

# تجربه‌های زندگی و عوامل مورد استفاده مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی برای بخشیدن دیگران

شهرزاد نعمتی<sup>۱</sup>، باقر غباری بناب<sup>۲</sup>

تاریخ دریافت: ۹۳/۱۱/۰۴

تاریخ پذیرش: ۹۴/۰۲/۱۵

## چکیده

پژوهش حاضر تجربه‌های زیستی و عواملی که مادران ایرانی دارای فرزند کم‌توان ذهنی برای بخشیدن دیگران به کار می‌گیرند را مورد بررسی قرار داده است. برای رسیدن به این هدف، روش کیفی و نظریه برخاسته از داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت. ۲۰ نفر از مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی که برای تکمیل پرونده فرزند خود به سازمان آموزش پرورش رجوع کرده بودند، به صورت تصادفی انتخاب و سؤال‌های نیمه‌ساختار یافته در مورد بخشش دیگران و عواملی که آن‌ها در این مورد استفاده کرده‌اند تا رسیدن به مرحله اشباع مورد بررسی قرار گرفت. تحلیل داده‌ها از طریق کدهای باز و مشخص شدن گزاره‌های اصلی و فرعی، نشان داد که در ایران مادران این گروه از کودکان به ترتیب از منابع معنوی، منابع درونی و منابع و علائق اجتماعی برای بخشیدن دیگران استفاده می‌کنند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که غنی بودن محتوا و متون مربوط به بخشایش‌گری در فرهنگ ایرانی - اسلامی به مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی برای بخشیدن دیگران کمک کرده است.

واژگان کلیدی: تجربه‌های زندگی، مادران، دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی، بخشایش‌گری.

## مقدمه

با وجود اهمیت نقش خانواده در مراقبت، آموزش و حمایت از کودکان کم‌توان ذهنی، عواملی که به غنی‌تر شدن بافت خانواده تأثیر می‌گذارد، کمتر مورد بررسی قرار گرفته است (کندیل و مریک<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷). در ادبیات پژوهشی مربوط به حوزه آموزش ویژه، شواهد

۱. استادیار دانشگاه تبریز، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، گروه علوم تربیتی sh.nemati@tabrizu.ac.ir

۲. استادیار روانشناسی آموزش کودکان استثنایی دانشگاه تهران.

3. Kandel & Merrick

موجود نشان می‌دهد که وجود کودک کم‌توان ذهنی با چالش‌های ویژه‌ای که دارد کانون خانواده و نقش‌های والدین به ویژه مادران را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ در این مورد واکنش‌ها، راهبردهای مقابله‌ای و شیوه‌های حمایتی والدین مورد بررسی قرار گرفته است (کندیل، مراد، واردی و مریک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵). مادران کودکان کم‌توان ذهنی در مقایسه با پدران به دلیل اینکه زمان بیشتری را برای مراقبت از فرزند آسیب‌دیده خود اختصاص می‌دهند، به علت شرایط و مسوولیت‌های مداومی که کم‌توانی ذهنی از لحاظ شناختی، اجتماعی و هیجانی دارد تنش بیشتری را متحمل می‌شوند و در مخاطره آسیب‌های روانی بسیاری قرار می‌گیرند (هیلر، هسیه و رویتز<sup>۲</sup>، ۱۹۹۷؛ گوپتا و کایور<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). واکنش اعضای خانواده به ناتوانی کودک می‌تواند دامنه‌ای از طرد یا پذیرش کامل، نفرت یا عشق، غفلت یا مراقبت کامل باشد (هالاهان، کافمن و پولین<sup>۴</sup>، ۲۰۱۴). شواهدی وجود دارد که آرزوهای از دست رفته برای داشتن فرزند سالم منجر به بروز واکنش‌های روان‌شناختی از قبیل شوک، انکار، افسردگی، احساس گناه، خشم، اندوه و اضطراب، احساس خجالت و پنهان کردن کودک در والدین می‌شود؛ افزون بر این، والدین در فرایند علت‌شناسی آسیب فرزند خود، به مقصر قلمداد کردن دیگران یا خود می‌پردازند که این واکنش‌ها کارکرد خانواده را تحت تأثیر قرار می‌دهند (کندیل و مریک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۷؛ روزنتال، بیسیکر و بیسیکر<sup>۶</sup>، ۲۰۰۱؛ واتسون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸). سازگاری و پذیرش کودک از سوی والدین به ویژه مادران به منظور انجام مداخله‌های بهنگام در توانبخشی کودک کم‌توان ذهنی از اهمیت بسیاری برخوردار است. در راستای توانبخشی خانواده و به منظور حل تعارض و مشکلات به‌وجود آمده در بین والدین، بخشایش‌گری، یکی از متغیرهای مهم و جدید در حوزه روان‌شناسی است (ان-رایت و نورث<sup>۷</sup>، ۱۹۹۸). مفهوم بخشایش‌گری به صورت تاریخی در قلمرو فلسفه و الهیات مورد بررسی قرار گرفته است و در اغلب اوقات به صورت عملیاتی در قالب‌های رفتاری،

1. Kandel, Morad, Vardi & Merrick
2. Heller, Hsieh & Rowitz
3. Gupta & Kaur
4. Hallahan, Kauffman & Pullen
5. Rosenthal, Biesecker & Biesecker
6. Watson
7. Enright & North

عاطفی و پاسخ‌های شناختی در آسیب‌های بین‌فردی تعریف شده است؛ بخشایش‌گری، فرایندی است که تغییراتی در شناخت، هیجان و رفتار منفی فرد رنجیده نسبت به فرد خاطی ایجاد می‌کند؛ به سخن دیگر، بخشایش‌گری فرایند تعمدی و داوطلبانه است که به واسطه تصمیم اختیاری که برای بخشش انجام می‌شود اتفاق می‌افتد (ان‌رایت، سانتوس و المبیوق<sup>۱</sup>، ۱۹۸۹؛ وورثینگتون، وایت ولیت، پیتیرینی و میلر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷). در نتیجه این فرایند، هیجانات منفی فرد کاهش یافته و انگیزه برای فعالیت‌های تلافی‌جویانه از بین می‌رود (ان‌رایت، سانتوس و المبیوق، ۱۹۸۹). پژوهش‌های روان‌شناسی علاقه‌مند هستند که کاربردهای بخشایش‌گری را در ارتقای روابط بین‌فردی، حل تعارضات زناشویی و دیگر متغیرهای مرتبط با سلامت روانی به کار برند؛ مرور پژوهش‌های موردی نشان می‌دهد که بخشایش‌گری می‌تواند برای کمک به افراد جهت غلبه بر آسیب‌های هیجانی که ناشی از آشفتگی روابط زوجینی است، مفید باشد (کاریمانس، وان‌لانج، اویویرکیک و کلوویر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳).

اگر چه شواهد پژوهشی یاد شده، اثرات بخشایش‌گری بر ویژگی‌های روان‌شناختی از قبیل افسردگی، احساس گناه، خشم، اندوه و اضطراب، را در افراد عادی نشان می‌دهد؛ اما در ایران به ویژه در مورد مادران کودکان کم‌توان ذهنی که انتظار می‌رود با توجه به ویژگی‌های چالش‌برانگیز فرزند کم‌توان ذهنی خود بیشتر با چالش‌های بین‌فردی مواجه می‌شوند؛ این سؤال مطرح می‌شود که چگونه این چالش‌های بین‌فردی را در ارتباط با بخشایش‌گری حل می‌کنند؟ و یا این‌که، از چه منابع یا عوامل و مکانیزم‌هایی برای بخشیدن دیگران استفاده می‌کنند؟ بر اساس بررسی‌های پژوهش‌گران این موضوع تاکنون مورد پژوهش قرار نگرفته است.

از سویی، فرهنگ موجود هر جامعه‌ای ویژگی‌هایی دارد که بر تصمیم افراد برای بخشیدن دیگران تأثیر می‌گذارد که این شرایط در فرهنگ ایرانی - اسلامی و در مورد مادران کودکان کم‌توان ذهنی مورد بررسی قرار نگرفته است. افزون بر این، نظریه ان‌رایت

1. Enright, Santos, Al mabuk
2. Worthington, Witvliet, Pietrini & Miller
3. Karremans, Van Lange, Ouwerkerk & Kluwer

در مورد سازه بخشایش‌گری و عوامل انگیزشی و منابعی که در دیدگاه ان‌رایت، گاسین و وو<sup>۱</sup> (۱۹۹۲) که در جامعه غربی متأثر از دین مسیحی برای بخشیدن دیگران به کار رفته است به‌منظور بومی و کاربردی شدن آن در جامعه ایرانی - اسلامی نیاز به واکاوی جدید دارد که پژوهش حاضر به دنبال آن است. یافته‌های پژوهش حاضر، به بسط و تعدیل نظریه بخشایش‌گری ان‌رایت و نیز ارتباط این سازه به عنوان سازه‌ای مثبت در روان‌شناسی مثبت با متغیرهای مربوط به روابط بین فردی و سلامت روانی کمک خواهد کرد.

### روش پژوهش

#### الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان

طرح پژوهش حاضر از نوع پژوهش کیفی است و از روش کیفی نظریه وابسته به زمینه یا نظریه برخاسته از داده‌ها استفاده شده است. روش پژوهش نظریه برخاسته از داده‌ها، شیوه پژوهشی است که به‌وسیله آن با استفاده از مجموعه‌ای از داده‌ها یک نظریه تکوین می‌یابد (کریسول، هانسون، پلانو و موالس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷؛ جانسون و کریستنسن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). افراد شرکت‌کننده در پژوهش حاضر از بین مادران دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی انتخاب شدند که برای تکمیل پرونده فرزندان‌شان به اداره آموزش و پرورش استثنایی شهر تهران رجوع کرده بودند. ملاک‌های اصلی برای انتخاب این افراد داشتن فرزند کم‌توان ذهنی و داوطلب بودن آنها برای شرکت در پژوهش بود.

ب) ابزار: ابزار مورد استفاده برای جمع‌آوری داده‌ها، مصاحبه نیمه‌ساختاریافته است که در آن سعی شده است از طریق مصاحبه با مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی، تجربه‌های زیستی آنها در مورد منابع و عواملی را که برای بخشیدن دیگران به کار می‌برند را در فرهنگ ایران زمین مورد بررسی قرار دهد.

ج) شیوه اجرا: به همه افراد شرکت‌کننده هدف پژوهش به طور خلاصه توضیح داده شد و بی‌نام و نشان ماندن آنها در تمام منابع و مقاله‌هایی که از این پژوهش استخراج می-

- 
1. Gassin & Wu
  2. Creswell, Hanson, Plano & Morales
  3. Johnson & Christensen

شود، تضمین گردید؛ در ضمن به هر کدام از افراد شرکت کنندگان توضیح داده شد که شرکت در این پژوهش پیامد ناگوار روانی و عاطفی برای آنها نخواهد داشت و در صورت احساس ناراحتی با همکار پژوهشی که نفر دوم در این مقاله می‌باشد و از مدرسان دانشگاه تهران است تماس بگیرند. افزون بر این، شرکت کنندگان آزاد بودند که هر موقع خواستند می‌توانند از ادامه همکاری خودداری کنند. در ادامه، به منظور دستیابی به تجربه‌های مادران ایرانی دارای فرزند کم‌توان ذهنی در مورد منابع و نیروهای به کار گرفته جهت بخشیدن دیگران سؤال نیمه ساختار یافته زیر ارائه شد.

شما برای بخشیدن دیگران از چه منابع یا عواملی استفاده می‌کنید؟<sup>۱۱</sup> مصاحبه نیمه-ساختاریافته با شرکت کنندگان به عمل آمد و نکته‌های مبهم مصاحبه‌ها با واکاوی‌ها و سؤال‌های پیگیرانه مصاحبه‌گر روشن گردید تا جایی که صراحت منظور آنها مشخص شد. مصاحبه‌ها تا جایی ادامه داده شد که اشباع گزاره‌ای در مصاحبه‌ها و نتایج آن حاصل شود؛ بدین ترتیب که شرکت کنندگان جدید ایده تازه‌ای را مطرح نمی‌کردند و ایده‌های افراد قبلی را تکرار می‌کردند و پس از مصاحبه با فرد ۱۷ مشخص شد که ۳ نفر آخر همان مطالب قبلی را تکرار کردند، بنابراین مصاحبه‌گر بعد از نفر ۲۰ مصاحبه را متوقف کرد.

### یافته‌ها پژوهش

در این مرحله، داده‌های حاصل از مصاحبه‌های عمیق بالینی با مادران، تجارب دست اول آنان استخراج و ضبط شد و از طریق کدگذاری باز مقوله‌های اصلی و مقوله‌های فرعی مشخص شدند. هدف از کدگذاری، خلاصه کردن اظهارات والدین و سامان دادن یافته‌ها، تلخیص و طبقه‌بندی کردن آنها بود. نتیجه کدگذاری باز بر اساس مصاحبه‌های نیمه-ساختاریافته که با ۲۰ نفر از مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی انجام شد؛ در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. نتایج حاصل از کد گذاری باز داده‌های حاصل از مصاحبه

مقوله‌های اصلی	مقوله‌های فرعی	ویژگی‌ها
نیروهای معنوی	توصیه‌های اسلامی، ۱، ۲، ۵، ۶، ۷، ۹،	- خدا، قران ۱، ۲، ۶، ۹، ۲۰
	۱۰، ۱۱، ۱۷، ۱۸، ۲۰،	- نماز و نیایش، ۲، ۵، ۷، ۹، ۱۲
		- ائمه اطهار، ۱۱، ۱۷، ۱۸، ۱۹
منابع	عشق، علاقه به دیگران ۲، ۱۰، ۱۱، ۳، ۴	- نوع دوستی، ۲، ۱۲، ۱۵
		- درک دیگران، ۲، ۱۰، ۱۱، ۱۴
منابع و علایق اجتماعی	ارتباط مثبت، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۱۱،	- ارتباط همدلانه با دیگران، ۷، ۳، ۱۰،
		۱، ۱۲، ۱۳
		- لذت بردن از کمک به دیگران، ۳،
		۱۰، ۱۱، ۸

شماره‌های بیان شده برای هر یک از مقوله‌ها مربوط به شماره‌های اختصاص یافته برای هر یک از افراد مصاحبه شده است به طور مثال ۱ یعنی فرد شماره ۱ یا ۴ یعنی فرد شماره ۴.

در ارتباط با سؤال نیمه‌ساختار یافته که از چه نیروهایی برای بخشیدن دیگران استفاده می‌کنید؟ پاسخ‌های مادران را نسبت به این سؤال می‌توان به سه طبقه اصلی تقسیم کرد (الف) نیروهای معنوی، (ب) منابع درونی (ج) منابع و علایق اجتماعی، در زیر به شرح و بسط این سه مورد می‌پردازیم.

**الف) منابع و نیروهای معنوی:** برجسته‌ترین گزینه‌ای که مادران علاقه خود را در این مورد نشان دادند، گزینه منابع و نیروهای معنوی بود که در این مورد به ارتباط خود با خدا، پیامبران و ائمه اطهار و نیروهای معنوی در صدر انتخاب آنها بود. آنها بیان کردند که برای بخشیدن دیگران از رابطه خود با خدا استفاده کردند. "خداوند بخشنده است و چون از خطاهای ما می‌گذرد من نیز از خطای دیگران می‌گذرم" تعدادی از آنها اشاره کرده بودند که خدا می‌فرماید همان‌طور که من شما را می‌بخشم، شما هم دیگران را ببخشید.

تعدادی دیگر نیز از لحاظ اخلاقی به این موضوع نزدیک شده بودند و بیان کردند که چون خداوند گناهان ما را می‌بخشد ما نیز لازم است از اشتباهات دیگران بگذریم. افزون بر این، مادران بیان کردند که برای ساده‌تر و راحت‌تر بخشیدن دیگران از روش‌های سفارش شده در اسلام از قبیل کمک خواستن از خدا، دعا و نیایش، و نماز خواندن استفاده می‌کنند. تعدادی بیان کردند چون در قرآن آمده است که از صبر و نماز کمک بگیرید، من نیز برای بخشیدن فرد خطاکار از صبر و نماز کمک می‌گیرم. تعدادی نیز به سفارشات ائمه و پیامبر (ص) اشاره نموده و بیان کردند که به دلیل این سفارشات دیگران را می‌بخشند. برای مثال مادری حدیثی از رسول اکرم (ص) نقل کرد که "هر کس پرگذاشت باشد، عمرش طولانی می‌شود". اعتقاد به روز واپسین و حضور همه در برابر خدا و قضاوت نهایی خداوند در مورد افراد، عامل دیگری بود که به آن‌ها آرامش و نیرو می‌بخشید تا بتوانند از تقصیرات دیگران درگذرند. هنگامی که بندگان در پیشگاه خدا می‌ایستند، آواز دهنده‌ای ندا دهد: آن کس که مزدش با خداست برخیزد و به بهشت رود. گفته می‌شود: چه کسی مزدش با خداست؟ می‌گوید: گذشت‌کنندگان از مردم. حدیثی از رسول اکرم (ص).

**ب) استفاده از منابع و نیروهای درونی:** تعدادی از مادران بیان کردند که برای بخشیدن دیگران از نیروهای نهفته در ناخودآگاه خود مثل عشق و علاقه به دیگران، نوع دوستی و درک دیگران استفاده می‌کنند. آن‌ها به این شعر "بنی آدم اعضای یکدیگرند که در آفرینش زیک گوهرند" سعدی اشاره کردند و گفتند که بخشیدن دیگران مقدمه بخشیدن خود و آزادی از کینه‌هاست. "من سعی می‌کنم بخاطر انسانیت و درک این که خاطی ممکن است در شرایط نامساعدی باشد وی را می‌بخشم". آن‌ها دیگران را می‌بخشند تا از کینه‌ها و رنج‌های گذشته آزاد شوند، منابع و متون دینی به آن‌ها در این فرایند بخشیدن کمک شایانی کرده بود. تعدادی بیان کردند که خواندن داستان‌های مذهبی و فرهنگی در مورد بخشایش‌گری و افراد بخشنده موجب شده است که آن‌ها انگیزه بخشیده دیگران را پیدا کنند. "من با خواندن داستان حضرت یوسف (ع) در قرآن فرد خاطی را بخشیدم". به بیان دیگر، الگوهای بخشایش‌گری در فرهنگ ایرانی اسلامی به آن‌ها در فرایند بخشیدن و انگیزه برای این امر مفید واقع شده بود. نکته مهم دیگر این که افراد مورد

پژوهش بیان کردند که قدر لحظه‌های زندگی را دانستن برای آن‌ها بسیار مهم است و آن‌ها حاضر نیستند که به بهای نگه داشتن کینه دیگران در دل شان از این نعمت خدادادی محروم شوند. و به بیان دیگر، آن‌ها بیان کردند که عقلانی نیست که نعمت امروزی را بخاطر درد و رنج دیروزی از دست بدهیم و حتی یکی از آن‌ها بیان کرد که من در نماز و نیایش به پیوند عاطفی صمیمی با خدای خود نیاز دارم، چرا کینه دیگران را در دل پیروانم که در حال نماز و نیایش به جای فکر و ارتباط صمیمی با خدا به فکر کینه‌ورزی با دیگران باشم.

**ج) استفاده از منابع و علایق اجتماعی:** استفاده از این منبع علایق اجتماعی به عنوان یک نیروی محرک برای بخشیدن دیگران قلمداد شده بود. تعدادی بیان کردند که انسانیت و سلامت روانی آن‌ها در گرو ارتباط همدلانه و عاشقانه با دیگران می‌باشد " به نظر من اگر کسی را نتوانم ببخشم نمی‌توانم رابطه عاشقانه و همدلانه با افراد برقرار کنم " چرا باید بخاطر درد و رنج گذشته این ارتباط صمیمی با دیگران را خدشه‌دار کنیم و نتوانیم از احساس محبت به دیگران لذت برده و از گرفتن محبت‌های دیگران سرشار نشویم. تعدادی از این مادران اشاره کردند که اگر رنج و درد گذشته بخشیده نشود مثل دمل چرکین در درون انسان رشد پیدا کرده و صفا و صمیمیت را از او می‌گیرد، اعتماد او را از دیگران سرد می‌کند و به احساس ارزشمندی او آسیب وارد می‌کند. تعدادی نیز بیان می‌کردند که با وجود توصیه نبی اکرم (ص) به نیکی در مورد دیگران (حتی انجام نیکی در مقابل بدی) و توصیه به ارتباطات سالم از جمله صله ارحام ما چگونه می‌توانیم با نگه داشتن رنج و درد گذشته خود را از فیض این همه صفات خوب محروم کنیم.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر مشخص کردن منابع و عواملی بود که در آسیب‌های بین‌فردی مادران دانش‌آموزان کم‌توان ذهنی برای بخشیدن دیگران به کار می‌بردند. در فرایند زندگی، مسایل و مشکلاتی در روابط بین‌فردی برای افراد به وجود می‌آید که در نتیجه آن رنجیده‌خاطر می‌شوند؛ این رنجیده‌خاطر شدن فرایندها و واکنش‌های تنش‌زای روان-شناختی را ایجاد می‌کند که افراد برای حفظ سلامت روانی خود از روش‌های مقابله‌ای

استفاده کنند. با عملیاتی شدن سازه بخشایش‌گری سعی شده است تا موانع و عواملی که به افراد کمک می‌کند تا در آسیب‌های بین‌فردی دیگران را ببخشند، مشخص شوند. چه عواملی به افراد کمک می‌کند تا گام‌های بخشایش‌گری را برای رهایی از رنج و بخشیدن فرد خاطی طی کنند؟ یا چه ویژگی‌هایی برای زوجین جهت گذشت از خطاهای همدیگر لازم است؛ مجموعه این تمایلات و عوامل می‌تواند بوسیله عوامل انگیزشی تبیین شود (بون و سولوسکی<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷). شواهدی وجود دارد که در افرادی بخشایش‌گری را می‌توان پیش‌بینی کرد که در متغیرهای درونی مثل منبع کنترل، عزت نفس، همدردی، مذهب و گرایش به رفتارهای در پرمخاطره<sup>۲</sup> نمرات بالایی به‌دست آورده باشند (وب<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳). در بحث عوامل انگیزشی، مهم‌ترین عاملی که به افراد برای بخشیدن کمک می‌کند توجه به پیامدهای منفی عدم بخشایش‌گری و تلاش برای جایگزین انتخابی مطلوب به‌جای دوری-گزینی، خشم و آزرده خاطر بودن است (کلین<sup>۴</sup>، ۱۹۹۵). پیامدهای عدم بخشایش‌گری از جمله، از دست دادن سلامتی و عدم ناتوانی در حل مسئله، عامل انگیزشی مهمی است که بخشایش‌گری را تسهیل می‌کند. کالهن<sup>۵</sup> (۱۹۹۵) بیان می‌کند که بخشایش‌گری زمانی آغاز می‌شود که فرد رنجیده خاطر به این نتیجه برسد که آزرده خاطر شدن طولانی مدت لازم نیست و اکنون زمان تغییر دیدگاه است. در این شرایط بخشایش‌گر دیدگاه جدیدی نسبت به بخشایش‌گری و بخشیدن فرد خاطی با وجود این که وی مستحق بخشش نباشد، دست پیدا می‌کند. ان‌رایت و گروه مطالعه رشد انسان (۱۹۹۱) مراحل انگیزشی را که به افراد کمک می‌کند تا به فرایند بخشایش‌گری دست پیدا کنند، مورد بررسی قرار داده است، این مراحل شامل انگیزه برای تلافی، نیاز به عدالت، فشار اجتماعی، اشتیاق برای بازگرداندن هارمونی به جامعه و انگیزه برای عشق است. وی بیان می‌کند که برخی از عوامل انگیزه‌ای مثل شرایط فرهنگی، مشوق‌های محیطی، آموزش مذهبی، میزان زمان طی شده از رخداد آسیب، شدت رنج، رهایی از آسیب‌های هیجانی و تغییر دیدگاه در تسهیل

1. Boon & Sulsky
2. willingness to risk
3. Webb
- 4 Klein
5. Calhon

فرایند بخشایش‌گری موثر هستند. مک‌لاف، ورثینگتون و راجال (۱۹۹۷) انگیزه‌هایی مانند رهایی از خشم، سپاسگزاری از خدا، عشق به فرد خطا کار، رفتارهای نیکوکارانه، نگرانی از رفاه فرد خاطی، پیروی از والدین و پرهیز از تعارض‌هایی که ممکن است در آینده رخ دهد، جزء عوامل مهمی دانسته‌اند که به افراد برای بخشیدن کمک می‌کند. عواملی که ممکن است فرایند بخشایش‌گری را با مشکل مواجه سازد شامل قلمداد کردن بخشایش-گری به عنوان نوعی ویژگی منفی و ضعیف، نمایش قدرت<sup>۱</sup>، نقض عدالت، دایمی شدن آسیب<sup>۲</sup>، دوری‌گزینی، نیاز به تلافی‌جویی و بی‌علاقگی یا سردی<sup>۳</sup> است (کانینگام، ۱۹۸۵؛ ترینر<sup>۴</sup>، ۱۹۸۱؛ گاسین، ۲۰۰۱ و لائورتزین<sup>۵</sup>، ۱۹۸۷).

کونینگام<sup>۶</sup> (۱۹۸۵) بیان می‌کند که بخشایش‌گری فرایندی است که افراد آسیب‌دیده در مرحله‌هایی به آن دست پیدا می‌کنند؛ این مراحل شامل قضاوت، تواضع<sup>۷</sup>، اشتراک<sup>۸</sup> و مذاکره<sup>۹</sup> است. قضاوت به تشخیص این که رابطه به واسطه اعتماد ازدست رفته از هم پاشیده است اشاره دارد. تواضع به قربانی اجازه می‌دهد که فرد خاطی را از دیدگاه فهم و همدردی مورد بررسی قرار دهد. اشتراک راه رشد را برای فرد رنجیده‌خاطر شده باز می‌کند و مذاکره قربانی را از نیاز به تنبیه فرد خاطی باز می‌دارد. پیروی از این گام‌ها منجر به بخشایش‌گری موفقیت‌آمیز می‌شود.

روش‌های مقابله‌ای مذهبی مثل صبر، توکل و بخشش یکی از متغیرهای مهم در حوزه معنویت است (ورثینگتون، شرر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۴؛ میکولینسر و شیور<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۰). در پژوهش حاضر که برگرفته از فرهنگ ایرانی-اسلامی است؛ در مقایسه با پژوهش‌های غربی برگرفته از آیین مسیحی، اغلب مادران کودک کم‌توان ذهنی برای بخشیدن دیگران از نیروهای

---

1. power play

2. perpetuating

3. apathy

4. Trainer

5. Lauritzen

6. Cunningham

7. humility

8. mutuality

9. negotiation

10. Worthington & Scherer

11. Mikulincer & Shaver

معنوی و از منابع اسلامی استفاده کرده‌اند، این در حالی است که با بررسی آیات و روایات در دین اسلام در حدود هزار و چهار صد سال پیش به ارزش عفو و بخشش که به عنوان روشی موثر در حل مسائل و مشکلات سفارش شده است، پی می‌بریم؛ در قرآن بخشیدن از صفات مومنان پرهیزگار به حساب می‌آید (سوره بقره، آیه، ۲۳۷) و در سوره‌ای دیگر خداوند ضمن دعوت مومنان به بخشیدن دیگران و پرهیز از کینه‌توزی و دشمنی با یکدیگر، از آن‌ها می‌خواهد که خشم خود را فرو خورده و از مردم درگذرند که خداوند افراد خیرخواه و نیکوکار را دوست دارد (سوره آل عمران، آیه ۱۳۴). حضرت علی (ع) بخشیدن را موجب تزکیه و پاکی قدرت و نیز مایه مجد و بزرگواری افراد می‌داند، همچنین آن حضرت در نامه شماره ۵۳ در نهج البلاغه، مالک اشتر را به ملاحظت و مهربانی و گذشتن از خطاهای مردمان فرا می‌خواند و در (خطبه ۱۹۳) بخشیدن را یکی از ویژگی‌های ممتاز افراد پرهیزگار می‌داند (حسینی ارمدی، ۱۳۶۱). شواهد موجود در ادبیات غنی اسلام مبنی بر خیرخواهی و درخواست از افراد برای بخشیدن دیگران را می‌توان منبع مهم و ارزشمندی دانست که در ایران مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی از آن به خوبی استفاده کرده‌اند. استفاده از منابع و نیروهای درونی، یکی دیگر از منابع مهمی بود که این گروه از مادران برای بخشیدن دیگران استفاده کرده بودند، نیروهای نهفته در ناخودآگاه خود مثل عشق و علاقه به دیگران، نوع دوستی و درک دیگران منابعی بودند که به مادران در بخشیدن دیگران کمک کرده بود. آن‌ها به این شعر " بنی آدم اعضای یکدیگرند که در آفرینش زیگ گوه‌رند " سعدی اشاره کرده بودند (یوسفی، ۱۳۹۰). استفاده از منابع و علایق اجتماعی، سومین عامل مهمی بود که از آن به عنوان یک نیروی محرک برای بخشیدن دیگران قلمداد شده بود. تعدادی از مادران رفتارهای انسانی و سلامت روانی را در گرو ارتباط همدلانه و عاشقانه با دیگران می‌دانستند، از دیدگاه آن‌ها درد و رنج گذشته این ارتباط صمیمی با دیگران را خدشه‌دار می‌کند و باعث می‌شود که فرد از احساس محبت به دیگران لذت نبرده و از گرفتن محبت‌های دیگران سرشار نشود. با مشاهده یافته‌های پژوهشی می‌توان بیان کرد که اثرات فرهنگ ایرانی - اسلامی و متون و داستان‌های موجود به همراه توصیه نبی اکرم (ص) و ائمه اطهار به نیکی در مورد دیگران

(حتی انجام نیکی در مقابل بدی) و توصیه به ارتباطات سالم از جمله صله ارحام را می‌توان در فرایند بخشایش‌گری به‌عنوان سازه‌ای معنوی و مهم در نظر گرفت. بسیاری از مادران دارای کودکان کم‌توان ذهنی در ایران بخشیدن دیگران را مقدمه بخشیدن خود و آزادی از کینه‌ها می‌دانند و معتقدند که منابع و متون دینی به آن‌ها در این فرایند بخشیدن کمک قابل‌ملاحظه‌ای کرده است. افزون بر این، تعدادی بیان کردند که خواندن داستان‌های مذهبی و فرهنگی در مورد بخشایش‌گری و افراد بخشنده موجب شده است که آن‌ها انگیزه بخشیدن دیگران را پیدا کنند.

#### منابع

حسینی ارمندی، ج (۱۳۶۱). شرح فارسی غررالْحکْم و دررالکَلْم. تهران: دانشگاه تهران  
قرآن مجید (۱۳۶۷). ترجمه و تفسیر، الهی قمشه‌ای، م. تهران: بنیاد نشر قرآن و امیرکبیر  
گلستان سعدی (۱۳۹۰). مصحح، یوسفی، غ. تهران: خوارزمی

- Boon, S. D., & Sulsky, L. M. (1997). Attributions of blame and forgiveness in romantic relationships: A policy-capturing study. *Journal of Social Behavior and Personality, 12*(1), 19.
- Calhoun, C. (1995). *Critical social theory: culture, history, and the challenge of difference*. Wiley-Blackwell. Retrieved from <http://eprints.lse.ac.uk/42363/>
- Creswell, J. W., Hanson, W. E., Plano, V. L. C., & Morales, A. (2007). Qualitative research designs selection and implementation. *The Counseling Psychologist, 35*(2), 236-264.
- Cunningham, C. (1985). Training and education approaches for parents of children with special needs. *British Journal of Medical Psychology, 58*(3), 285-305.
- Enright, R. D., & Human Development Study Group. (1991). the moral development of forgiveness. In W. Kurtine & J. Gewirtz (Eds.), *Handbook of moral behavior and development, 1*, 123-152.
- Enright, R. D., & North, J. E. (1998). *Exploring forgiveness*. University of Wisconsin Press. Retrieved from <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1998-07529-000>
- Enright, R. D., Gassin, E. A., & Wu, C.-R. (1992). Forgiveness: A developmental view. Retrieved from <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0305724920210202>

- Enright, R. D., Santos, M. J., & Al-Mabuk, R. (1989). The adolescent as forgiver. *Journal of adolescence*, 12(1), 95–110.
- Gassin, E. A. (2001). Interpersonal forgiveness from an Eastern Orthodox perspective. *Journal of Psychology and Theology*, 29(3), 187.
- Gupta, R. K., & Kaur, H. (2010). Stress among parents of children with intellectual disability. *Asia Pacific Disability Rehabilitation Journal*, 21(2), 118–126.
- Hallahan, D. P., Kauffman, J. M., & Pullen, P. C. (2014). Exceptional learners: Introduction to special education. Retrieved from <http://maktabat-online.com/handle/123456789/2964>
- Heller, T., Hsieh, K., & Rowitz, L. (1997). Maternal and paternal caregiving of persons with mental retardation across the lifespan. *Family Relations*, 407–415.
- Johnson, B., & Christensen, L. (2012). *Educational research: Quantitative and qualitative approaches*. Allyn & Bacon. Retrieved from <http://psycnet.apa.org/psycinfo/1999-04454-000>
- Kandel, I., & Merrick, J. (2007). The child with a disability: Parental acceptance, management and coping. *The Scientific World Journal*, 7, 1799–1809.
- Kandel, I., and Morad, M., Vardi, G., and Merrick, J. (2005) Intellectual disability and parenthood. *The Scientific World Journal* 5, 50-57.
- Karremans, J. C., Van Lange, P. M., Ouwerkerk, J. W., & Kluwer, E. S. (2003). When forgiving enhances psychological well-being: The role of interpersonal commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1011-1026.
- Klein, C. (1995). *How to forgive when you can't forget: Healing our personal relationships*. Liebling Press.
- Lauritzen, P. (1987). Forgiveness: Moral prerogative or religious duty. *Journal of Religious Ethics*, 15, 141-154.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 321-336.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2010). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press. Retrieved from [http://www.google.com/books?hl=ru&lr=&id=BDF6Pdc\\_7LQC&oi=fnd&pg=PA3&dq=attachment++in+adulthood+&ots=J9ps0G0W0b&sig=oc43uDuESCaYh85SXEIF7HKqYVw](http://www.google.com/books?hl=ru&lr=&id=BDF6Pdc_7LQC&oi=fnd&pg=PA3&dq=attachment++in+adulthood+&ots=J9ps0G0W0b&sig=oc43uDuESCaYh85SXEIF7HKqYVw)
- Rosenthal, E. T., Biesecker, L. G., & Biesecker, B. B. (2001). Parental attitudes toward a diagnosis in children with unidentified multiple congenital anomaly syndromes. *American journal of medical genetics*, 103(2), 106–114.

- Trainer, M. F. (1981). Forgiveness: Intrinsic, role-expected, expedient, in the context of divorce. *Dissertation Abstracts International-B*, 45(04), 1325.
- Watson, S.L. (2008b). Families and differential of diagnosis disability. *Journal on Developmental Disabilities*, 14, 51-60.
- Webb, J. R. (2003). Spiritual factors and adjustment in medical rehabilitation: Understanding forgiveness as a means of coping. *Journal of Applied Rehabilitation Counseling*, 34(3), 16-24.
- Worthington Jr, E. L., Witvliet, C. V. O., Pietrini, P., & Miller, A. J. (2007). Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of behavioral medicine*, 30(4), 291-302.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385-405.