

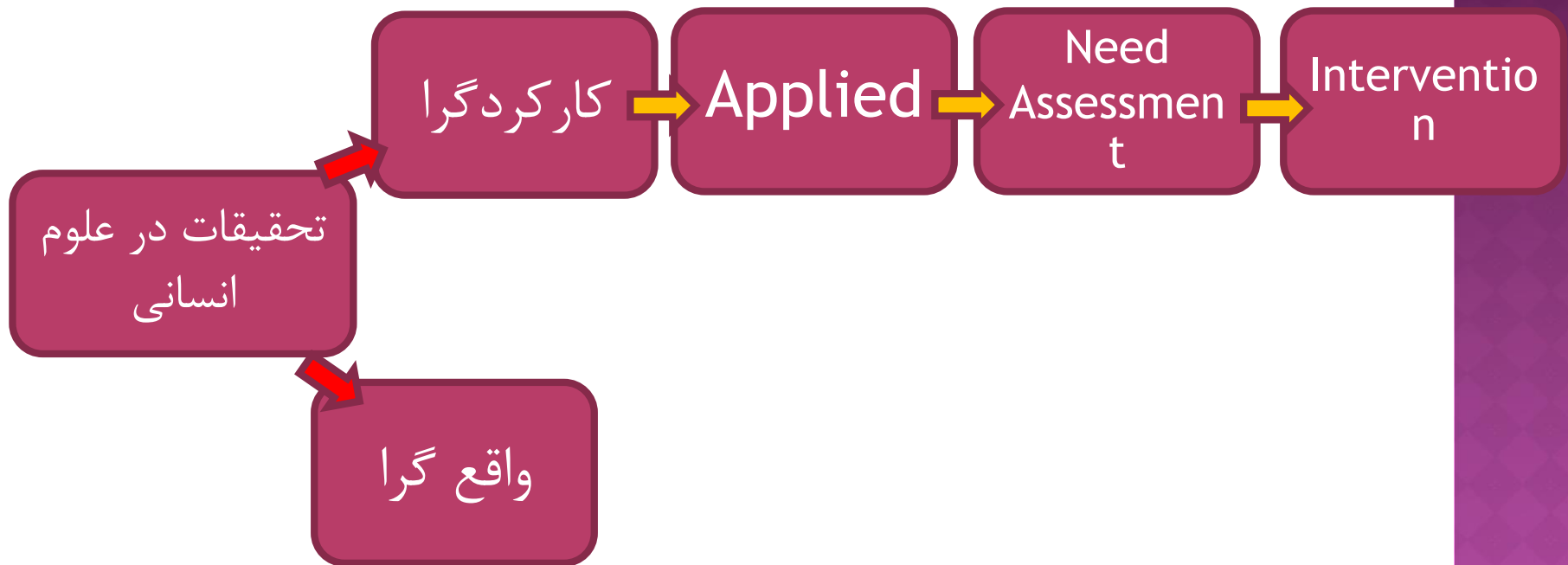
بِشَامِ خُداوند جان و خرد

(p s H)

فرایند شکل گیری معنویت کاربردی و شناسایی تعارضات در حوزه سلامت معنوی

دکتر مهدی احمدی فراز
دانشگاه شهید اشرفی اصفهانی

فرآیند تحقیقات در علوم انسانی



1- معنویت از چه زمانی و چگونه مطرح شد؟

قدیمی ترین تجربه پزشکی برای حفظ سلامت انسان از طریق باورهای معنوی بوده و با افزایش کمی و کیفی ارتقای علوم در قرن 18 تا 20 میلادی به تدریج بعد جسمی را از اعتقادی جدا نمودند و به تدریج باورهای سکولاریسم قدرت گرفت ولی از حدود چهار دهه قبل متخصصان یافتند که حالات معنوی اعتقادی فرد بر سلامت وی اثر گذارست تحقیقات تا 2010 از مجموعه 600 مقاله که به انجمن بهداشت روانی ارائه شد در بعد معنویت یک مقاله بود ولی در دهه اخیر به 200 مقاله رسیده که محققان اذعان نمودند که اعتقادات معنوی دینی بر سلامت و افسردگی و استرس و کاهش مرگ تاثیر مثبت و سازمان بهداشت جهانی در سال 1997 انسان را موجودی چهار بُعدی معرفی کرد و بُعد معنوی را برای او لازم دانست. که سلامت انسان این چهار بُعد را لازم دارد و عبارتند از:

- 1) بعد جسمانی
- 2) بعد روانی
- 3) بعد اجتماعی
- 4) بعد معنوی.

2-فرایند شکل گیری معنویت بومی علمی کاربردی چیست؟

نیاز سنجی علمی در قرن اخیر مورد توجه قرار گرفته و فنون و مدل های این فرآیند هنوز جوان و در حال توسعه هستند نیاز سنجی در ابتدا در سازمانها به منظور تعیین اولویت ها برای تخصیص منابع بکار می رفت. بدین شکل که سازمان داده هایی را از مشتری های بالقوه خود در قالب نیازهای دیده شده و دیده نشده جمع آوری نموده و آنها را در برنامه ریزی خود استفاده می نمود این نیازسنجی در دهه های اخیر در حوزه علوم سلامت نیز مطرح شده است بنابراین تشخیص **نیاز معنوی -- تعارض معنوی** اولین گام برای ارائه محتوای اثرگذار می باشد.

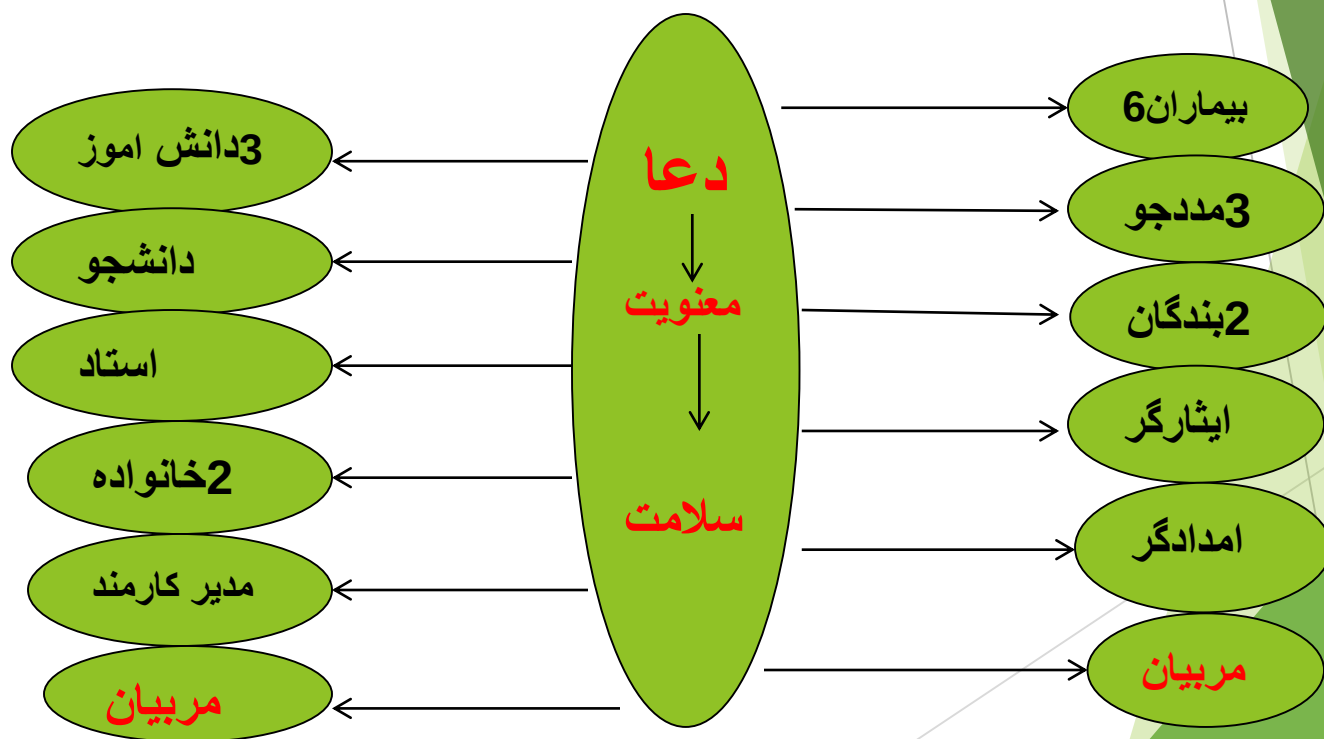
آزمون نیاز و بحران معنوی فرد بر اساس مصاحبه و پرسش و سنجش رفتاری را نیازسنجی معنوی می‌نامند

معنویت

یک نظام باور و عمل بر مبنای معانی و ارزش‌هایی پویا و ارتباطاتی محبت آمیز و عمیق با خدا، خود، خلق و خلقت که در راستای قرب به خدا زندگی را ارزشمند و مرگ را معنادار می‌کند

تجارب گروه های هدف با

psH



گزارش فرایند شکل گیری

1- نگاه به دین و دعا 200 - کارکرد

2- تحقیقات بنیادی نظری سال 1382

3- تحقیقات بنیادی تجربی 1389

4- تحقیقات کاربردی (بسته سازی)

تعارضات

معنوی

به هم ریختگی در باورهای فرد و ناهماهنگی در درون مجموعه ارزشهای مورد قبول او و نیز ناهماهنگی بین نظام ارزشی و رفتارهای فرد است که منجر به پریشانی در ارتباط او با خداوند، خود، خلق و خلقت می شود و در نهایت همه ابعاد وجودی انسان (جسمی-روانی-اجتماعی) را تحت تاثیر قرار می

دهد.

سوال

چه کسی چه روشی چه محتوایی

نمونه تعارضات

چرا خدا به بی دینان بیشتر می دهد و به من که بنده
خوبم کمتر؟ چرا مامسلمانان بدبختی داریم و...
چرا خداوند در تقدیر من این بیماری را نوشت؟
چرا هرچی بدبختیه مال بدبختاست؟ **کلیپ کودک**
چرا با مشکلات و این سبکی من را تنبیه میکنه؟
چرا کودک بی گناهم بیمار شد؟
مشکلات سختی بی عدالتی نامهربانی و تنبیه خداست
آیا همه موارد فوق را خدا انجام داده؟ **بیماردیابت سرطانی**

نمونه تعارض دعا و اجابت

هرچه دعا خواندم بدتر میشه چرا؟

چرا هرچی دعای کنم اتفاقی نمی افته؟

فلانی که با دعا و دین کاری نداره زندگی بهتری داری چرا؟

دعا و توسل برای بیمارم برداشتم و مرد؟

پاسخ های معمول

حکمتی در کار هست قسمت تو بوده خدا تو را دوست داره

حکمت مصلحت و دوستی خدا درسته ولی چقدر افراد قانع می شوند؟

سوال

حکمت مصلحت یک گزاره دینی است و صد درصد درسته ولی تطبیق

این امر بر چه اساسی است؟

نمونه تعارضات در حوزه اخلاق

هرچی صبر کردم نتیجه نگرفتم لذا خسته شدم
توصیه به بخشش می کنند هرچه من بخشیدم پروتر شده
و دیگر فکر کنم فایده ندارد
من اخلاقی عمل کنم و دیگران نکنند من اذیت می شوم
هرچه من اخلاقی عمل می کنم و کوتاه میام بدتر میشه
مسئله

آنچه به اسم صبر بخشش توکل در عمل انجام شده درسته؟
فعل بخشش -- تعمیم -- مخاطب شناسی --- مفهوم شناسی
واگذار کردم

کارکرد تعارضات

کاهش ارتباط واقعی با خدا ...اون هرکاری میخاد میکنه
نمازتشکر از خداست به من میگی نماز بخونم
وقتی ارتباط با خدا مخدوش شد عزت نفس قدسی کم
میشود

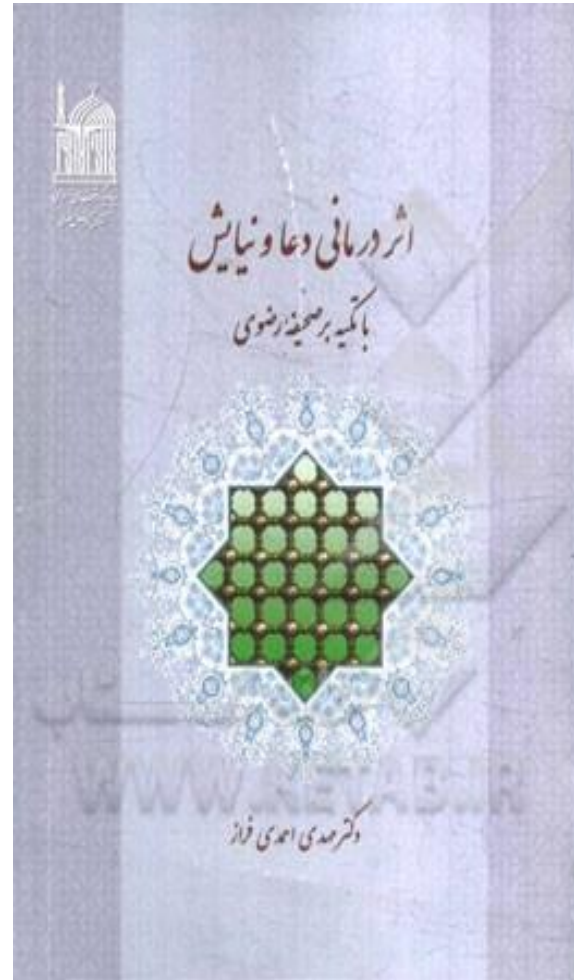
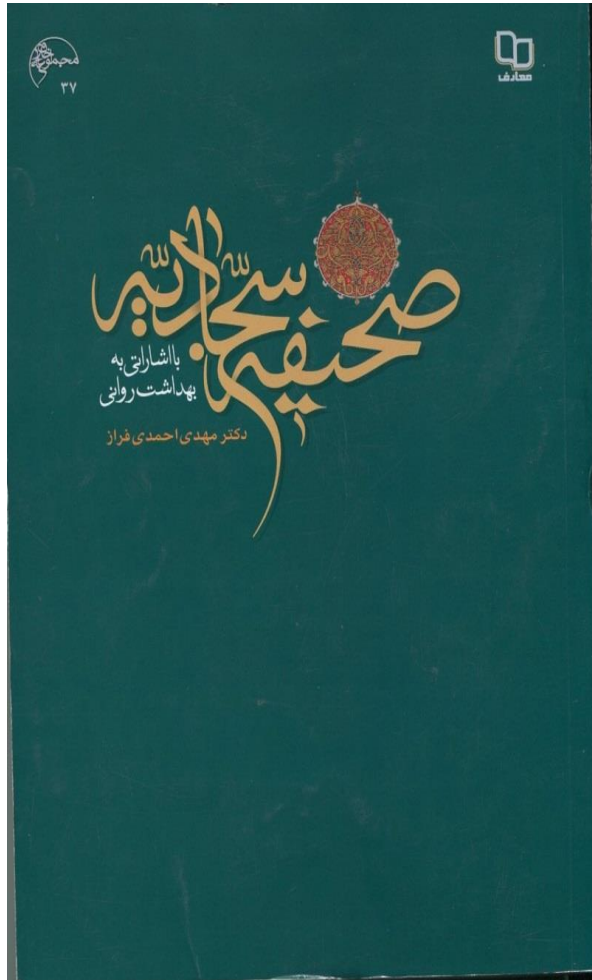
احساس خشم نسبت به اعمال مذهبی مثال پرت کردن سجاده
دعا خواندن مسخره کردن دعا خوان و.....
تنفر و مقصردانستن روزگار ترشی ننذاز مادرش میمره
احساس پوچی در بودن و بی هویتی و بی معنایی زندگی

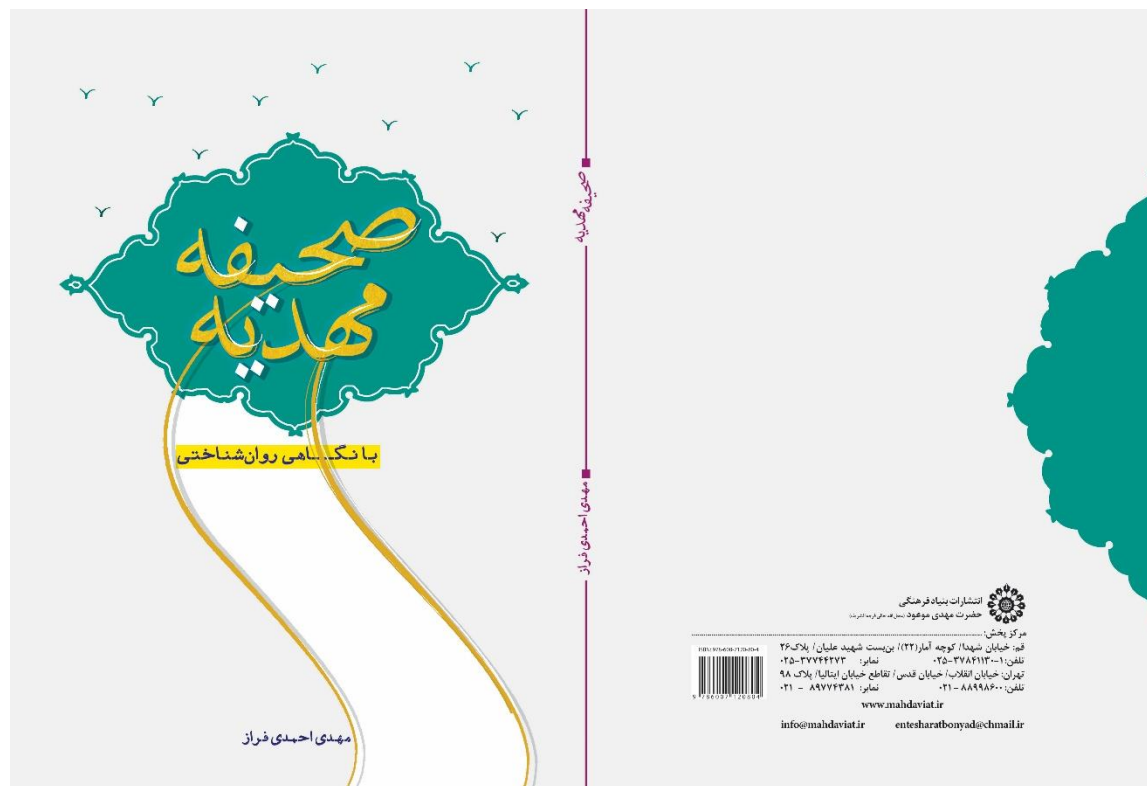
3- چه کسانی خدمات در حوزه معنویت و سلامت معنوی را ارائه کنند؟

الگوهای معنوی - اخلاقی
محتوای معنوی - اخلاقی

پزشک (خبر بد) پرستار (ارتباط گیری موثر) روان
شناس (خطای شناختی) روحانی یا مراقب معنوی
آموزش دیده

مبانی نظری معنویت نیایش محور





صحیفه مهدیه

با نگاهی روان‌شناختی

مهدی احمدی فراز

صحیفه مهدیه

مهدی احمدی فراز

انتشارات بیناب فرهنگی
حسرات مهدی موجود - تهران - پلاک ۹۸



مرکز پخش:

فوق خیابان شهید، کوچه آمار (۲۳)، پست شهید علینا، پلاک ۲۶
تهران - ۱ - ۳۷۸۷۱۱۲ - ۲۵ - شماره: ۲۵-۳۷۷۴۴۷۳
تهران، خیابان انقلاب، خیابان قدس / تقاطع خیابان آیتالله، پلاک ۹۸
تهران، ۸۸۹۹۶۰۰ - ۲۱ - شماره: ۸۸۹۷۳۸۱ - ۲۱ -

www.mahdaviat.ir

info@mahdaviat.ir entesharatbonyad@chmail.ir



کتاب کاربردی



کتاب کاربردی



مجموعه کتب مراقبت معنوی

بیماری و بیداری

ممارت های معنوی برای تقویت روحیه بیمار
نویسنده: دکتر مهدی احمدی افراز



کتابخانه دیجیتال



بسته مراقبت معنوی

شامل شش کتاب و بازه سی دی صوتی و تسبیحی است که با مشارکت یک تسبیح چند تخصصی در علوم دینی، گسای و روان پزشکی تألیف و آماده شده است. مخاطب این مجموعه با یکبار، پژوهشگران و بیماران هستند و هدف از آن ارائه تعریف جامع از معنویت، سلامت معنوی و مراقبت معنوی، ارائه راهکارهای علمی و کاربردی برای مراقبت معنوی به صورت فردی یا گروهی و همچنین ارائه دستورکارهایی مخصوص بیماران است. کتاب های این مجموعه عبارتند از: «آمادگی برای مراقبت معنوی»، «چرا آن»، «بیماری و بیداری»، «مراقبه با دعا»، «آرزش با نیاش» و «چه کنم». سی دی های این مجموعه مخصوص بیماران و اطرافیان آن ها است و عبارتند از: «دوازه سی دی شامل ده ها کتاب آرش با نیاش همراه با تکنیک های معنوی، یک سی دی با موضوع تغییر نگرش به بیماری، یک سی دی با موضوع امیدافزایی معنوی، و یک سی دی با موضوع مهارت سرورزی».

illness and Awakening

Mehdi Ahmadi Afraz

کتاب «بیماری و بیداری»

کتاب بیماری و بیداری براساس تجربیات بالینی و تربیتی چندین بیمار را نگاه علمی، کاربردی و معنوی و باهدف آراشت بخشی به بیمار و خانواده او در سه فصل به رشته تحریر درآمده است. در فصل اول ضرورت معنویت، تعریف معنویت، مراقبت معنوی و درد معنوی و معنابخشی به رنج و اثر درمانی آن به اختصار بیان شده است. در فصل دوم مفهوم شناسی تقویت روحیه و تکنیک های معنوی برای تقویت نگرش بیمار توسط خود بیمار بیان شده است. و در فصل سوم به الگوهای معنوی ویژه نوبندگان بیمار و تیم درمان و نیز شرایط ارائه مراقبت معنوی در منزل اشاره شده است.



قیمت: ۶۰۰۰ تومان

آدرس: دانشگاه علوم پزشکی مشهد، پ. م. ۹۱۷۶۵
email: publications@ms.ac.ir
تلفن: ۰۵۱-۶۶۶۸۲۹۲ - ۰۵۱-۶۶۶۸۲۹۳

معرفی مگسا

مگسا یکی از مراکز تابع بنیاد خیریه آلاء است که رسالتش براساس پیشنهاد سازمان بهداشت جهانی برای کنترل سرطان در کشورها و همچنین سیاست کلان بنیاد خیریه آلاء در کمک به حل مسائل اولویت دار و معطل قلم در کشور، چنین تعریف شده است. پیشگیری اولیه ۲۴ شخص زود هنگام ۲۴ شخص و درمان بیماری ۴ مراقبت های تسکینی.

این مرکز که پیش از برنامه جامع مراقبت های حمایتی و تسکینی در کشور است. فعالیت خود را از سال ۱۳۸۸ با همکاری نظام سلامت و با پیگیری از دستگاه های تخصصی اعصاب و روان، علم دانشگاه های علوم پزشکی مشهد، مرکز این عرصه آغاز کرد. از برنامه های مرکز می توان به این نمونه ها اشاره کرد: خدمات طب تسکینی در بخش های بیمارستانی، کاتیک های تخصصی بازتوانی پس از درمان و پیشگیری، مراقبت حمایتی و تسکینی در منزل و راهنمایی تلفنی ۲۴ ساعته به بیماران.

طراحی و عمل به برنامه های خدمات حمایتی و تسکینی به بیماران صعب العلاج مبتنی بر دانش فنی روز دنیا و مناسب با مقتضات جامعه امروزی و تأمین زیرساخت های درمانی و مراقبتی از امور برای آزادی مطلق این مسایل، از اساسی ترین رسالت های مرکز آلاء است که به همین منظور فعالیت های آموزشی و پژوهشی در صدر اولویت های آن قرار گرفته است. در حال حاضر، این مرکز بزرگ ترین و حرفه ای ترین همکار نظام سلامت در موضوع مراقبت های تسکینی، یک کلینیک و ستودنی ملی با اهدافی که در این خصوص وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، متفکرانه، عهدمند ارائه خدمات در این عرصه در سطح ملی شده است.



کتاب کاربردی



بسته مراقبت معنوی

شامل شش کتاب و یازده سی دی صوتی و تصویری است که با مشارکت یک تیم چندتخصصی در علوم دینی، انسانی و روان پزشکی تألیف و آماده شده است. مخاطب این مجموعه با دیگران، پژوهشگران و درمان‌ها هستند هدف از ارائه تعریف جامع از معنویت، سلامت معنوی و مراقبت معنوی، ارائه راهکارهای علمی و کاربردی برای مراقبت معنوی به صورت فردی یا گروهی و همچنین ارائه دستاوردهای مخصوص بیماران است. کتاب‌های این مجموعه عبارتند از: «راهنمای برپایی مراقبت معنوی»، «چرا این» «بیماری و بیماری»، «مراقبه یا دعا»، «آرامش با نیایش» و «چه کند». سی دی‌های این مجموعه مخصوص بیماران و اطباء آن‌هاست و عبارتند از: دوازده سی دی شامل دعاها، کتاب آرامش با نیایش همراه با تکنیک‌های معنوی، یک سی دی با موضوع تغییر نگرش به بیماری، یک سی دی با موضوع امیدآفرینی معنوی، و یک سی دی با موضوع مهارت‌های تصویرسازی.



مجموعه کتب مراقبت معنوی

آرامش با نیایش

ممارات های معنوی برای تقویت روحیه بیمار

نویسنده: دکتر مهدی احمدی فرارز



کتاب آرامش با نیایش

۱

نویسنده: دکتر مهدی احمدی فرارز

Relax with Benediction

Mehdi Ahmadifaraz

کتاب «آرامش با نیایش»

کتاب «آرامش با نیایش» براساس نیازسنجی معنوی بیماران تألیف شده تا با آگاهی نیایشی و با نگاهی روان شناختی به برخی از نگرانی‌ها و نگرش‌های منفی بیماران جهت فکری و معنای معنوی ببینند. نتیجه این بینش، رسیدن به آرامش و زندگی به خداوند است. این نگاه به دعا یک روش دینی علمی و کاربردی است که براساس پژوهش و تجربه بالینی یازده ساله نگارنده به دست آمده است. کتاب آرامش با نیایش در دو فصل تدوین شده است. در فصل اول، موضوعات چارچوبی، چگونگی و ادب ابلاغ دعا، رابطه دعا و حاجت، دعا در روان شناسی دین و طب مکمل، نگرش نو و کاربردی به دعا و تحلیل آرامش با نیایش آمده است. و در فصل دوم، دوازده دعا براساس نیازسنجی معنوی با نگاه روان شناختی انتخاب شده است که خوانندگان براساس نیاز معنوی به آن رجوع می‌کنند.



قیمت: ۹ تومان
آدرس: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، ص.ب. ۸۱۹۹۵
email: publications@macsa.ac.ir
تلفن: ۰۲۱-۳۳۳۳۳۳۳۳ - ۰۲۱-۳۳۳۳۳۳۳۳



9 789645 246196



معرفی یکسا

یکسا یکی از مراکز تخصصی و نوین خدمات راهبردی است که با هدف ارتقای سلامت جسمانی و روحانی بیماران، با همکاری و مشارکت با مراکز تخصصی و مراکز درمانی، خدمات تخصصی و نوین را ارائه می‌دهد. یکسا با بهره‌گیری از آخرین دستاوردهای علمی و فناوری، خدمات تخصصی و نوین را ارائه می‌دهد. یکسا با بهره‌گیری از آخرین دستاوردهای علمی و فناوری، خدمات تخصصی و نوین را ارائه می‌دهد. یکسا با بهره‌گیری از آخرین دستاوردهای علمی و فناوری، خدمات تخصصی و نوین را ارائه می‌دهد.

دوره سلامت و مراقبت معنوی ویژه بیمار 4 واحد

آسیب شناسی معنوی

آشنایی با علوم پزشکی و مراقبت های پرستاری

آشنایی با علوم روان شناختی

فنون مصاحبه بالینی و روان درمانی

آشنایی با فقه درمانگر و درمانجو

روان شناسی سلامت

مبانی و اصول مراقبت معنوی

شیوه و فنون مراقبت معنوی

رابطه اخلاقی درمانگر و درمانجو

مشاوره فردی ویژه بیماران

مشاوره گروهی

مشاوره در منزل بیمار

نویدنیایش و مکسا

دوستان محترم

نیایش دبستان معرفت برای نوآموختگان کنگره رفعت
برای اندیشمندان و آبشار رحمت برای گرفتاران است

الهی بینشی به ما عطا فرما تا تقدیرتورا از تقصیر خود بشناسیم

از حسن توجه شما سپاس گزارم

رابطه دعا باروان شناسی

مقابله مذهبی -- مراقبه

رابطه دعا با پزشکی

سایکونوروایمونولوژی -- تئوسوماتیک

رابطه دعا با مدل پی اس اچ

سلامت معنوی -- سلامت اخلاقی

دعا و روان شناسی

مقابله مراقبه

- ▶ مراقبه دربرگیرنده گروهی از تکنیک ها می باشد که وجه مشترک آن تلاش آگاهانه برای متمرکز کردن توجه و تلاش برای اجتناب از نشخوارهای فکری است و شامل انواع متعددی مانند مراقبه ذن متعالی مراقبه اندیشمندانه و غیره میباشد (معنویت و روان شناسی مثبت ص 70). ما معتقدیم که میتوان بین روان شناسی با دعا رابطه برقرار نمود و به صورت عمومی در برخی آسیب ها به مراجعین کمک کرد که پروتکل آن توسط تیم در حال تدوین و تألیف است. **مراقبه نیایشی**

دعا و پزشکی

- ▶ طب جامع نگر از دعا به عنوان یک درمان مکمل همراه با سایر مراقبت‌های بهداشتی استفاده می‌کند. پژوهشگران اثربخشی دعا در بیماری‌های قلبی و افسردگی‌ها و حتی مشکلات زناشویی را تایید کردند. تحقیقی روی دویست پزشک خانواده انجام شد آنان اظهار داشتند که 85% بیماران از پزشک خود درخواست دعا داشتند. یک متخصص خطاب به اعضای انجمن پزشکی بریتانیا می‌گوید: «یکی از موثرترین عوامل ایجاد خواب آرام دعا است، من این تجربه را پس از سال‌ها طبابت به دست آوردم دعا کردن در میان مسکن‌های مغز و اعصاب طبیعی ترین و کامل ترین درمان است.

پزشکی

بنسون استاد دانشکده پزشکی دانشگاه هاروارد می‌گوید: هیچ شکافی بین علم و معنویت در درمان انسانها وجود ندارد، تکرار دعا موجب می‌شود که سرعت تنفس فعالیت قلب، فشارخون و فعالیت‌های موجی مغز کاهش یابد و گاه دعا، در نزد بیماران چنان قدرت درمانی دارد که نیاز به عمل جراحی و یا درمان پرهزینه دارویی را از بین می‌برد. وی در مقاله‌ای با نام «دارویی به نام دعا» با تحقیق در بخش عروق بیمارستان سانفراسیسکو در مورد اثر نیایش در بهبودی بیماران می‌گوید اگر به اعتبار این دارو معترف باشیم باید در نسخه‌های پزشکی خود بنویسیم دعا کنید دعا کنید دعا کنید.»

پزشکی

▶ در تحقیقی که بر چهارهزار نفر انجام شد، مشخص شد در افرادی که به طور مستمر مناجات می کنند و در مراسم مذهبی شرکت دارند و متون مذهبی و دعا می خوانند، فشار خون کاهش می یابد (البته علل مشکلات و فشار خون در افراد متعدد است) و دعا، عاملی اثرگذار محسوب می شود.

▶ تعارض: چرا افراد مذهبی فشارخون دارند؟ اگر رفع تعارض نشود دعا نا کارآمد جلوه داده میشود

▶ طب تئوسوماتیک

PSH دعا و سلامت

- از یافته‌های جدید «سایکونورواپمونولوژی»، وجود انواعی از ملکول‌های پیک به نام «نوروپتیدها» است. این ملکول‌های پیک، پیام مربوط به افکار و عقاید و احساسات را از طریق گردش خون حمل کرده و به این ترتیب وضعیت روانی و ذهنی را مستقیم به تمام سلول‌های بدن مرتبط می‌کند. پس دین میتواند یک یاز مهم‌ترین عامل تقویت یا تضعیف سیستم ایمنی باشد که تحت تأثیر افکار و احساسات است. این ملکول‌ها می‌تواند از مغز و حتی از دیگر ارگان‌های بدن سرچشمه بگیرند. مطالعات نشان داده که سیستم ایمنی همانند سیستم عصبی در گردش عمل می‌کند که شدیداً متأثر از افکار و احساسات ماست، شواهد نشان می‌دهد که احساس باختن یا نارضایتی می‌تواند به‌طور جدی عملکرد سیستم ایمنی را مختل کند و سبب انواع بیماری‌های مزمن شود.

چگونه میتوان رفتار درست و اخلاق کریمانه
و آرامش پیدانمود؟؟؟ باورسازی و دعا

دعا با چه روشی می تواند ما را به باور رفتار و اخلاق
و آرامش مستمر برساند؟

1- مقابله مذهبی 2- نگرش سازی با دعا تبیین در دوره

--فرایند تغییر تصحیح تکمیل تعمیق تثبیت باور

با دعا چگونه است؟ در طول دوره

ویژگی های مدل

- 1- یاددهی روش اعتقادسازی
 - 2- نیازمحور مسئله محور روشمند باهدف مشخص
 - 3-جامعیت مانعیت دارد
 - 4- دینی علمی بومی کاربردی
 - 5- کاربردی سازی الگوهای دینی بصورت تجربی
- نکته:

اگرچه حدود دودهه فعالیت علمی انجام شده ولی بحث نیاز به تکمیل سازی دارد و از نظرات اندیشمندان استفاده می کنیم و از جناب دکتر آذربایجانی تشکرمی کنم

اولین گام جهت ارتقای سلامت معنوی اخلاقی (تعمیق) چیست؟

- 1- شناسایی نیازهای معنوی و انتخاب آن مانند کلیپ دانش آموز
- 2- شناسایی تعارضات معنوی و کمک برای رفع تعارض مددجو عاجزم
- 3- آموزش- پرورش و فرصت جهت باورسازی (باوردهی یا باورسازی)

شرط موفقیت در... نیازمحور مسئله محور و روشمند بودن می باشد

چگونگی شکل گیری تعارضات

اللهم مالک الملک

لاموثر فی الوجود الا الله

ادعونی استجب لکم....

نتیجه : سکولار جبرگرا مددجو بگذارزندگیم را بکنم

قصد آسیب ندارد ولی آسیب واردمی کند مثال چوپان

راستگو

نکته : بدبین نیستم ارتباط گیری موثر و شنیدن درد

دل‌های افراد سبب شناسایی نیازها و تعارضات شد

آسیب شناسی درارائه مباحث دینی؟

- 1- عدم تبیین کافی الگوی دینی
- 2 - تطبیق نادرست (مصلحت تقدیر)
- 3- ایجاد انتظار کاذب مثلاً دعا
- 4- مسئله محور نبودن موضوعات

پیشنهاد کلی :

- 1-روایت امام صادق : حدیث تدریه خیر من الف ترویه.....
 - 2-روش فهم حدیث در ارائه تشکیل خانواده حدیث خیلی مهم است
 - 3-مخاطب شناسی
 - 4-فرایند ارائه مباحث تبلیغی مسئله محور براساس نیاز باشد
- ادعونی الدعا سلاح

سوال پایانی

چگونه میتوان براهداف وارزشهای افراداثرگذاربود؟

باورمیانی یانگرش غم بیماری ازدواج

باوربنیادی اعتقادات بنیادی

درنیازهای زیستی غالبا براساسعمل می کنیم. غذا

دررفتارهای خودغالبا براساسعمل می کنیم. دانشجو

درحوزه اخلاق نیزغالبا براساسعمل می کنیم.

میزان پایبندی افراد دراحکام اخلاق براساس چیست؟

مواظب افکار...

دعا و سلامت

psh مدلی علمی دینی کاربردی است

این مدل برای اعتقاد اخلاق و رفتار فردا اثر بخش
بوده و میتواند منجر به ارتقای سلامت معنوی
اخلاقی رفتاری افراد گردد.