Islam and Health Journal
نشریه اسلام و سلامت
e-ISSN: 2383-191X p-ISSN:2383-2177
دانشگاه علوم پزشکی بابل

Effect of Spirituality on Women's Resilience

Fatemeh Purbarar (MSc student) [1], Tahereh Yaghubi (PhD) [2]*

1. Student Research Committee, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.
2. Traditional Medicine Research Center, Addiction Institute, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.

Article Type:
Review Paper

Received:
9 Apr. 2022
Revised:
9 July 2022
Accepted:
17 July 2022
Published Online:
25 July 2022

ABSTRACT

Background and aim: Women play a fundamental role in the family and should have a high degree of flexibility and resilience in life issues and difficulties, and considering that the spiritual dimension is very important in the lives of people, the aim of this study was to review the effect of spiritual therapy on women's resilience.

Materials and methods: For this review study, published sources were reviewed in Persian in the Magiran, SID, and Barakat databases and in English in the PubMed, Cochrane Library, Scopus, Google Scholar, and Embase databases. The keywords of spirituality, spirituality therapy, resilience and women were searched for in the period 2000 to 2021. Finally, of 144 articles searched, 9 articles related to the target were examined. The studies were divided into two groups according to the type of intervention. These two groups included individual and group spiritual therapies.

Findings: Studies conducted with women in crisis included 4 studies: a study of women in the Covid 19 pandemic, divorced women, women with drug-addicted spouses, and individuals whose family member was admitted to the intensive care unit. Another 4 studies investigated spiritual therapy in women suffering from certain diseases such as breast cancer, systemic lupus erythematosus, and multiple sclerosis. The results of the studies have shown that spiritual therapy increases resilience and improves attitudes and interpretation of illness and life.

Conclusion: In fact, spiritual therapy brings about inner peace and strengthens planning to achieve goals. Spirituality helps people to evaluate negative life events differently. As a result, spirituality creates a stronger sense of control, which in this way contributes to psychological adjustment. It is suggested that health care professionals and providers use this intervention to prepare educational packages to strengthen women's resilience in times of crisis and certain diseases such as cancer, systemic lupus erythematosus, and multiple sclerosis.

Keywords: Spirituality, Spiritual therapy, Impact of spirituality, Resilience, Women

Cite this article: Purbarar F, Yaghubi T. Effect of Spirituality on Women's Resilience. Islam and Health Journal. 2021; 6(2): 59-68.

© The Author(s).
Publisher: Babol University of Medical Sciences

***Corresponding Author:** Tahereh Yaghubi
Address: Traditional Medicine Research Center, Addiction Institute, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran.
E-mail: tyaghubi@mazums.ac.ir

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

Islam and Health Journal
نشریه اسلام و سلامت
e-ISSN: 2383-191X p-ISSN:2383-2177
دانشگاه علوم پزشکی بابل

تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان

فاطمه پوربرار (MSc student) [۱]، طاهره یعقوبی (PhD) [۲*]

۱. کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران.
۲. مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل، انستیتوی اعتیاد، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران.

چکیده

نوع مقاله:
مقاله مروری

سابقه و هدف: زنان نقش اساسی و اصلی در خانواده ایفا می‌کنند و باید در مسائل و سختی‌های زندگی، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بالایی داشته باشند؛ بنابراین با توجه به اینکه بُعد معنویت در زندگی افراد اهمیت بسیاری دارد، این پژوهش با هدف بررسی تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان انجام شده است.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش حاضر مروری بود. این مطالعه با مرور منابع منتشر شده به زبان فارسی در پایگاه‌های Magiran، SID، Barakat و به زبان انگلیسی در پایگاه‌های PubMed، Library of Cochrane، Scopus، Google Scholar و Embase انجام شد. جستجو با استفاده از کلیدواژه‌های Spirituality، Spirituality therapy، Resilience و Women در محدوده سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۱ (۱۳۷۹ تا ۱۴۰۰) جستجو شد. در انتها از ۱۴۴ مقاله جستجو شده، ۹ مقاله مرتبط با هدف، مورد بررسی قرار گرفت. مطالعات بر اساس نوع مداخله در دو گروه قرار گرفتند. این دو گروه شامل معنویت‌درمانی فردی و گروهی بود.

یافته‌ها: مطالعاتی که بر روی زنان در شرایط بحران انجام شد شامل ۴ مطالعه بود: مطالعه بر روی زنان در پاندمی کووید-۱۹، زنان مطلقه، زنان دارای همسر معتاد و افرادی که یکی از اعضای خانواده آنان در بخش ICU بستری شده بود. در ۴ مطالعه دیگر به بررسی معنویت‌درمانی بر زنان مبتلا به بیماری‌های خاص همچون ابتلا به سرطان پستان، لوپوس اریتماتوز سیستمیک و مالتیپل اسکلروزیس پرداخته شد. نتایج حاصل از مطالعات نشان داد معنویت‌درمانی موجب افزایش تاب‌آوری، بهبود نگرش و تفسیر فرد نسبت به بیماری و زندگی می‌شود.

نتیجه‌گیری: در حقیقت معنویت‌درمانی موجب آرامش درونی و تقویت برنامه‌ریزی جهت رسیدن به اهداف می‌شود. معنویت به افراد کمک می‌کند تا وقایع منفی زندگی را به شیوه متفاوتی ارزیابی کند. در نتیجه معنویت حس قوی‌تری از کنترل ایجاد می‌کند که از این طریق به سازگاری روانی کمک می‌کند. پیشنهاد می‌شود کارکنان بهداشتی و ارائه‌دهندگان خدمات سلامت از این مداخله برای تهیه بسته‌های آموزشی جهت افزایش تاب‌آوری زنان در زمان بحران و بیماری‌های خاصی چون سرطان، لوپوس اریتماتوز سیستمیک و مالتیپل اسکلروزیس استفاده نمایند.

دریافت: ۱۴۰۱/۱/۲۰
ویرایش: ۱۴۰۱/۴/۱۸
پذیرش: ۱۴۰۱/۴/۲۶
انتشار: ۱۴۰۱/۵/۳
واژگان کلیدی: معنویت، معنویت‌درمانی، تاثیر معنویت، تاب‌آوری، زنان

استناد: فاطمه پوربرار، طاهره یعقوبی. تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان. نشریه اسلام و سلامت. ۱۴۰۰؛ ۶(۲): ۶۸-۵۹.

© The Author(s)
Publisher: Babol University of Medical Sciences

* **مسئول مقاله:** طاهره یعقوبی
آدرس: مازندران، ساری، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، مرکز تحقیقات طب سنتی و مکمل.
رایانامه: tyaghubi@mazums.ac.ir

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

مقدمه

تاب‌آوری به معنی استقامت در مقابل مشکلات یا شرایط تهدیدکننده و حالت انفعالی در مواجهه با شرایط خطرناک و شرکت فعال و سازنده فرد در محیط پیرامون است. بنابراین، تاب‌آوری به معنی توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی–روانی در شرایط تهدیدکننده می‌باشد (۱). بر اساس نظر باندورا، افراد تاب‌آور از طریق فرآیند چهارگانه شناختی، عاطفی، انگیزشی و انتخابی رفتار می‌کنند. بدین معنا، افراد تاب‌آور در صورت رویارویی با مشکلات زندگی، پویا و انعطاف‌پذیر هستند (۲). تاب‌آوری، ظرفیت مقابله با استرس، فشار روانی و چالش‌های روزمره است تا بتوان خود را از یاس، اشتباه، آسیب و ناراحتی محفوظ داشت و باعث می‌شود که افراد برای خود، اهداف واقع‌بینانه و منطقی تعیین کنند، به حل مسئله بپردازند، با دیگران تعاملی منطقی و مناسب داشته باشند و برای خود و دیگران ارزش قائل شوند (۳). سازگاری مثبت با آسیب و مصیبت یا تاب‌آوری، یک موضوع روانشناختی است که در ارتباط با پاسخ فرد به مسائل تنش‌زا و شرایط مشکل‌آفرین زندگی بررسی شده است. می‌توان گفت تاب‌آوری در موقعیت‌های سخت و استرس‌آور، قدرت مقابله فرد را ارتقا می‌دهد (۴ و ۵)؛ اما سبک تفکر ناتاب‌آورانه، منجر به ایجاد عقاید نادرست و بنیادین خود در رابطه با دنیا و راهبردهای نامناسب حل مسئله می‌شود و در نهایت، به هدر دادن انرژی روانی ختم می‌شود. همان‌طور که می‌دانیم تاب‌آوری یکی از ویژگی‌های شخصی است که تجربه‌های محیطی افراد می‌تواند بر آن تاثیر گذار باشد؛ ولی می‌توان با واکنش افراد در برابر استرس، رویدادهای ناخوشایند و تنش‌زا تغییر داد؛ به صورتی که بتواند بر مشکلات و تاثیرات منفی محیط، غلبه کند (۳).

به نظر می‌رسد افراد در شرایط سخت، تاب‌آوری کمتر داشته باشند. یکی از رویکردهای درمانی که به نظر می‌رسد در بهبود تاب‌آوری زنان موثر واقع شود، معنویت‌درمانی (ST: Spiritual therapy) است (۶). معنویت‌درمانی به عنوان یکی از روش‌های درمانی است که تلاش می‌کند با استفاده از مفاهیم و فنون شناخت‌درمانی جهت اصلاح انحرافات، خطاها و باورهای شناختی که مانع پرداختن واقع‌گرا و اصیل به اضطراب‌های وجودی نظیر پیش‌بینی‌ناپذیری و غیرقابل کنترل بودن امور، مرگ، تنهایی و بی‌معنایی می‌شود، عمل کرده و در نهایت با کمک به پذیرش رنج و معنی‌آفرینی مثبت برای آنکه از طریق تخصیص باورها و تصورات انسان‌واره افراد از خدا ممکن خواهد شد، به سازگاری بهتر رنج‌دیدگان کمک کند (۷).

معنویت دانش اساسی و پایه است که منجر به تسهیل فرآیند سازگاری با محیط می‌شود. این امر، حداقل پنج کارآیی دارد که می‌تواند به رفتارهای سازگارانه با محیط بینجامد، ظرفیت متعالی کردن کارها، به معنی توجه به یکپارچگی عالم هستی، تجربه به سطح بالایی از خودآگاهی، بررسی تجربه‌های روزانه در ارتباط شخص با احساس مذهبی و معنوی، به یکپارچگی منابع در مسائل زندگی و انجام اعمال پرهیزکارانه مثل گذشت و ایثار و ... (۸). معنویت سبب افزایش اعتماد به نفس افراد می‌شود. ارتقای اعتماد به نفس موجب افزایش روحیه خوب و احساس سرزندگی می‌شود و این نیز سبب می‌شود فرد ذهنی آزاد و باز داشته باشد (۹). مذهب به معنی "نظام سازمان یافته‌ای از عقاید، شیوه‌ها و آیین‌های طراحی شده برای تسهیل نزدیکی به مقدسات، آیین‌ها و حالات متعالی است" این در حالی است که "معنویت تلاش شخصی برای فهم و درک مسائل زندگی و نیز معنا و هدف زندگی" عنوان شده است (۱۰).

Yang و Mao معتقد بودند داشتن هدف و معنا در زندگی، احساس تعلق داشتن به معنای والا، امید به یاری خداوند در صحنه‌های ناگوار زندگی و بهره جستن از حمایت‌های اجتماعی و معنوی، از جمله روش‌هایی است که افراد معنوی با بهره جستن از آنها در مقابله با مسائل تنش‌زای زندگی، متحمل آسیب کمتری می‌شوند (۱۱).

پیشرفت علم روان‌شناسی و ماهیت پیچیده عصر حاضر منجر به افزایش نیازهای معنوی بشر نسبت به گذشته شده است (۱۲). بخش کثیری از ادبیات و مکتوبات به رابطه مذهب و معنویات با سلامتی پرداخته‌اند (۱۳ و ۱۴). بین معنویت با سطوح پایین‌تر افسردگی و کاهش میزان خودکشی، رابطه معنی‌داری گزارش شده است و تندرستی معنوی با کیفیت کلی زندگی، حتی بعد از بررسی تندرستی فیزیکی روانی مرتبط است.

خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاء وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلاَ يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إَلاَّ خَسَارا (۱۵)؛ قرآن را نازل می کنیم که شفا و رحمت برای مؤمنان است و ستمگران را جز خسران (و زیان) نمی افزاید. در جای دیگر می فرماید: الَّذِينَ آمَنُواْ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللّهِ أَلاَ بِذِكْرِ اللّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (۱۶)؛ آنها کسانی هستند که ایمان آورده‌اند و دل‌هایشان به یاد خدا مطمئن (و آرام) است، آگاه باشید با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد. قرآن شفاست؛ چون بیماری‌های روانی پیروانِ خود را درمان می‌کند، و رحمت است؛ زیرا دل‌های پیروان خود را سلامت، صحت و استقامت می‌بخشد تا به کسب اخلاق فاضله بپردازند و از زندگی انسانی بهره‌مند گردند.

پژوهش‌های متعددی، اثربخشی معنویت‌درمانی در بهبود کیفیت زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان (۱۷)، افزایش تاب‌آوری اعضای خانواده بیماران بستری در بخش مراقبت‌های ویژه (۱۸)، افزایش امید و بهبود سلامت روان و سلامت معنوی بیماران مبتلا به سرطان کولورکتال (۱۹) را تایید کرد و بر اساس نتایج حاصل از مطالعه Moritz و همکاران، برنامه آموزش معنویت، موجب کاهش افسردگی، اضطراب و افکار منفی در بیماران مبتلا به افسردگی شدید شد (۲۰).

با توجه به اینکه زنان نقش اساسی و اصلی در خانواده ایفا می‌کنند و باید در مسائل و سختی‌های زندگی، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری بالایی داشته باشند و با عنایت بر این که بعد معنویت در زندگی افراد اهمیت بسیاری دارد، این پژوهش با هدف مروری بر تاثیر معنویت‌درمانی بر تاب‌آوری زنان انجام شده است.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

مواد و روش‌ها

این مطالعه از نوع مروری مفهومی است. مطالعه در پنج مرحله انجام شده است که شامل: ۱- طراحی سوال تحقیق، ۲- جستجو و استخراج مطالعات وابسته به تحقیق، ۳- انتخاب مطالعات مرتبط، ۴- جدول زمان‌بندی و خلاصه کردن داده‌ها و اطلاعات و ۵- گزارش نتایج می‌باشد.

۱- طراحی سوال تحقیق

تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان چگونه است؟

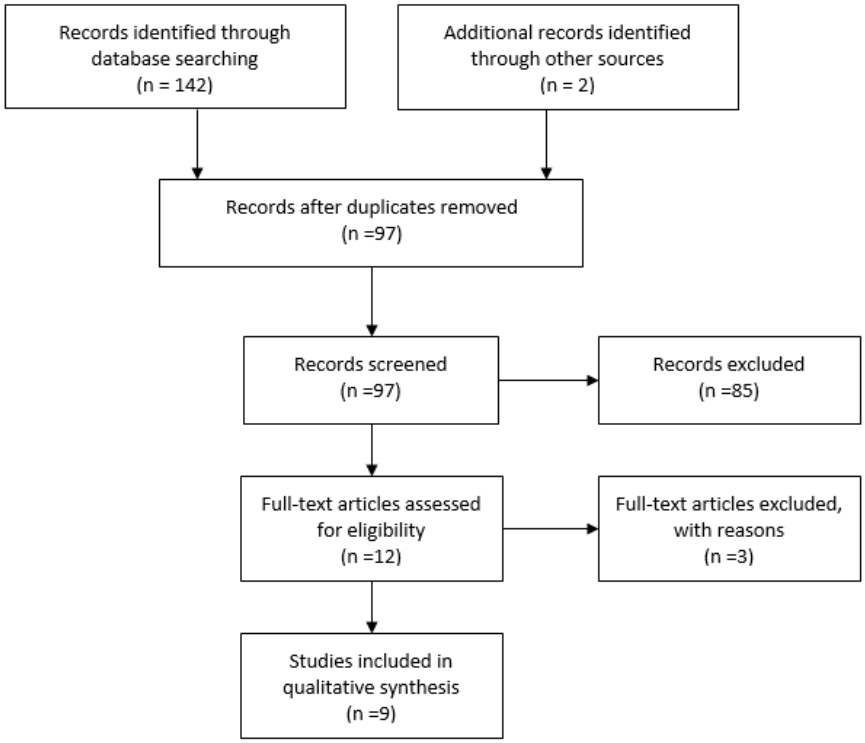
۲- جستجو و استخراج مطالعات وابسته به تحقیق

در ابتدا، جستجوی مقالات توسط محققین صورت گرفت. به گونه‌ای که جمع‌آوری داده‌ها در خصوص مقالات فارسی در گوگل اسکولار، بانک اطلاعات نشریات کشور (Magiran)، پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی (SID)، سامانه دانش گستر برکت، پژوهشگاه علوم و فن‌آوری اطلاعات ایران (IranDoc) انجام شد. در رابطه با مطالعات انگلیسی هم جستجو در پایگاه‌های Scopus، PubMed، Google Scholar، Embase و Library of Cochrane در محدوده سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۱ (۱۳۷۹ تا ۱۴۰۰) صورت گرفت.

جستجوی الکترونیکی مطالعات با استفاده از کلید واژه‌های Spirituality، Spirituality therapy، Impact of spirituality، Resilience، Women و female صورت پذیرفت و برای جستجو در پایگاه‌های فارسی از کلیدواژه‌های معنویت، معنویت‌درمانی، تاثیر معنویت، تاب‌آوری و زنان استفاده شد. معیارهای ورود، شامل تمامی مقالاتی است که تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان را بررسی می‌کند و متن کامل آنها در دسترس و به زبان فارسی و انگلیسی نگارش شده بود، و معیار خروج نیز مطالعات غیرمرتبط با عنوان بوده است.

۳- استخراج مطالعات مطابق با معیارهای ورود

با بهره‌گیری از کلید واژه‌های بالا در انتهای جستجو، در مجموع تعداد ۱۴۴ مطالعه جمع‌آوری شد. مطالعات بر اساس معیارهای ورود مورد بررسی قرار گرفتند. انتخاب مطالعات مرتبط به گونه‌ای صورت گرفت که ابتدا لیستی از عناوین و چکیده تمام مقالات موجود در پایگاه‌های اطلاعاتی توسط پژوهشگران تهیه شد. در ادامه، با مرور دقیق بر عنوان و چکیده مقالات، تعداد زیادی از آنها به علت غیرمرتبط بودن با هدف مطالعه کنار گذاشته شد و در صورتی که پس از مطالعه عنوان و چکیده، امکان تصمیم‌گیری در مورد مطالعه وجود نداشت، متن کامل آن، مورد مطالعه قرار گرفت. سپس مقالات مرتبط به طور مستقل وارد فرآیند پژوهش شدند و در نهایت ۹ مقاله وارد مطالعه شد (تصویر ۱).



تصویر ۱. نمودار مربوط به تعداد مطالعات وارد شده

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

۴- خلاصه کردن و جدول‌بندی داده‌ها: مطالعات مرتبط با موضوع تحقیق مورد بررسی و ارزیابی قرار گرفتند که در جدول ۱ آورده شد.

جدول ۱. مطالعات مرتبط با موضوع مورد تحقیق

نویسنده	سال	مکان	عنوان	نوع مطالعه- تعداد شرکت‌کنندگان	ابزار پژوهش	یافته‌ها
Anka Roberto, et.al	۲۰۲۰	USA	Impact of spirituality on resilience and coping during the COVID-19 crisis: A mixed method approach investigating the impact on women	میکس متود- ۸۸ زن	پرسشنامه دموگرافیک- مقیاس معنویت روزانه (DSES)- مقیاس انعطاف‌پذیری کانر دیویدسون (CD-RISC)	رابطه مثبتی بین معنویت با تاب‌آوری زنان در هنگام حوادث و بلایا نشان داد. همچنین معنویت موجب ارتقا تاب‌آوری، امید، خوش‌بینی و راحتی شد.
Sri W Rahmawati, et.al	۲۰۱۴	مالزی	Role of Religiousness/Spirituality in Resilience of Fisheries College Cadets	نیمه تجربی- ۶۶ زن	مقیاس مختصر چند بعدی دین/معنویت (BMMRS)- مقیاس تاب‌آوری واگنیلد و یانگ	تجربه روزانه معنویت و اعتقادات مذهبی موجب افزایش تاب‌آوری در زنان شد.
Anahita Haydarian, et.al	۲۰۱۷	ایران	The Effects of Religious and Spiritual Interventions on the Resilience of Family Members of Patients in the ICU	نیمه تجربی- ۳۴ نفر (۱۴ نفر در گروه مداخله و ۱۴ نفر کنترل)	مقیاس انعطاف‌پذیری کانر دیویدسون (CD-RISC)	تفاوت معنی‌داری در بین گروه مداخله و کنترل بعد از انجام معنویت‌درمانی دیده شد. میزان تاب‌آوری بعد از انجام مداخله در گروه مداخله افزایش یافت.
خدیجه محمودی دارایی و همکاران	۱۳۹۶	ایران	اثربخشی آموزش معنویت بر تاب‌آوری و کیفیت زندگی زنان مطلقه	نیمه تجربی- ۶۰ نفر از زنان مطلقه (۳۰نفر در گروه مداخله و ۳۰ نفر کنترل)	پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون- پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی	آموزش معنویت بر ارتقای تاب‌آوری و کیفیت زندگی زنان مطلقه مؤثر است (P<0.01).
الهه پوراکبران و همکاران	۱۳۹۶	ایران	بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی گروهی بر افزایش تاب‌آوری در زنان مبتلا به سرطان پستان	نیمه تجربی- ۲۴ نفر مبتلا به سرطان پستان (۱۲نفر در گروه مداخله و ۱۲ نفر در گروه کنترل)	مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اختلالات محور I و II بر اساس DSM- IV، پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون	گروه‌درمانی معنوی، با توجه به میانگین تاب‌آوری زنان مبتلا به سرطان پستان در گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب افزایش تاب‌آوری گروه آزمایش شده است.
رضا داورنیا	۱۳۹۷	ایران	بررسی اثربخشی معنویت‌درمانی بر تاب‌آوری زنان مبتلا به لوپوس اریتماتوز سیستمیک	نیمه تجربی- ۴۰ نفر از زنان مبتلا به لوپوس اریتماتوز سیستمیک (۲۰ نفر در گروه مداخله و ۲۰ نفر در گروه کنترل)	پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون	مداخله معنویت‌درمانی به طور معنی‌داری باعث افزایش تاب‌آوری زنان مبتلا به لوپوس اریتماتوز در گروه مداخله نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون شد (P<0.05).

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

نویسنده	سال	مکان	عنوان	نوع مطالعه- تعداد شرکت‌کنندگان	ابزار پژوهش	یافته‌ها
عبدالله جمالی و همکاران	۱۳۹۵	ایران	اثربخشی روان‌درمانی معنوی- مذهبی مبتنی بر آموزه‌های اسلام بر کیفیت زندگی، تاب‌آوری و چارچوب (ذهنیت) زنان دارای همسر معتاد	نیمه تجربی- ۲۴ نفر از همسران معتادین (۱۲ نفر در گروه مداخله و ۱۲ نفر کنترل)	پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی- پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون- مقیاس نگرش به زندگی باتیستا	آموزه‌های معنوی- مذهبی مبتنی بر آموزه‌های اسلام موجب ارتقا کیفیت زندگی، تاب‌آوری و چارچوب زنان دارای همسر معتاد شد.
کاظم شریعت‌نیا و همکاران	۱۳۹۶	ایران	اثر معنویت‌درمانی بر تاب‌آوری زنان مبتلا به سرطان پستان در شهر تهران	نیمه تجربی- ۳۰ نفر از زنان مبتلا به سرطان پستان (۱۵نفر گروه مداخله و ۱۵ نفر گروه کنترل)	پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون	در انتهای مطالعه میانگین و انحراف معیار نمره تاب‌آوری بیماران در گروه مداخله نسبت به گروه کنترل از نظر آماری معنی‌دار بود. می‌توان گفت معنویت‌درمانی موجب افزایش تاب‌آوری در زنان مبتلا به سرطان پستان شده است.
محمداحسان تقی زاده و همکاران	۱۳۹۱	ایران	مطالعه اثربخشی معنویت‌درمانی گروهی بر تاب‌آوری زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس شهر اصفهان	نیمه تجربی- ۳۰ نفر از زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (۱۵ نفر در گروه مداخله و ۱۵ نفر در گروه کنترل)	پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون	بین میانگین نمره تاب‌آوری در مرحله پس‌آزمون در گروه مداخله و کنترل متغیر پیش‌آزمون، معنی‌دار می‌باشد و می‌توان گفت که معنویت‌درمانی به شیوه‌ی گروهی، میزان تاب‌آوری مبتلایان به مالتیپل اسکلروزیس را در مقایسه با گروه کنترل افزایش می‌دهد.

۵- نتایج گزارش‌شده از یافته‌های مطالعه

پس از مطالعه خلاصه و متن کامل مقالات مرتبط با موضوع تحقیق، اطلاعات مورد نظر برای انجام نگارش استخراج شد. اطلاعات لازم برای هر مطالعه شامل نام نویسنده، سال، مکان، نوع مطالعه، روش نمونه‌گیری، ابزار گردآوری اطلاعات و نتایج بود. در انتها، اطلاعات حاصل از مقالات طبقه‌بندی شد و در نهایت به صورت متن کامل یک مقاله مروری گزارش شد.

یافته‌ها

در پژوهش مروری حاضر ۹ مطالعه وارد شد که از این بین، ۱ مطالعه ترکیبی (Mixed Method) و ۸ مطالعه به صورت نیمه تجربی بود. جامعه آماری اکثر این مطالعات زنانی بودند که در شرایط بیماری خاص و یا بحران قرار داشتند.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

مطالعاتی که بر روی زنان در شرایط بحران انجام شد، شامل ۴ مطالعه بود: مطالعه بر روی زنان در پاندمی کووید-۱۹، زنان مطلقه، زنان دارای همسر معتاد و افرادی که یکی از اعضای خانواده آنان در بخش ICU بستری شده بود. در ۴ مطالعه دیگر به بررسی معنویت‌درمانی بر زنان مبتلا به بیماری‌های خاص همچون ابتلا به سرطان پستان، لوپوس اریتماتوز سیستمیک و مالتیپل اسکلروزیس پرداخته شد. نتایج حاصل از مطالعات نشان داد معنویت‌درمانی موجب افزایش تاب‌آوری، بهبود نگرش و تفسیر فرد نسبت به بیماری و زندگی می‌شود. تنها یک مطالعه بر روی دانشجویان انجام شد. ۷ مطالعه در ایران، یک مطالعه در آمریکا و یک مطالعه در مالزی انجام شد.

مطالعات بر اساس نوع مداخله در دو گروه قرار گرفتند. این دو گروه شامل معنویت‌درمانی فردی و گروهی بود.

معنویت‌درمانی فردی:

۷ مطالعه در این طبقه قرار گرفت. نتایج حاصل از این ۷ مطالعه نشان داد تاب‌آوری در زنان گروه مداخله بعد از دریافت معنویت‌درمانی، ارتقا یافت.

معنویت‌درمانی گروهی:

۲ مطالعه در این طبقه قرار گرفت. یافته‌های حاصل از ۲ مطالعه نشان داد تاب‌آوری در زنان گروه مداخله بعد از دریافت معنویت‌درمانی، ارتقا یافت.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام مطالعه مروری حاضر، مروری بر تاثیر معنویت بر تاب‌آوری زنان بود. با توجه به نتایج به دست آمده از مطالعات، می‌توان نتیجه‌گیری کرد که استفاده از معنویت‌درمانی در ارتقای تاب‌آوری زنان موثر است که با نتایج حاصل از مطالعه خالدین و همکاران (۲۰۱۷) و سرتیپ زاده و همکاران (۱۳۹۵) همخوانی داشت (۲۱ و ۲۲).

قرآن کریم در شرایط تنش‌زا و بحرانی که موجب کاهش کنترل رفتار می‌شود، از افراد می‌خواهد به یاد خدا باشند. به عنوان مثال، در سوره بقره آیه ۱۵۶ آمده است: «آنان که چون مصیبتی به ایشان رسد، گویند ما از آن خداییم و به سوی او باز می‌گردیم.» این آیه بیانگر آن است که یاد مکرر خداوند، اثر سازنده در روح انسان دارد و موجب تعالی انسان و رسیدن به مراحل عالی می‌شود. امیرالمومنین (ع) نیز می‌فرماید «آن‌کس که با یاد دائمی خدا، دل خود را معمور نگاه دارد، تمام اعمالش در پنهان و آشکار، پسندیده و نیکو خواهد بود.» (۲۱) این حدیث می‌تواند تبیین جامعی برای یافته‌های حاصل از مطالعه مروری کنونی باشد.

در مطالعه مروری حاضر، معنویت‌درمانی به دو دسته فردی و گروهی تقسیم‌بندی شد. تعداد بیشتری از مطالعات در زمینه معنویت‌درمانی فردی بود؛ اما گروه‌درمانی به افراد کمک می‌کند، تا مهارت‌های اجتماعی را بیاموزند، سپس آموخته‌هایشان را روی اعضا گروه امتحان کنند. آنان شاهد مسائل دیگران هستند که همانند و یا حتی شدیدتر از مسائل خودشان است، احساس دلگرمی و آرامش می‌کنند (۲۳). نتایج حاصل از مطالعه نعمتی (۱۳۹۲) نشان داد که معنویت‌درمانی گروهی موجب افزایش تاب‌آوری و عزت نفس مردان معتاد شد و به عنوان یک حمایت اجتماعی، زمینه کاهش مصرف و ترک مواد را فراهم می‌کند (۲۴).

کوری (۲۰۰۵) عواملی را در پیشرفت گروه‌درمانی مهم می‌داند که شامل موارد زیر می‌شود:

۱- عمومیت: فرد در گروه، خود را تنها فرد مبتلا به بیماری و یا مشکل نمی‌بیند.

۲- نوع دوستی: فرد در گروه، از طریق حمایت کردن دیگران، احساس معنا و بودن در زندگی می‌کند.

۳- امید: فرد دیگرانی را می‌بیند که گرچه همان وضعیت را دارند و یا حتی وضعیتی بدتر و گرچه همان احساسات را تجربه می‌کنند، اما با این حال، می‌توانند احساس معنادار بودن زندگی را نیز تجربه کنند وکیفیت زندگی بهتری داشته باشند که این امر به فرد امید می‌دهد (۲۵).

نتایج حاصل از مطالعه مروری حاضر نشان داد که معنویت‌درمانی موجب بهبود نگرش و تفسیر فرد نسبت به بیماری و زندگی می‌شود. بر این اساس، می‌توان گفت که باورها، ارزیابی‌های شناختی ضروری را در فرآیند مقابله، تحت تأثیر قرار می‌دهند و بر این اساس، معنویت می‌تواند به افراد کمک کند تا حوادث منفی را به شیوه متفاوتی بررسی نمایند؛ بنابراین، معنویت، حس پایدارتری از کنترل را ایجاد می‌کند که از این راه به سازگاری روانی کمک نماید (۲۶).

افزایش تاب‌آوری و امیدواری و در نتیجه، استحکام روانی و جسمی از نتایج معنی بخشی به زندگی در سایه معنویت است. تقویت باورهای دینی و معنوی می‌تواند با تغییر در شناخت بیمار، به طور شگفت‌انگیزی در کنار دارو درمانی موثر واقع شود. بیمارانی که راهبردهای سازگارانه مانند بخشش، دوستی با افراد مذهبی، ارتباط معنوی با خـدا و اعتقـاد به این که خدا فقط خیر می‌رساند را باور دارند و به کار می‌گیرند؛ با سرعت بیشتری به بهبودی دست می‌یابند و از نظر روانی سلامت هستند (۲۷).

میزان تاب‌آوری زنان در شرایط خاص و بحران کاهش می‌یابد. همان‌طور که می‌دانیم در همه مذاهب، توسل به خدا با دعاها و آیات مخصوص رایج است و ذکر یاد خداوند موجب آرامش قلوب و شفای امراض می‌شود. در حقیقت، معنویت‌درمانی موجب آرامش درونی و تقویت برنامه‌ریزی جهت رسیدن به اهداف

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

می‌شود. معنویت به افراد کمک می‌کند تا وقایع منفی زندگی را به شیوه متفاوتی ارزیابی کند. در نتیجه، معنویت حس قوی‌تری از کنترل ایجاد می‌کند که از این طریق به سازگاری روانی کمک می‌کند.

یافته‌های حاصل از مطالعه مروری حاضر بیان کرد که معنویت موجب افزایش تاب‌آوری زنان می‌شود؛ لذا پیشنهاد می‌گردد کارکنان بهداشتی و ارائه‌دهندگان خدمات سلامت از این مداخله برای تهیه بسته‌های آموزشی جهت افزایش تاب‌آوری زنان در زمان بحران و بیماری‌های خاصی چون سرطان، لوپوس اریتماتوز سیستمیک و مالتیپل اسکلروزیس استفاده نمایند.

تضاد منافع: نویسندگان مقاله تضاد منافعی درباره‌ی این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

تقدیر و تشکر

بدین وسیله ازکمیته تحقیقات دانشجویی معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی مازندران جهت حمایت مالی و تصویب طرح با کد ۱۰۵۱۳ تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

References

1. Ebrahimian Ghajari R, Toopeh M, Behbahani M, Vakili S, Hashemi Razini H. Effectiveness of Islamic Life-Style Training on Marital Burnout, Resiliency and Spiritual Health in Women with Addict Husband. Islamic Life Style. 2019; 3(4): 28-36. [In Persian]
2. Stratta P, Capanna C, Dell'Osso L, Carmassi C, Patriarca S, Di Emidio G, et al. Resilience and coping in trauma spectrum symptoms prediction: A structural equation modeling approach. Personality and Individual Differences. 2015; 77: 55-61.
3. Poorakbaran E, Mohammadi GhareGhozlou R, Mosavi SMR. The Effectiveness of Group Spiritual Therapy on Increasing Resilience in Women with Breast Cancer. Medical Journal of Mashhad University of Medical Sciences. 2019; 62(1): 1393-402. [In Persian]
4. Lamond AJ, Depp CA, Allison M, Langer R, Reichstadt J, Moore DJ, et al. Measurement and predictors of resilience among community-dwelling older women. Journal of Psychiatric Research. 2008; 43(2): 148-54.
5. Borman PD, Nicholas DR. Spirituality, religiosity, and the quality of life of oncology patients. Journal of Clinical Oncology. 1999; 12(6): 453-60.
6. Davarniya R. Investigating the Effectiveness of Spiritual Therapy on Resiliency among Women with Systemic Lupus Erythematosus. Journal of Zabol Medical School. 2020; 2(4): 162-72. [In Persian]
7. Barghi Irani Z, Dehghan Saber L. The comparison of the effectiveness of mindfulness based therapy and spiritual therapy on irrational beliefs and anxiety in the older women. Aging Psychology. 2021; 6(4): 339-21.
8. Preston JL, Ritter RS. Different effects of religion and God on prosociality with the ingroup and outgroup. Personality and Social Psychology Bulletin. 2013; 39(11): 1471-83.
9. Sepasi N, Narimani M, Mousazadeh T, Taklavi S. The Effectiveness of Spirituality Therapy in Improving the Symptoms of Internet Addiction and Promoting the Life Quality of Students. Journal of Health and Care. 2020; 22(3): 224-35. [In Persian]
10. Baetz M, Bowen R, Jones G, Koru-Sengul T. How spiritual values and worship attendance relate to psychiatric disorders in the Canadian population. The Canadian Journal of Psychiatry. 2006; 51(10): 654-61.
11. Yang K-P, Mao X-Y. A study of nurses' spiritual intelligence: A cross-sectional questionnaire survey. International Journal of Nursing Studies. 2007; 44(6): 999-1010.
12. Hosseini Qomi T, Salimi Bajestani H. The relationship between religious orientation and resiliency among mothers of children with diseases. Ravanshenasi-Va-Din. 2011; 4(3): 69-82. [In Persian]
13. Gallup G. Americans' spiritual search turns inward. Available on http://www gallup com/poll/7759/Americans-Spiritual-Searches-Turn-Inward aspx. 2003.
14. Shreve-Neiger AK, Edelstein BA. Religion and anxiety: A critical review of the literature. Clinical Psychology Review. 2004; 24(4): 379-97.
15. Holey Quran; Surah Al-Isra, Verse 82.
16. Holey Quran; Surah Ar-Ra'd, Verse 28.
17. Jafari N, Zamani A, Farajzadegan Z, Bahrami F, Emami H, Loghmani A. The effect of spiritual therapy for improving the quality of life of women with breast cancer: a randomized controlled trial. Psychology, health & medicine. 2013; 18(1): 56-69.

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]

18. Rahmati M, Khaledi B, Salari N, Bazrafshan M-R, Haydarian A. The effects of religious and spiritual interventions on the resilience of family members of patients in the ICU. Shiraz E-Med J. 2017; 18(11): e13007.
19. Hosseini Rafsanjani T, Arab M, Ravari A, Miri S, Safarpour H. A study on the effects of spiritual group therapy on hope and the mental and spiritual health of patients with colorectal cancer. Progress in Palliative Care. 2017; 25(4): 171-6.
20. Moritz S, Kelly MT, Xu TJ, Toews J, Rickhi B. A spirituality teaching program for depression: qualitative findings on cognitive and emotional change. Complementary Therapies in Medicine. 2011; 19(4): 201-7.
21. Khaledian M, Pishvaei M, Karami Baghteyfouni Z, Smaeili M. Effect of Islamic-based spiritual therapy on self-esteem and mental health of addicts. Journal of Research and Health. 2017; 7(2): 719-28.
22. Sartipzadeh A, Aliakbari M, Tabaeian SR. Effectiveness of Spirituality Therapy on the Resiliency of the Elderly in Isfahan, Iran. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2016; 14(1): 56-63. [In Persian]
23. Nemati Sogolitappeh F, Mohamadyfar MA, Khaledian M. The Effect of Cognitive Behavioral Therapy on Marital Conflict and Marital Adjustment in Addicts. Research on Addiction. 2017; 11(43): 11-30. [In Persian]
24. Nemati-Sogolitappeh F. The effects of Spirituality Therapy with Emphasis on Islamic Teachings on Self-Esteem and Resiliency in Addicts. Journal of Research in Behavioral Sciences. 2018; 16(1): 62-9.
25. Bolhari J, Naziri Gh, Zamanian S. Effectiveness of spiritual group therapy in reducing depression, anxiety, and stress of women with breast cancer. Quarterly Journal of Women and Society. 2012; 3(9): 87-117.
26. Simoni JM, Martone MG, Kerwin JF. Spirituality and psychological adaptation among women with HIV/AIDS: Implications for counseling. Journal of Counseling Psychology. 2002; 49(2): 139-47.
27. Mahdian Z, Ghaffari M. The mediating role of psychological resilience, and social support on the relationship between spiritual well-being and hope in cancer patients. Journal of Fundamentals of Mental Health. 2016; 18(3): 130-8. [In Persian]

[Downloaded from iahj.ir on 2026-10-07]