

فضاسازی ایمانی، روشی نوین در درمان اختلال رفتاری پرخاشگری؛ نگاه فقهی و روان‌شناختی

سید محمود مرویان حسینی^۱ | سید هادی سجادی زاده^۲

۱. نویسنده مسئول، استادیار، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه علوم اسلامی رضوی، مشهد، ایران. رایانامه:

marvian@razavi.ac.ir

۲. دانش‌آموخته دکتری، گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه علوم اسلامی رضوی، مشهد، ایران. رایانامه:

seyyedhadi110sajjadizadeh313@gmail.com

چکیده

اختلال رفتاری پرخاشگری در محیط‌های اجتماعی آسیب‌پذیر، بروز فراوانی یافته است. اندیشمندان عرصه‌های علوم رفتاری مدیریت هیجانات، استفاده از رفتارهای آرام‌بخش و پیگیری نظام تشویق و تنبیه اجتماعی را به‌عنوان راهکارهای مؤثر مطرح کرده‌اند. راهبرد فضاسازی ایمانی بر اساس آموزه‌های فقه عبادی و دستورالعمل‌های روان‌شناختی، ایده این مقاله برای پیشگیری و درمان مؤثر اختلال رفتاری پرخاشگری است. این راهبرد در سه بستر زمان، مکان و روابط بینافردی نمود می‌یابد. فضاسازی ایمانی در بستر زمان، با بهره‌برداری از فرصت‌های معنوی که در آموزه‌های فقهی پیش‌بینی شده، ظرفیت‌های درون را فعال نموده و زمینه‌ساز خودکنترلی و پرهیز از کج‌روی و رفتارهای خشن را به ارمغان می‌آورد. در بستر مکان، با ارتقای سطح آگاهی و رعایت آداب شرعی حضور در اماکن مقدس، توانمندی مدیریت رفتار افزایش یافته و در نتیجه، تمایل به خشونت به‌طور قابل توجهی کاهش می‌یابد. در بستر بینافردی، با تجربه‌ی مواسات، همگرایی جامعه در پرتو ایمان تقویت شده و به این وسیله، روابط مثبت و احترام متقابل توسعه پیدا می‌کند، که نتیجه آن نیز کاهش رفتارهای پرخاشگرانه در تعاملات اجتماعی است. این سه بستر در تلاقی با یکدیگر، فرایند مؤثری در پیشگیری و درمان پرخاشگری ایجاد می‌کنند که باعث رشد فردی، افزایش آرامش روانی و بهبود کیفیت روابط اجتماعی می‌شود.

کلیدواژه‌ها: فقه عبادی، روان‌شناسی، اختلال پرخاشگری، فضاسازی ایمانی، پیشگیری و درمان.

مقدمه

«اختلالات رفتاری» ترکیبی است متشکل از دو واژه «اختلال» و «رفتار». «اختلال» واژه‌ای عربی است که در زبان فارسی وارد شده و ریشه آن در زبان عربی از «خلل» به معنای اضطراب (فیومی، ۱۴۱۴، ج ۲، ص ۱۸۰)، لاغر شدن و شکاف بین دو چیز است (راغب، ۱۴۱۲، ج ۱، ص ۶۱۹). در زبان عربی گفته می‌شود: «اختل الامر» یعنی کار سست و بی‌پایه شد، خراب و تباہ گردید (ابن‌منظور، ۱۴۱۴، ج ۱۱، ص ۲۱۵). به لباس مندرس و کهنه، و شکاف لباس نیز «خل» می‌گویند (طریحی، ۱۳۷۵، ج ۵، ص ۳۶۵). فارسی‌شده آن را بی‌سروسامانی، بی‌نظمی و بی‌ترتیبی دانسته‌اند (دهخدا، ذیل واژه). در فرهنگستان زبان و ادب فارسی، اختلال را به معنای نابهنجاری، «نوعی مریضی جسمی یا ذهنی» دانسته‌اند (فرهنگستان زبان و ادب فارسی، ذیل واژه).

کلمه «رفتار»^۱ در زبان فارسی به صورت اسم مصدر و از مصدر «رفتن» مشتق شده است (انوری، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۳۶۴۶) و به معنای سلوک، روش و عکس‌العمل آمده است (دهخدا، ذیل واژه). برخی از لغت‌دانان به طرز معاشرت (مجموعه کارها و رابطه‌های اجتماعی یک شخص) رفتار می‌گویند (انصاف‌پور، ۱۳۷۹، ص ۴۹۳). «رفتار» مترادف با «عمل» و «فعل» در زبان عربی است (فعالی، ۱۳۹۷، ص ۲۱۲). ساده‌ترین تعریفی که از «رفتار» می‌توان به دست داد این است که گفته شود: رفتار یعنی عملی که از فرد سر می‌زند یا سخنی که بر زبان می‌آورد (جولیوس گولد و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۴۴۱). اما در روان‌شناسی رفتاری این اصطلاح دقیق‌تر تعریف می‌شود: به هر فعالیتی^۲ که ارگانیسم (جاندار)^۳ انجام می‌دهد و به وسیله ارگانیسمی دیگر یا یک ابزار اندازه‌گیری، قابل مشاهده یا اندازه‌گیری است رفتار اطلاق می‌گردد. بنابراین، رفتار، هم شامل حرکات بیرونی، هم شامل حرکات درونی و هم شامل فعالیت غددی می‌گردد (سیف، ۱۴۰۲، ص ۴۱). در روان‌شناسی، «رفتار» مترادف با «پاسخ»^۴ و «عملکرد» (سیف، ۱۴۰۲، ص ۴۲) آمده است (جولیوس گولد و دیگران، ۱۳۹۳، ص ۱۷۸).

با این حال، با مراجعه‌ای اجمالی به کتب روان‌شناسی آشکار می‌گردد که شیوه‌ای دقیق و ساده برای توصیف اختلالات رفتاری وجود ندارد (نلسون و دیگران، ۱۳۸۰، ص ۳۱؛ شکوهی یکتا، ۱۳۸۴، ص ۱۳). به‌رغم نبود تعریفی دقیق از این بیماری، اندیشمندان روان‌شناسی نکات مشترکی را که بر سر آن توافق نسبی دارند بیان نموده‌اند که عبارت‌اند از افراطی بودن رفتارها، هیجانی و مزمن، عدم قبول آحاد جامعه مانعی برای رشد افراد (شکوهی یکتا، ۱۳۸۴، ص ۱۶-۱۷) و برخی از آنان بر این باورند با ارتکاب عمل کار خوبی انجام می‌دهند.^۵ با توجه به این نکات مشترک، اختلال رفتاری یعنی رفتار انحرافی حاد که شامل اعمال یورش‌آمیز و پزمرده‌گونه و به‌دور از توقع طرف مقابل است و امید به توقف این رفتار را دارد، لکن مرتکب عمل احساس رضایتمندی از این رفتار را دارد (نلسون و دیگران، ۱۳۸۰، ص ۳۱-۳۴).

اختلالات رفتاری واقعیتی انکارناپذیر در زندگی انسان‌هاست. دانستن منشأ این اختلالات، دغدغه دانشمندان در طول قرن‌ها، به‌ویژه در دو قرن اخیر بوده است.

در میان اختلالات رفتاری فراوان موجود، آنچه نمود برجسته‌ای دارد «پرخاشگری»^۶ است. «پرخاشگری»، خصومت، جنگ و جدال (دهخدا، ۱۳۴۱، ذیل واژه)، به رفتارهایی از قبیل درشتی، تندخویی، وحشیگری (انصاف‌پور، ۱۳۷۹، ص ۱۶۳؛ ۳۷۹، ۷۲۴)، عصبانیت (انوری، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۲۷۶۶؛ ۲۷۶۹) حرف سرزنش آمیزی که با صدای بلند و لحن تند گفته شود، اطلاق می‌گردد (انوری، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۱۳۱۱-۱۳۱۲).

1. Behavior

2. Activity

3. Organism

4. Response

۵. «يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا» (کهف/۱۰۴).

6. Aggregate data

مفهوم پرخاشگری در عام‌ترین کاربرد آن اشاره به، آغاز حمله جسمی یا عمل تهاجمی دارد. کاربرد فعلی و رایج این اصطلاح (واصطلاحات مربوط به آن مانند پرخاشجوئی) کیفیت‌هایی را در بر می‌گیرد که، در نوشته‌های آغازین روانشناسی، آن را با اصطلاحاتی چون جنگجوئی یا خودنمایی بیان می‌کردند (جولیوس، ۱۳۷۶، ص ۱۸۶). در فرهنگ‌های روانشناسی پرخاشگری، پرخاشجوئی، تهاجم، تجاوز اعمال خصمانه، ضرب و جرح، خشونت، یا اشکال افراطی خودپسندی به یک معنا به کار می‌روند (گوردون، ۱۳۸۸، ص ۲۵-۲۶).

اختلالات رفتاری، به عنوان یک واقعیت در زندگی انسان‌ها قابل انکار نیست. اما مهم مساله پیشگیری و درمان آن است. دو مؤلفه گسترده بودن راهبردهای اسلامی در جنبه‌های مختلف زیستی و مبتنی بودن آنها بر مصالح حقیقی، سبب شده است که این معارف توان نقش آفرینی همزمان در جریان هدایت و تربیت انسان، از جمله پیشگیری و درمان اختلالات رفتاری را داشته باشند. از جمله مهم‌ترین این راهبردها، "فضاسازی ایمانی" برای آحاد جامعه است. در آموزه‌های فقه اکبر اسلامی، جایگاه فضاسازی ایمانی در فرایند پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری، از اولویت ویژه‌ای برخوردار است. به طور مشخص از جمله دستاوردهای تربیتی آموزه‌های فقه عبادی، فرصت‌سازی در راستای ایجاد نگرشی تحوّل آفرین به مقوله‌های زندگی است. باور توحیدی - که در عرصه تکالیف فقهی، دست‌مایه و انگیزه اصلی مکلف در مرحله عمل می‌باشد - منشاء آمادگی روانی برای تحمّل پذیری، تاب‌آوری و خودکنترلی در مواجهه با پدیده‌های سخت و خشونت‌آفرین برای انسان مومن می‌شود. (ر. ک. همت بناری، ۱۳۸۱، شماره ۵۷).

با مراجعه به معارف اسلامی روشن می‌شود فضاسازی ایمانی، دارای آثار و پیامدهای مثبت و موثری بر روح و روان مخاطبان دارد. نظریه پردازان عرصه تعلیم و تربیت معتقدند "نوع عادات و مهارت‌هایی که افراد کسب می‌نمایند مربوط به شرایط و اوضاع و احوال بستری است که در آن زندگی می‌کنند. تجربه هر فرد در زندگی نتیجه و محصول تأثیر متقابل میان آن فرد و بستر پیرامون اوست؛ بنابراین بسترهای گوناگون با ایجاد فرصت و تحریک و تشویق فرد در رفتار او تأثیر می‌نماید" (شریعتمداری، ۱۳۸۵، ص ۸۰).

شایان ذکر است که بسترهای مختلف نظیر: محیط هیچ‌گاه جبرآور نمی‌باشد، لکن عامل مهم زمینه‌ساز، در درمان اختلال رفتاری پرخاشگری به شمار می‌آید (مرویان حسینی، ۱۳۹۹، ص ۹۹).

پیشینه پژوهش: نگاشته‌های فراوانی در مورد پرخاشگری و درمان آن نگاشته شده است. به عنوان نمونه، کتاب پرخاشگری و ناکامی نظریه‌ها و مفاهیم، سنجش و تشخیص و روان‌درمانی (۱۳۷۴) نوشته محمد مهدی خدیوی زند به

۱ فقه در ابتدا مرادف لفظ شرع به کار می‌رفت و علم فقه یعنی علم به هر آنچه که به عنوان دین از جانب خداوند آمده است، اعم از اصول دین و تعالیم اخلاقی و اعمال جسمانی و معرفت نفس و علوم قرآنی. فقهی که در آیه شریفه ﴿فَلَوْلَا نَفَرَ مِنْ كُلِّ فِرْقَةٍ مِنْهُمْ طَائِفَةٌ لِيَتَفَقَّهُوا فِي الدِّينِ﴾ واجب شمرده شده است، فقه به همین معنای جامع آن است و برخی آن را «فقه اکبر» نامیده‌اند؛ هاشمی شاهرودی، سید محمود، مجله فقه اهل بیت علیهم‌السلام، شماره ۳۲، ص ۳، ۱۳۸۱ ش.

بررسی ابعاد مختلف این اختلال رفتاری و روان درمانی آن پرداخته است. سوزان گویرین و دیگران، در کتاب پرخاشگری یا زورگویی در کودکان و نوجوانان، (۱۳۸۴) به بررسی و راهکارهای درمان این اختلال رفتاری در کودکان و نوجوانان همّت گماشته‌اند.

مقاله «نقش زیارت در بهداشت روان» (۱۳۹۵) نوشته داوود حسینی، به بررسی تأثیر زیارت بر روح و روان آدمی پرداخته و بسیار مختصر به تأثیر محیط بر کاهش هیجانات خلقی اشاره نموده است.

مقاله «بررسی رابطه بین زیارت خانه خدا با سلامت روان دانشجویان دانشگاه صنعتی شریف» (۱۳۹۶) نوشته مریم شریف و دیگران به صورت آماری اثبات می‌کند محیط بر روان آدمی تأثیر می‌گذارد.

مقاله «استراتژی‌های معنوی در مدیریت استرس» (۱۴۰۰) نوشته اسماعیل احسان‌پور و دیگران به تشریح آثار معنوی بر تنش‌های روانی می‌پردازد.

پژوهش‌های اختلالات رفتاری و مسائل آن نیز توسط برخی اندیشمندان به خامه تحریر درآمده است. گزارشی از برخی نگاه‌های آنها به شرح ذیل است:

ریتا ویکس و همکاران در کتاب مفصل «اختلالات رفتاری کودکان» (۱۳۸۰) ترجمه دکتر رضوانی به تبیین درمان‌های تجربی اختلالات رفتاری پرداخته است.

دکتر شکوهی یکتا و جمعی از همکاران خود در بخشی از کتاب «اختلالات رفتاری کودکان و نوجوانان» (۱۳۸۴) کوشیده‌اند تا راهکارهایی را در جهت تقویت روح آدمی بیان نمایند.

با وجود تلاش‌های شایسته تحسین هیچ یک از نگاه‌ها با نگاه فقهی و روانشناختی به تأثیر فضاهای ایمانی بر پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری نپرداخته است.

۱: خشونت و پرخاشگری

امروزه در جوامع بشری، برغم پیشرفت‌های چشم‌گیر در تمامی زمینه‌ها، شاهد افزایش رفتارهای پرخاشگرانه در سطح جامعه هستیم. رفتاری که حکایت از وجود بیماری اختلال رفتاری پرخاشگری در افراد جامعه دارد.

«پرخاشگری^۱» در لغت، به معنای خصومت، جنگ و جدال (دهخدا، ۱۳۴۱، ذیل واژه)، به رفتارهایی از قبیل درستی، تندخویی، وحشیگری (انصاف پور، ۱۳۷۹، ج ۴، ص ۱۶۳؛ ۳۷۹؛ ۷۲۴)، عصبانیت (انوری، ۱۳۸۷، ج ۴، ص ۲۷۶۶-۲۷۶۹) حرف سرزنش آمیزی که با صدای بلند و لحن تند گفته شود اطلاق می‌گردد (انوری، ۱۳۸۷، ج ۲، ص ۱۳۱۱-۱۳۱۲).

1. Aggregate data

در اصطلاح روانشناسی مفهوم پرخاشگری در عام‌ترین کاربردش اشاره به، آغاز حمله جسمی یا عمل تهاجمی دارد. کاربرد فعلی و رایج این اصطلاح (واصطلاحات مربوط به آن مانند پرخاشجویی) کیفیت‌هایی را در بر می‌گیرد (جولیوس گولد، ۱۳۷۶، ص ۱۸۶).

اتوکلاین برگ^۱ مفهوم پرخاشگری را گسترده در نظر گرفته، و اعتقاد به مثبت و منفی بودن پرخاشگری دارد (خدیدیوند، ۱۳۷۴، ص ۹).

با توجه به این مطالب، می‌توان تعریف زیر را برای پرخاشگری نسبتاً جامع تلقی نمود:

پرخاشگری آن رفتار تهاجمی است که، شخص به قصد صدمه و آسیب رساندن به افراد یا اشیاء از خود نشان می‌دهد، که می‌تواند بصورت فیزیکی یا کلامی و یا در قالب تخریب اشیاء و لوازم و بالأخره زیر پا گذاشتن مقررات و قوانین در محیط زندگی با آگاهی قبلی تحلی باید (کرمی نوری، بی تا، ص ۲۳۶).

و افراد پرخاشگر، به افرادی اطلاق می‌شود که، تمایل به حمله کردن و مبارزه طلبی دارند، و رفتار او بر خلاف کسی است که از خطر یا مشکلات می‌گریزد (دادستان، ۱۳۹۵، ص ۸۱).

برغم تعاریف گوناگون، باید توجه نمود رفتاری که به قصد آسیب رساندن به کسی یا چیزی انجام می‌شود داخل در این اختلال است. آسیب شامل آزارهای روانی، نظیر: تحقیر، توهین، و فحاشی نیز می‌شود. مؤلفه قصد، در مفهوم پرخاشگری اهمیت بسیاری دارد، و بدون آن نمی‌توان به رفتاری برچسب پرخاشگری زد (آذربایجانی، ۱۳۹۰، ص ۲۹۷).

۱-۱: اقسام پرخاشگری

مشاهدات میدانی بیانگر وجود پرخاشگری، در سطح وسیع، میان آحاد جامعه است. لکن تمام پرخاشگری‌ها را نمی‌توان به عنوان یک اختلال رفتاری به‌شمار آورد. چرا که گاهی ابراز پرخاشگری، امری لازم و ضروری در روابط اجتماعی می‌باشد. روانشناسان انواع و اقسامی را برای پرخاشگری‌های آدمی بیان نموده‌اند (آذربایجانی، ۱۳۹۰، ص ۲۵۶)^۲ که نوعاً جامع نبوده، و تنها بخشی از ابعاد وجودی انسان را بیان می‌دارد، لکن آموزه‌های اسلامی، با نگاهی ژرف چشم‌نهاد آدمی که از قوه غضبیه سرچشمه گرفته را به دو بخش عمده تقسیم می‌نماید که یک قسم آن اختلال رفتاری بوده و قسم دیگر آن از ضروریات دین به‌شمار می‌آید:

1. O. Klineberg

۲. تقسیماتی که بیان نموده‌اند عبارت است از: خصمانه یا وسیله‌ای؛ فعال یا منفعل؛ پیشگیرانه و واکنشی؛ عاطفی و ابزاری.

۱-۱-۱: خشم مقدس

خداوند به جهت مصالحی قوه غضبیه را در نهاد آدمی به ودیعت نهاده است («امام» خمینی، ۱۳۸۶، ۲۴۲-۲۴۳). گرچه متبادر از خشونت و پرخاشگری جنبه منفی آن می‌باشد، لکن خشونت و پرخاشگری در همه حال، زشت و ناپسند و زیان‌بخش نیست، بلکه اگر به‌طور صحیح و در موارد لازم از آن استفاده شود بسیار سودمند و مفید و مورد ستایش آموزه‌های دینی است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۰، ص ۲۶۹-۲۷۰).

برخی قائلند که جهاد در راه خدا، دفاع از کیان اسلامی، امر به معروف و نهی از منکر، دفاع از ناموس و شرف، مبارزه با ظلم و ستم، حمایت از مظلومان و... همه و همه، به‌برکت نیروی خشم و غضب است (امینی، ۱۳۸۵، ص ۲۲۲).

آموزه‌های دینی بیان می‌نمایند: این‌گونه خشم، رویکردی هدفمند، انتخاب شده، و دارای جنبه تربیتی در زندگی انسان‌ها است. این قسم از خشونت احیاء کننده و بیدار کننده است، تذکر و توجه به حالات نفسانی، گفتاری و رفتاری داده و عاملی در جهت شکوفا شدن استعدادهای انسان در زمین می‌باشد (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۵۵). و نیز وسیله‌ای برای اجرای یکی از عظیم‌ترین واجبات الهی، یعنی امر به معروف و نهی از منکر می‌باشد (ال عمران/۱۰۴).

این نوع از خشم در سه مرحله بروز و ظهور می‌نماید: ابتدا این نفس آدمی است که درگیر شده و زمانی پدیدار می‌گردد که، انسان کاری مخالف با موازین شرعی مشاهده نماید. این نوع از خشم با انجام کارهایی نظیر: اخم نمودن، روگرداندن یا ترک سخن گفتن، ترک رفت و آمد و معاشرت با او مشخص می‌گردد (حسینی سیستانی، ۱۴۲۷، ج ۱، ص ۴۲۰). در مرحله بعد این پرخاشگری در گفتار افراد پدیدار شده که در آموزه‌های فقه اکبر از آن تعبیر به نهی از منکر نموده‌اند. که امامان معصوم علیهم‌السلام از پیروان خود خواسته‌اند که اعتراض خود را در مقابل شخص هنجارشکن به زبان آورند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۵، ص ۵۶).

در مرحله سوم، خواسته می‌شود که خشم خود را به وسیله عقل و شرع کنترل نموده، و از آن در جای مناسب استفاده شود. چنانکه خداوند با خطاب قرار دادن پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم دستور به ابراز این خشم در مقابل کفار و منافقین داده است (توبه/۷۳). آموزه‌های دینی ضمن وجوب این نوع خشم از باب وجوب نهی از منکر، (البته در شرایطی خاص) (حسینی سیستانی، ۱۴۲۷، ج ۱، ص ۴۲۰)، به بیان آثار و برکات فراوان آن در زندگی فردی و اجتماعی می‌پردازد (نهج البلاغه/حکمت ۳۷۳).

۱-۱-۲: خشم مذموم

برخی روانشناسان بر این باورند درصد زیادی از مشکلات رفتاری انسان‌ها، به خشم‌های مذموم مربوط است (کرمی نوری، بی‌تا، ص ۲۳۵). این نوع از خشونت‌ها یک حالت شدید هیجانی است، که با واکنش وحشیانه، باعث حمله به عامل ایجاد کننده و نیز زیان و آسیب به آن می‌شود (فولادیان، ۱۳۹۷، ص ۳۶). احتمال ایجاد این اختلال رفتاری از سنین کودکی بسیار بالاست، که در صورت غفلت از آن، در سرشت آدمی نهادینه گشته، و تبدیل به یکی از خطرناک‌ترین

اختلالات رفتاری، در سطح جامعه شده تا بدانجا که آموزه‌های دینی آن را نوعی معرّفی نموده‌اند (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰، ص ۱۱۴).

در آموزه‌های اسلامی تأثیرپذیری از اختلال غضب، فساد ایمان در قلب آدمی را موجب می‌شود (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲: ۳۰۲)، لذا فقیهانی چند (حکیم، ۱۴۱۰، ج ۱: ۴۹۵؛ «امام» خمینی، ۱۴۲۴، ج ۲: ۷۸۶؛ خوبی، ۱۴۱۰، ج ۱: ۳۵۷) آن را تحت عنوان "ذکر بعض الأمور التي هي من المنكر" آورده‌اند:

علامه سید عبدالله شیر قائل است: خشونت تحت تأثیر عوامل گوناگونی شدّت و ضعف پیدا می‌کند (جباران، ۱۳۹۱، ص ۲۴۹) و منجر به بروز مشکلات فراوان برای آحاد جامعه، در تعاملات اجتماعی می‌شود (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۳۰۳). برخی از این عوامل عبارتند از: ناکامی، تحریک مستقیم طرف مقابل، خشونت رسانه‌ای، عوامل شخصیتی، نظیر: عجز بودن، زود رنج بودن و ... (آذربایجانی، ۱۳۹۰، ۳۰۸-۳۱۳)

بروز و ظهور این خشم، در سه سطح نفسی، گفتاری و رفتاری رقم می‌خورد که اختلال رفتاری پرخاشگری را در جامعه رقم می‌زند.

۱-۱-۲-۱: پرخاشگری مذموم نفسانی

آموزه‌های فقه عبادی، با نگاهی فراتر از روانشناسان اولین مرحله بروز و ظهور این اختلال رفتاری را روح و روان شخص می‌داند و توضیح می‌دهد که، سوء استفاده از قوه غضبیه، در ابتدای امر بر روح و روان آدمی تأثیر می‌گذارد. با شدت یافتن آن، چهره سرخ گردیده، بدن شروع به لرزیدن می‌نماید (پاینده، ۱۳۸۲، ص ۵۴۹). گفتار آنها تغییر پیدا کرده، تمرکز آدمی بهم ریخته، و استدلال را در وجود انسان‌ها نابود می‌نماید (کراجکی، ۱۴۱۰، ج ۱، ص ۳۱۹). حکما و اندیشمندان، با الهام از این تعالیم، گفته‌اند: «هرکس از حالت طبیعی خشم خارج گردد به شیطان نزدیک‌تر می‌شود (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷، ص ۲۶۷-۲۶۸)

۱-۱-۲-۲: پرخاشگری منفی گفتاری

دانشمندان روانشناسی همراه با تعالیم الهی و آموزه‌های دینی بیان می‌کنند، زمانی که خشم در وجود آحاد جامعه به اوج خود رسید، اختیار عقل از آنها زائل می‌گردد (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۳۰۵)، و کنترل احساس و شعور از کف داده، مهار نفس از دستشان خارج می‌شود. در این زمانه است که، شروع به پرخاشگری می‌کنند، و با سخنان تند و آزار دهنده، صدای بیش از حد بلند، فریاد کشیدن، فحاشی و ... به ابراز خشم خود می‌پردازند.

مشاهدات میدانی اثبات می‌نماید وجود این نوع اختلال رفتاری، در میان آحاد جامعه فراوان بوده، و به دلیل برخی شرایط در حال گسترش در جوامع امروزی می‌باشد.

تعالیم و آموزه‌های الهی چنین خشم و پرخاشگری را مذموم دانسته، و سرآغازی برای ابتلا به بسیاری از مشکلات می‌داند (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۳۰۳).

استمرار این حالت در میان انسان‌ها، عاملی برای سلب آرامش روانی (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ص ۹۶)، ایجاد شخصیتی کاذب، و در نتیجه ابتلا به اختلال پرخاشگری می‌باشد (نهج البلاغه/ حکمت ۲۵۵). در این حالت، آدمی بسیاری از صفات ظاهری، شخصیت و هویت، و دیدگاه‌های موجود نسبت به خود و دیگران را از دست می‌دهد (پیر داکو، ۱۳۷۸، ص ۳۱).

۳-۲-۱-۱: پرخاشگری منفی رفتاری

خشم هیجانی است که فقط در دامنه احساسات باقی نمی‌ماند و در صورتی که مدیریت و کنترل نشود، به سرعت حیطه‌های دیگر شخصیت را درنوردیده و در گفتار و رفتار نمایان شده و منجر به آسیب و صدمه به دیگران یا اشیاء می‌شود. عموم جوانان این حالت هیجانی را دارند، و در صورت استمرار، و ایجاد روحیه ثانویه، مبتلا به اختلال رفتاری شده، و اقدام به فعالیت‌هایی مانند: ضرب و شتم، تخریب اموال، اعمال منافی عقّت، و گاهی دست به قتل و خونریزی می‌زنند (مفید، ۱۴۱۳، ص ۲۴۳).

۲: فضاسازی ایمانی گامی به سوی صلح درونی

از دیرباز اندیشمندان علوم رفتاری با ارائه راهکارهایی از جمله مدیریت هیجانات (کریمی، ۱۳۹۷)، رفتارهای آرام‌بخش (وکیلی، ۱۴۰۱) و... در صدد درمان این اختلال برآمده‌اند. از دیگر راهکارهایی که می‌تواند نقش بسزایی در پیشگیری و درمان این اختلال رفتاری داشته باشد «فضاسازی ایمانی» است. فضاهای ایمانی به‌عنوان محلی یاد خداوند (ابن قولویه، ۱۳۵۶، ص ۳۰۲)، پناهگاه‌هایی برای آرامش روحی و معنوی، نقشی کلیدی در پیشگیری و درمان اختلالات رفتاری از جمله پرخاشگری دارند (رعد/ ۲۸). این محیط‌ها با فراهم آوردن فضای معنوی و اتصال به خداوند، می‌توانند فرد را از هیجانات منفی و فشارهای روانی که معمولاً باعث بروز رفتارهای پرخاشگرانه می‌شوند، دور کنند. در چنین فضاهایی، به فرد فرصتی داده می‌شود تا از درون خود به دنبال آرامش و ارتقای اخلاقی برود و از آنجا که بسیاری از رفتارهای پرخاشگرانه ریشه در مشکلات روانی و اجتماعی دارند، محیط‌های ایمانی می‌توانند به‌عنوان درمان‌گرایی روانی به فرد کمک نماید تا با خود و دیگران آشتی کند.

اسلام به واسطه تأثیر فضاهای گوناگون بر اندیشه و رفتار، خود فضاساز بوده و به ایجاد فضاهای دینی مانند: ساخت مصلی، مسجد (شریف الرضی، ۱۴۲۲، ص ۱۰۵) و مکان‌های عبادی فرمان داده است (جعفریان، ۱۳۸۱، ص ۲۴۹). خداوند ﷻ خود بر ایجاد چنین سازه‌های ایمانی تأکید نموده (آل عمران/ ۹۶)، و کسانی را که از رفتن به آن اماکن مبارک باز می‌دارند مذمت کرده و آنان را ستمکارترین افراد دانسته است (بقره/ ۱۱۴).

علاوه بر ایجاد چنین فضاهایی، دستوراتی مبنی بر برپایی مناسبت‌های دینی در این اماکن نظیر: اعمال و مناسک حج و اجرای شعائر الهی آن مکان، سفارش به برپایی مجالس در موالید و وفیات پیشوایان دینی، حضور با آداب خاصی در برخی مکان‌ها نظیر: حرم‌های شریفه و... صادر نموده است، که هر کدام از آنها می‌تواند تأثیر قابل توجهی در پیشگیری و درمان پرخاشگری داشته باشد (مرویان حسینی، ۱۳۹۹، ص ۹۸).

البته وجود چنین فضاهایی، زمانی نقش پیشگیری‌کننده و درمانگری را ایفا می‌کند که، شاخصه ایمان را به همراه داشته باشد، و آدمی با نور ایمان فراروی خویش را روشنی بخشد (بقره/۲۵۷) و در پرتو آن رشد و بالندگی را پیماید (وطن‌دوست، ۱۳۸۷، ج ۱، ص ۳۶).

ایجاد چنین فضاهایی در سه بستر؛ زمان، مکان و افراد امکان‌پذیر می‌باشد. به جهت اهمیت این موضوع و تأثیر شگرف فضاسازی‌های ایمانی در پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری به تبیین این بسترها می‌پردازیم.

۱-۲: فضا سازی ایمانی در بستر زمان

فضاهای ایمانی می‌توانند ابزار مؤثری برای پیشگیری و درمان پرخاشگری در جامعه باشند. این فضاها، که در بستر زمان‌هایی خاص مانند ماه مبارک رمضان، ایام محرم، اربعین، و ولادت‌ها و وفیات معصومین علیهم‌السلام به وجود می‌آیند، می‌توانند اثرات عمیقی در کاهش پرخاشگری داشته باشد.

سخنگوی نیروی انتظامی از کاهش ۳۳ درصدی میانگین جرایم در ماه مبارک رمضان خبر داد و گفت: سرقت‌ها به اشکال مختلفی صورت می‌گیرند که از یک منظر می‌توان آنها را به دو نوع «سرفت به عنف» (یعنی خشونت آمیز و تبهکارانه) و (غیرخشونت آمیز) تقسیم کرد. خوشبختانه نوع اول در این ماه پنج درصد تقلیل یافته است. نوع دیگر جرایم، امنیتی هستند. یکی از این نوع جرایم قتل است. خوشبختانه میزان وقوع این جرم در ماه مبارک، ۳۳ درصد کاهش یافته است. دو نوع جرم و کژرفتاری دیگر هم داریم که یکی شرارت (نظیر: قمه کشی و ...) است و دیگری نزاع و درگیری. وقوع این دو نوع جرم هم به ترتیب ۱۹ و ۵ درصد کاهش یافته است. در مجموع در ماه مبارک رمضان شاهد کاهش ۳۳ درصدی میانگین جرایم بوده‌ایم. (منتظر المهدی، ۱۳۹۵/۰۴/۲۲)

مقام معظم رهبری با اشراف بر این آمار، در این باره می‌فرمایند: «در ماه رمضان جرم و جنایت کم می‌شود، کارهای خیر بیشتر می‌شود و محبت میان افراد افزایش می‌یابد؛ که این‌ها به برکت همین ضیافت الهی است» (خامنه‌ای، ۱۳۸۶/۰۶/۲۳).

شهید مطهری نیز در این باره تصریح می‌کنند که «در ماه رمضان آمار جرم و جنایت چقدر کاهش پیدا می‌کند. ببینید در ماه رمضان چاقوکشی، آدمکشی، خرابکاری، قماربازی چقدر کمتر می‌شود و در مقابل، اعمال انسانی چقدر مضاعف

می‌شود، انسانیت چقدر بالا می‌رود، احسان چقدر بیشتر می‌شود، صلۀ ارحام چقدر زیاد می‌شود» (مطهری، ۱۳۹۵، ج ۲۱: ۶۸) بنابراین فضاسازی ایمانی توصیه‌های فقه عبادی در بستر زمان می‌تواند تأثیر قابل توجهی در کاهش پرخاشگری و افزایش محبت و همدلی در بین‌فردی داشته باشد.

دعای چهل و پنج صحیفه سجادیه نمونه‌ای گویا از تأثیر ماه مبارک رمضان در انگیزه بخشی برای رفتارهای والای انسانی و کاهش گناهان و بزهکاری‌ها به شمار می‌رود^۱.

۱-۱-۲: خطبه شعبانیه پیامبر ﷺ، ترسیم شاخصه‌های محیط ایمانی در بستر زمان

خطبه شعبانیه پیامبر اعظم ﷺ در آستانه ماه مبارک رمضان، علاوه بر تأکید جایگاه اخلاق و معنویت در سبک زندگی ایمانی، به بیان کنش‌های سازنده این بستر زمانی و تأثیر آن بر سلوک اجتماعی مومنان می‌پردازد (ابن بابویه، ۱۳۷۶، ص ۹۳). تحلیل مضامین این خطبه نشان می‌دهد که چگونه توجه به ارزش‌های معنوی موجود در این ماه، می‌تواند احساسات تند و هیجان‌های خشونت بار را کنترل و آرام نماید و به تدریج احساس و رفتارهای سالم و بایسته‌ای را جایگزین احساسات و رفتارهای شدید و خشن نماید. در ادامه به سه قطعه از مضامین این خطبه می‌پردازیم:

۱-۱-۱-۲: برکت و رحمت الهی؛ زمینه‌ساز تحوّل معنوی مومنان

ماه رمضان و فرصت‌های معنوی از جمله موقعیت‌هایی هستند که با تعبیر برکت و رحمت معرفی شده‌اند (ابن بابویه، ۱۳۷۶، ص ۹۳). برکت به معنای خیر مستدام و ماندنی و رحمت، رسیدن به درجات عالیّه است. درجاتی که کرامت (نزاهت و پیراستگی از پستی و فرومایگی) را برای جامعه دینی به ارمغان می‌آورد (جوادی آملی، ۱۳۷۸، ص ۱۴۴).

به باور فقیهان امامیه در این بستر زمانی، خداوند برای پذیرایی از میهمانانش با همه اسماء و صفاتش، تجلی کرده، تا زمینه‌ای مساعدی برای شناسایی نقاط ضعف و قوت و اصلاح شخصیت فردی و اجتماعی آدمی فراهم نماید. بنای حق تعالی بر این است که تحولاتی ژرف در روح و جان آدمی ایجاد نموده و آنچه را که موجب سقوط، پستی و فرومایگی انسانهاست، از بین ببرد. لذا آدمی می‌تواند به طور جدی و آگاهانه به درمان اختلالات رفتاری خود پرداخته و با کنترل نفس و تقویت اراده، گام‌های مثبتی در راستای تغییر و ساختن شخصیتی بهتر و کامل‌تر برداشته، و پرخاشگری خود را درمان نماید (ر.ک: ری شهری، ۱۴۲۸: ۹).

۱. ﴿الْإِسْلَامُ عَلَيْكَ مِنْ مُجَاوِرِ رَقَّتْ فِيهِ الْقُلُوبُ وَ قَلَّتْ فِيهِ الذُّنُوبُ الْإِسْلَامُ عَلَيْكَ مِنْ نَاصِرِ أَعَانَ عَلَى الشَّيْطَانِ وَ صَاحِبِ سَهْلِ سُبُلِ الْإِحْسَانِ الْإِسْلَامُ عَلَيْكَ مَا أَكْثَرَ عُرْقَاءَ اللَّهِ فِيكَ وَ مَا أَسْعَدَ مَنْ رَعَى حُرْمَتَكَ بِكَ؛ ای همسایه ای که تا با ما بودی، دل‌های ما را رقت بود و گناهان ما را نقصان. بدرود ای یاریگر ما که در برابر شیطان یاریمان دادی و ای مصاحبی که راه‌های نیکی و فضیلت را پیش پای ما هموار ساختی. بدرود که آزاد شدگان از عذاب خداوند، در تو چه بسیارند، و چه نیکبخت است آن که حرمت تو نگه داشت﴾

۲-۱-۱-۲: قدرت درون، کلید خود کنترلی در مقابل پرخاشگری

پیامبر ﷺ، تأکید فراوانی بر کنترل نفس و پرهیز از گناهان نموده‌اند (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۲، ص ۳۳۹). اختلالاتی مانند: پرخاشگری و رفتارهای تند و خشونت‌آمیز اغلب نتیجه عدم کنترل و مهار نفس و ناتوانی در مدیریت احساسات درونی است. عوامل و وسایل بسیاری در خود مراقبتی و خود کنترلی می‌تواند نقش ایفا نماید که رسول گرامی اسلام ﷺ در خطبه شعبانیه به چند نمونه از آن مانند: مراقبت از زبان و چشم‌ها (ابن بابویه، ۱۳۷۶، ص ۹۳) تأکید می‌نمایند، چرا که این دو ابزاری ویژه در ایجاد اختلال پرخاشگری است (نهج البلاغه / حکمت ۶۰؛ شعیری، بی تا، ص ۹۳). حضرت با این راهنمایی مسلمانان را به خودسازی و تقویت اراده برای مقابله با هوای نفس دعوت می‌کنند و اگر انسان بتواند با دقت در آموزه‌های نبوی، به درک عمیق‌تری از احساسات، افکار و انگیزه‌های درونی خود دست یابد، قادر خواهد بود در برابر تحریکات محیطی و شرایط تنش‌زا - به جای واکنش‌های ناگهانی و پرخاشگرانه - با آرامش و تدبیر بیشتری عمل کند.

امام سجاد علیه السلام در دعای ۴۴ صحیفه سجادیه نیز، ضمن اشاره به سایر ابزارهایی که می‌تواند در ابتلای به اختلال رفتاری پرخاشگری نقش داشته باشد، با درخواست از خداوند می‌خواهد با خود کنترلی از ابتلای به آن در امان بماند.

اسلام نه از پیوند بین فقه و اخلاق غفلت ورزیده، و نه از پیوند بین فرد و جامعه. اگر بخواهیم جامعه سالمی داشته باشیم باید فرد فرد سالمی داشته باشیم و اساساً آحاد و افراد هستند که جامعه انسانی را تشکیل می‌دهند و روشن است که برخورداری فرد فرد انسان‌ها از سلامت روحی و اخلاقی نیاز دارد به وضع قوانین و مقررات فردی در قالب واجب، حرام، مستحب و مکروه که فقه اسلامی جوابگوی آن است. (مکارم شیرازی، ۱۴۲۷: ۸۰)، لذا در تراث اسلامی خودسازی، راهی است برای رسیدن به سلامت روانی و رشد معنوی. با تمرین مستمر در ایام خاصی همچون ماه مبارک رمضان، می‌توان مهارت‌های خودکنترلی و مدیریت هیجانات را تقویت کرده و از رفتارهای پرخاشگرانه و ناشی از ناآگاهی دوری جست. چنین فرآیندی نه تنها در بهبود روابط فردی و اجتماعی مؤثر است، بلکه زمینه‌ساز رشد روحی و معنوی انسان در مسیر تکامل و تعالی انسانی خواهد بود. (اشعری قمی، ۱۴۰۸، ص ۲۱).

مقام معظم رهبری نیز با الهام از این تعالیم می‌فرمایند: (ماه رمضان) هم روزه‌داری است، هم تلاوت است، هم دعا و ذکر است، هم دوری از گناهان است. این مجموعه، انسان را از لحاظ اخلاق و رفتار هم به آن چیزی که مورد نظر اسلام است، نزدیک می‌کند. وقتی این مجموعه کار انجام گرفت، دل انسان از کینه‌ها خالی می‌شود؛ روح ایثار و فداکاری در انسان زنده می‌شود؛ لذا می‌بینید در ماه رمضان جرم و جنایت کم می‌شود، کار خیر زیاد می‌شود، محبت بین افراد جامعه بیش از اوقات دیگر می‌شود؛ که اینها به برکت همین ضیافت الهی است (خامنه‌ای، ۱۳۸۶/۰۶/۲۳).

۳-۱-۱-۲: تعامل سازنده؛ راهی برای برون رفت از پرخاشگری

پیامبر گرامی اسلام ﷺ در خطبه شعبانیه به اهمیت و جایگاه ویژه روابط اجتماعی سالم و ارتباطات محبت‌آمیز میان انسان‌ها - به منظور پیشگیری و درمان پرخاشگری - تأکید فراوانی دارند. چرا که بسیاری از اختلالات رفتاری و مشکلات روانی، نظیر پرخاشگری و تنش‌های اجتماعی، ریشه در روابط نادرست، سوء تفاهم‌ها، و فشارهای بیرونی دارند. به دیگر سخن، جامعه انسانی ترکیبی است از انسانها و روابط متقابل میان آنها. «انسان» و «رابطه متقابل اجتماعی» دو عنصر اصلی برای تشکیل جامعه انسانی هستند. روابط اجتماعی، برآمده از کردارهای اجتماعی افراد است و کردار اجتماعی، آن عمل ارادی و مختارانه‌ای است که انسان برای رسیدن به هدف مشخصی در قبال دیگر انسانها انجام می‌دهد. از ترکیب کردارهای متقابل اجتماعی، شبکه گسترده و پیچیده روابط اجتماعی به وجود می‌آید؛ شبکه روابط اجتماعی جزء مقوم جامعه انسانی است (تقوی، ۱۳۷۵، ص ۱۱۹) براین اساس، بسیاری از انسان‌ها به دلیل مشکلات در یکی از این دو رکن، دچار اختلالات رفتاری می‌شوند.

بخشی از این بایسته‌های عملی در مقام تعامل سازنده با دیگران عبارتند از: تصدق بر نیازمندان، احترام به بزرگترها، ترحم بر کودکان، صلح و رحم و... (ابن بابویه، ۱۳۷۶، ص ۹۳). در همین رابطه پیامبر ﷺ چنین می‌فرماید: ﴿وَتَحَنُّوا عَلٰی اٰیْتَامِ النَّاسِ یُحَنِّنْ عَلٰی اٰیْتَامِكُمْ﴾ این نرمش و ملاحظت بین افراد جامعه، سبب ایجاد ارتباط اعضای جامعه با یکدیگر می‌گردد. پیامبر ﷺ خواسته‌اند روح حاکم در جامعه اسلامی، روح ملاحظت و ملامت با تمام اقشار جامعه باشد. روحی که خود می‌تواند عاملی برای پیشگیری و درمان پرخاشگری به شمار آید.

ماه مبارک رمضان این روح ملاحظت و ملامت را در جامعه ایمانی گسترش می‌دهد: «علاوه‌ی بر فرصتهایی که در زندگی فردی برای مردم در ماه رمضان مهیا است، در زمینه‌ی اجتماعی «ماه رمضان فرصت کمک به فقرا است» (خامنه‌ای، ۱۳۹۸/۰۲/۱۰). «ماه احسان است» (خامنه‌ای، ۱۴۰۰/۰۱/۲۵) «ماه صلح و رحم، صدق و برّ با برادران دینی» (خامنه‌ای، ۱۳۷۰/۰۱/۱۶) است. در ماه رمضان «سعی کنیم از این فضای معنویّت و صفا... برای ارتباطات صحیح و معنوی میان خودمان و دیگران استفاده کنیم و تصمیم‌های درست بگیریم، اقدام‌های درست بکنیم؛ خوشبینی را، اعتماد را، ایجاد محبت را، خیرخواهی نسبت به یکدیگر را در ارتباطات خودمان دخالت بدهیم، و این بهره را از ماه رمضان ببریم که در روابط اجتماعی و روابط انسانی یک تلطیفی به وجود بیاوریم» (خامنه‌ای، ۱۳۹۳/۰۴/۱۱)

این فرصت‌های معنوی، تاب‌آوری انسان با ایمان را افزایش می‌دهد و به او کمک می‌کند تا از رفتارهای تکانشی^۱ (واکنشی) خود کاسته و از تندخویی، عصبانیت و پرخاشگری که گاهی ناشی از فشارهای بیرونی است، اجتناب نماید.

همچنین در فرصت‌های معنوی انگیزه برای باورمندی به اعتقادات دینی شدت می‌یابد و رفتار برآمده از اعتقادات نیز ظهور و بروز می‌نماید و در نتیجه رفتارهای آسیب دیده از جمله پرخاشگری راحت تر کنترل و مدیریت می‌شود.

۲-۲: فضاسازی ایمانی در بستر مکان

در دنیای پرمشغله و هیجان‌زده امروز، پرخاشگری از جمله چالش‌های بزرگی است که بسیاری از افراد در مواجهه آن با مشکلاتی روبرو می‌شوند. اما در این میان، یکی از روش‌های مؤثر و پایداری که در آموزه‌های دینی برای مدیریت و درمان پرخاشگری ارائه گردیده، تغییر مکان است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۲، ص ۳۳۸). شریعت اسلامی تغییر فضا و حرکت به سمت فضاهای سالم و عاری از انحراف و خشونت نظیر مساجد را موجب کاهش اختلال خشونت دانسته (طوسی، ۱۴۰۷، ج ۳: ۲۴۹) و فقها عبارت "و بکره رفع الصوت فيها، لأنه ينافي التذلل والخضوع" را آورده‌اند (حلی، ۱۴۱۲، ج ۶: ۳۲۲). این رویکرد نه تنها به ایجاد آرامش درونی کمک می‌کند، بلکه با فراهم آوردن محیطی سرشار از معنا و نور، فرد را به سمت کنترل هیجانات و کاهش رفتارهای پرخاشگرانه هدایت می‌کند (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۰، ص ۲۷۲). اماکن مذهبی با دارا بودن ویژگی‌هایی خاصی، مؤثر در درمان اختلال رفتاری پرخاشگری می‌باشد. مؤلفه‌هایی همچون: فعالیت‌های معنوی، روانشناختی و اجتماعی و... که به برخی از آنها می‌پردازیم

۲-۲-۱: آگاهی و شناخت در پرتوی حضور

در اندیشه اسلامی، اماکن مذهبی به عنوان نماد (تهج البلاغ / خطبه ۱) و جلوه فرهنگ دینی و نیز پایگاه معنوی برای اجتماعات اهل ایمان معرفی شده‌اند (بقره/ ۱۲۵). تأکید بر حضور در این اماکن مذهبی به عنوان رفتاری عبادی، که زمینه‌ساز شناخت و آگاهی آحاد جامعه و عنصری مؤثر برای پیشگیری و درمان اختلالات رفتاری می‌باشد در بیانات عالمان و فقیهان اهل بیت علیهم‌السلام توصیه شده است («امام» خمینی ۱۳۹۱، ج ۱: ۳۳۲). در این آموزه‌ها آمده است که: حضور در اماکن معنوی شخص را از پریشانی‌های ذهنی و ناآرامی‌های روانی دور می‌کند. (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵: ۱۸۳)^۱.

جمع بندی اینکه، حضور در اماکن متبرکه، فرصتی برای خودیابی و در پی آن دریافت احساسات آرامش بخش معنوی است، این احساس پاک و معنوی اگر پایدار مانده و نهادینه شود، سپری فرهنگی در برابر تندبادهای شهرت و غضب، نفس نفیس انسان مومن را نگاهبانی می‌کند و او را به هدایت الهی رهنمون ساخته، از بیراهه‌های گمراهی به صراط مستقیم می‌-

۱. الْحَجُّ تَسْكِينُ الْقُلُوبِ؛ در قرآن کریم آمده است: "اقِمِ الصَّلَاةَ لِذِكْرِي" (طه/ ۱۴)، که اقامه نماز را به عنوان وسیله‌ای برای یاد خداوند فرمان می‌دهد. در آیه‌ای دیگر نیز می‌فرماید: "أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ" (رعد/ ۲۸)، که یاد خدا را مایه آرامش دل‌ها معرفی می‌کند. این دو آیه به وضوح نشان می‌دهند که نماز، (والبتة بهترین مکان برای اقامه نماز مساجد، حرم‌های مطهر و اماکن معنوی است) با یاد خداوند، نه تنها عبادتی است برای نزدیکی به معبود، بلکه آرامش و سکون روانی را نیز برای انسان به ارمغان می‌آورد. لذا نماز به عنوان یاد خدا، وسیله‌ای برای تهذیب نفس و رفع اضطراب‌ها است؛

رساند(مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۱۰۸). اینگونه است که در بیان امام باقر علیه السلام روزه و حج، آرامبخش دل‌های نگران معرفی شده‌اند(مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵: ۱۸۳).

۲-۲-۲: توسعه مهارت‌های روانشناختی و رفتاری

از جمله شاخصه‌های مؤثر اماکن مذهبی به جهت درمان اختلال رفتاری پرخاشگری، توسعه مهارت‌های روانشناختی و رفتاری است. به عنوان نمونه: تنوع فرصت‌ها و آزمون‌ها در حج ابراهیمی به حدی است که هر گاه کسی با توجه به آداب و فرائض حج، به آنها بپردازد، بی‌گمان، دستاوردی گران‌بها خواهد داشت: فرصت احرام و تلبیه، فرصت طواف و نماز، فرصت سعی و هرقله، فرصت وقوف در عرفات و مشعر و منا، فرصت رمی و قربانی، و فرصت ذکر الله که فضای سرشار از روح و حیات را در همه این مراحل، گسترده است. مجموعه این فرصت‌ها می‌تواند دوره کوتاهی از ریاضت شرعی و خودسازی برای هر فرد باشد و مبدأ تحولی عمیق در اخلاق و سلوک فردی زائر خانه خدا گردد (ری شهری، ۱۴۲۸، ص ۱۰) که توانایی ایجاد شرایطی منحصر بفرد به منظور تقویت مهارت‌های افراد در مواجهه با دیگران و همچنین بحران‌های شدید زندگی را دارد.

آنچنان که در سیره رضوی علیه السلام آمده است، تعامل با دیگر مؤمنان و زائران، به شکل‌گیری روابط صمیمانه و دوستانه‌ای می‌انجامد که می‌تواند در تقویت انگیزه‌های مثبت و افزایش همبستگی اجتماعی تأثیرگذار باشد(ابن بابویه، ۱۳۷۸، ج ۲، ص ۱۵۹). این فضاها نه تنها به عنوان مکانی برای عبادت و تلاش عمل می‌کنند، بلکه به عنوان بستری برای رشد شخصی، اجتماعی و معنوی نیز شناخته می‌شوند(مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۱۰۸).

۲-۲-۳: آداب حضور در اماکن مذهبی، زمینه ساز آرامش معنوی و کاهش بحران‌های روحی

در منابع اسلامی حضور در هر یک از اماکن مقدّس و مذهبی، همواره با آداب و دستورالعمل‌هایی مورد تأکید قرار گرفته است. دستورالعمل‌هایی نظیر: حضور با طهارت(ابن قولویه، ۱۳۵۶، ص ۱۸۶)، فراهم کردن انگیزه و نیت پاک، پرهیز از فریاد و جنجال در کنار مضجع اهل بیت علیهم السلام،(حجرات/۲)^۱، حرمت و تکریم دیگر انسان‌ها و تلاش برای رفع غم از روح و روان آنان و کاستن از رنج در مشکلات زندگیشان، استغفار و تلاش برای جبران کاستی‌ها و خطاهای رفتاری و اخلاقی، پرهیز از مجادله و خودنمایی(بقره/۱۹۷)، عبادت و تقرب به ذات بی‌نهایت الهی، تصمیم‌های جدی برای زیست مومنانه،

۱ رهبران الهی، تمام انبیا و جانشینان بر حق آن بزرگواران به خصوص حضرت محمد صلی الله علیه و آله و سلم و اهل بیت علیهم السلام او، دارای مقام مخصوصی هستند که در این سوره پاره‌ای از آداب برخورد با آن حضرت بیان شده است: بر آنان پیشی نگیریم، بلندتر از آنان صحبت نکنیم و در آیات دیگر، فرمان صلوات بر پیامبر داده شده است. البته باید به این نکته توجه کنیم که پس از رحلت پیامبر نیز، زیارت آن حضرت و زیارت و احترام جانشینان و ذریه آن بزرگوار و تمام کسانی که به گونه‌ای به آن حضرت نسبت دارند، به خصوص علمای ربّانی و فقهای عادل و مراجع تقلید که به فرموده‌ی روایات، جانشینان پیامبرند، بر ما لازم است. چنانکه در حدیث می‌خوانیم: کسی که سخن فقیه عادل را رد کند، مثل کسی است که سخن اهل بیت پیامبر علیهم السلام را رد کرده و کسی که سخن آنان را رد کند، مثل کسی است که سخن خدا را رد کرده باشد؛ قرآنتی، محسن، تفسیر نور، ج ۹، ص ۱۶۱)

آشنایی با ویژگی‌های انسان‌های کامل در هنگام زیارت مرقد امامان علیهم‌السلام و امامزادگان (لنکرانی، ۱۳۸۳: ۲۷۴)، لزوم رعایت حقوق دیگران، و اجتناب از هرگونه ظلم به خود و دیگران، حتی به حیوانات و طبیعت در چنین فضاهایی («امام» خمینی، ۱۴۲۶: ۱۱۰) ... همه و همه تأثیرات قابل توجهی در روش‌های پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری دارد. این دستورات عملی نه تنها به فرد کمک می‌کنند تا ارتباط بهتری با محیط پیرامون خود برقرار کند، بلکه زمینه‌ساز خودسازی و اصلاح رفتارهای فردی و اجتماعی او نیز می‌شوند.

۲-۳: فضاسازی ایمانی در روابط بینا فردی

یکی دیگر از روش‌های پیشگیری و درمان اختلال پرخاشگری، ایجاد فضاهای ایمانی در روابط بینا فردی است. واژه کلید چنین فضای ایمانی در ادبیات قرآنی اخوت و برادری ایمانی است (حجرات/۱۰).

اخوت در لغت، به پیوندی اطلاق می‌گردد که دو یا چند چیز را به هم مرتبط می‌سازد. این حقیقت مشترک ممکن است پدر یا مادر باشند که از آن به «اخوت تنی» تعبیر می‌گردد. همچنان که ممکن است این نقطه مشترک، اشتراک در قبیله، دوستی، ایمان و... باشد (طریحی، ۱۳۷۵، ج ۱، ص ۲۱). مؤلفه‌های مؤثر روابط بینافردی در پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری عبارتند از:

۱-۲-۳: ایمان؛ شاه کلید تحوّل

در شریعت اسلامی پایدارترین و عمیق‌ترین جنبه مشترک انسانی برای پیشگیری و درمان اختلال رفتاری پرخاشگری، ایمان و توجه به خداوند است (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۹۲، ص ۳۳۸-۳۳۹). ایمان در تعبیر فقها معانی مختلفی دارد (عاملی، ۱۴۱۳، ج ۵: ۳۳۷) لکن ایمانی توانایی پیوند زدن روح‌های پراکنده و چه بسا متعارض را داراست، که در سایه فرهنگ اسلامی شکل گرفته باشد. تا زمانی که ایمان در دل انسان‌ها ریشه نکند، برادری حقیقی شکل نمی‌گیرد و به دنبال آن فضای ایمانی، که می‌تواند مانع از بروز پرخاشگری شود یا حتی به درمان آن کمک کند، به وجود نخواهد آمد (آل عمران/۱۰۳).

۲-۲-۳: همگرایی ایمانی؛ گامی به سوی آرامش

دومین شاخصه فضاسازی ایمانی بینافردی، ایجاد همگرایی میان افراد جامعه است. همگرایی، به عنوان یکی از اصول بنیادین در تعاملات انسانی، نقش بسیار مهمی در پیشگیری از پرخاشگری و همچنین درمان آن در سطح اجتماعی ایفا می‌کند. زمانی که افراد جامعه در یک بستر ایمانی قرار می‌گیرند و به همگرایی و هماهنگی در اهداف و رفتارهایشان می‌رسند، تعاملات آن‌ها به شکل طبیعی به سمت سازگاری و سازندگی پیش می‌رود. همگرایی، نه تنها زمینه‌ساز روابط مثبت و بایسته میان افراد است، بلکه می‌تواند منجر به از بین بردن شکاف‌ها و اختلافات ناشی از دلایل مختلف نیز گردد.

در حقیقت، این فرآیند همگرایی می‌تواند افرادی که به دلایل مختلف دچار تفرقه شده و به پرخاشگری روی آورده‌اند را به هم نزدیک کند و آن‌ها را در قالب یک جامعه واحد و استوار به یکدیگر پیوند دهد.

با چنین فضایی، افراد نه تنها از تنهایی و بی‌هویتی‌ری‌هایی می‌یابند، بلکه احساس می‌کنند که بخشی از یک جامعه بزرگ هستند که در آن همدلی و همبستگی حرف اول را می‌زند. این همگرایی ایمانی می‌تواند باعث تقویت اراده جمعی برای حل مشکلات و پیشرفت جامعه شده و به مقابله با مشکلات اجتماعی از جمله پرخاشگری کمک کند. (آل‌عمران/۲۰۰؛ بقره/۱۹۵؛ حجرات/۱۰؛ شوری/۲۸؛ انفال/۴۶؛ آل‌عمران/۴۶).

۳-۲-۳: رزمایش مواسات؛ درمان پرخاشگری

سومین شاخصه فضاسازی ایمانی بینافردی، همدلی مومنانه و مواسات است (کلینی، ۱۴۰۷، ج ۲، ص ۱۷۱). مقام معظم رهبری در تعریف مواسات بیان می‌دارند: «مواسات یعنی همراهی کردن و کمک کردن به برادر مؤمن در همه‌ی امور. انسان وظیفه بداند؛ کمک فکری، کمک مالی، کمک جسمانی، کمک آبرویی (خامنه‌ای، ۱۳۸۶/۰۶/۳۱)».

مواسات، یک اصل بیادین در تعاملات انسانی است که در جامعه‌های ایمانی و اسلامی به عنوان یکی از شاخص‌های برجسته برای ایجاد همزیستی مسالمت‌آمیز و سالم مطرح می‌شود. این اصل به کمک ابزارهایی مانند ایمان، رعایت آداب معاشرت، عفو و گذشت، دیدار و ملاقات، صلح و آشتی، و حضور در اجتماعات سالم، و نیز غم‌خواری و یاوروی در هنگام مشکل و مصیبت، بستری را فراهم می‌سازد که در آن افراد به یکدیگر کمک کرده و به تقویت روحیه برادری و همدلی می‌پردازند. در چنین شرایطی که عقده‌های ناشی از احساس فراموش شدن یا فاصله‌های طبقاتی کمتر می‌شود و افراد طبقات پایین اجتماعی احساس می‌کنند که مورد حمایت و توجه دیگران هستند. این احساس خوشایند، افکارخوشونت بار و آشفتگی‌های روانی را به حاشیه رانده و زمینه‌های پرخاشگری ناشی از احساس حقارت و محرومیت‌های شدید اجتماعی (حرعاملی، ۱۴۰۹، ج ۱۵، ص ۳۸۰) را از بین می‌برد. البته مواسات اسلامی دارای آداب و مقررات مربوط به تکریم انسانی می‌باشد، بدین منظور در فقه امامی برغم تأکید بر مخفیانه بودن صدقات، از باب مساوات، افضل پرداخت آشکار آن است (نجفی، ۱۴۱۵، المتن: ۵۸۳).

نتیجه‌گیری

فضاسازی ایمانی در سه بستر زمان، مکان و بینافردی، به‌عنوان یک روش مؤثر برای مدیریت و درمان پرخاشگری، می‌تواند تأثیرات عمیق و پایداری بر روی آحاد جامعه اسلامی داشته باشد. این فرآیند در آموزه‌های فقه عبادی، نه تنها به کاهش خشم و اضطراب درونی کمک می‌کند، بلکه با ایجاد فضایی آرام، معنوی و پر از معنای زندگی، فرد را به سمت خودشناسی و رشد شخصی هدایت می‌کند.

این رویکرد به آدمی این امکان را می‌دهد تا با تأمل در ابعاد معنوی خود و با استفاده از زمان و مکان و اشخاصی که بر اساس ارزش‌ها و اصول اخلاقی با آنان ارتباط برقرار نموده است، به آرامش و احساس هویت روانی هدفمند دست یابد.

فضاسازی ایمانی به طور مستقیم با تقویت روابط انسانی و اجتماعی ارتباط دارد. زمانی که فرد در فضایی آکنده از ایمان و معنویت قرار می‌گیرد، قادر است به راحتی از رفتارهای پرخاشگرانه عبور کند و در برابر به تقویت ارتباطات مثبت و سازنده با دیگران پردازد. این فرآیند باعث می‌شود که فرد به طور مداوم در مسیر رشد اخلاقی و روحی قرار گیرد و در نتیجه، رفتارهای پرخاشگرانه، کاهش یابد.

در نهایت، فضاسازی ایمانی به‌عنوان یک راهکار جامع برای درمان پرخاشگری و مشکلات روانی، به انسان‌ها کمک می‌کند تا نه تنها بر مشکلات فردی خود غلبه کنند، بلکه با بهبود کیفیت روابط اجتماعی و محیط پیرامونی، به ایجاد دنیایی آرام‌تر و منصفانه‌تر کمک کنند. این رویکرد باعث می‌شود که انسان‌ها در مسیر تعالی فردی و اجتماعی قرار بگیرند و زندگی‌ای پر از آرامش و رضایت واقعی را تجربه کنند. در نتیجه، فضاسازی ایمانی به‌عنوان ابزاری کارآمد برای مقابله با پرخاشگری و دستیابی به زندگی معنادار، می‌تواند مسیر جدیدی را برای انسان‌ها در مواجهه با چالش‌های روزمره باز کند.

فهرست منابع

۱. قرآن ترجمه آیت الله مکارم
۲. نهج البلاغه ترجمه مرحوم دشتی
۳. صحیفه سجادیه ترجمه الهی قمشه ای
۴. ابن بابویه، محمد بن علی. (۱۳۷۶ش). **الأمالی (للصدوق)**. تهران: انتشارات کتابچی.
۵. ابن بابویه، محمد بن علی. (۱۳۶۲ش). **الخصال**، (تصحیح علی اکبر غفاری). قم: جامعه مدرسین.
۶. ابن قولویه، جعفر ابن محمد (۱۳۵۶ش). **کامل الزیارات**. (تصحیح عبد الحسین امینی). نجف اشرف: دارالمرتضویه.
۷. ابن منظور، محمد بن مکرم. (۱۴۱۴ق). **لسان العرب**، (تصحیح جمال الدین میر دامادی). بیروت: دار الفکر للطباعة و النشر و التوزیع - دار صادر.
۸. اشعری قمی، احمد بن محمد بن عیسی (۱۴۰۸ق). **النوادر (للأشعری)**، (تصحیح مدرسه امام مهدی علیه السلام). قم: مدرسة الإمام المهدي عجل الله تعالى فرجه الشريف.
۹. امینی، ابراهیم. (۱۳۸۵ش). **تربیت**. قم: موسسه بوستان کتاب (مرکز چاپ و نشر دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم).
۱۰. انصاف پور، غلامرضا. (۱۳۷۹ش). **کامل فرهنگ فارسی**. تهران: انتشارات زوار.
۱۱. انوری، حسن. (۱۳۸۷ش). **فرهنگ بزرگ سخن**، (تصحیح: حسن احمدی گیوی). تهران: انتشارات سخن.

۱۲. آذربایجانى، مسعود و دیگران. (۱۳۹۰ش). روانشناسى اجتماعى با نگرش به منابع اسلامى. تهران: پژوهشکده حوزه و دانشگاه، سمت.
۱۳. برقى، ابو جعفر، احمد بن محمد بن خالد. (۱۳۷۱ق). **المحاسن**. (تصحیح: جلال الدين محدث). قم: دارالکتب الإسلامیة.
۱۴. پاینده، ابو القاسم. (۱۳۸۲ش). **نهج الفصاحة (مجموعه کلمات قصار حضرت رسول ﷺ)**. تهران: انتشارات دنیای دانش.
۱۵. پیر داگو. (۱۳۷۸ش). **اعتماد به نفس خود را تقویت کنیم چگونه اضطراب و خجالت را در خود از بین ببریم؟**. (ترجمه کامبیز منصورقناعی) تهران: انتشارات درایت.
۱۶. تقوى، سيد مرتضى. (۱۳۷۵ش). **سخنى در مفهوم جامعه دینى**، مجله فقه اهل بیت. شماره ۷، پاییز، ۱۱۵-۱۶۲.
۱۷. تیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد. (۱۴۱۰ق). **غور الحکم و درر الکلم**. (تصحیح: سيد مهدى رجائى). قم: دار الکتب الإسلامیة.
۱۸. جباران، محمد رضا. (۱۳۹۱ش). **اخلاق**. (ترجمه کتاب الاخلاق سيد عبد الله شير). قم: انتشارات هجرت.
۱۹. جعفریان، رسول. (۱۳۸۱ش). **آثار اسلامى مکه و مدینه**. تهران: نشر مشعر.
۲۰. جوادى آملی، عبدالله. (۱۳۷۸ش). **حکمت عبادات**. قم: مرکز نشر اسراء.
۲۱. جولوس گولد و دیگران. (۱۳۷۶ش). **فرهنگ علوم اجتماعى** (ترجمه محمد جواد زاهدی و دیگران) تهران: انتشارات مازيار.
۲۲. حر عاملی، محمد بن حسن. (۱۴۰۹ق). **وسائل الشیعه**. (تصحیح: مؤسسه آل البيت ع). قم: مؤسسه آل البيت ع.
۲۳. حسینی سیستانی، سيد على. (۱۴۲۷ق). **منهاج الصالحين**. مشهد مقدس: مکتب آیه الله العظمی السيد سیستانی (آبرنگ).
۲۴. حکیم، سيد محسن طباطبایى. (۱۴۱۰ق). **منهاج الصالحين (المحشى للحکيم)**. بیروت: دار التعارف للمتبوعات.
۲۵. حلی، علامه، حسن بن يوسف بن مطهر اسدی. (۱۴۱۲ق). **منتهى المطلب في تحقيق المذهب**. مشهد: مجمع البحوث الإسلامیة.

۲۶. خامنه‌ای، سید علی، رهبر جمهوری اسلامی ایران، سایت <https://farsi.khamenei.ir>.
۲۷. خدیوی زند، محمد مهدی. (۱۳۷۴ ش). **پرخاشگری و ناکامی نظریه‌ها و مفاهیم، سنجش و تشخیص و روان درمانی**. تهران: انتشارات تربیت.
۲۸. «امام» خمینی، سید روح‌الله. (۱۳۹۱ ش). **تحریر الوسيله**. (ترجمه: سید محمدباقر موسوی همدانی) قم: انتشارات دارالعلم.
۲۹. «امام» خمینی، سید روح‌الله. (۱۴۲۴ق). **توضیح المسائل محشی**. قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۳۰. «امام» خمینی، سید روح‌الله. (۱۳۸۶ ش). **شرح چهل حدیث**. تهران: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۳۱. «امام» خمینی، سید روح‌الله. (۱۳۸۹ ش). **صحیفه امام**. مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی.
۳۲. «امام» خمینی، سید روح‌الله. (۱۴۲۶ق). **منتخب مناسک حج**. (تصحیح: گروه پژوهش در معاونت آموزش و تحقیقات بعثه مقام معظم رهبری). قم: انتشارات مشعر.
۳۳. خوبی، سید ابوالقاسم. (۱۴۱۰ق). **منهاج الصالحین**. قم: نشر مدینه العلم.
۳۴. دادستان، پریخ و دیگران. (۱۳۹۵ ش). **لغت نامه روانشناسی**. تهران: انتشارات سمت.
۳۵. دهخدا، علی اکبر. (۱۳۴۱ ش). **لغت نامه دهخدا**. تهران: چاپ سیروس.
۳۶. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۳۸۴ ش). **ترجمه و تحقیق مفردات الفاظ قرآن**. (ترجمه غلامرضا خسروی) تهران: انتشارات مرتضوی.
۳۷. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. (۱۴۱۲ق). **مفردات الفاظ القرآن**. (تصحیح: صفوان عدنان داوودی). بیروت: دار القلم - الدار الشامیه.
۳۸. رضایی اصفهانی، محمد علی. (۱۳۹۴ ش). **تفسیر موضوعی قرآن و تربیت**. قم: تلاوت وابسته به موسسه فرهنگی دارالقرآن الکریم).
۳۹. سالاری فر، محمد رضا و دیگران. (۱۳۹۰ ش). **روانشناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی**. تهران: پژوهشکده حوزه و دانشگاه - سمت.
۴۰. سوزان گویرین و دیگران. (۱۳۸۴ ش). **پرخاشگری یا زورگویی در کودکان و نوجوانان**. (ترجمه حسن توزنده جانی و دیگران). تهران: انتشارات مرندید.
۴۱. سیف، علی اکبر. (۱۴۰۱ ش). **روانشناسی پرورشی**. تهران: انتشارات آگاه.

۴۲. شریعتمداری، علی. (۱۳۸۵ش). **روانشناسی تربیتی**. تهران: انتشارات امیرکبیر.
۴۳. شریف الرضی، محمد بن حسین. (۱۴۰۶ق). **خصائص الأئمة** (**خصائص أمير المؤمنين**)، تصحیح: (محمد هادی امینی). مشهد مقدس، انتشارات آستان قدس رضوی.
۴۴. شریف الرضی، محمد بن حسین. (۱۴۲۲ق). **المجازات النبوية**. (تصحیح: مهدی هوشمند). قم، انتشارات دار الحديث.
۴۵. شعیری، محمد بن محمد. (بی تا) **جامع الأخبار (لشعیری)**. نجف اشرف: مطبعة حیدریة.
۴۶. شکوهی یکتا، محسن و دیگران. (۱۳۸۴ش). **اختلالات رفتاری کودکان و نوجوانان**. تهران، انتشارات طیب - تیمورزاده.
۴۷. شیرازی، ناصر مکارم. (۱۴۲۷ق). **دائرة المعارف فقه مقارن**. قم: انتشارات مدرسه امام علی بن ابی طالب.
۴۸. صاحبی، عبد العلی. (۱۳۸۹ش). **راه روشن**. (ترجمه المحجبه البيضاء). مشهد مقدس: موسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی.
۴۹. طریحی، فخر الدین بن محمد. (۱۳۷۵ش). **مجمع البحرين**. (تصحیح: احمد حسینی اشکوری). تهران: انتشارات مرتضوی.
۵۰. طوسی، محمد بن الحسن. (۱۴۰۷ق). **تهذیب الأحكام**. (تصحیح: حسن موسوی). تهران: دار الکتب الإسلامیه.
۵۱. عاملی (شهید ثانی)، زین الدین بن علی. (۱۴۱۳ق). **مسائل الأفهام إلى تنقیح شرائع الإسلام**. قم: مؤسسه المعارف الإسلامیه.
۵۲. فاضل لنکرانی، محمد. (۱۳۸۳ش). **مناسک الحج للفاضل**. قم: انتشارات امیر العلم وابسته به دفتر آیت الله فاضل لنکرانی.
۵۳. فعّالی، محمد تقی. (۱۳۹۷ش). **مبانی سبک زندگی اسلامی**، (تصحیح: محمد مرادی حسین آباد). تهران: انتشارات تیماس (وابسته به موسسه فرهنگی هنری دین و معنویت آل یاسین).
۵۴. فولادیان، احمد و دیگران. (۱۳۹۷ش). **نوجوان و جوان در پیچ و خم های بحران**. مشهد: موسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی.
۵۵. کرمی نوری، رضا و دیگران. (بی تا). **روان شناسی تربیتی**. تهران: انتشارات سمت.

۵۶. کریمی، علیجان. (۱۳۹۷ش). **درآمدی بر تربیت هیجانی و عاطفی از منظر قرآن کریم**. قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی وابسته به دفتر تبلیغات حوزه علمیه قم.
۵۷. کراچکی، محمد بن علی. (۱۴۱۰ق). **کنز الفوائد**، (تصحیح: عبد الله نعمة). قم: دارالذخائر.
۵۸. کلینی، محمد بن یعقوب. (۱۴۰۷ق). **الکافی (ط - الإسلامية)**، (تصحیح: علی اکبر غفاری و محمد آخوندی) تهران: دار الکتب الإسلامية.
۵۹. گوردون مارشال. (۱۳۸۸ش). **آکسفورد فرهنگ جامعه شناسی**. (ترجمه: حمیرا مشیر زاده) تهران: انتشارات میزان.
۶۰. لیثی واسطی، علی بن محمد. (۱۳۷۶ش). **عیون الحکم و المواعظ (للیثی)**. (تصحیح: حسین حسینی بیرجندی). قم: دار الحدیث.
۶۱. متقی هندی، حسام الدین. (۱۴۰۹ق). **کنز العمال فی سنن الأقوال و الأفعال**. لبنان - بیروت: مؤسسة الرسالة.
۶۲. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی. (۱۴۰۳ق). **بحار الأنوار (ط - بیروت)**. بیروت - لبنان: دار إحياء التراث العربي.
۶۳. محمدی ری شهری، محمد. (۱۴۲۸ق). **حج و عمره در قرآن و حدیث**، چاپ اول، قم، انتشارات مشعر.
۶۴. محمدی ری شهری، محمد. (۱۳۷۸ش). **میزان الحکمه با ترجمه فارسی**. قم: دارالحدیث.
۶۵. مرویان حسینی، سید محمود و دیگران. (۱۳۹۹ش). **تاثیر نگرش مثبت به زندگی در بهبود ارتباط همسران از نگاه قرآن و حدیث**. مشهد مقدس: موسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی.
۶۶. مطهری، مرتضی. (۱۳۹۵ش). **مجموعه آثار**. قم: انتشارات صدرا.
۶۷. معزی فیومی، احمد بن محمد. (۱۴۱۴ق). **مصباح المنیر فی غریب الشرح الكبير الرافعی**. قم: موسسه دارالهجرة.
۶۸. مفید، محمد بن محمد. (۱۴۱۳ق). **الامالی**، (تصحیح: حسین ولی، علی اکبر غفاری). قم: کنگره شیخ مفید.
۶۹. مفید، محمد بن محمد. (۱۴۱۳ق). **الإختصاص**، (تصحیح: علی اکبر غفاری، محمود محرمی زرنندی). قم: المؤتمر العالمي لآلفية الشيخ المفید.
۷۰. منتظرالمهدی، سعید. (۱۳۹۵/۰۴/۲۲ش) **خبرگزاری آنا**.

۷۱. نجفی، محمد حسن. (۱۴۱۵ ق). **مجمع الرسائل (محتشی صاحب جواهر)**، مشهد: مؤسسه صاحب الزمان علیه السلام.

۷۲. نراقی، ملا احمد. (۱۳۸۹ش). **معراج السعاده**. تهران: انتشارات طوبای محبت.

۷۳. نلسون، ریتا ویکس و همکار. (۱۳۸۰ش). **اختلالهای رفتاری کودکان**، (ترجمه محمد تقی منشی طوسی) مشهد: انتشارات آستان قدس رضوی.

۷۴. نوری، حسین بن محمد تقی. (۱۴۰۸ق). **مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل**. (تصحیح مؤسسه آل البيت علیهم السلام). قم: مؤسسه آل البيت علیهم السلام.

۷۵. وطن دوست، رضا و دیگران. (۱۳۸۷ش). **فرهنگ روابط اجتماعی در آموزه های اسلامی**. مشهد مقدس، انتشارات دانشگاه علوم اسلامی رضوی.

۷۶. وکیلی، محمد حسن. (۱۴۰۱ش). **الگوی دینی راهبردی تربیت کودک، نوجوان و جوان**. مشهد مقدس: مؤسسه مطالعات راهبردی علوم و معارف اسلام.

۷۷. همت بناری، علی. (۱۳۸۱ش). **نگاهی به تعامل فقه و تربیت با تأکید بر نقش فقه در تربیت**. مجله معرفت، شماره ۵۷.