبک زندگی مناسب و تحمل‌افزایی.

فقدان تبیین مدل اسلامی مقابله با ناملازمات در این اثر کاملاً مشهود است و در پژوهش خود سعی داریم به تبیین مدل اسلامی در این باب پردازیم.

• فاطمه شهابی زاده و محمدعلی مظاهری، دل‌بستگی ادراک‌شده دوران کودکی کنش‌وری خانواده و مقابله مذهبی، مجله روان‌شناسی تحولی، بهار ۹۱، شماره ۳۱.

پژوهش حاضر به شناخت الگوهای کنش‌وری خانواده به‌عنوان میانجی‌گر ادراک دل‌بستگی دوران کودکی به هر والد (ایمن و نایمن) و مقابله مذهبی پرداخته است. ۸۷۰ دانشجو با روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای از دانشگاه‌های تهران، مقیاس ارزشیابی انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده، مقیاس مقاله مذهبی و مقیاس دل‌بستگی دوران کودکی نسبت به هر والد را تکمیل کردند. نتایج این تحقیق عبارت بود از: (۱) خانواده ره‌اشده آشفته به‌طور کامل رابطه بین دل‌بستگی نایمن به هر والد و مقابله مذهبی مثبت را میانجی‌گری می‌کند، (۲) خانواده منسجم منعطف، میانجی‌گر رابطه بین دل‌بستگی ایمن به هر والد و مقابله مذهبی منفی است، (۳) سبک دل‌بستگی نایمن به پدر اثر مستقیم و غیرمستقیمی (از طریق انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده) بر مقابله مذهبی منفی دارد و (۴) ایمنی به پدر اثر مستقیمی بر مقابله مذهبی مثبت دارد، اما دل‌بستگی به مادر نقش مستقیمی در پیش‌بینی مقابله مذهبی ندارد.

• Pargament. KI. The Psychology of Religion and Coping: Theory, Research, Practice.

مهم‌ترین اثر پارگامنت در حوزه مقابله با عنوان «روان‌شناسی دین و مقابله» شامل چهار بخش اصلی: دو فصل در باب دین، دو فصل دیگر در خصوص مقابله، چهار فصل بعدی به بررسی پیوند دین و مقابله و سه فصل نهایی متکفل ارزیابی‌های عملی است.

• Pargament, Gene G. Ano, and Amy B. Wachholtz, the Religious Dimension of Coping: Advances in Theory, Research, and Practice.

این اثر که به قلم چند تن از روان‌شناسان باتجربه نگارش یافته است، با اشاره به غفلت تاریخی نظریه‌پردازان از نقش دین در مقابله یا نگرش کاملاً نقادانه آن‌ها نسبت به دین، تلاش‌های دو دهه اخیر برای نشان‌دادن ربط بین دین و مقابله را قابل توجه ارزیابی می‌کند. در این اثر به مرور جایگاه تجربی و نظری روان‌شناسی دین و مقابله، مداخلات عملی و کاربردی این نظریات و جهت‌گیری‌های آتی برای پیشرفت این حوزه پرداخته شده است.

- Pargament, K. I, Olsen, H., Reilly, B., Falgout, K., Ensing, D., &c Van Haitsma, K. (1992b). God help me (II): The relationship of religious orientations to religious coping with negative life events.

در این اثر نقش مقابله دینی در حل و فصل حوادث ناخوشایند در میان نمونه‌ای ۵۸۶ نفری از کلیساهای مسیحی بررسی می‌شود. مشارکت‌کنندگان به توصیف ناخوشایندترین تجارب‌شان در سال گذشته و سپس به نحوه مقابله با آن‌ها از رهگذر مقابله‌های دینی و غیردینی می‌پردازند. در نهایت، محققان به طبقه‌بندی انواع مقابله‌های دینی و نیز برشمردن و تحلیل آثار سودبخش و گاه زیان‌بخش این نوع مقابله‌ها دست می‌زنند.

- Roesch, S. C., & Ano, G. (2003). Testing an attribution and coping model of stress: Religion as an orienting system.

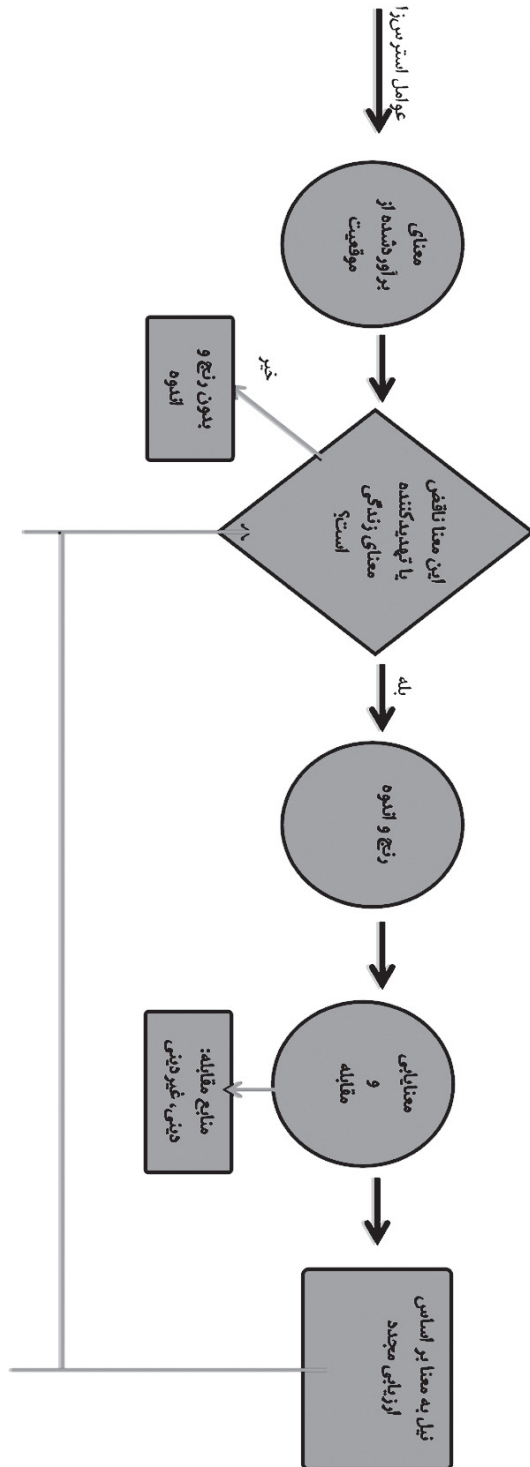
این مقاله با اشاره به توجه ناکافی تحقیقات به مقابله دینی و پیامدهای آن بر انطباق روان‌شناختی و رشد شخصی، به معرفی و ارزیابی مدل مبتنی بر حالات در فرایند مقابله با استرس می‌پردازد. براساس این مدل، نظام جهت‌گیری دینی هدایت‌گر فرایند مقابله با استرس‌ها و ناملایمات زندگی است و این نظام جهت‌گیری زمینه مقابله با عوامل استرس‌زا را به نحوی قابل پیش‌بینی فراهم می‌کند. از مشارکت‌کنندگان در این مطالعه خواسته می‌شود تا رخداد استرس‌زای جدید خود، نحوه مقابله و احساس خود از پس از آن را بیان کنند. نتایج به دست آمده مؤید مدل پیشنهادی هستند. جهت‌گیری دینی به‌طور غیرمستقیم و در برخی موارد مستقیم، با انطباق روان‌شناختی و رشد شخصی از طریق شیوه‌های مقابله دینی ملازم بود.

(۵) مقابله

طی پنج دهه اخیر علاقه علمی به فرایند مقابله به نحو چشم‌گیری افزایش و ادبیات ناظر به این بحث نیز کاملاً بسط یافته است. در هر موقعیتی که با مشکل رویارو شویم،

پای «حل مسئله»^۱ به میان می آید و دامنه آن شامل موقعیت های متنوعی می شود. در بافت روان شناسی از این بحث با عنوان «مقابله»^۲ نیز یاد می شود. از حل مسئله لزوماً در مواقع تهدید و بحران استفاده نمی شود، گستره آن وسیع است، اما تلقی عام از مقابله، آن را نوعی آمادگی دفاعی در مواجهه با تهدید می داند (آقابخشی ۱۳۸۸، ۱۲۹).

-
1. Problem solving
 2. Coping



الف) تعاریف و ویژگی‌ها

تعاریف متعددی از واژه مقابله از منظرهای مختلف ارائه شده است، در ادامه برخی از مهم‌ترین تعاریف این اصطلاح از چشم‌انداز روان‌شناختی ذکر می‌شود: همه سازوکارهایی که فرد برای رویارویی با تهدیدی عظیم نسبت به ثبات روانی‌اش به کار می‌گیرد و او را قادر به عملکرد مؤثر می‌گرداند (Friedman, Mason & Hamburg, 1963).

مجموعه‌ای از الگوهای پنهان و آشکار که ارگانیسم می‌تواند براساس آن‌ها به موقعیت‌های استرس‌زا واکنش نشان بدهد، آن‌ها را تخفیف بدهد و از بروزشان جلوگیری کند (McGrath 1970).

مقابله متضمن هدف، انتخاب و راه‌حل‌های انعطاف‌پذیر است، وفادار به منطق و واقعیت بین‌الذهانی است و مجال بیان عاطفی متناسب را می‌دهد و آن را اصلاح می‌کند (Haan, 1977).

هرگونه واکنشی که به فشارهای خارجی زندگی جهت ممانعت، اجتناب یا کنترل ناراحتی عاطفی صورت می‌گیرد (Pearlin 1978).

تعاریف فوق، توصیف چندان نظام‌مندی از سرشت مقابله به دست نداده‌اند، در این جا اشاره به برخی از ویژگی‌های مهم مقابله رهگشاست و ما را در ارائه تبیینی سازمان‌یافته از ماهیت آن مدد خواهد رساند:

الف) مقابله به‌مثابه رویارویی فرد و موقعیت (Silver & Friedman & et al. 1963؛ Wortman 1980)

ب) مقابله به‌عنوان امری چندبُعدی و چندلایه (Thoits 1986)؛

ج) مقابله به‌مثابه احتمالات و انتخاب.

نکته اساسی در مقابله، امکان انتخاب از میان گزینه‌های مختلف است (Martin & Tesser 1980)؛ ۴) تنوع مقابله. مشکلات متنوع افراد، منابع و ظرفیت‌های مختلفی را در فرایند مقابله می‌طلبد (Anthony, 1987).

ب) مفروضات فرایند مقابله

آدمی هنگام مواجهه با حوادث ناخوشایند، نظامی راهنما و جهت‌ده همراه دارد (جهان-بینی^۱). کار اصلی، مقابله متناسب با مقتضیات و چالش‌های موقعیت خاص است و افراد به دنبال متقاعدکننده‌ترین شیوه‌ها برای مقابله هستند. کل فرایند مقابله به بافت فرهنگی

گسترده‌تر گره خورده است و ارزیابی آن کار آسانی نیست.

برخی از مهم‌ترین مفروضات این فرایند عبارت‌اند از:

الف) انسان در جستجوی معنا (Sappington 1990)؛ طبق سنت، جستجوگری معنا در قالب شیوه‌های مقابله برحسب ویژگی‌های ساختاری طبقه‌بندی می‌شده است: سنخ‌شناسانه،^۱ سلسله‌ای^۲ و توصیفی^۳ (Klinger 1977). به اعتقاد پارگامنت، هیچ‌یک از مقوله‌بندی‌ها به‌کارکرد اصلی مقابله، یعنی جستجوی معنا^۴ توجهی ندارند. ازاین‌رو، اقدامات مقابله‌ای را از منظر کاربردی مورد ملاحظه قرار می‌دهد.

ب) فرایند مقابله قرین نظامی جهت‌ده. در مواجهه با بحران‌ها نظامی جهت‌ده^۵ ما را راهبری می‌کند (Bolger & Zuckerman 1995). شیوه‌های مقابله ابزارهای عینی این نظام برای نیل به معنا در مواجهه با حوادث استرس‌زا هستند.

ج) مقابله برحسب شیوه‌های متقاعدکننده. فشار حوادث، ویژگی نظام جهت‌ده و محدودیت‌های بیرونی و درونی گزینه‌های مقابله را محدود می‌کنند. انتخاب متقاعدکننده‌ترین گزینه، راهبردی است که با استفاده از کمترین منابع و انباشت کمترین فشارها، بیشترین دستاورد و ناچیزترین فقدان معنا را به بار می‌آورد (Frijda 1988).

د) فرهنگ آشیانه مقابله. فرهنگ به طرح کلی زیربنایی جامعه مربوط می‌شود (Tylor 1968) و نظام‌های جهت‌گیری، اقدامات مقابله‌ای، پیامدها و موضوعات مهم را شکل می‌دهد. بدون بهره‌مندی از حمایت فرهنگی در فرایند مقابله، «یکه و تنها» خواهیم ماند و چالش‌ها تقریباً حل‌ناشدنی خواهد نمود.

ه) کلید مقابله موفق در لحاظ هم‌زمان «پیامدها و فرایند» آن. رویکرد پیامدی و فرایندی دو رویکرد برای ارزیابی فرایند مقابله هستند. رویکرد پیامدی^۶ رویکردی عمل‌گرایانه^۷ است و بنابراین چارچوب، ارزیابی پیامدهای مقابله باید از پس چند معیار بریاید. یک باید مرتبط با مقتضیات و چالش‌های برآمده از موقعیت خاص استرس‌زا باشد. دو) باید برای موضوعات بااهمیت افراد طراحی شده باشد. سه) باید نسبت به احتمال شکست یا کامیابی در مقابله حساس باشد. چهار) باید متوجه این واقعیت بود که مقابله در طی زمان پیامدهای مختلفی می‌تواند داشته باشد.

-
1. Typological
 2. Sequential
 3. Descriptive
 4. Significance
 5. Orienting system
 6. Outcome
 7. Pragmatic

در رویکرد فرایندی، عناصر فرایند مقابله عبارت‌اند از: تجربه زندگی استرس‌زا، معنا، ارزیابی، نظام جهت‌ده، منابع، فشارها، شیوه‌های مقابله، پیامدها و فرهنگ‌ها، اما هیچ‌یک از این عناصر منافاتی با سیالیت مقابله ندارد. کلید مقابله موفق از چشم‌انداز فرایندی را می‌توان در نحوه عمل «مجموعه مقابله» به‌مثابه یک کل پیدا کرد (Folkman & et al 1992).

۶) مقابله دینی

با پذیرش قاعده‌مندی مقابله دینی، آن را در برخی «افراد»، پاره‌ای از «موقعیت‌ها» و برخی «بافت‌های اجتماعی» خواهیم یافت: ۱) مقابله دینی را می‌توان در افرادی سراغ گرفت که به دین متعهدتر هستند و آن را در امور زندگی‌شان دخیل می‌کنند؛ ۲) مقابله دینی در موقعیت‌هایی متداول است که تهدیدآمیزتر، جدی‌تر و آسیب‌زاتر هستند و ۳) مقابله دینی در برخی مجامع، فرهنگ‌ها و در میان کسانی بیشتر است که در بافت‌های مذهبی شرکت می‌کنند. پرسش این است که چرا برخی افراد در پاره‌ای از اوقات و در برخی نقاط به مقابله دینی روی می‌آورند؟ ابتدا باید بدین بحث پرداخته شود که افراد با چه پیش‌داشته‌های ذهنی دست به مقابله دینی می‌زنند.

الف) مقابله دینی در خلأ روی نمی‌دهد.

مقابله دینی از ناکجاآباد سربرنیاورده بلکه کاملاً در زندگی فرد عجین است. افراد راه‌حل‌های دینی را از نظام جهت‌گیری کلی‌تری برمی‌گیرند که متشکل از اهداف، نگرش‌ها، اعمال و باورهای تثبیت‌شده است. برخی از موقعیت‌های خاص نیز موجب مقابله دینی می‌شود؛ به‌ویژه شرایطی که افراد را به ورای فهم روزمره و منابع محدود اجتماعی و شخصی خود می‌راند.

ب) مقابله دینی لوازم جسمانی، اجتماعی، روانی و معنوی دارد.

دین به‌مثابه پدیده‌ای چندکارکردی، در خدمت اهداف متعددی قرار می‌گیرد؛ بنابراین با اهداف روان‌شناختی مانند کاهش اضطراب، کنترل شخصی، آرامش ذهن و روان، خودشکوفایی و جستجوی معنا مرتبط انگاشته می‌شود؛ با غایات اجتماعی همچون میل به صمیمیت اجتماعی، وحدت و پیوستگی نیز مرتبط قلمداد می‌شود؛ با کارکردهای جسمانی مثل فعالیت‌های سالم و آرامش فیزیولوژیکی هم‌گره خورده است. بالاتر از همه اینکه، دین برای اهداف معنوی متعددی مانند تعالی و شناخت خدا به‌کار می‌رود. با توجه به تنوع کارکردهای دین، اندیشمندان اجتماعی به آگاهی از لوازم چندبعدی مقابله دینی نیاز دارند.

ج) مقابله دینی پیشگوی مناسبی برای پیامدها و نتایج محسوب می‌شود.

روش‌های مقابله دینی تجلیات عینی دین در مواقع تنش‌زا و ایام دشوار زندگی‌اند. مطالعات متعدد نشان داده‌اند که شیوه‌های مقابله دینی، پیامدها را به نحوی قوی‌تر از مقیاس‌های کلی دینی پیشگویی می‌کنند. به‌عنوان نمونه، نونی و وودرام با مطالعه در مورد اطلاعات ناشی از ۱۹۹۸ پیمایش اجتماعی فراگیر پی بردند که رابطه بین شرکت در کلیسا و افسردگی متأثر از حمایت اجتماعی کلیسائیان و آثار نیایش بر افسردگی تحت تأثیر مقابله دینی است (Nooney & Woodrum 2002).

د) نیاز به ابزارها و شیوه‌های پژوهشی متعدد برای مطالعه مقابله دینی

مقابله دینی پدیده‌ای چندوجهی و پیچیده است که از ویژگی واحدی برخوردار نیست. به‌معنای دقیق کلمه، هیچ شیوه پژوهشی واحدی نمی‌تواند به‌نحو کافی ماهیت آن را دریابد. برای ایجاد تصویری واضح‌تر از تجلیات متعدد تجربه دینی، به ابزارها و شیوه‌های پژوهشی متعددی مانند، آزمایش‌ها، پیمایش‌ها و شیوه‌های کیفی نیازمندیم. به‌علاوه، نیل به ماهیت تجارب دینی و مقابله دینی از رهگذر گفت‌وگو با افراد و شناخت تجربه زیسته آن‌ها در طول زمان میسر خواهد شد.

س) تأثیرگذاری دین در مدرسانی مؤثر

هنگامی که فردی دین‌دار از مشاوران یاری می‌خواهد، طبیعی است که با خود منابع مقابله دینی را به همراه دارد. به دلایل متعدد، متخصصین بالینی معمولاً به موضوعات دینی بی‌اعتنا هستند یا دین را به فرایندهایی ظاهراً بنیادین‌تر تحویل می‌برند. اگر مراجعه‌کننده تمایلات دین‌دارانه خود را بروز ندهد، متخصصان گاه تصور خواهند کرد دین با زندگی او ارتباطی ندارد؛ اما باید اذعان داشت که دین با سلامت جسمانی و روانی افراد در پیوند است و مراجعه‌کنندگان به دنبال درمان‌هایی هستند که ابعاد معنوی را نیز در نظر داشته باشد. اکنون به پرسش پیشین بازمی‌گردیم: چرا برخی افراد گاه به مقابله دینی روی می‌آورند؟ «دسترس‌پذیری دین» و «قانع‌کنندگی شیوه‌های مقابله دینی» از زمره مهم‌ترین دلایل این امر هستند: آنگاه که دین بخش قابل‌توجه‌تری از نظام جهت‌ده فرد برای ارتباط با جهان و به‌نوعی دسترس‌پذیرتر برای او باشد، احتمال بیشتری می‌رود که دین در فرایند مقابله دخیل باشد (Ritzema 1979). به‌علاوه، در شرایطی که راهبردهای تکنولوژیکی، اجتماعی و شخصی کارا نباشند، دین قانع‌کنندگی بیشتری خواهد داشت.

(۷) نظریه مقابله دینی پارگامنت

پارگامنت اقدامات مقابله‌ای را از منظری متفاوت، یعنی چشم‌انداز کاربردی مورد ملاحظه قرار داده است. این ایده که در اثر جامع او با عنوان «روانشناسی دین و مقابله: نظریه، پژوهش و عمل»^۱ در سال ۱۹۹۷ 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 پیوسته در حال تغییر است که نیازهای موقعیتی یا شخصی افراد را در زندگی برطرف می‌کند» (Pargament & et al. 1990)؛ بنابراین تعریف، الف) افراد عاملانی خلاق و در پی ترسیم آگاهانه از معنای رخدادها و امور ارزشمند هستند و ب) در صدد التزام به مفهومی از ارزش و معنای زندگی طی دوران گذار هستند. به بیان دقیق‌تر، افراد دارای نظام جهت‌گیری منسجمی‌اند که شیوه‌ای را برای نگرش به جهان و برآمدن از پس موقعیت‌های عینی در اختیار می‌نهد.

پارگامنت دین را به مثابه «جستجوی معنا به نحوی مرتبط با امر مقدس» تعریف می‌کند. این تعریف حاوی دو مؤلفه مهم است: «جستجوی معنا» و «امر مقدس». جستجوی امر مقدس با هدف فرایند کشف امر مقدس، گفت‌وگو با امر مقدس پس از کشف آن و تحول امر مقدس (هنگامی که فشارهای زندگی مقتضی آن باشد) رخ می‌دهد (Pargament 1997). این جستجوگری برحسب مسیرهای مختلفی که افراد برای نیل به اهداف‌شان در پیش می‌گیرند، تفسیر و استنباط می‌شود. برحسب این تعریف از دین، شیوه‌های مقابله دینی نیز به مثابه روش‌های فهم و برخورد با حوادث زندگی که مرتبط با امر مقدس‌اند، 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 معناست زمینه حل و فصل مشکلات را امکان‌پذیر می‌سازد (Pargament & Hisham 2007). دین‌داران نوعاً 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 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 مقدس تفسیر شوند، مقابله ما از نوع دینی خواهد بود.

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

۸) مقابله دینی و نظام جهت‌ده فراگیر

افراد هنگام رویارویی با تهدید، رفتاری مقابله‌گرانه^۱ انجام می‌دهند «تلاش‌های رفتاری و شناختی جاری که برای کنترل نیازهای داخلی یا خارجی خاص صورت می‌گیرد، این نیازها عرصه را بر توانایی‌های شخص تنگ کرده و فراتر از آن‌ها است (Lazarus 1993)؛ (Folkman & Lazarus 1985). این ارزیابی مبتنی بر چند عامل شناختی است و شامل باورهای ناظر به خودمان، جهان و نیز معنا و ارزشی است که برای رخدادها و افراد قائلیم. در ادبیات روان‌شناختی دو نوع کلی را برای مقابله برمی‌شمرند:

الف) مقابله عاطفه‌محور

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 این گونه مقابله‌اند.

ب) مقابله مسئله‌محور

فرد می‌کوشد تا به واسطه اثرگذاری بر خود یا محیط عامل ناراحتی را تغییر بدهد. افراد معمولاً از هر دو نوع مقابله استفاده کرده و گاه آن‌ها را با همدیگر ترکیب می‌کنند. فرهنگ غربی معمولاً به مقابله مسئله‌محور اهمیت می‌دهد (Lazarus 1993)؛ اما در دهه‌های اخیر نوع سومی برای مقابله تعریف شده است: «مقابله دینی»^۲.

هر مقابله دینی حاصل عوامل «فردی» (Pargament & DeRosa 1985)، موقعیتی (Pargament & et al. 1992) و فرهنگی (Wikan 1988) و بیانگر واکنش به ارزش‌های موردتهدید است. در این فضا، عده‌ای ماهیت مقابله‌های دینی را «تدافعی»^۳، برخی «انکاری»^۴ و بعضی نیز «اجتنابی»^۵ 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 (Horton, Wilkins & Wright 1988).

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)

1. Coping behavior

2. Religious coping

3. Defensive

4. Denial

5. Avoidant

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 امکان‌پذیر نمی‌شود؛ در این مرحله است که به راهبرد تغییر نیازمندیم. از جمله راهبردهای محافظتی می‌توان از این موارد یاد کرد: «پیشگیری دینی» (Jenkins 1992)؛ حمایت دینی (Maton 1989)؛ تطهیر آیینی و عبادی (Pennebaker & Beall 1986)؛ بازطراحی دینی متمرکز بر فرد (Watson, Morris & Hood 1988)؛ موقعیت (Bulman & Wortman 1977) یا امر مقدس (Yancey 1977).

هرچند روان‌شناسان در مجموع دین را بیشتر حافظ وضع موجود می‌دانند اما با تأمل بیشتر، دین را اغلب در پرشورترین «تحولات» زندگی افراد نیز دخیل می‌یابیم. امروزه گزارش‌های مبنی بر تحول دینی به وفور دیده می‌شود. دو شیوه «آیین گذر» و نوکشی دینی را از جمله این تحولات می‌توان معرفی کرد (Van Gennep 1960). در این چارچوب «حمایتی-مقابله‌ای»، منابع قدیمی معنا که الهام‌بخش و مایه معناداری زندگی بودند، کنار گذاشته می‌شود و منابع جدیدی از هویت و ارزش جایگزین آن‌ها می‌شود؛ اما این مراسم صرفاً مقابله‌ای نیستند، آن‌ها از خصیصه حمایتی نیز برخوردارند. گردهم‌آیی اعضای یک سنت دینی به آن‌ها یادآوری می‌کند که زندگی آن‌ها بخشی از یک پیوستار بزرگ است؛ به علاوه، مایه هدایت و قوت قلب مجدد اجتماعی، روانی و معنوی خواهد بود.

۹) الگوهای مقابله دینی

ورای توصیف محض انواع واکنش‌های مقابله دینی، نیازمند تحلیل و دسته‌بندی دقیق‌تری از شیوه‌های مقابله دینی هستیم. بنابر اظهارات پارگامنت، سه الگوی اصلی برای مقابله دینی وجود دارد (Pargament & et al. 1988). فرد در الگوی مقابله خودفرمان،^۲ وجود امر قدسی را تصدیق اما برای حل مشکلات به خود تکیه می‌کند (خودآیینی شخصی). در مقابله تفویضی،^۳ مسئولیت یک مشکل به خدا واگذار می‌شود؛ بنابراین، منفعلانه‌تر و وابسته به مرجعیت و با عزت نفس و تدبیر شخصی اندکی همراه است. نهایتاً الگوی سوم موسوم به مقابله اشتراکی،^۴ مستلزم مشارکت فعال بین فرد و خداست. این الگو با عزت نفس و تدبیر شخصی بالا و احتمالاً با دین‌داری درون‌سو مرتبط است. به اعتقاد پارگامنت، الگوهای مقابله خودفرمان و اشتراکی مطلوب‌ترین شکل مقابله‌اند.

1. The rites of passage

2. Self-directing

3. Deferring

4. Collaborative

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^۱، اما الگوهای دیگر حاوی تعداد زیادی از نتایج متغیرند. جالب اینکه الگوهای اشتراکی و تفویضی اغلب با هم استفاده می‌شوند (Pargament & et al. 1988). موارد زیر به‌عنوان پیوندهایی هستند که معمولاً با این سه الگو همراه‌اند (Yangarber-Hicks 2004):

(الف) «الگوی خودفرمان» به گونه‌ای سلبی با «دعا، انگیزش درون‌سو، راست‌کیشی دینی و قلمرو مداخله خدا» مرتبط به‌نظر می‌رسد. این الگو به نحوی ایجابی با احساساتی از قبیل تدبیر شخصی و عزت‌نفس و البته مراتب بالاتری از اضطراب در پیوند است.

(ب) «الگوی تفویضی» به نحوی ایجابی با «راست‌کیشی، مشارکت دینی، تعصب و به گونه‌ای سلبی با تدبیر شخصی، عزت‌نفس، توانایی روانی و اضطراب» مرتبط‌اند.

(ج) «الگوی اشتراکی» به گونه‌ای ایجابی با «دعا، مشارکت و منزلت دینی، تدبیر شخصی چشمگیرتر، عزت‌نفس بالاتر و توانایی روانی» در پیوند است. همین الگو با «اضطراب کم‌تر، اعتقادی اندک به تصادف و قلمرو مداخله خدا» مرتبط قلمداد می‌شود.

هرچند برخی از این الگوهای مقابله دینی در مجموع سودمندتر به‌نظر می‌رسد، پژوهش‌ها هیچ راهبردی را به‌طور دائمی به‌عنوان بهترین راهبرد قلمداد نمی‌کنند. این امر حاکی از آن است که الگوهای مقابله باید در تطابق با موقعیت باشد و نکته مهم‌تر اینکه سازگاری شخصی با استفاده از شیوه‌های چندگانه مقابله تسهیل خواهد شد (Pargament & et al. 2000). برای مثال، اعضایی از کلیسا که با استفاده از مقابله اشتراکی به حل و فصل حوادث غیرقابل کنترل می‌پرداختند، افسردگی کمتری داشتند، اما مطالعه‌ای در باب پرستاران افراد مبتلا به اختلال شاعر حاکی از افسردگی بیشتر بود، آن‌ها به صورت انحصاری از مقابله اشتراکی برای این موقعیت شدیداً غیرقابل کنترل استفاده می‌کردند (Pargament 1997).

الگوهای فوق، برای توصیف میزان دخالت دین در مقابله سودمند هستند، اما به نحوه این مداخله اشاره‌ای نمی‌کنند پارگامنت و همکارانش (1990) 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 آن‌ها از رهگذر مقابله امیدوار به نیل بدان هستند: معنوی: (احساس امیدواری نسبت به آینده)، ارتقاءخود: (کمک به ارتقاء خود به‌عنوان یک شخص)، حل کردن: (کمک به حل مشکلاتم) و شریک‌شدن: (کمک به ابراز احساساتم).

1. See: Bickel, C. O., et al., "Perceived stress, religious coping styles and depressive affect". Journal of Psychology and Christianity.

۲) ارزیابی اعضا از آن حادثه: این حادثه خواسته خدا بوده است، این حادثه مجازات خداست و سعادت و بهیستی معنوی من در خطر است.

۳) شیوه مقابله‌ای آن‌ها: معنویت‌مدار: (خدا به من نشان داده که چگونه با این موقعیت برخورد کنم؛ تا حد توان به کنترل آن حادثه همت می‌کنم و باقی را به خدا می‌سپارم؛ طلب مراقبت و عشق خدا)، اعمال پسندیده: (اعتراف به گناهان؛ تلاش برای زندگی مملو از عشق و عاری از گناه)، نارضایتی: (ابراز احساس عصبانیت یا دوری از خدا)، حمایت دینی: (طلب حمایت از روحانیون)، تضرع و درخواست: (انابه به درگاه خدا جهت بهبود بخشی به اوضاع) و اجتناب دینی: (واگذاری امور به خدا برای حل مشکلات).

۱۰) راهبردها و کارکردهای مقابله دینی

هنگامی که دین با ادبیات مقابله در معنای عمومی‌اش ارزیابی می‌شود، معمولاً با یک یا دو آیت مورد سنجش قرار می‌گیرد. مثلاً لازاروس و فولکمن^۱ دین‌داری افراد را با دو مؤلفه اندازه‌گیری می‌کنند: «یافتن دین و ایمان جدید» و «نیایش کردن». پارگامنت، کوئینگ و پرز می‌یاسی، با ۲۱ گونه از اقدامات مقابله دینی را از طریق مصاحبه و مرور آثار و مکتوبات به دست داده‌اند. شیوه‌های مقابله شامل راهبردهای تعاملی، منفعلانه و خلاق؛ رویکردهای مسئله‌محور و احساس‌محور و قلمروهای معنوی، بین‌شخصی، رفتاری و شناختی است. اقدامات مربوط به مقابله دینی حاکی از پنج کارکرد عمده دینی: معنایابی، طلب تسلط و کنترل، جستجوی آرامش و تقرب به خدا، طلب صمیمیت با دیگران و نزدیکی به خدا و تحول زندگی (Pargament & et al. 2000).

الف) معنایابی

هنگام رویارویی با ناملازمات زندگی، دین چارچوبی را برای درک، تفسیر و معنادهی از این طرق تدارک می‌بیند: ارزیابی مجدد از خیرخواهی دینی؛ نگرش جدید به تنبیه خدا؛ اسناد این عوامل به شیطان؛ نگرش جدید به قدرت خدا.

ب) دستیابی به تسلط و کنترل

در رویارویی با رخدادهایی که منابع درون‌فردی ما قادر به مقابله با نیستند (در واقع آن‌ها فراتر از توان ما هستند)، دین مسیرهای متنوعی را جهت نیل به احساس تسلط و کنترل در اختیار می‌نهد: مقابله دینی اشتراکی؛ واگذارکردن امور به صورت منفعلانه؛ تسلیم

1. See: Folkman S & Lazarus R. S., stress, appraisal and coping, New York: Springer, 1984.

فعالانه؛ تقاضای شفاعت جویانه؛ خودکارگردانی.

ج) 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؛ تعیین حدود دینی.

د) طلب صمیمیت با دیگران و نزدیکی به خدا

دین در این چارچوب، به مثابه تسهیل‌کننده انسجام اجتماعی و هویت اجتماعی قلمداد می‌شود. بنابه دیدگاه پارگامنت، شیوه‌های متنوع مقابله مذهبی برای نیل به این صمیمیت را می‌توان با این مقولات معرفی کرد: طلب حمایت معنوی از سوی مطلعین دینی یا اعضای گروه مذهبی؛ کمک‌رسانی مذهبی؛ نارضایتی بین‌شخصی دینی.

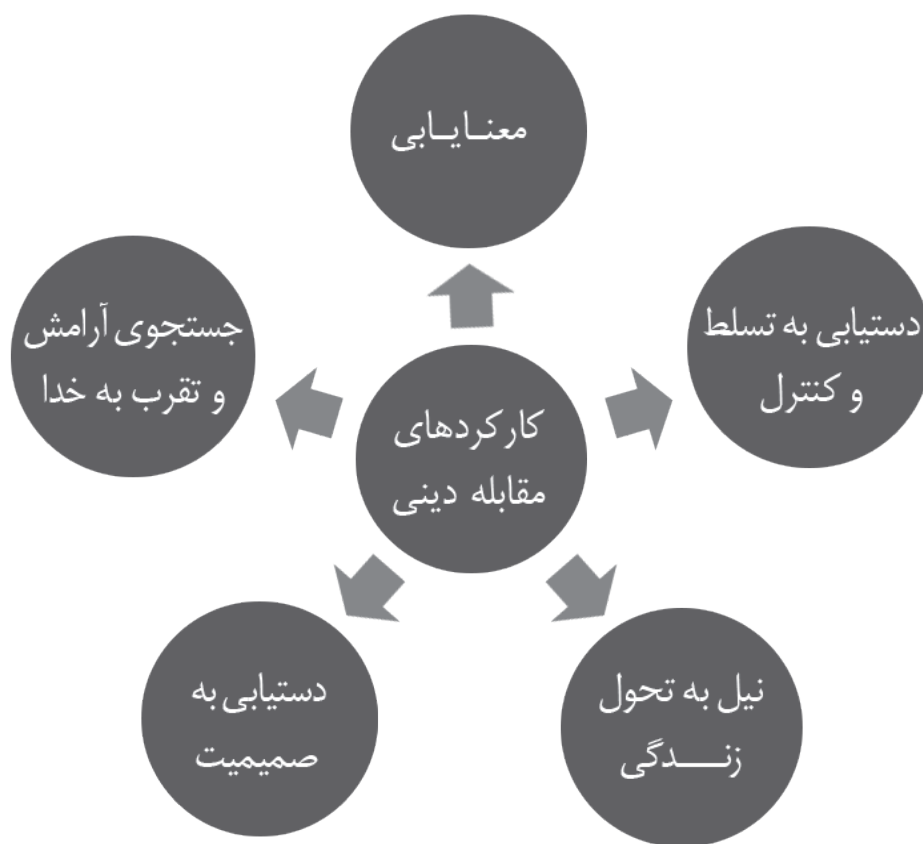
س) تحول زندگی

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

دقت در رابطه راهبردهای مقابله دینی با پیامد موقعیت‌های تنش‌زا نشان می‌دهد که مقابله دینی بسته به نوع خاص آن، می‌تواند سودمند یا زیان‌بخش باشد. تحلیل‌های عامل سلسله‌مراتبی^۱ پرده از این موضوع برداشتند که شیوه‌های خاص مقابله دینی قابل‌دسته‌بندی در قالب دو گروه فراگیر است: مقابله دینی مثبت یا فعالانه و منفی یا منفعلانه (Pargament & et al. 1998). مقابله مثبت و فعالانه دینی راهبردی است که منعکس‌کننده 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 (Pargament & et al. 1990). شیوه‌های مقابله منفی دینی، عموماً ناسازگارانه‌تر و بازتاب‌دهنده رابطه‌ای نایمن با خدا و تنش بین اعضای گروه مذهبی هستند (Exline & Rose 2013). این مقابله متضمن حس نارضایتی معنوی و فقدان حمایت گروهی است. خدا در این نگاه، به مثابه موجودی طاقت‌فرسا و ناتوان قلمداد می‌شود؛ در نتیجه، شخص می‌تواند خود را به‌عنوان کسی قلمداد کند که به‌واسطه خدا در رنج است و این وضعیت او را به‌سوی صورت‌های منفعلانه مقابله همچون مقابله مبتنی بر تسلیم یا درخواست از پیشگاه خدا منتهی می‌کند.

1. Higher order factor analyses

افراد دارای انگیزه جستجوگری که از خدا و اجتماعات دینی سازمان یافته بیزارند، ممکن است با این الگو سازگار باشند (Pargament & et al. 2000).



نتیجه گیری

نظریه پارگامنت در باب «دین و مقابله» را می توان تأثیرگذارترین نظریه در این حوزه دانست. او مقابله را فرایندی پیوسته در حال تغییر می داند که افراد از طریق آن برای برطرف ساختن نیازهای موقعیتی یا شخصی خود اقدام می کنند. بر این اساس، یک مقابله آنگاه دینی می شود که رخدادهای، اهداف و ابزارهای نیل به هدف عملاً در ارتباط با امر قدسی تفسیر شوند.

پارگامنت با گسترش الگوی فولمکن و لازاروس و ارائه چارچوبی نظری، دین را به مثابه بخشی از عناصر اصلی مقابله معرفی می‌کند. در این ساختار، دین به عنوان منبعی درخور توجه در مقابله حضور چشمگیر و فعالی دارد. به اعتقاد او، مردم همواره با پیش‌داشته و دست‌مایه‌هایی با رخداد‌های ناخوشایند و ناملازمات رویارو می‌شوند. آن‌ها در واقع از نظامی جهت‌ده برخوردارند که بر نحوه مقابله‌شان تأثیر می‌گذارد. دین در این بین، بخشی از این نظام معرفی می‌شود.

او در مجموع سه الگو برای مقابله دینی برمی‌شمرد: الگوی خودفرمان؛ تفویضی و اشتراکی. تصویر فرد از خدا در گزینش نوع الگوی مقابله‌ای او به شدت اثرگذار است: افرادی که خدا را موجودی خیرخواه و مهربان قلمداد می‌کنند، از الگوهای مقابله تفویضی یا اشتراکی و آن‌ها که تصور چندان مثبتی از خدا ندارند مایل به استفاده از مقابله خودفرمان هستند. پارگامنت از میان سه الگوی مذکور، نوع اشتراکی آن‌ها را مؤثرتر و سودمندتر می‌داند. با این وجود او هیچ راهبردی را به‌طور دائمی به عنوان بهترین راهبرد معرفی نمی‌کند. این امر بیانگر آن است که الگوهای مقابله باید در تطابق با موقعیت باشد و دیگر اینکه سازگاری شخصی با استفاده از شیوه‌های چندگانه مقابله تحصیل می‌شود.

طبقه‌بندی عام‌تری با عنوان مقابله دینی «مثبت و منفی» نیز در ادبیات و آثار او به چشم می‌خورد. در مقابله نوع نخست که مستلزم تمرکزی مثبت و مؤثر بر حل مشکل با لحاظ جنبه‌ای دینی است، خدا به مثابه موجودی خیرخواه، بخشنده، مهربان و مسلط بر همه امور قلمداد می‌شود. در نوع دیگر مقابله که توأم با احساس نارضایتی معنوی و فقدان حمایت گروهی است، خدا به مثابه موجودی طاقت‌فرسا و ناتوان تلقی می‌شود و این وضعیت او را به سوی صورت‌های منفعلانه مقابله سوق می‌دهد.

ملاحظات

چارچوب مقابله حجم گسترده‌ای از اطلاعات سودمند را درباره پیوند دین و سلامت در اختیار می‌نهد. چارچوب مذکور این ظرفیت را دارد که نحوه تفکر ما را درباره فرایند کمک‌رسانی تغییر بدهد. در تلقی سنتی، کمک‌رسانی (همچون مشورت‌دادن) پس از وقوع مشکلات صورت می‌گیرد و از سوی متخصصان به بهترین شکل ممکن انجام می‌شود. در نگرش‌های ناظر به دین و مقابله، پیشگیری اولیه و نیز کمک‌رسانی پس از حادثه مناسب تلقی می‌شود و قلمرو تلاش‌ها می‌تواند فراتر از فرد برود و از انواع مختلف ارائه‌دهندگان خدمات استفاده کند.

گرچه الگوهای مقابله قابل شناسایی‌اند، برای تبیین انواع شیوه‌های مقابله با

موقعیت‌های خاص، بیش از حد کلی و اجمالی‌اند؛ در نتیجه این رویکرد همه‌شمول ارزش محدودی دارد. به‌علاوه، هماهنگی رویکردهای موجود به مقابله با ابعاد دیگر شخص مانند اهداف و باورها امری درخور توجه است و به‌نظر می‌رسد این هم‌خوانی در رویکردهای مذکور به‌طور کامل لحاظ نشده است.

محدودیت عمده این نظریه، به شکل موجود، ساده‌انگارانه بودن آن و نادیده گرفتن بسیاری از عوامل مهم دیگر در فرایند مقابله است. عوامل احتمالی دیگری که بسیار پیچیده بوده و باید مورد لحاظ قرار گیرند، عبارت‌اند از: ۱) سطح تحول معنوی و شناختی فرد؛ ۲) نوع مشکل یا عوامل استرس‌زا؛ ۳) بافت فرهنگی و موقعیتی خاصی که مقابله در آن روی می‌دهد؛ ۴) تغییرات احتمالی در فرایند مقابله طی زمان؛ ۵) گروه یا جمعیت مشخص مورد مطالعه؛ ۶) ماهیت چند بُعدی دین و معنویت (Ark & et al. 2006). با توجه به این نکات، نیازمند بسط نظریه‌هایی از این دست هستیم تا تعداد بیشتری از متغیرها را همچون جنسیت، سن، تحصیلات، سطح شغلی و وضعیت تأهل را دربرگیرند. البته باید توجه داشت که گاه ناسازگاری در یافته‌ها بیانگر مشکلات روش‌شناختی و طرح پژوهشی است. به‌علاوه باید بین پیامدهای دینی و روان‌شناختی تفاوتی قائل شویم، چرا که ممکن است مقابله دینی کسی را یاری کند و دیگری را کمک نکند؛ بنابراین شناسایی موقعیت‌هایی که مقابله دینی می‌تواند در دسرساز باشد مهم است، همچون زمانی که دین به‌عنوان سیستمی دفاعی برای حمایت از سیاست‌های اجتماعی یا رفتار شخصی آسیب‌زا به‌کار می‌رود.

با اینکه مفهوم مقابله حاوی بار معنایی مثبت است، از بُعد منفی و ناکارآمد آن نیز نباید غافل ماند. تلقی‌های ما از دین نیز می‌تواند جنبه‌های تاریکی داشته باشد، اما معمولاً در بررسی مقابله‌های دینی بر جنبه‌های مثبت آن تأکید می‌شود. در نگرشی عاری از تعصب، التفات به اشکال ناکارآمد مقابله دینی نیز واجد اهمیت است. ارزیابی خداوند به‌عنوان موجودی عقابگر، ناخرسندی معنوی یا مذهبی بین‌فردی از جمله ناکارآمدی مقابله‌های دینی با ناملازمات و عوامل استرس‌زاست.

نکته درخور توجه اینکه، پژوهش‌ها این پتانسیل را دارند تا به جوامع دینی در این دو محور مدد برسانند: اینکه چگونه به بهترین شکل ممکن افراد را برای الف) استفاده از منابع دین‌شان به شیوه‌ای سودمند و ب) بهره‌گیری از مقابله دینی به‌عنوان نیرویی مؤثر آماده کنند.

منابع

۱. اپستاین، ایزیدور. ۱۳۸۸. یهودیت؛ بررسی تاریخی. ترجمه بهزاد سالکی. تهران: مؤسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران.
۲. آقابخشی، حبیب. ۱۳۸۸. مهارت های زندگی برای دانشجویان. تهران: دفتر برنامه ریزی اجتماعی و مطالعات فرهنگی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری.
۳. دادفر، محبوبه. ۱۳۸۳. بررسی نقش دین در بهداشت روانی و فرآیندهای روان درمانی. نقد و نظر ۹(۴۳): ۸۴-۱۲۱.
4. Anthony, E. J. 1987. Risk, vulnerability, and resilience: An overview. In E.J. Anthony & B. J. Cohler (Eds.), *The invulnerable child* (pp. 3-48). New York: Guilford Press.
5. Ark, PD, Hull, PC, Husaini, BA, Craun, C. 2006. «Religiosity, religious coping styles, and health service use: racial differences among elderly women». *Journal of Gerontological Nursing* 32(8): 209.
6. Bart, D.Ehrman. 2009. *God's Problem: How the Bible Fails to Answer Our Most Important Question-Why We Suffer*, P. 255- 258.
7. Bolger, N. & C Zuckerman, A. "A framework for studying personality in the stress process" ; *Journal of Personality and Social Psychology*; 1995; 69, pp. 890-902.
8. Bulman, R. J. & Wortman, C. B. 1977. Attributions of blame and coping in the "real world": Severe accident victims react to their lot. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 351-363.
9. Exline, J. J. & Rose, E. D. 2013. Religious and spiritual struggles. In R. F. Paloutzian & C. L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* P.P. 380-398
10. Folkman, S. & Lazarus, R. S. 1985. If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social*.
11. Folkman, S., Chesney, M. A., Pollack, L. & Phillips, C. 1992. Stress, coping, and high-risk sexual behavior. *Health Psychology*, 11, 218-222.
12. Friedman, S. B., Chodoff, P., Mason, J. W., & Hamburg, D. A. 1963. Behavioral observations on parents anticipating the death of a child. *Pediatrics*, 32, 610-625.
13. Frijda, N. H. 1988. The laws of emotion. *American Psychologist*, 43.
14. Haan, N. 1977. *Coping and defending: Processes of self-environment organization*. P.34, New York: Academic Press.
15. Horton, A. L., Wilkins, M. M., & Wright, W. 1988. Women who ended abuse: What religious leaders and religion did for these victims. In A. L. Horton & J. A. Williamson (Eds.), *Abuse and religion: When praying isn't enough* P.245, (pp. 235-246). Lexington, MA: Lexington Books.
16. Jenkins, R. A. 1992. Toward a psychosocial conceptualization of religion as a resource in cancer care and prevention. In K. I. Pargament, K. I. Maton, & R. E. Hess (Eds.), *Religion and prevention in mental health: Research vision, and action* (pp. 179-194). New York: Haworth Press.

17. Klinger, E. 1977. Meaning and void: Inner experience and the incentives in people's lives. Minneapolis: University of Minnesota Press, P. 360-365.
18. Lazarus, R. S. 1993. Coping theory and research: Past, present, and future. P.237. Psychosomatic Medicine, 55, 234-247.
19. Martin, L. L., & C Tesser, A. 1989. Toward a motivational and structural theory of ruminative thought. In J. S. Uleman & J. A. Bargh (Eds.), The direction of thought: The limits of awareness, intention, and control (pp. 226-306). New York: Guilford Press.
20. Matheny, K. B., Aycock, D. W., Pugh, J. L., Curlette, W. L., & Cannella, K. A. S. 1986. Stress coping: A qualitative and quantitative synthesis with implications for treatment. Counseling Psychologist, 14, 499-549.
21. Maton, K. I. 1989. Community settings as buffers of life stress? Highly supportive churches, mutual help groups, and senior centers. American Journal of Community Psychology, 17, 203-232.
22. McGrath, J. E. 1970. Social and psychological factors in stress,, New York: Holt, Rinehart & Winston.
23. Nooney, J., & Woodrum, E. 2002. Religious coping and church-based social support as predictors of mental health outcomes: Testing a conceptual model. Journal for the Scientific Study of Religion, 41, 359-368.
24. Pargament, K. I. 1990. God help me: Toward a theoretical framework of coping for the psychology of religion. P.198. Research in the Social Scientific Study of Religion, 2, 195-224.
25. Pargament, K. I. 1997. The psychology of religion and coping: Theory, research and practice (New ed). p. 180-182. New York: Guilford.
26. Pargament, K. I., & DeRosa, D. V. 1985. What was that sermon about? Predicting memory for religious messages from cognitive psychology theory. Journal for the Scientific Study of Religion, 24, 180-193.
27. Pargament, K. I., Ensing, D. S., Falgout, K., Olsen, H., Reilly, B., Van Haitsma, K., et al. 1990. God help me: (I): Religious coping efforts as predictors of the outcomes to significant negative life events. American Journal of Community Psychology, 18, 793-824.
28. Pargament, K. I., Hannah Olsen, Barbara Reilly, Kimberly Van Haitsma., 1992. "God help me (II): The relationship of religious orientations to religious coping with negative life events", Journal for the Scientific Study of Religion, 31(4):504-513.
29. Pargament, K. I., Kennell, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. 1988. Religion and the problem-solving process: Three styles of coping. Journal for the Scientific Study of Religion, 27, 90-104.
30. Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. 2000. The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. Journal of Clinical Psychology, 56, 519-543.
31. Pargament, K. I., Poloma, M., & Tarakeshwar, N. 2001. Methods of coping from the religions

- of the world: The Bar Mitzvah, karma, and spiritual healing. In C. R. Snyder (Ed.), *Coping with stress: Effective people and processes* (pp. 259-284). Oxford: Oxford University Press.
32. Pargament, K. I., Smith, B. W., Koenig, H. G., & Perez, L. 1998. Patterns of positive and negative religious coping with major life stressors. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 37, 710-724.
 33. Pargament, K. I., Hisham Abu Raiya; "A decade of research on the psychology of religion and coping: Things we assumed and lessons we learned; *Psyke & Logos*; 2007; 28; 742-766.
 34. Pearlin, L. I., 8C Schooler, C.; "The structure of coping". *Journal of Health and Social Behavior*; 1978; 19; pp. 2-21.
 35. Ritzema, R. J. 1979. Attribution to supernatural causation: An important component of religious commitment. *Journal of Psychology and Theology*, 7, 286-293.
 36. Roth, S., & Cohen, L. J. 1986. Approach, avoidance, and coping with stress. *American Psychologist*, 41, 813-819.
 37. Sappington A. A., "Recent psychological approaches to the free will versus determinism issue", *Psychological Bulletin*, Vol 108(1), Jul 1990, 19-29.
 38. Silver, R. L., & Wortman, C. B. 1980. Coping with undesirable life events. In J. Garber & M. E. P. Seligman (Eds.), *Human helplessness: Theory and applications* (pp. 279-375). New York: Academic Press.
 39. Thoits, P. A. 1986. Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 416-423.
 40. Tylor, E. B. 1968. The science of culture. In M. H. Fried (Ed.), *Readings in anthropology: Cultural anthropology* (Vol. 2, pp. 1-18). New York: Thomas Y. Crowell.
 41. Van Gennep, A. 1960. The rites of passage (M. B. Vizedom & G. L. Caffee, Trans). Chicago: University of Chicago Press
 42. Watson, P. J., Morris, R. J., 8c Hood, R. W., Jr. 1988. Sin and self-functioning: Part 3. The psychology and ideology of irrational beliefs. *Journal of Psychology and Theology*, 16, 348-361.
 43. Watson, P. J., Morris, R. J., 8c Hood, R. W., Jr. 1988. "Sin and self-functioning: Part 3. The psychology and ideology of irrational beliefs"; *Journal of Psychology and Theology*; 16, pp. 348-361.
 44. Wikan, U. 1988. Bereavement and loss in two Muslim communities: Egypt and Bali compared. P.452 & 458. *Social Science and Medicine*, 27, 451-460.
 45. Yancey, P. 1977. *Where is God when it hurts?* P.13. Grand Rapids, MI: Zondervan.
 46. Yangarber-Hicks, N. 2004. Religious coping styles and recovery from serious mental illnesses. *Journal of Psychology and Theology*, 32, 305-317.