نشریه فرهنگ و ارتقای سلامت فرهنگستان علوم پزشکی
دوره ششم، زمستان ۱۴۰۱، شماره چهارم، صفحات ۶۸۸ تا ۶۹۳

پژوهشی

ارائه مدل مفهومی راهبردهای اسلامی مقابله با استرس کرونا: نظریه بنیادی

فاطمه یاس‌سالاری پاشغی[۱]، شهرزاد سنجری[۲]، آزیتا امیر فخرایی[۳*]

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، معاونت اشتغال و خودکفایی، اداره کل کمیته امداد امام خمینی (ره) استان هرمزگان، بندر عباس، ایران
۲. کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شاهرود، شاهرود، ایران
۳. *نویسنده مسئول: استادیار گروه روان‌شناسی، باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بندرعباس، بندرعباس، ایران، afakhraei2002@gmail.com

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۵/۲۵ پذیرش مقاله: ۱۴۰۱/۱۲/۰۹

چکیده

زمینه و هدف: ویروس کرونا موجب بروز مشکلات روانشاختی در افراد شده‌است. پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل مفهومی راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا با استفاده از روش نظریه بنیادی انجام شد.

روش: این پژوهش، از رویکرد کیفی بهره برد و روش اصلی جهت دستیابی به مدل مد نظر، روش نظریه بنیادی بوده که مدل‌سازی آن بر پایه مدل پارادایمی بنا نهاده شد. جامعه آماری ۲۰ نفر از خبرگان بود که بصورت دردسترس انتخاب شدند. بعد از تجزیه و تحلیل دقیق مصاحبه‌ها، ۸۲ مفهوم استخراج و در ۶ مقوله طبقه‌بندی شد. سپس مقوله‌ها در قالب الگوی پارادایمی (شرایط علی، زمینه، مقوله اصلی، شرایط محیطی، راهبرد، پیامد) جایگذاری و مدل نهایی پژوهش حاصل شد.

یافته‌ها: مدل پارادایمی تحقیق در شرایط علّی شامل ۱- وضعیت بیماری کرونا و ۲- توصیه‌های اسلامی، در بخش زمینه‌ها شامل ۱- باورها ۲- انجام فرامین دینی و ۳- اخلاق در بخش شرایط مداخله گر شامل ۱- حکومت اسلامی ۲- قوانین اسلامی در بخش راهبردها شامل ۱- توکل بر خدا ۲- تفویض امور به خدا ۳- تسلیم امر الهی ۳- رضا به قضا ۴- نیایش و ۵- پیشگیری است.

نتیجه‌گیری: با توجه به فرهنگ دینی کشور ما، در دوران بحران کرونا و برای مقابله با استرس آن در درجه اول سوق دادن افراد دارای ارزش‌های مذهبی به سوی مبلغان مذهبی و دینی و در درجه دوم تربیت نیروهای متخصص و مشاورانی با رویکردهای سبک زندگی اسلامی برای ارائه خدماتی به این گونه افراد لازم است.

کلیدواژه‌ها: اسلام، اضطراب، تنش روانی، کووید-۱۹، معنویت

مقدمه

بهداشت روانی جامعه یکی از محورهای ارزیابی سلامتی جوامع مختلف است(۱). سلامت روانی نقش مهمی در تضمین پویایی و کارآمدی هر جامعه ایفا می‌کند که تحت تأثیر بسیاری از عوامل از جمله بروز بیماری قرار دارد (۲). از ابتدای قرن جدید میلادی بیماری از دسته ویروس‌های کرونا با عنوان کووید-۱۹ به سرعت کل جهان را احاطه کرد(۳) که ابعاد مختلف حیات اجتماعی کشورها را به شدت تحت تأثیر قرار داده و تأثیرات منفی آن در طیفی از حوزه‌های سلامتی، اقتصادی و فرهنگی قابل مشاهده است. با توجه به قدرت شیوع و انتقال بیماری، سازمان بهداشت جهانی در ۴ فوریه وضعیت اضطراری اعلام و توصیه کرد تا کشورها، انتقال فرد به فرد این بیماری را از طریق کاهش تماس افراد بخصوص در مبتلایان و کارکنان بخش‌های مراقبتی و درمانی کاهش داده و گسترش جهانی آن را کنترل کنند.

متأسفانه این روش به تنهایی کارساز نبود و هر روز بر تعداد مبتلایان افزوده شد که برخی از این مبتلایان ناقلان بدون علامت بیماری بودند تا جایی که تعداد روز افزون فوتی‌های کرونا و پر شدن بیمارستان‌ها از بیماران کووید-۱۹ موجب شد در برخی کشورها مناطق را قرنطینه کامل (مانند چین و ایتالیا) و یا اجرای مراقبت‌های پیشگیری در سطح کلان و ملی (مانند ایران، امارات، کره جنوبی) در شهرستان، استان یا حتی کل کشور شوند. اجرای این سیاست‌های بهداشتی به‌رغم پیامدهای مثبت، موجب بروز اثرات منفی روان‌شناختی در سطح جامعه شده است (۴). ترس از بیماری، ترس از مرگ، تداخل در فعالیت‌های روزانه، مقررات منع یا محدودیت سفر و عبور و مرور، کاهش روابط اجتماعی(همکاران،

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]

دوستان، خانواده)، بروز مشکلات شغلی و مالی و ده‌ها پیامد دیگر سلامت روان‌افرا جامعه را تهدید می‌کند(۵).

لازمه عبور موفق از این شرایط، بهره‌گیری از اصول مدیریت استرس می‌باشد(۶). در این راستا فرآیند مقابله امری مهم است که بیشتر از فعالیت‌ها و اقدام شناختی و رفتاری فرد برای مدیریت استرس تشکیل می‌شود(۷). شیوه‌های مقابله‌ای، به تلاش‌های ویژه رفتاری و روانشناختی اشاره دارد که مردم برای چیرگی، بردباری، کاهش یا کمینه رساندن حوادث استرس‌زا آن را به کار می‌برند(۸). دو نوع روش مقابله‌ای رایج وجود دارد: اول روش‌های متمرکز بر مشکل، شامل تلاش‌هایی می‌شود که با انجام کارهای فعال شرایط استرس‌زا را تسکین می‌دهد(۹).

در این میان، آنچه که در کشور ما اهمیت فراوانی دارد، سبک زندگی اسلامی می‌باشد؛ زیرا این سبک از زندگی شامل مجموعه به هم پیوسته‌ای از الگوهای رفتاری در حوزه‌های مختلف حیات بشری است که از مبانی تربیتی، یعنی دارایی‌ها و هستی انسان بر می‌خیزد و ضمن ایجاد روابط پایدار میان افراد، نقش به‌سزایی در تزکیه روانی، پرورش صفات کمالی، نیل به سعادت و رشد ارزش‌های انسانی را در پی دارد (۱۰)

یکی از کارکردهای دین و سبک زندگی دینی، ایجاد سیستم مقابله‌ای کارآمد در برخورد با مشکلات و مشقت‌های اجبارگونه زندگی است. به عبارت دیگر، دینداری آگاهانه و با معرفت، به‌شدت می‌تواند کامل‌ترین شرایط بهداشت روانی را تأمین کند؛ لذا سبک مناسبی از زندگی به ویژه با محوریت آموزه‌های معنوی که بتواند آدمی را از گرفتاری‌های زندگی پر استرس و پیچیده امروزی به ویژه در شرایط کرونا مصون بدارد، مسئله‌ای مهم و ضروری به شمار می‌آید(۱۱).

از طرفی تئوری بنیادی (Fundamental Theory) یک روش تحقیقی عام در سال ۱۹۶۷ توسط بارنی گلیزر و انسلم اشتراوس بوجود آمد، این تئوری یک روش پژوهشی استقرایی و اکتشافی است که به پژوهشگر در حوزه‌های موضوعی گوناگون امکان می‌دهد تا بجای اتکا به تئوری‌های موجود و از پیش تدوین شده خود به تدوین تئوری و گزاره اقدام کند(۱۲).

با توجه به آن‌چه که بیان شد هدف از این پژوهش ارائه مدل مفهومی راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا با استفاده از روش نظریه بنیادی بود.

روش

این پژوهش، از رویکرد کیفی بهره برد و روش اصلی برای دستیابی به مدل مورد نظر در آن، روش نظریه بنیادی بوده که مدل سازی آن بر پایه مدل پارادایمی بنا نهاده شده است. جامعه آماری تحقیق حاضر تمامی مشاوران آشنا با مشاوره اسلامی بود که ۲۰ نفر از آن‌ها که بصورت مبتنی بر هدف انتخاب شدند (بعد از ۲۰ مصاحبه به اشباع نظری حاصل شد و کد دیگری استخراج نشد).

معیارهای ورود به این مطالعه رضایت شخصی برای شرکت در مطالعه، فعالیت مشاوره‌ای در زمان کرونا ویروس، دارای پروانه نظام روان‌شناسی، مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر و معیارهای خروج شامل عدم تمایل به همکاری در پژوهش و انصراف از پژوهش بود.

برای جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش با توجه به کیفی بودن آن ابتدا از بررسی اسناد و مدارک و مصاحبه کمک گرفته شده است. بدین صورت که در بررسی اولیه‌ای که از اسناد و کتاب‌های موجود صورت گرفت؛ پیشینه کار و مبانی نظری برای تسلط مصاحبه‌گر بر موضوع پژوهش بررسی و عوامل مختلف ارزیابی شد. در مراحل بعد به دنبال پاسخگویی در خصوص اهداف پژوهش، مصاحبه‌هایی عمیق با نمونه آماری پژوهش که به طور تجربی درگیر در این امر بودند صورت گرفت.

ابزار گردآوری داده‌ها

مصاحبه: در این پژوهش با توجه به اینکه در تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش نظریه بنیادی استفاده شده است، مصاحبه‌هایی نیمه ساختاریافته با اعضای نمونه آماری صورت گرفته است. بدین ترتیب در ابتدای مصاحبه توضیحات کلی در مورد تحقیق و هدف‌های آن به مصاحبه شونده ارائه و سپس مصاحبه آغاز می‌شود. از مصاحبه‌شوندگان سوالات در زمینه احساسات و افکار، فشارهای روانی، مشکلات خانوادگی، رعایت دستورالعمل‌های بهداشتی، اعتقادات، ویژگی‌های انسانی، راهبردهای دینی، تمسک و اجرای راهبردهای دینی در دوران کرونا پرسیده شد. سوالات بر اساس پاسخ فرد تغییر پیدا می‌کرد و سعی شد هنگام مصاحبه سردی فضای گفتگو شکسته شود تا فرد راحت‌تر بحث و گفتگو کند.

تمامی مصاحبه‌ها بصورت برخط در پلتفرم برگزاری جلسات برخط «اسکای روم» صورت گرفت (https://www.skyroom.online) به این صورت که بعد از هماهنگی ساعت برگزاری مصاحبه با مصاحبه‌شوندگان، پیوند مکان برگزاری در این پلتفرم به برای آنها به همراه دو گیگ اینترنت ارسال شد و سپس با ورود مصاحبه شونده روند مصاحبه انجام می‌شد.

مدت زمان هر مصاحبه بین ۳۰ تا ۴۵ دقیقه بود. نکاتی که در روند انجام مصاحبه مطرح می‌شد یادداشت و با کسب اجازه از افراد ضبط شد، تا گاه با مرور چندباره گفتگوها، تحلیل و بررسی دقیق‌تری نسبت به دیدگاه-های طرح شده مصاحبه شوندگان انجام شود. در خصوص اعتبارپذیری پژوهش، از طریق حضور طولانی‌مدت در محیط پژوهش و صرف زمان بیشتر با شرکت‌کنندگان، تبادل نظر با استادان و صاحب‌نظران در خصوص داده‌های کسب شده، جمع‌آوری و نگهداری داده‌های خام و مراجعه به آن‌ها پس از بررسی نتایج برای سنجش تفسیرها صورت گرفته است؛ به طوری که با ۳ نفر از صاحب‌نظران در دانشگاه و ۳ نفر از مشارکت‌کنندگان تبادل نظر صورت گرفت و از آن‌ها بازخورد گرفته شد. در ارتباط با انتقال‌پذیری می‌توان بیان کرد که، زمینه و شرایط پژوهش به طور کامل توصیف شده؛

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]

به‌طوری که قلمرو مکانی پـژوهش و افـراد مشـارکت‌کننـده و تعـداد آن‌هـا مشخص شده است (۱۳). در ارتباط بـا قابلیـت اطمینـان، از طریـق ایجـاد مسـیرنمای حسابرسـی بـدین صـورت کـه، بـه ضـبط مصـاحبه‌هـا، یادداشت‌برداری در حین انجام مصاحبه و یادداشت دریافت‌های حاصله پس از پایان مصاحبه، تهیه برگه راهنمای مصاحبه، فهرسـت مصـاحبه‌شـوندگان پرداخته شده، و در نهایت مقوله‌های به‌دست آمده از کدگذاری باز به شـکل معقـول و منطقـی بـا یکـدیگر ارتبـاط داده شـده اسـت(۱۴). در خصـوص تأییدپذیری پژوهش، داده‌ای به دسـت آمـده بـا اسـناد و مـدارک و منـابع موجود در پیشینه تحقیق تطبیق داده شده و همچنـین در بعضـی مـوارد از نظر دیگر شرکت‌کنندگان در خصوص صحت ادعاهای دیگران سـؤال شـده، و در نهایت از دیدگاه‌ها و نظرات متخصصان دیگر استفاده شده است.

روش تجزیه‌وتحلیل داده‌ها بدین صورت بـود کـه حـین انجـام مصـاحبه، تمامی شرح نظرات مصاحبه‌شوندگان ضبط و نگهداری شده و نظرات آنـان بـه همراه مشاهدات پژوهشگر و برداشـت آن، بـه مـتن تبـدیل مـی‌شـود. بعـد از رسیدن به نقطه اشباع در نظرات ارائه شده توسط مصاحبه‌شوندگان، داده‌هـای اولیه به نرم افزار اتلس (ATLAS) داده شده و با کمک این نـرم‌افـزار، کـدهای اولیه ایجاد و سپس براساس قاعده کدگذاری ثانویه اقدام شد.

یافته‌ها

مرحله کدگذاری باز، به شناسـایی و اسـتخراج مفـاهیم اولیـه از درون مصاحبه‌ها اختصاص داشت. بر این اساس، بعد از انجا هر مصاحبه، محقق با بررسی چندباره آن مفاهیم موجود در متن مصاحبه را استخراج و کدگذاری می‌کرد. در مجموع ۲۰ مصاحبه صورت گرفته، ۸۲ مفهـوم اسـتخراج شـد. گفتنی است کدهای کنار مفاهیم، شـامل یـک حـرف لاتـین و یـک عـدد مـی‌باشـد. حـرف لاتـین (بـه ترتیـب حـروف الفبـا)، نشـان‌دهنـده فـرد مصاحبه‌شونده، و عدد کنار این حرف نشان دهند شماره مفهـوم اسـتخراج شده از آن مصاحبه خاص می باشد.

در مرحله کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی(گزینشی)، سعی شد تا با توجه عمیق به مفـاهیم شناسـایی شـده و تشـخیص وجـوه تشـابه و افتراق آنها با یکدیگر، دسته‌بندی‌های کلی‌تری به نام «مقولـه‌هـا» ایجـاد شود و مفاهیم هم سنخ و هم راستا، در این دسته‌های کلی‌تـر جایگـذاری شوند. ماحصل این فرایند، شناسایی ۱۵ مقوله اصـلی بـود کـه بـه همـراه مفاهیم مربوطه، در جدول ۱ قابل مشاهده می‌باشند:

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف هدف ارائه مدل مفهومی راهبردهای اسـلامی مقابله با استرس ویروس کرونا با استفاده از روش نظریه بنیادی انجام شد. از ابعاد مدل پارادایمی مورد بحث قرار گرفته و مقوله های مرتبط بـا هـر یـک معرفی شدند:

جدول ۱- مقوله‌های شناسایی شده به همراه مفاهیم مربوطه

	(مقوله) کدگذاری محوری	(مفهوم) کدگذاری باز
شرایط علّی	وضعیت بیماری کرونا	مرگ‌ومیر بالا
		سرایت بالا
		جهش‌های بیماری
		ترس شدید در جامعه
		ناشناخته بودن بیماری
	توصیه‌های اسلامی	بیانات رهبر فرزانه انقلاب
		اهمیت طبابت در اسلام
		توصیه اسلام به پیشگیری
		توصیه به قرنطینه در اسلام
		توسیه به رعایت فاصله اجتماعی در اسلام
		توصیه به بهداشت فردی در اسلام
		توصیه به بهداشت محطی در اسلام
		توصیه به شتن و ضدعفونی کردن
زمینه‌ها	باورها	باور به یگانگی خداوند
		باور به قیامت
		شرکت در مناسک دینی
		عدل
		باور به پیامبر اکرم (ص)
		باور به امامت امامان شیعه
	انجام فرامین دینی	نماز
		روزه
		زکات
		خمس
		صدقه
		امر به معروف
		نهی از منکر
		تولی
		تبری
	اخلاق	صدقه
		امانتداری
		وقف
		خوش‌رفتاری
		بهداشت
		ادای سوگندها
		خلق نیکو
شرایط مداخله‌گر	حکومت اسلامی	برقرای حکومت اسـلامی در سـطح جامعه
		نقش محوری ولی فقیـه مطلقـه در کشور
		وجود ولی فقیه مطلقه در کشور
		نقش مراجع تقلید در جامعه
		نقش امامان جمعه در جامعه
		گستره بسیج در کشور

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]

ادامه جدول ۱- مقوله‌های شناسایی شده به همراه مفاهیم مربوطه

	(مقوله) کدگذاری محوری	(مفهوم) کدگذاری باز
	قوانین اسلامی	وجود شورای نگهبان
		نمایندگان انقلابی
		اصل ۴۳ قانون اساسی (رایگان بودن بهداشت و درمان و آموزش و پرورش)
راهبردها	توکل بر خدا	اعتماد به خدا
		اطمینان به خدا
		رضایت به رضای خداوند
		صبر به هنگام مصیبت
		صبر بر طاعت
		صبر بر معصیت
	تفویض امور به خدا	عالم بودن خداوند
		قهار بودن خداوند
		جبار بودن خداوند
	تسلیم امر الهی	همه چیز را به خدا سپردن
		اطاعت از خداوند
		فرمانبرداری از خداوند
		سرسپردگی به خداوند
	رضا به قضا	رضایت از قضا و قدر
		نداشتن تردید در دین
		عدم اعتراض به بلایا
		رضایت از سرنوشت
		عدم ناراحتی در برابر از دست دادن چیزی
		عدم خوشحالی در برابر به‌دست آوردن چیزی
	نیایش	نماز خواندن
		روزه گرفتن
		دعا کردن
		خواندن دعاهای مذهبی
	پیشگیری	قرنطینه کردن خود در صورت ابتلاء به بیماری
		حفظ فاصله اجتماعی
		شستن و ضدعفونی کردن دست‌ها
پیامدها	فردی	استقامت
		امنیت
		امدادهای الهی
		آرامش
		بصیرت
		رحمت الهی
		نعمت خداوندی
		رهایی از ترس و خوف
	جامعه	رونق اقتصادی
		کم شدن موارد ابتلاء به بیماری
		ارتقای سطح بهداشت در جامعه
		برداشته شدن محدودیت‌های کرونایی

۱. مقوله اصلی(محوری): در این تحقیق و با توجه به اهداف و مقوله‌های شناسایی شده، مقوله «مدل مفهومی راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا» به عنوان مقوله اصلی و محوری درنظر گرفته شد.

۲. شرایط علّی: مقوله های مرتبط با این بعد، به قرار زیر تعیین گردید:

وضعیت بیماری کرونا: این مقوله به این اشاره دارد که مرگ و میر بالا، سرایت بالا، جهش‌های بیماری، ترس شدید در جامعه، ناشناخته بودن بیماری می‌تواند بر راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا تأثیرگذار باشد.

توصیه‌های اسلامی: این مقوله به این اشاره دارد که بیانات رهبر فرزانه انقلاب، اهمیت طبابت در اسلام، توصیه اسلام به پیشگیری، توصیه به قرنطینه در اسلام، توسیه به رعایت فاصله اجتماعی در اسلام، توصیه به بهداشت فردی در اسلام، توصیه به بهداشت محطی در اسلام، توصیه به شتن و ضدعفونی کردن می‌تواند بر راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا تأثیرگذار باشد.

۳. زمینه‌ها: مقوله‌های مرتبط با این بعد، به قرار زیر تعیین شد:

باورها: این مقوله به این اشاره دارد که باور به یگانگی خداوند، باور به قیامت، شرکت در مناسک دینی، عدل، باور به پیامبر اکرم (ص)، باور به امامت امامان شیعه می‌توانند زمینه مناسبی را برای از قوه به فعل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا فراهم سازند.

انجام فرامین دینی: این مقوله به این اشاره دارد که نماز، روزه، زکات، خمس، صدقه، امر به معروف، نهی از منکر، تولی، تبری می‌توانند زمینه مناسبی را برای از قوه به فعل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا فراهم سازند.

اخلاق: این مقوله به این اشاره دارد که صدقه، امانتداری، وقف، خوش رفتاری، بهداشت، ادای سوگندها، خلق نیکو می‌توانند زمینه مناسبی را برای از قوه به فعل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا فراهم سازند.

۴. شرایط مداخله‌گر: مقوله‌های مرتبط با این بعد، به قرار زیر تعیین شد:

حکومت اسلامی: این مقوله به این اشاره دارد برقرای حکومت اسلامی در سطح جامعه، نقش محوری ولی فقیه مطلقه در کشور، وجود ولی فقیه مطلقه در کشور، نقش مراجع تقلید در جامعه، نقش امامان جمعه در جامعه، گستره بسیج در کشور می‌توانند جزو عوامل محیطی تأثیرگذار برای از قوه به فعل در آمدن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا می باشند.

قوانین اسلامی: این مقوله به این اشاره دارد وجود شورای نگهبان، نمایندگان انقلابی، اصل ۴۳ قانون اساسی (رایگان بودن بهداشت و درمان و آموزش و پرورش) می‌توانند جزو عوامل محیطی تأثیرگذار برای از قوه به فعل در آمدن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا می‌باشند.

۵. راهبردها: مقوله مرتبط با این بعد، به شرح زیر تعیین شد:

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]

توکل بر خدا: این مقوله به این اشاره دارد اعتماد به خدا، اطمینان بـه خـدا، رضایت به رضای خداوند، صبر به هنگام مصیبت، صبر بـر طاعـت، صـبر بـر معصیت می‌توانند به عنوان راهبردی اثربخش در جهت از قوه به فعـل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا در نظر گرفته شود.

تفویض امور به خدا: این مقوله به این اشاره دارد عالم بودن خداوند، قهار بودن خداوند، جبار بودن خداوند می‌توانند به عنوان راهبردی اثـربخش در جهت از قوه به فعل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویـروس کرونا در نظر گرفته شود.

تسلیم امر الهی: این مقولـه بـه ایـن اشـاره دارد همـه چیـز را بـه خـدا سپردن، اطاعت از خداوند، فرمانبرداری از خداوند، سرسپردگی به خداوند می‌توانند به عنـوان راهبـردی اثـربخش در جهـت از قـوه بـه فعـل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا در نظر گرفته شود.

رضا به قضا: این مقوله به این اشاره دارد رضایت از قضـا و قـدر، نداشـتن تردید در دین، عدم اعتراض به بلایا، رضایت از سرنوشت، عدم ناراحتی در برابر از دست دادن چیزی، عدم خوشحالی در برابر بدسـت آوردن چیـزی می‌توانند به عنـوان راهبـردی اثـربخش در جهـت از قـوه بـه فعـل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا در نظر گرفته شود.

نیایش: این مقوله به این اشاره دارد نماز خواندن، روزه گرفتن، دعا کردن، خواندن دعاهای مذهبی می توانند به عنوان راهبردی اثربخش در جهـت از قوه به فعل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا در نظر گرفته شود.

پیشگیری: این مقوله به این اشـاره دارد قرنطینـه کـردن خـود در صـورت ابتلاء به بیماری، حفظ فاصله اجتماعی، شستن و ضدعفونی کردن دستهـا می‌تواننـد بـه عنـوان راهبـردی اثـربخش در جهـت از قـوه بـه فعـل در آوردن راهبردهای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا در نظر گرفته شود.

۶. پیامدها: مقوله مرتبط با این بعد، به شرح زیر تعیین شد:

فردی: این مقوله به این اشاره داد که در صورت تحقق مقولـه محـوری از طریـق راهبرد ذکر شده در قامت قبل، می‌توان از راهبردهای اسلامی مقابله بـا اسـترس ویروس کرونا استقامت، امنیت، امدادهای الهی، آرامش، بصیرت، رحمت الهـی، نعمت خداوندی، رهایی از ترس و خوف را در اشخاص متصور شد.

جامعه: این مقوله به این اشاره داد که در صورت تحقـق مقولـه محـوری از طریق راهبرد ذکر شده در قامت قبل، می‌توان از راهبردهای اسلامی مقابلـه با استرس ویروس کرونا رونق اقتصادی، کم شدن موارد ابتلاء به بیمـاری، ارتقای سطح بهداشت در جامعه، برداشته شدن محدودیت‌های کرونایی را در اشخاص متصور شد.

با توجه به جدید بودن این تحقیق که به واسـطه همـین بـه صـورت کیفی صورت گرفت یافته ای که بتوان آن را با این پژوهش مقایسـه کـرد یافت نشد. باتوجه به اینکه این پژوهش در زمینه مدل مفهومی راهبردهـای اسلامی مقابله با استرس ویروس کرونا ، پیشگام است، پژوهشـی در سـطح دنیا در این زمینه نیست که با آن مقایسه شود.

تأمین شرایط مطلوب برای اجرای پژوهش به دشواری میسر اسـت. در این پژوهش محقق با محدودیت‌های روبه‌رو بوده است. بـا وجـود آشـنایی پژوهشگر با محیط پژوهش و جامعه نمونه، محدودیت‌هایی در بخش کیفـی پژوهش وجود داشت. بی‌میلی مشارکت‌کنندگان به مصاحبه، مخالفت آنها به ضبط مصاحبه و مسائلی مانند کمبود وقت مصاحبه شوندگان، کار گردآوری اطلاعات را با مشکل روبرو می‌کرد.

با توجه به نتایج این پژوهش می‌توان پیشنهاد داد که استفاده از مدل به‌دست آمده برای ساخت ابزاری برای سنجش پیامدهای ویـروس کرونـا مناسب است. همچنین با توجه به مدل بدسـت آمـده تحقیـق مسـئولان مربوطه از این مدل برای مقابله با استرس ویروس کرونـا اسـتفاده کننـد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی با توجه به فرهنگ‌های متنـوع در کشور (بافت‌های متفاوت فرهنگی و مذهبی) سـبک زنـدگی اسـلامی بـه عنوان یک عامل جامعه شناختی در فرهنگ‌های مختلـف در میـان اقـوام مختلف ایرانی و در میان اقشار مختلف جامعه به ویژه در شـرایط بیمـاری کرونا مورد بررسی قرار گیرد.

نتیجه‌گیری نهایی

با توجه به فرهنگ دینی کشور ما، در دوران بحران کرونا و برای مقابله با استرس آن در درجه اول سوق دادن افراد دارای ارزش‌های مـذهبی بـه سوی مبلغان مذهبی و دینی و در درجه دوم تربیت نیروهای متخصـص و مشاورانی با رویکردهای سبک زندگی اسلامی برای ارائه خدماتی بـه ایـن گونه افراد لازم است.

منابع

1. Kang YB, McCosker A, Kamstra P, Farmer J. Resilience in web-based mental health communities: Building a resilience dictionary with semiautomatic text analysis. JMIR Form Res 2022; 6(9): e39013.
2. Schilz L, Kemna S, Karnouk C, Böge K, Lindheimer N, Walther L, et al. A house is not a home: a network model perspective on the dynamics between subjective quality of living conditions, social support, and mental health of refugees and asylum seekers. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol 2023: 1-12.
3. Hosseini Nasab A, Sanjari S, Mohammidi Soleimani MR, Mohammadreza K, Katayoun A. Maternal and Neonatal Outcomes following COVID-19 Vaccination in Pregnancy. Res Sq 2022: 1-12.
4. Smallwood N, Harrex W, Rees M, Willis K, Bennett CM. COVID ۱۹-infection and the broader impacts of the pandemic on healthcare workers. Respirology 2022; 27(6): 411-26.
5. Panahi far S, Maheri Nooryani Z, Ghanbari Z, Sanjari S. The Relationship between Self-esteem, Resilience and Differentiation with Covid-19 Anxiety in Hospital Nurses: A Cross-sectional Study. Critical Care Nursing 2022; 15(1): 63-72 .[In Persian]

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]

6. Shamsdanesh S, Nourizadeh R, Hakimi S, Ranjbar F, Mehrabi E. The effect of counseling with stress management approach on postpartum anxiety and distress and breastfeeding self-efficacy during COVID-19 pandemic: a ramdomized controlled trial. BMC Pregnancy Childbirth 2023; 23(1): 1-9.
7. Stein GL, Salcido V, Gomez Alvarado C. Resilience in the Time of COVID-19: Familial Processes, Coping, and Mental Health in Latinx Adolescents. J Clin Child Adolesc Psychol 2023: 1-15.
8. Desalegn GT, Zeleke TA, Shumet S, Mirkena Y, Kassew T, Angaw DA, et al. Coping strategies and associated factors among people with physical disabilities for psychological distress in Ethiopia. BMC Public Health 2023; 23(1): 20.
9. Yazdanmehr A, Li Y, Wang J. Employee responses to information security related stress: Coping and violation intention. Information Systems Journal 2023.
10. Nikkhah Z. Examining the role of mosque ,school and home in promoting Iranian Islamic lifestyle. The first call for applied articles on education: issues and solutions. Dec 2022; Tehran: Directorate of Education of Tehran Province; 2022. [In Persian]
11. Ebrahimi E, Tahmasabi Beldaji A, Mortazavi SE, Ghanbari L. Investigating the role of prayer in guiding the Islamic lifestyle in Razavi's biography. Kowsar Journal 2015; 50: 27-46. [In Persian]
12. Sohrabi GA. Conceptual model for adaptation to economic shock among Iranian middle class using grounded theory method.Thesis, Shahrood: Islamic Azad University, Shahrood; 2021 .[In Persian]
13. Sanjari S, Soleimani MRM, Keramat A. Development and validation of an electronic scale for sexual violence experiences in Iranian women. Crescent Journal of Medical and Biological Sciences 2023; 10(1): 27-35.
14. Sanjari S, Kamali A, Amir Fakhraei A, Mohammadi Soleimani MR, Karimi Afshar E. Construction and validation of a self-report violence scale in Iranian women. Journal of Fundamentals of Mental Health. 2021; 23(3): 181-9 .[In Persian]

Original

Presenting a Conceptual Model of Islamic Strategies for Coping with Coronavirus Stress: A Fundamental Theory

Fatemeh Yas Salari Pashghi[1], Shahrzad Sanjari[2], Azita AmirFakhraei[3*]

1. MSc of General Psychology, Deputy of Employment and Self-Sufficiency in the General Office of Imam Khomeini Relief Committee of Hormozgan Province, Bandar Abbas, Iran
2. Student Research Committee, School of Nursing and Midwifery, Shahroud University of Medical Sciences, Shahroud, Iran
3. **Corresponding Author**: Assistant Professor, Department of Psychology, Young and Elite Researchers Club, Bandar Abbas Branch, Islamic Azad University, Bandar Abbas, Iran, afakhraei2002@gmail.com

Abstract

Background: Corona virus has caused psychological problems in humans. The present research was conducted with the aim of providing a conceptual model of Islamic strategies to deal with the stress of the Corona virus using the fundamental theory method.

Method: This research used a qualitative approach and the main method to reach the desired model was the fundamental theory method, whose modeling is based on the paradigm model. The statistical population of the current research included twenty experts who were selected as available. After careful analysis of the interviews, 82 extracted concepts were classified into sixcategories. Then the categories were placed in the form of a paradigm model (causal conditions, background, main category, environmental conditions, strategy, consequence) and the final research model was obtained.

Results: The paradigmatic model of research includes 1- the state of corona disease and 2- Islamic recommendationsin causal conditions;1- beliefs, 2- fulfillment of religious orders, and 3- ethicsin the contexts section;1- Islamic government, and 2-Islamic laws in the section of intervening conditions, and1-Trust in God, 2-Delegating matters to God, 3-Surrendering to God's command, 3-Resenting to God's will 4-Praying, and 5-Preventionin the strategy section.

Conclusion: Considering the religious culture of our country, during the Corona crisis and in order to deal with its stress, first of all, people with religious values should be guided towards religious missionaries and clerics who are familiar with religious concepts, and secondly, specialized forces and counselors with Islamic lifestyle approaches should be trained to provide services to such people.

Keywords: Anxiety, COVID-19, Islam, Psychological Stress, Spirituality

[Downloaded from ijhp.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.22034/6.4.14]