



عوامل شکل‌گیری ویژگی روانی ناامیدی و راهکارهای پیشگیری و درمان آن بر اساس آیات و

روایات: رویکرد اسلامی - روان‌شناختی

جعفر هوشیاری^۱، حسین ایمانیان^۲

۱- دانش‌پژوه دکترای روانشناسی و استاد همکار مجتمع آموزش عالی علوم انسانی جامعه المصطفی‌العالمیه،

۲- دانش‌پژوه کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت مجتمع آموزش عالی علوم انسانی جامعه المصطفی‌العالمی

چکیده

ناامیدی در آموزه‌های اسلامی از بزرگ‌ترین عوامل هلاکت انسان و در روانشناسی زمینه بسیاری از بیماری‌های روانی دانسته شده است. در عین اهمیت امیدواری در تکامل فردی و پیشرفت جامعه اسلامی اما تاکنون پژوهشی جامع نسبت به مفهوم شناسی، تبیین عوامل شکل‌گیری و راهکارهای پیشگیری و درمان اختلال ناامیدی بر اساس منابع دینی صورت نگرفته است. پژوهش حاضر با این هدف و با روش توصیفی و تحلیلی سامان گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد: الف) ناامیدی در قرآن و روانشناسی به معنای اطمینان از عدم تحقق موضوع مورد انتظار است؛ ب) عدم اعتقاد به توحید و معاد، تکیه بر اسباب ظاهری، آرزوهای طولانی‌مدت، کم‌ظرفیتی و فقدان شرح صدر، نداشتن مهارت صبر و نداشتن بینش صحیح نسبت به بلا یا از عوامل مهم ناامیدی در منابع اسلامی است؛ ج) بی‌معنایی و نداشتن هدف مهم در زندگی، انتظار تعمیم‌یافته برای شکست و انتخاب اهداف مشکل نیز از عوامل مذکور در روانشناسی است که اسلام آن‌ها را تأیید کرده؛ د) معنا دهی به زندگی، اعتقاد به توحید، توکل و امید داشتن به خداوند و تجویز فنون شناختی روانشناسی برای فرد ناامید از راه‌های پیشگیری و درمان ناامیدی هستند. کلمات کلیدی: امید، ناامیدی، بیماری روانی، قرآن، روانشناسی