

## تحلیل مضمون مثنوی معنوی بر اساس تمثیل‌ها و بیانات استعاری در درمان‌های موج سوم رفتاری؛ درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ACT

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۰/۱۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۱۹

کد مقاله: ۲۶۷۳۰

فائزه سوری<sup>۱</sup>، محمد اسماعیل ابراهیمی<sup>۲</sup>، مرتضی رزاق پور<sup>۳</sup>

### چکیده

**مقدمه:** پژوهش حاضر به منظور استخراج تمثیل‌ها و بیانات استعاری مرتبط با درمان‌های موج سوم رفتاری و به صورت اختصاصی اکت از آثار مولانا جلال الدین محمد بلخی ارائه شده است.

**روش:** پژوهش حاضر کیفی و از نوع تحلیل مضمون به شیوه ریشه‌یابی مفاهیم در متن با استفاده از دستورالعمل بران و کلارک (۲۰۰۶) می‌باشد، طی این تحلیل، متخصصین طی مصاحبه، مضمون‌های مکنون موجود در آثار مولانا را با مضمون‌های مشهود موجود در پذیرش و تعهد درمانی را شناسایی کردند. جامعه مورد پژوهش شرح جامع شش دفتر مثنوی معنوی زمانی (۱۳۷۳) می‌باشد. ابزار پژوهش فیش‌برداری و مصاحبه می‌باشد. جامعه آماری، حکایات و تمثیل‌های دفترهای اول تا ششم مولانا جلال الدین محمد بلخی می‌باشد. حکایات و تمثیل‌های مرتبط فهرست‌بندی شده است.

**یافته‌ها:** برای تعیین روایی و پایایی، پژوهشگر بعد از تعیین مضمون و طبقبندی حکایات آن‌ها را به روئیت شش نفر از اساتید و صاحب‌نظران حوزه روان‌شناسی و ادبیات رسانید. هدف کلی از این پژوهش یافتن مضمون‌های مکنون در شش دفتر مثنوی معنوی و ارتباط آن با مؤلفه‌های درمانی، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌باشد.

**نتیجه‌گیری:** تحلیل نتایج نشان داد در مضمایین این دفترها نیز اشاره به درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد شده است.

**واژگان کلیدی:** اکت، مولانا جلال الدین محمد بلخی، استعاره، تمثیل، تحلیل مضمون.

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، واحد همدان، دانشگاه آزاد اسلامی، همدان، ایران. (نویسنده مسئول)  
mse\_2007@yahoo.com

۲. دکتری تخصصی روان‌شناسی، استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران.

۳. دکتری تخصصی ادبیات فارسی، استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان، ایران.

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد<sup>۱</sup> (ACT) از جمله درمان‌های مبتنی بر ذهن‌آگاهی<sup>۲</sup> و پذیرش می‌باشد که به عنوان درمان‌های موج سوم رفتاری شناخته شده است. این روش توسط هیز<sup>۳</sup> و همکاران از ابتدای دهه (۱۹۸۰) معرفی شد که ریش در نظریه فلسفی عمیقی به نام (زمینه گرایی عملکردی)<sup>۴</sup> دارد. از لحاظ نظری، این درمان براساس نظریه چهارچوب رابطه‌های ذهنی استوار است که بر زبان و شناخت تأکید دارد. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد اساساً درمانی زمینه گراست و می‌کوشد به جای تعییر محتوای بالینی اقتدار، زمینه اجتماعی، کلام، آنرا تغییر دهد (هابس و همکاران، ۱۳۹۰).

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد از استعاره، تمرینات تجربه‌ای و تناقض منطقی برای رها شدن از محتوای لفظی زبان و برقراری ارتباط بیشتر با جریان مداوم تجربه در زمان حال استفاده می‌کند. این درمان به جای تغییر شناختها و چالش با آن‌ها، سعی می‌شود تا ارتباط روان‌شناختی فرد با افکار و احساساتش افزایش یابد (هايس و همکاران، ۲۰۱۱). هدف اصلی درمان ایجاد انعطاف‌پذیری روان‌شناختی<sup>۵</sup> است. انعطاف‌پذیری روان‌شناختی عبارت است از توانایی ارتباط برقرار کردن با زمان حال به طور کامل و به عنوان یک انسان هشیار و آگاه و تغییر یا تداوم رفتار در جهت اهداف ارزشمند فرد (آرج و سراک، ۲۰۰۸). انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش از طریق شش فرآیندانصی و زیر بنایی ایجاد می‌شود که عبارت اند از گسلش<sup>۶</sup>، پذیرش<sup>۷</sup>، تماس با لحظه<sup>۸</sup>، مشاهده خود<sup>۹</sup>، ارزش‌ها<sup>۱۰</sup>، و عمل متمهدانه<sup>۱۱</sup> (هايس و همکاران، ۲۰۱۱).

متنوی معنی اثر ارزشمند مولانا جلال الدین محمد مولوی بلخی، از شاهکارهای ادب پارسی و حتی ادبیات جهان، در بردارنده معانی بلند، اندیشه‌های ژرف و مضامین مختلف است. در عصر حاضر متنوی مرجعی است که راه را از بیراه و خوب را از بد می-شناساند و در هنگام ضرورت، راههایی برای نجات انسان‌ها می‌تواند ارائه دهد. هدف علم روانشناسی مطالعه رفتار آدمی برای جلوگیری از اسیب‌های فردی و اجتماعی و درمان افراد مبتلا به بیماری‌های روانی است. یکی از ویژگیهای مهم نظریه‌های روان‌شناسی کاربردی بودن اصول و مفاهیم مطرح در آن‌ها است. مضامین متنوی در همه زمان‌ها و برای همه انسان‌ها کاربردی است. از آنچه بیان شد می‌توان دریافت که علم روان‌شناسی و متنوی مولانا حداقل در بعضی سطوح هدف مشترکی دارد و شناخت چنین هدف، در پرتو بررسی، دقیقه‌این، کتاب ارزشمند است (متق، نیا و همکاران، ۱۳۹۶).

روان درمانی‌های موج سوم با خیز گرفتن درمان‌های رفتارگرایی مبتنی بر اصول شرطی سازی عاملی و کنشگر آغاز شد که می‌توان این پدیده را واکنشی به رویکردهای روان تحلیلی در دهه ۱۹۵۰ تلقی کرد. از روش‌های رفتارگرایی می‌توان به مهارت آموزی، حساسیت زدایی منظم و روش‌های مبتنی بر مواجهه و پیشگیری اشاره کرد که در درمان اختلالات کودکان و بزرگسالان مؤثر بودند، برای مثال فنون شرطی سازی عاملی برای درمان کودکان مبتلا به اختلالات شدید زبانی مؤثر بوده است و مشابه تکنیک‌های شرطی سازی افراد ماند موافق، در درمان افراد مبتلا به مشکلات اخطرابی مؤثر بوده است (سهرابی، ۱۳۹۴). و خیز دوم علیه افراطی گراهای دیدگاه رفتارگرایی کلاسیک و در واکنش به نادیده گرفتن بعد شناختی اختلالات در دهه ۱۹۷۰ توسط آیرون تی بک<sup>۱۲</sup> ابتدا برای درمان افسردگی و بعدها برای اختلالات اضطرابی و خوردن روی کارآمد که بر نقش فرآیندهای شناختی در پدیدایی، بقا و درمان اختلالات روانشناسی تأکید می‌کرد از رویکردهای بر جسته خیز دوم میتوان به شناخت درمانی بک و درمان عقلانی – عاطفی الیس<sup>۱۳</sup> اشاره کرد که هر دو روش بر شناسایی و اصلاح شناخت‌های تحریف شده و غیر منطقی و غیر عقلانی تأکید دارد. در پایان دهه ۸۰ و اوایل دهه ۹۰ رویکردهای مربوط به خیز اول و خیز دوم با هم ادغام شده و مجموعه‌ای از درمان‌های شناختی، رفتاری ایجاد کرددند (سهرابی، ۱۳۹۴).

موج سوم نیز، تلقیقی از سنت‌های معنوی شرقی از جمله فنون مراقبه تفکر نظاره‌ای با رفتار درمانی شناختی سنتی است که (هایس و همکاران، ۲۰۱۱) از این تلقیق به عنوان موج سوم رفتار درمانی یاد می‌کنند که در اوایل دهه ۱۹۹۰ شروع شد و روی آگاهی نسبت به لحظه حال و پذیرش آن تأکید می‌کرد (آقا علی<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). مقایسه‌های بین منطقه‌های نشان می‌دهند که تفاوت‌های فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و ایده‌های سیاسی، حتی با وجود شباهت‌های زبانی و فرهنگی، می‌توانند موجب نیاز به دریافت خدمات روانشناسی متفاوت در هر منطقه‌شوند (دینگ و همکاران، ۲۰۰۵). لذا گستره ادبی و ارتباط‌های فرهنگی هر منطقه، می‌توانند متابع شفایخانی باشند که مشاوران برای بهزیستی روانشناسی افراد بومی استفاده کنند (کانستانتینیگ<sup>۱۶</sup> و

## 1 .acceptance and commitment therapy

## 2 .mindfulness

3 .Hayes  
4 functio

## 4 .functional context 5 .psychologicalflexib

Psychological  
Arch., Craske

## 7 .defusion

8 .acceptance  
9 with the pr

9 .with the present moment contact  
10 .observing self

### 11 .values

12 .committed  
13 Aaron Te

- 13. Aaron Ten
- 14. Albert Ellis

14. Albert Ellis  
15. AqaAli

16. Ding

همکاران، ۲۰۰۵). با نگاهی به کتب و متنون کهنه فارسی از قبیل سندیدانمه، مرزبان نامه، کلیله و دمنه، مثنوی معنوی، گلستان سعدی در می‌یابیم که افسانه‌ها، داستان‌ها، اساطیر و تمثیل‌های فارسی همچون پارچه طریف اصیلی هستند که به دقت تمام برای مقاصد خاص آموزشی-تریبیتی، طراحی شده اند (صاحبی، ۱۳۹۳).

استعاره‌ها ممکن است نقش مهمی در تسهیل فرآیندهای تغییر در مشاوره و روان درمانی داشته باشند و نتایج همچنین نشان می‌دهد که استفاده از استعاره در درمان، روش خلاقی است که با استفاده از قدرت تصویر سازی‌اش، مراجع آسان تر به بینش و بصیرت می‌رسد. مولانا همواره با بیانی ادبیانه، خواننده را به عالم واقع دعوت می‌کند و دریچه‌ای از واقعیت را در چشم او می‌گشاید. تمثیل و استعاره با ظرفات خود از طریق تصویر سازی عینی مفاهیم پیچیده، به شونده یا خواننده می‌آموزد که هر چزی وجود یک ساخت است و در درون هر ساختی، همواره تغییر امکان‌پذیر است و اینکه همواره بیش از یک منظر یا چشم انداز وجود دارد (جنتنر<sup>۱</sup>، ۱۹۸۹).

در زبان انگلیسی، متافور به استعاره، قصه‌های کوتاه و حکایت‌ها نیز اطلاق می‌شود. در زبان فارسی، استعاره با تمثیل متفاوت است، اگرچه خوبشاندنی نزدیکی بین آن‌ها وجود دارد. در واقع تمثیل‌ها، داستان‌های آموزشی‌اند که به صورت غیر مستقیم، اما بسیار با قدرت، به مثابه یک خودرو یا وسیله حمل و نقل، معانی متفاوتی را برای بازارسازی تجارب فرد و ارائه نگاهی نو از چشم اندازی غیر منتظره یا غیرعادی ارائه می‌کنند. تمثیل و استعاره، نوعی خیال‌پردازی شاعرانه یا لفظی تربیتی‌ای یا ادبی نیست، بلکه وسیله‌ای قدرتمند برای شکل‌دهی به ادراک و تجربه انسان شونده است. هر تمثیل و استعاره واجد قدرت خاص خود است و می‌توان از آن به منزله یک ابزار ضروری برای انتقال مفاهیم استفاده کرد. در واقع تمثیل‌ها و استعاره‌ها، مدل‌ها یا الگوهایی هستند که شکاف بین تجربه (من) به عنوان یک فرد آدمی و نظریه‌ای را که می‌توانم برای تبیین و توضیح تجربه‌ام خلق کنم، پر می‌کنند (مرتضایی، ۱۳۹۰).

تمثیل‌ها خاصیت چالشگری فکری - ذهنی و آموزش و تفویض تجربه‌های اجتماعی را به همراه دارند. در واقع آن‌ها به گونه فرا زمانی-فضایی عمل می‌کنند. تمثیل، گذشته را به حال ربط می‌دهد و آنگاه هر دو زمان گذشته و حال را به آینده فرا می‌افکند. در واقع تمثیل با ایجاد رابطه بین زمان‌ها و بافتارهای مختلف (موقعیت و شرایط)، بین افکار و مفاهیم و بین رفتارها و ارزش‌ها، شونده را قادر می‌سازد تا فکر و عملش را بازنگری و پیش‌بینی کند (بورنس، ۱۹۹۹).

## ۲- روش

طرح پژوهش: پژوهش حاضر کیفی و از نوع تحلیل مضمون به شیوه ریشه‌یابی مفاهیم در متن با استفاده از دستورالعمل براون و کلارک (۲۰۰۶) می‌باشد، طی این تحلیل، متخصصین طی مصاحبه به عمل آمده میزان مطابقت مضمون‌های مکنون مولانا را را با مضمون‌های مکنون مؤلفه‌های ACT ثبت کردند.

**آزمودنی:** جامعه در این پژوهش عبارتند از: شش دفتر شرح جامع مثنوی معنوی، پایگاه‌ها، سایت‌ها، پایان‌نامه‌ها و مقالات مرتبط با موضوع پژوهش که مورد مطالعه قرار گرفته‌اند. در آغاز با مطالعه و رجوع به کتب، پایان‌نامه‌ها و مقالات مرتبط با درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، آیتم‌های مورد نیاز تعیین، فیش برداری، دسته‌بندی و تنظیم گردید. سپس به ترتیب به دفترهای اول تا ششم شرح جامع مثنوی نوشته زمانی مراجعه شد و با بررسی حکایت‌ها، تمثیل‌ها و ادبیات مولانا مباحث مرتبط با پایان‌نامه فیش برداری، دسته‌بندی، تنظیم و تدوین گردید. و تمثیل‌های و حکایت‌هایی که در نظر پژوهشگر مرتبط بودند جمع‌آوری و طی انجام مصاحبه به روئیت شش نفر از اساتید روان‌شناسی و ادبیات پارسی رسیدو در نهایت نتایج مصاحبه به روش تحلیل مضمون (به شیوه ریشه‌یابی براون و کلارک) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش اعتبار سنجی داده‌های کیفی استفاده شده است، بر این اساس فرایند تحلیل داده‌ها، تحلیل کیفی واحد تحلیل مضمون می‌باشد. در ابتدا شش دفتر مثنوی نوشته کریم زمانی کامل مورد مطالعه قرار گرفت سپس حکایات و تمثیل‌ها و ادبیات مرتبط با مؤلفه‌های انعطاف‌پذیری و عدم انعطاف‌پذیری شناختی در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد فیش برداری شد و پس از دسته‌بندی، نتایج به استاد راهنما و استاد مشاور ارائه گردید و پس از اظهار نظر و رفع نقص توسط اساتید، به صورت پرسشنامه تنظیم شد و جهت سنجش نهایی در خصوص میزان انبساط حکایات با مؤلفه‌های درمانی ACT، به شش نفر از متخصصین که سه نفر از اساتید روان‌شناسی و سه نفر از اساتید ادبیات پارسی بودند، ارائه گردید متخصصین طی مصاحبه مضمون‌های مکنون موجود در آثار مولانا را با مضمون‌های مشهود موجود در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد که توسط پژوهشگر استخراج شده بودند مورد بررسی قرار دادند و پس از ثبت نظرات خود با گزینه‌های (کاملاً متناسب، تا حدودی متناسب و نامتناسب) پژوهش مورد تحلیل قرار گرفت.

**ابزار: فرایند گام به گام روش تحلیل مضمون:** روش‌های مختلفی برای تحلیل مضمون وجود دارد که هر یک از آن‌ها، فرایندهای خاصی را دنبال می‌کند. در این بخش، فرایند تحلیل مضمون در قالب سه مرحله، شش گام و بیست اقدام معرفی می‌شود. همان طور که در جدول آمده است فرایند کامل تحلیل مضمون را می‌توان به سه مرحله کلان تقسیم نمود: (براون و کلارک، ۲۰۰۶) الف- تجزیه و توصیف متن، ب- تشریح و تفسیر متن، ج- ادغام و یکپارچه کردن مجدد متن. در حالی که همه

1. Gentner  
2. Burns

این مراحل با تفسیر و تحلیل همراه است اما در هر مرحله از تحلیل، سطح بالاتری از انتزاع به دست می‌آید فرایند تحلیل مضمون، زمانی شروع می‌شود که تحلیلگر به دنبال شناخت الگوهایی از معانی و موضوعات در دادهها باشد؛ البته ممکن است این کار در طول جمع آوری دادهها اتفاق بیفتد. نقطه پایان این فرایند نیز تهیه گزارشی از محتوا و معانی الگوها و مضامین در دادهها است. همچنین، تحلیل، فرایندی است که طی زمان شکل می‌گیرد و نباید با عجله اجرا شود (براون و کلارک، ۲۰۰۶). نوشتن نیز بخشی اساسی از این فرایند است که از همان گام اول شروع می‌شود و تا گام نهایی، تداوم می‌باید. نکته مهم دیگر این است که تحلیلهای کیفی، از مجموعه هایی از خطوط راهنمای استفاده می‌کنند و نه مجموعه‌ای از قوانین مشخص؛ این امر باعث انعطاف‌پذیری آن‌ها برای تناسب روش با سوال‌ها و داده‌های تحقیق می‌شود (براون و کلارک، ۲۰۰۶).

از این رو، هر پژوهشگری با توجه به ماهیت و سوالات تحقیق خود و با توجه به تصمیمات و ابزارهایی که به کار می‌برد می‌تواند از روش خاص خودش استفاده کند. همچنین، این فرایند، فرایندی خطی نیست زیرا تحلیل مضمون، مستلزم فرایندی رفت و برگشتی در کل مجموعه داده‌هاست. فرایند گام به گام تحلیل مضمون و تحلیل شبکه مضامین: ۱- تجزیه و توصیف متن، ۲- آشنا شدن با متن، ۳- مکتوب کردن داده‌ها (در صورت لزوم)، ۴- مطالعه اولیه و مطالعه مجدد داده‌ها، ۵- نوشتن ایده‌های اولیه، ۶- ایجاد کدهای اولیه و کدگذاری، ۷- پیشنهاد چارچوب کدگذاری و تهیه قالب مضامین، ۸- تفکیک متن به بخش‌های کوچکتر، ۹- کدگذاری ویژگی‌های جالب داده‌ها، ۱۰- جست‌جو و شناخت مضامین، ۱۱- تطبیق دادن کدها با قالب مضامین، ۱۲- استخراج مضامین از بخش‌های کدگذاشته متن، ۱۳- پالایش و بازبینی مضامین، ۱۴- تشریح و تفسیر متن، ۱۵- ترسیم شبکه مضامین، ۱۶- بررسی و کنترل همخوانی مضامین با کدهای مستخرج، ۱۷- مرتب کردن مضامین، ۱۸- انتخاب مضامین پایه، سازماندهنده و فرآیند، ۱۹- ترسیم نقشه‌های (مضافین، ۲۰- اصلاح و تأیید شبکه‌های) مضامین، ۲۱- تحلیل شبکه مضامین، ۲۲- تعریف و نامگذاری مضامین، ۲۳- توصیف و توضیح شبکه‌های مضامین، ۲۴- ترکیب و ادغام، ۲۵- تدوین گزارش متن، ۲۶- تلخیص شبکه مضامین و بیان مختصراً و صریح آن، ۲۷- استخراج نمونه‌های جالب داده‌ها، ۲۸- مرتبط کردن نتایج تحلیل با سوالات تحقیق و مبانی نظری، ۲۹- نوشتن گزارش علمی و تخصصی از تحلیل‌ها (براون و کلارک، ۲۰۰۶).

معیارهای ارزیابی تحلیل مضمون، این معیار بر اساس معیار براون و کلارک (۲۰۰۶) بود. شناسایی مضمون‌ها در متن: متن زیر پس از بررسی متون مربوطه و مصاحبه با متخصصین روان‌شناسی و اتفاق نظر آن‌ها تهیه شده است. پذیرش و تعهد درمانی دارای دو شش ضلعی انعطاف‌پذیری و انعطاف‌نایابی روان‌شناختی می‌باشد. اضلاع شش ضلعی انعطاف‌نایابی‌ری روان‌شناختی شامل مواردی است که در ادامه توضیح داده می‌شود. خود مفهوم سازی شده (مضمون شماره ۱) یعنی هر فردی از خود برداشته شده است که در ادامه توضیح داده می‌شود. در این موقعيت خاص چسبیده باشد و در موقعیت‌های دیگر نتواند برداشته شده است و ممکن است باعث شود در موقعیت‌های دیگر که نمی‌تواند انعطاف‌پذیری مناسب آن را بسیار کند، دچار مشکلاتی شود. آمیختگی (مضمون شماره ۲) یعنی حالت چسبندگی به خود اما این بار به چسبیدن به برداشته از دنیا و دیگران تبدیل می‌شود و مانع از تعامل درست با دیگران و واقعیت‌های جهان بیرونی می‌شود. در اجتناب تجربه‌ای (مضمون شماره ۳) شخص بر این باور است که برخی از احساسات و افکار همچون خشم و نالمیدی و غم و اضطراب... احساسات ناخوشایندی هستند و به هر قیمتی باید از آن‌ها اجتناب نماید یا بگریزد که معمولاً این امر با شدت یافتن مشکل فرد همراه است. تسلط گذشته و آینده (مضمون شماره ۴) به این معنی است که فرد نشخوار می‌کند چرا در گذشته چنین شد، ای کاش چنین می‌شد یا چنین بشود و.... اگر چنین یا چنان شود چه و.... دور شدن از ارزش‌ها (مضمون شماره ۵) یعنی فرد ارزش‌هایی برای خودش انتخاب کرده بوده اما بر اثر آمیختگی، اجتناب تجربه‌ای و یا تسلط گذشته و آینده از آن ارزش‌ها دور شده است. اقدام نامؤثر (مضمون شماره ۶) یا اقدام‌های تکائشی، اعتیادي، و انفعایی بدین معنی است که بر اثر دوری از ارزش‌ها و تحت تسلط اضلاع دیگر شش ضلعی فوق‌الذکر، فرد رفتارهای نامؤثری چون انفعال و تکانشگری و اعتیاد بروز می‌دهد. در شش ضلعی انعطاف‌پذیری، تماس با لحظه حال (مضمون شماره ۷) اولین مؤلفه این درمان می‌باشد که به معنی ارتباطی کامل و همه جانبه داشتن با لحظه اکتون، به جای بودن در گذشته و آینده می‌باشد. مؤلفه بعدی، پذیرش (مضمون شماره ۸) می‌باشد که به معنی پذیرای بودن هرچیزی که در کنترل ما نیست می‌باشد. همچنین پذیرش به معنی تمایل به تجربه رویدادهای دردناکی که در مسیر ارزش‌های ما هستند، به جای جنگیدن با آن‌ها می‌باشد. مؤلفه سوم این درمان، گسلش (مضمون شماره ۹) می‌باشد که طی این مؤلفه، افراد یاد می‌کنند افکار و احساس‌های خود را به عنوان موجودیتی مجزا از خود تصور کنند و به جای آمیخته شدن با آن‌ها، فقط از حضور آن‌ها آگاه باشند. چهارمین مؤلفه این درمان، خود را به عنوان ناظر دیدن (مضمون شماره ۱۰) می‌باشد که طی این فرایند افراد یاد می‌گیرند به جای درگیر شدن با افکار و احساس‌هایشان، آن‌ها را بدون قضاوت مشاهده کنند. مؤلفه دیگر این درمان، ارزش‌ها (مضمون شماره ۱۱) می‌باشد. ارزش‌ها به معنی ندای قلب انسان‌ها برای چطور رفتار کردنشان در زندگی می‌باشد. آخرین مؤلفه از پذیرش و تعهد درمانی، اقدام متمهدانه (مضمون شماره ۱۲) می‌باشد که به معنی تعهد بودن به انجام فعالیت‌هایی می‌باشد که می‌تواند کیفیت زندگی افراد را بالا ببرد.

### ۳- یاقته‌ها

جدول ۱) دسته‌بندی مضماین مربوط به پذیرش و تعهد درمانی

کد	مضمون استخراج شده	کد	مضمون استخراج شده
۱	خود مفهوم‌سازی شده	۷	تماس با لحظه حال
۲	آمیختگی	۸	پذیرش
۳	اجتناب تجربه‌ای	۹	گسلش
۴	تسلط گذشته و آینده	۱۰	خود به عنوان ناظر
۵	دور شدن از ارزش‌ها	۱۱	ارزش‌ها
۶	اقدام نامؤثر	۱۲	اقدام متعهدانه

مضاین مکنون شناسایی شده در جدول ۱ پس از مصاحبه با متخصصین ادبیات پارسی شناسایی و مورد اتفاق نظر متخصصین روان شناسی قرار گرفت.

جدول ۲) خلاصه مضماین مکنون موجود در آثار مولانا مرتبط با مضمون‌های مشهود پذیرش و تعهد درمانی

کد	مضimon مشهود	کد	مضimon های مکنون موجود در آثار مولانا		نظر متخصصین روان شناسی	
کد	کد	کد	متخصص اول	متخصص دوم	متخصص سوم	
۱	خود مفهوم سازی شده	۱۳	در حکایت نحوی و کشتیان بیان شده است که نحوی با غرور به کشتیان می‌گوید اگر علم نحو نمی‌دانی، نصف عمرت بر فنا رفته است. پس از مدتی کشتی در طوفان گرفتار می‌شود و نحوی شنا بدله نبود. این حکایت به این موضوع اشاره دارد که نحوی سفت و محکم به این روایت از خودش که من نحوی هشتم چسبیده است و فراموش کرده است که در دریا باید روایت‌های دیگری از خود داشته باشد.	کاملاً متناوب	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب
۲	آمیختگی	۱۴	نقل شده است که روزی دانش آموزان که از دست استاد خسته شده بوند، به او گفته‌ند که مریض احوال و رنگ و رو پریده به نظر می‌رسد. سایر دانش آموزان نیز همین امر را به استاد گفته‌ند تا جایی که استاد با این باور آمیخته شد و با حالی زار و خسته به خانه رفت و احساس سنتگینی در سر داشت. در این داستان استاد آنقدر به روایت خود از مدرس بوند دلیسته شده بود تا جایی که شاگردان را آزده خاطر کرده بود و فرصت‌های دیگری برای زندگی به آن‌ها نمی‌داد.	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب
۳	اجتناب	۱۵	در داستان طوطی و بقال بیان شده است که بقال به دلیل شکسته شدن ظرف روغن بر سر طوطی می‌زند و طوطی کجل می‌شود. پس از مدتی طوطی فرد کچلی را می‌بیند و ناگاه از او می‌پرسد تو چرا کچل شده‌ای، مگر توان ظرف روغن شکسته‌ای؟ طوطی چنان با این باور خود آمیخته شده بود که هر آنچه را می‌دید، تصور می‌کرد او هم به مانند خودش می‌باشد.	کاملاً متناوب	کاملاً متناوب	کاملاً متناوب
۴		۱۶	مگسی روی برگ کاه و پیشاب خر مانند یک کشتی بان سر بلند می‌کرد. او می‌گفت من قبلاً دریاره کشتی و دریا خوانده ام و بی شک این همان کشتی و دریاست و من هم کشتی بانی ماهر هستم.	کاملاً متناوب	کاملاً متناوب	کاملاً متناوب
۵		۱۷	نقل شده است که روزی دانش آموزان که از دست استاد خسته شده بوند، به او گفته‌ند که مریض احوال و رنگ و رو پریده به نظر می‌رسد. سایر دانش آموزان نیز همین امر را به استاد گفته‌ند تا جایی که استاد با این باور آمیخته شد و با حالی زار و خسته به خانه رفت و احساس سنتگینی در سر داشت.	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب
۶		۱۸	در حکایت نحوی و کشتی بان بیان شده است که نحوی با غرور به کشتی بان می‌گوید اگر علم نحو نمی‌دانی، نصف عمرت بر فنا رفته است. پس از مدتی کشتی در طوفان گرفتار می‌شود و نحوی شنا بدله نبود. این حکایت به این موضوع اشاره دارد که نحوی با باور خود که علم نحو تنها علم مورد نیاز اوست آمیخته شده بود.	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب	تاریخی متناوب
۷			مضمونی مورد اتفاق متخصصین یافت نشد.			اجتناب



نظر متخصصین روان‌شناسی			مضمون‌های مکنون موجود در آثار مولانا	کد	مصمون مشهود	کد
متخصص سوم	متخصص دوم	متخصص اول				
			در حکایت ماهی و صیاد، یکی از ماهی‌ها فرصت را از دست داده بود و افسوس این موضوع را می‌خورد که چرا من چنین کردم و نشخوار رویدادهای گذشته بر او تسلط پیدا کرده بود.	۱۹	تجربه‌ای تسلط گذشته و آینده	۴
کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	نقل شده است که گاوی در جزیره‌ای تنها بود و صحبت‌ها به چرا می‌پرداخت و فربه می‌شد و شب از این نگران می‌شد که همه صحراء را خوردم و فردا چه کنم و از غصه لاغر می‌شد. سال‌ها او چنین بزیست و هر شب از بیم فردا لاغر گشت.	۲۰		
			مضمونی مورد اتفاق متخصصین یافته نشد.		دور شدن از ارزش‌ها	۵
کاملاً متناسب	تا حدی متناسب		در حکایت نصیحت دانا به منع از خوردن بچه پیل بیان شده است که دانا عده‌ای گرسنه را پند داد که از خوردن بچه فیل‌هایی که در مسیر خود می‌بینید پرهیز کنید، چرا که مادر آن‌ها انتقام سختی از شما خواهد گرفت. با این حال، گرسنگان همین که در مسیر خود با بچه پیلی فربه روبرو شدند، آن را گرفتند و کتاب کردند و مادر آن‌ها همه آن‌ها را قطعه قطعه کرد.	۲۱	اقدام نامؤثر	۶
کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	در داستان مرد تشنۀ و انداختن کلوخ در آب، مرد تشنۀ از روی دیوار درون آب کلوخ پرتتاب می‌کرد و به طینی افتادن کلوخ در آب توجه می‌نمود.	۲۲	تماس با لحظه حال	۷
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	کاملاً متناسب	در حکایت ماهی و صیادان، یکی از ماهی‌ها برای رسیدن به تمایل‌های خود عزم سفر کرد و با وجود سختی‌های مسیر، پذیرای همه آن‌ها بود و به حرکت خود ادامه داد.	۲۳		
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	در حکایت حکیم و طاووس، طاووس برای رسیدن به تمایل خود که همان حفظ جانش می‌باشد، پرهای خود را کند و پذیرای ظاهر جدید خود شد تا بتواند در مسیر زندگی به حیات ادامه دهد و شکار شکارچیان نشود.	۲۴	پذیرش	۸
کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	در حکایت فکر مانند مهمان است، مولانا می‌گوید افکارت را مانند مهمانی در نظر بگیر که هر روز به مهمانی تو خواهند آمد.	۲۵		
کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	کاملاً متناسب	در حکایت فکر مانند مهمان است، از فرد خواسته می‌شود تا افکارش را مانند شخصیتی مجزا در نظر بگیرند.	۲۶	گسلش	۹
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	در قصه هدهد و سلیمان، هدهد بیان داشت که اگر بر اوج آسمان پرواز کنم و از آنجا نظاره‌گر باشم، می‌توانم سرچشمه را پیدا کنم.	۲۷	خود به عنوان ناظر	۱۰
کاملاً متناسب	کاملاً متناسب		در روایت مربوط به حنگیدن علی (ع) چنین آمده است که حضرت شمشیر خود را می‌اندازد و بیان می‌کند من برای رضای حق شمشیر می‌زنم و بنده حق هستم.	۲۸	ارزش‌ها	۱۱
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	کاملاً متناسب	حکایت لقمان و خواجه به این موضوع اشاره می‌کند که لقمان به دلیل اینکه نعمت‌های زیادی از دست خواجه گرفته بود، می‌خواست ارزش نمکشناستی خود را دنبال کند و زمانی که خوبی‌های تلخ به او داده شد، بدون آنکه اعتراضی به خواجه کند به خودن آن پرداخت.	۲۹		
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب	کاملاً متناسب	در داستان پادشاه و ایاز بیان شده است که پادشاه سنگ گران بھایی را به وزیران و امیران می‌دهد و از آن‌ها می‌خواهد آن را بشکنند. همه از فرمان شاه سر باز می‌زنند و می‌گویند حیف است چنین سنگ گران بھایی خرد شود. نوبت که به ایاز می‌رسد، بی‌درنگ این کار را می‌کند و بیان می‌دارد اطلاعات از فرمان شاه، از هر سنگی گران بھایر است.	۳۰		
تا حدی متناسب	تا حدی متناسب		در داستان کلوخ انداختن تشنۀ از سر دیوار در آب، او تکه از کلوخ‌های دیوار جدا می‌کرد تا ارتفاع دیوار کوتاه شود و به آب زلال دست پیدا کند.	۳۱	اقدام متعهدانه	۱۲
تا حدی	تا حدی	کاملاً	در داستان پادشاه و ایاز بیان شده است که پادشاه سنگ گران-	۳۲		

نظر متخصصین روان شناسی			مضمون های مکنون موجود در آثار مولانا	کد	مضمون مشهود	کد
متخصص	متخصص	متخصص				
سوم	دوم	اول				
متناسب	متناسب	متناسب	بهایی را به وزیران و امیران می دهد و از آن ها می خواهد آن را بشکند. همه از فرمان شاه سر باز می زنند و می گویند حیف است چنین سنگ گرانهایی خرد شود. نوبت که به ایاز می رسد، بی درنگ این کار را می کند و بیان می دارد اطلاعات از فرمان شاه، از هر سنگی گران بهتر است.			

٤- بحث

آیا مضماین مکنونی در آثار مولانا برای مضماین مشهود پذیرش و تعهد درمانی وجود دارد؟ در پاسخ به این پرسش می‌توان گفت، همانطور که جدول ۱ نشان می‌دهد، برای کد ۱، مضماینی در کدهای ۱۳ و ۱۴ وجود دارد. برای کد ۲، مضماینی در کدهای ۱۵، ۱۶، ۱۷، و ۱۸ وجود دارد. برای کد ۳ مضمونی که مورد اتفاق نظر متخصصین باشد یافت نشد. برای کد ۴، مضماینی در کدهای ۱۹ و ۲۰ یافت شد. برای کد ۵، مضمونی مورد اتفاق نظر متخصصین یافت نشد. برای کد ۶، مضمونی در کد ۲۱ وجود دارد. برای کد ۷، مضماینی در کدهای ۲۲ و ۲۳ وجود دارد. برای کد ۸، مضماینی در کدهای ۲۴ و ۲۵ یافت شد. برای کد ۹، مضمونی در کد ۲۶ یافت شد. برای کد ۱۰، مضمونی در کد ۲۷ وجود دارد. برای کد ۱۱، مضماینی در کدهای ۲۸ و ۳۰ وجود دارد. برای کد ۱۲، مضماینی در کدهای ۳۱ و ۳۲ یافت شد.

د: دیدگاه مولانا، زبان از آنجا که آسیب و درمان راه اندازی می کند علت فاعلی به شمار می آید و از آنرو که به اندیشه و شناخت آسیب‌بزا و یا رهایی بخش ساخت می دهد، علت صوری محسوب می شود. زبان به دو صورت حقیقی و مجازی به کار می رود، زبان مجازی که نمونه بازر آن استعاره است با هیجانات و نیمکره راست مغز در ارتباط است (متقی نیا و همکاران، ۳۹۶).

مولانا اهمیت ویژه‌ای برای زبان مجازی قائل است و از نظر او انسان در قالب استعاره و روایت، فهم و ادراک و تفسیر خویش از واقعیت را شکل می دهد. افراد در تحلیل و تفسیر گذشته، حال و آینده، از قالب روایت استفاده می کنند. داستان‌ها راهنمایی می کنند که افراد چگونه فکر، احساس و عمل کنند و تجارب جدید را بهفهمند. آسیب در روایت‌های ناسالم افراد از زندگی رخ می دهد و درمان از طریق ساخت‌زادی داستان‌های ناسالم و شکل‌گیری داستان‌های سازنده ممکن می شود.

مثنوی با کلمه "بشنو" آغاز می‌شود و مولانا کتاب خود را با روایت و داستان آغاز می‌کند و همواره در متنوی مخاطب را به شنیدن داستان دعوت می‌کند تا از طریق داستان و تمثیل بر ذهنیت و رفتار مخاطب تأثیر بگذارد. استعاره‌ها و روایت‌هایی که مولانا در متنوی به کار می‌گیرد به گونه‌هایی است که ادراک و ذهنیت مخاطب را در جهت رهایی از عوامل آسیب‌زاوی که او را گرفتار ساخته، تحت تأثیر قرار دهد. شیوه آموزشی تمثیلی و استفاده از آن در جلسات درمانی از طریق تولید و تشید حافظه معنایی برای اطلاعات درمانی تبادل شده سبب حفظ اطلاعات در سیر فرسایشی زمان شده و از طریق دسترس پذیری اطلاعات درمانی، سبب عود کمتر خواهد شد. چرا که به عنوان نمونه در بیماران افسرده یکی از مشکلات، عدم به خاطر سپاری اطلاعات جلسه درمان وجود دارد و در پژوهش‌های حوزه علوم شناختی نیز لزوم کاربست ابزارهای زبانی ویژه مانند تمثیل برای تجسم مناسب‌تر از مفاهیم گزاره ای - انتزاعی، تأکید شده است (لاکوف، ۱۹۸۹).

با الحق تکنیک‌های تمثیلی – استعاری به محتوای روان درمانی می‌توان یک مفهوم سازی درمانی از طریق زبان نمادین (استعاره – تمثیل) نمای ادراکی روشن تری از عناصر درمان را برای بیماران طراحی کرد، زیرا برخی بیماران به لحاظ کلامی (تئوریک) موضوعاتی را که به صورت بیان گزاره‌ای از سوی درمانگر طرح می‌شود، در جلسه درمان می‌شنوند، اما نسبت به ادراک عمیق و یاد سپاری این مفاهیم اثر بخشی درمانی زیادی ندارند و از طریق زبان نمادین (استعاره – تمثیل) است که در فرایند اثر بخش تر در دریافت اطلاعات، ذخیره سازی، سازماندهی، بازبایی اطلاعات نقش دارند. و می‌توان اطلاعات ناهمطران از دو طبقه زبان شناختی مختلف را از یک نظام ادراکی روان شناختی انتزاعی تر به نظام ادراکی روانشناختی غالباً عینی منتقل کرد، بنابراین می‌توان با واژگانی عینی به توصیف بهتر و روشن تر مفاهیم انتزاعی پرداخت (جهان دیده کوهی، ۱۳۹۲) موج سوم درمان‌های نوین، حرکتی عمیق در بردارد که انسان را به شعار زیبای سازمان بهداشت جهانی با عنوان («جهانی فکر کنید، محلی عمل کنید») سوق می‌دهد. و مولانا نماینده فرهنگ عرفانی مشرق زمین است و تأمل در کلام مولانا می‌تواند راههایی برای درمانهای نوین رفتاری در اختیار انسان قرار دهد. غلبه بر گذشته و آینده از اینرو که انسان پیزیرید در کنترل گذشته و آینده خود نقشی ندارد، پذیرش زندگی در زمان حال و تلاش برای لذت بردن از زندگی و نیز گام نهادن درجهت یک زندگی پریار و غنی و محکم و استوار بودن در برابر عوامل بیرونی و درونی برای اینکه مطابق با ارزش‌ها زندگی و عمل کنیم از جمله پیام‌های اشعار، تمثیل‌ها و حکایت‌های مولانا در شش چلد مشنوی می‌باشد.

محدودیت پژوهش: ۱- هر چند پژوهشگران روانشناس حاضر سعی بر این داشتند تا جای ممکن با مثنوی مولانا و ادبیات ویژه‌ای آشنا شوند، ولی به هر حال این کتاب ارزشمند بحیری بود و توان ما کوزه‌ای و فرست هم چند روزه‌ای! بنابراین ادامه

مطالعات مولاناشناسی برای حصول بهتر نتایج دقیق لازم به نظر می‌رسد. ۲- اساتید حوزه ادبیات نیز تمام لطف و محبت خود را در هر چه دقیق تر ساختن این پژوهش به کار گرفته اند که جای قدردانی و سپاسگزاری فراوان دارد. اما به هر حال به طور طبیعی، روش‌های پژوهش روانشناسی برای این عزیزان نسبتاً تازگی داشته و نیاز به تعاملات بین رشته‌ای بیشتر احساس می‌شود. در راستای نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود: به مدرسان حوزه نظریه‌های روان درمانی و سایر دروس و نیز به درمانگران حوزه‌های شناختی و رفتاری توصیه می‌شود که با توجه به نتایج پژوهش کنونی، از تمثیل‌های متنوع معنوی در آموزش و درمان استفاده بیشتری نمایند.

## تشکر و قدردانی

از همه افرادی که با سعه صدر در این پژوهش، پژوهشگران را یاری نمودند صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نمایم.

## منابع

1. جهاندیده کوهی، سینا. (۱۳۹۲). ساختار و خلق تمثیل در متنوع معنوی. *Theol Art*, ۱(۱)، ۲۸-۵۰.
۲. منقی نیا م، ویس کرمی ح، محمدزاده م. (۱۳۹۶). رویکردهای روان درمانبخش مولانا در حکایت پادشاه و کنیزک متنوع. *پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا)*. Available from: ۵۸-۱۴۳.
۳. سهرابی، رواندرمانی های موج سوم؛ خاستگاه، حال و چشم انداز، با تأکید ویژه بر طرحواره درمانی. *مطالعات روان شناسی* بالینی. ۱۳۹۴؛ ۱۸(۱): ۱-۱۴.
۴. صاحبی، علی (۱۳۹۳). تمثیل درمانگری کاربرد تمثیل در بازسازی شناختی. *تهران: سازمان سمت*.
۵. مرتفعایی جواد (۱۳۹۳). تمثیل، تصویر یا صنت بدیعی؟. *متن شناسی ادب فارسی*. ۲(۴).
6. Hayes SC, Strosahl KD, Wilson KG. *Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change*. Guilford Press; 2011.
7. Arch JJ, Craske MG. Acceptance and Commitment Therapy and Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety Disorders: Different Treatments, Similar Mechanisms? *Clin Psychol Sci Pract [Internet]*. 2008 Oct 23 [cited 2020 Oct 7];15(4):263-79. Available from: <http://doi.wiley.com/10.1111/j.1468-2850.2008.00137.x>
8. AqaAli F, zandipur T, Ahmadi MR. A Rewiew of the Effect of Cognitive-Behavioral Group Counseling on Increasing the Spirituality and Mental Health of MS (Multiple Sclerosis) Patients in Qom (1388 AH', solar), with Emphasis on Spiritual Thoughts. *Ravanshenasi Va Din [Internet]*. 2011;4(1):37. Available from: <https://www.magiran.com/paper/888450> LK - <https://www.magiran.com/paper/888450>
9. Ding Y, Jeanjean T, Stolowy H. Why do national GAAP differ from IAS? The role of culture. *Int J Account*. 2005 Jan 1;40(4):325-50.
10. Constantine MG, Kindaichi M, Okazaki S, Gainor KA, Baden AL. A qualitative investigation of the cultural adjustment experiences of Asian international college women. *Cult Divers Ethn Minor Psychol [Internet]*. 2005 May [cited 2020 Oct 7];11(2):162-75. Available from: /record/2005-04428-005
11. Gentner D. The mechanisms of analogical learning [Internet]. Cambridge University Press; 1989 [cited 2020 Oct 8]. p. 199-241. Available from: <https://www.scholars.northwestern.edu/en/publications/the-mechanisms-of-analogical-learning>
12. Burns DD. *The feeling good handbook*, Rev. Plume/Penguin Books; 1999.
13. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qual Res Psychol*. 2006;3(2):77-101.
14. Lakoff G. Cognitive semantics: in the heart of language an interview with George Lakoff. *Fórum Lingu{\'i}stico*. 1998;1(1):83-119.