



ORIGINAL RESEARCH ARTICLE

Investigating the methods of dealing with problems in the textbooks of the sixth-eighth centuries (case study of Bustan, Golestan, Kelileh and Demneh, Masnavi) based on the psychological theory of Folkman and Lazarus

F. Drikund¹, A. Golshani^{1*}, F. Golshani²

1- Department of Persian Language and Literature, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

2- Department of Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 22 November 2020

Reviewed: 23 December 2020

Revised: 07 January 2021

Accepted: 23 February 2021

KEYWORDS

Problem coping, Problem-oriented and emotion-oriented coping style, Folkman and Lazarus theory, Bustan and Golestan, Kelileh and Demneh, Masnavi.

*Corresponding Author

✉ akr.golshani@iauctb.ac.ir

☎ (+98 21) 77637051

ABSTRACT

BACKGROUND AND OBJECTIVES: In Persian educational literature, special methods of dealing with problems through allegory and anecdote and advice are given in the language of poetry and prose. The subject and purpose of this study is to apply these strategies to one of the most popular psychological theories of the present age called coping skills theory, which was proposed by two American psychologists, Lazarus and Folkman in 1984 and is mainly based on two axes: problem-oriented and emotion-oriented.

METHODOLOGY: The research method in this article is analytical and descriptive and has been used to collect data based on library resources.

FINDINGS: The findings of this study show that the methods of coping with psychological pressures and problems in the literary works of Golestan, Bustan, Kelilehudmaneh and Masnavi-Mannavi are largely compatible with coping methods based on the psychological theory of Falkman and Lazarus.

CONCLUSION: The result of the research indicates that in the mentioned books, the problem-solving method, which is based on reason and action, has a higher frequency compared to the emotion-oriented method. In Saadi Bustan and Golestan, the way of dealing with emotion is more than the way of dealing with problem-oriented. In Kidneywood, we are most confronted with positive, effective, and efficient problem-solving methods. In Masnavi, the positive problem-oriented method and the emotion-oriented coping style are used in a slight way.

DOI: [10.22034/bahareadab.2021.14.5685](https://doi.org/10.22034/bahareadab.2021.14.5685)

NUMBER OF REFERENCES	NUMBER OF TABLES	NUMBER OF FIGURES
 9	 10	 0

نشریه علمی سبک‌شناسی نظم و نثر فارسی (بهار ادب)

مقاله پژوهشی

بررسی شیوه‌های مقابله با مشکلات در کتب تعلیمی قرن شش تا هشت (مطالعه موردی بوستان، گلستان، کلیله و دمنه، مثنوی) براساس نظریه روان‌شناختی فولکمن و لازاروس

فاطمه دریگوند^۱، اکرم گلشانی^{۲*}، فاطمه گلشانی^۳

۱- گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲- گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده:

زمینه و هدف: در ادبیات تعلیمی فارسی، شیوه‌های خاص برخورد با مشکلات از طریق تمثیل و حکایت و پند و اندرز به زبان شعر و نثر آورده شده است. موضوع و هدف این پژوهش تطبیق این راهکارها با یکی از نظریات روانشناسی مطرح عصر حاضر به نام تئوری مهارت‌های مقابله‌ای است که توسط دو روانشناس آمریکایی، لازاروس و فولکمن در سال ۱۹۸۴ ارائه گردیده است و عمدتاً بر دو محور مسئله‌مدار و هیجان‌مدار بنا شده است.

روش مطالعه: روش پژوهش در این مقاله تحلیلی و توصیفی است و برای جمع‌آوری داده‌ها از منابع کتابخانه‌ای استفاده شده است.

یافته‌ها: شیوه‌های مقابله با فشارهای روانی و مشکلات در آثار ادبی گلستان، بوستان، کلیله و دمنه و مثنوی معنوی تا حد بسیار زیادی با شیوه‌های مقابله‌ای براساس نظریه روانشناختی فالکمن و لازاروس قابل انطباق است.

نتیجه‌گیری: حاصل پژوهش بیانگر آن است که در کتب ذکرشده شیوه مقابله مسئله‌مدار که مبتنی بر خردورزی و اقدام است، در مقایسه با شیوه هیجان‌مدار از بسامد بیشتری برخوردار است. در بوستان و گلستان سعدی، شیوه مقابله هیجان‌مدار بیش از شیوه مقابله مسئله‌مدار بچشم میخورد. در کلیله و دمنه بیش از همه با شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت، مؤثر و کارآمد مواجه هستیم. در مثنوی نیز از شیوه مسئله-مدار مثبت و از سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار بشکل کم‌رنگ بهره گرفته شده است.

تاریخ دریافت: ۰۲ آذر ۱۳۹۹

تاریخ داوری: ۰۳ دی ۱۳۹۹

تاریخ اصلاح: ۱۸ دی ۱۳۹۹

تاریخ پذیرش: ۰۵ اسفند ۱۳۹۹

کلمات کلیدی:

مقابله با مشکلات،

سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار،

نظریه فولکمن و لازاروس،

بوستان و گلستان، کلیله و دمنه،

مثنوی معنوی.

* نویسنده مسئول:

✉ akr.golshani@iauctb.ac.ir

☎ ۷۷۶۳۷۰۵۱ (۲۱ ۹۸+)

مقدمه

از مهمترین پیامدهای دنیای جدید، مشکلات و فشارهای روانی روزافزونی است که گریبان انسان را گرفته و موجب سلب آرامش و آسایش فکری او در عین برخورداری از رفاه نسبی ایجاد شده است. برای غلبه بر فشارهای روانی تشدیدشده در طول زمان، صاحب‌نظران و اندیشمندان راهکارهایی بیان داشته‌اند. از مهمترین نظریه‌پردازان حوزه مقابله با فشارهای روانی میتوان از فولکمن^۱ و لازاروس^۲ نام برد.

مشکلات و فشارهای روانی بر انسان در بسیاری از آثار ادب کهن فارسی نمود یافته است. ازجمله این آثار میتوان به ادبیات تعلیمی فارسی اشاره کرد. ادبیات تعلیمی آثاری هستند که خالقان آنها با محور قرار دادن انسان و زندگی، به فشارهای روانی و تنشی زندگی، اشارات بسیاری بصورت مستقیم و غیرمستقیم نشان داده‌اند و مهارت‌های مقابله با مشکلات و فشارهای روانی را در شواهد و مصادیق موجود در آثار خود به مخاطب گوشزد نموده‌اند. ازاینرو مطالعه این متون با هدف دریافت رهنمودها و راهکارهای مقابله با فشارهای روانی مورد توجه پژوهشگران فرار گرفته است. از جمله این آثار میتوان به بوستان، گلستان، کلیله و دمنه و مثنوی معنوی اشاره کرد.

در این مقاله تحلیلی - توصیفی سعی بر این است روشهای مقابله با مشکلات و فشارهای روانی که در کتب ذکرشده آمده، یافت و تحلیل شود و راهکارهایی برای مقابله با دغدغه‌های زندگی بشری با توجه به مصادیق و شواهد در آن یافت گردد. با توجه به محتوای تعلیمی و ارزشهای تعلیمی و تربیتی که در این آثار یافت میشود، بنظر میرسد میتوان نمونه‌هایی بارز در ارتباط با مشکلات مطروحه در نظریه لازاروس و فولکمن در این آثار یافت. در بررسی مطالعات عملی مرتبط با موضوع این پژوهش مشخص گردید که تا کنون پژوهشی بین‌رشته‌ای (ادبیات و روانشناسی) که ارتباط مستقیمی با این موضوع داشته باشد انجام نگرفته است که بیانگر تازه و بدیع بودن این پژوهش است.

بحث و بررسی

معرفی نظریه فولکمن و لازاروس

از دیدگاه لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) مقابله عبارت است از تلاشهای فکری، هیجانی و رفتاری فرد که هنگام روبرو شدن با فشارهای روانی بمنظور غلبه کردن، تحمل کردن و یا به حداقل رساندن عوارض استرس بکار گرفته میشود (پرسشنامه رفتارهای مقابله‌ای CCBQ، کراسکیان: ص ۲۷). در زمینه روشهای مقابله با استرس میتوان به سه راهبرد مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی اشاره نمود. راهبردهای مسئله‌مدار شیوه‌هایی را توصیف میکنند که براساس آن فرد اعمالی را که باید برای کاهش یا ازبین بردن یک عامل استرس‌زا انجام دهد، محاسبه میکند. رفتارهای مسئله‌مدار شامل جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر روانشناختی و اولویت دادن به گامهایی برای کانون توجه قرار دادن مسئله میشود؛ برعکس، راهبردهای هیجان‌مدار شیوه‌هایی را توصیف میکند که بر اساس آن، فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاشش را متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خود میکند. واکنشهای مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل گریه کردن، عصبانی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای

^۱. S.Folkman

^۲. R.S.Lazarus

عیب‌جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی است. راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی نیز مستلزم فعالیتها و تغییرات شناختی است که هدف آنها اجتناب از موقعیت استرس‌زا می‌باشد. رفتارهای مقابله‌ای اجتنابی ممکن است بشکل روی آوردن به یک فعالیت جدید و درگیر شدن با آن یا روی آوردن به اجتماع و دیگر افراد ظاهر شود (سبکهای مقابله با استرس شغلی در کارکنان نظامی، مرزآبادی و نیک نفس: ص ۳۰۰).

از دیدگاه لازاروس و فولکمن (۱۹۸۹) تفسیر و برآورد ما از رویدادها اهمیت بیشتری از خود رویدادها دارد. آنها معتقدند نه رویداد محیطی و نه پاسخ فرد، بلکه ادراک فرد از رویدادهاست که تئیدی و شدت آن را تعیین میکند. این ادراک شامل آسیبها، تدابیر، تهدیدها، چالشهای بالقوه و توانایی ادراک‌شده برای مقابله با آنهاست (بررسی رابطه عوامل شخصیتی، کیانی و آقاپور: ص ۱۳۳).

انواع مهارتهای مقابله‌ای

مهارتهای مقابله‌ای مسئله‌مدار: در مقابله متمرکز بر مسئله فرد ترجیح میدهد بیشتر از راهبردهای زیر برای تغییر موقعیت بهره‌گیرد: ابتدا برنامه‌ای بمنظور تغییر مشکل طرح‌ریزی کرده و سپس براساس آن عمل میکند. در برابر عوامل تنش‌زا مقاومت کرده یا به مبارزه برای تغییر آنها می‌پردازد. سعی میکند اطلاعات خود را درباره مشکل افزایش دهد و درباره مشکل و نحوه حل آن صحبت میکند (مقایسه ویژگیهای شخصیتی، فتاحی: ص ۹).

لازم به ذکر است که برخی از موارد ممکن است در هر دو دسته قرار بگیرند. برای مثال برخی منابع خویشتن‌داری را جزو دسته سبکهای مقابله‌ای هیجان‌محور قرار میدهند و برخی منابع آن را در دسته سبکهای مسئله‌محور قرار میدهند (بررسی تأثیر آموزش، فاریابی و همکاران: ص ۵۷).

شیوه مقابله هیجان‌مدار: در شیوه مقابله هیجان‌محور هدف اصلی کاهش و تعدیل سریع آشفتگی هیجانی است. استفاده از مهارتهای هیجان‌محور به فرد کمک میکند به وضعیت روانی تثبیت‌شده‌تری برسد و فرصتی را برای فعال‌سازی فرایندهای پیچیده‌تر ذهنی خود بدست آورد.

در روش مقابله متمرکز بر مسئله، فعالیتها مبتنی بر محیط است و خود جهت رفع یا تغییر، شرایط ارزیابی‌شده را بعنوان تهدید دربر میگیرد؛ اما در مقابله‌های متمرکز بر هیجان، فعالیتها یا افکاری را که برای کنترل احساسات نامطلوب ناشی از شرایط استرس‌زا استفاده میشود، شامل می‌گردد (ن.ک ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۴ به نقل از رابطه ذهن‌آگاهی، نریمانی و دیگران: ص ۹۳).

بوستان سعدی

نمونه‌های مسئله‌مدار در بوستان: در حکایات: در معنی شفقت (باب اول، ص ۵۴)، مأمون با کنیزک (باب اول، ص ۶۹)، یکی در بیابان سگی تشنه یافت (باب دوم، ص ۸۳) با مهارت مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل مشکل حل میشود. در بخش نخست حکایت: یکی روبه‌ی دید بی‌دست و پای (باب دوم، ص ۸۸)، با مهارت مسئله‌مدار مثبت از طریق اقدام به عمل مواجه هستیم. شیوه مرد در این داستان مهارت مسئله‌مدار منفی است، با توسل به نیرنگ و فریبکاری و ندایی که او را خطاب قرار میدهد، وی را به شیوه مسئله‌مدار مثبت از طریق اقدام به عمل برای رفع استرس فرامیخواند. در

حکایت پدر بخیل و پسر لآبالی (باب دوم، ص ۹۵)، پسر به شیوه مسئله‌مدار منفی از طریق دزدی از پدر خود را در برابر رفتار نادرست پدر توجیه میکند.

نوع	مثبت / منفی	تعداد	حکایات
اقدام به عمل	مثبت: ۴/ منفی: ۱	۵	۱- در معنی شفقت، ۲- مامون با کنیزک، ۳- حکایت باب دوم، ص ۸۳، ۴- یکی در بیابان سگی تشنه یافت، ۵- یکی روبهی دید بی دست و پای
دزدی	منفی	۱	پدر بخیل و پسر لآبالی
نیرنگ	منفی	۱	یکی روبهی دید بی دست و پای

نمونه‌های هیجان‌مدار در بوستان: در حکایات دزد و سیستانی، (باب هفتم، ص ۱۶۱) شکایت دزد از سیستانیها جزو مهارت‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار از نوع ابراز هیجان است. حکایت زورآزمای تنگدست (باب اول، ص ۷۱) به گله و شکایت از روزگار و ناپایداری عیش و سختی زندگی اشاره دارد. مهارت مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت از نوع پذیرش و تحمل در این حکایت دیده میشود. حکایت در خاصیت پرده‌پوشی (باب هفتم، ص ۱۵۸) در گروه مهارت‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت از نوع پرده‌پوشی قرار دارد. در حکایت معروف کرخی و مسافر رنجور (باب چهارم، ص ۱۲۴) مرد بیمار با رویکرد هیجان‌مدار منفی تکانش‌گری و به طریق پرخاش و ناسزاگویی به مهارت مقابله‌ای منفی روی می‌آورد و در مقابل معروف کرخی با شیوه مقابله هیجان‌مدار مثبت و مؤثر و با رویکرد تحمل و مدارا و سازگاری با هموعان، درشت‌گوییهای بیمار را تحمل میکند. در حکایت در معنی عزت‌نفس مردان (باب چهارم، ص ۱۲۳) مهارت هیجان‌مدار کارآمد و مثبت از طریق تنظیم هیجان و کنترل خشم و عدم مقابله‌به‌مثل دیده میشود. در حکایت زاهد و بربطزن (باب چهارم، ص ۱۳۲) با مهارت هیجان‌مدار مثبت با راهبرد تنظیم هیجان و کنترل خشم روبرو میشویم. در حکایت مرد کوتاه‌نظر و زنِ عالی‌همت (ص ۱۴۹) زن به شیوه مقابله هیجان‌مدار مثبت با رویکرد توکل به مردم دل‌داری و اطمینان میبخشد. در حکایت گفتار اندر سلامت گوشه‌نشینی (ص ۱۶۷) به شیوه مقابله هیجان‌مدار مثبت از نوع خویشتن‌داری و صبوری کردن در برابر مشکلات تأکید دارد. در حکایت ملک روم با دانشمند (باب اول، ص ۵۵) عالم به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع اجتنابی از راه‌پند و اندرز ملک را رهنمون میشود. در حکایت در معنی تواضع نیکمردان (باب چهارم، ص ۱۲۳) مرد نیک‌سرشت با مهارت هیجان‌مدار کارآمد و مثبت؛ از طریق تنظیم هیجان و به شیوه اجتنابی؛ یعنی کنترل خشم خویش، از ایجاد مشکل بزرگتر جلوگیری میکند. حکایت یکی نان‌خورش جز پیازی نداشت (باب ششم، ص ۱۴۸) بیانگر مهارت مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت با رویکرد سازگاری و پذیرش مشکلات است. در حکایت گفتار در صبر بر ناتوانی به امید بهی (باب ششم، ص ۱۵۰) سعدی به شیوه هیجان‌مدار مثبت بر صبر و تحمل در ناخوشایندیها تأکید دارد و آدمی را به روز بهی نوید میدهد. در حکایت یکی را ز مردان روشن‌ضمیر (باب ششم، ص ۱۴۸) با مهارت هیجان‌مدار مثبت از نوع قناعت و رضا به داده و دوری از حرص و طمع مواجه هستیم. در حکایت بزارید وقتی زنی پیش شوی (باب دوم، ص ۸۳) در بخش دوم و در سخنان مرد به همسرش با رویکرد مهارت هیجان‌مدار مثبت به شیوه مثبت‌اندیشی روبرو هستیم. در حکایت لقمان حکیم (باب چهارم، ص ۱۳۱) در عملکرد لقمان با مهارت هیجان‌مدار با رویکرد معنی مثبت دادن به امور و صبوری و پند و اندرز گرفتن از سختیها

مواجه میشویم. در حکایت یکی گربه در خانه زال بود (باب ششم، ص ۱۴۹) مهارت هیجان‌مدار مثبت و با معنای مثبت بخشیدن به امور و قناعت به داشته‌ها و دوری از زیاده‌خواهی نفس‌بچشم میخورد. در حکایت طبیب و کرد (باب پنجم، ص ۱۳۹) طبیب با عملکرد مسئله‌مدار منفی با رویکرد منفی‌نگری و تعجیل در قضاوت با بیمار برخورد میکند. در حکایت یکی خوب‌کردار، خوش‌خوی بود (باب چهارم، ص ۱۳۴) اشاره به مهارت‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت از نوع نیکی در حق دیگران دارد که با مهربانی و رفتار نیک، فرجامی نیک در انتظار آدمی خواهد بود.

نوع	مثبت/منفی	تعداد	حکایات
ابراز هیجان	مثبت	۱	دزد و سیستانی
پذیرش و تحمل	مثبت	۱	زورآزمای تنگدست
پرده‌پوشی	مثبت	۱	در خاصیت پرده‌پوشی
تحمل و مدارا	مثبت	۱	معروف کرخی و مسافر رنجور
تکانش‌گری	منفی	۱	معروف کرخی و مسافر رنجور
تنظیم هیجان و کنترل خشم	مثبت	۲	۱- در معنی عزت نفس مردان، ۲- زاهد و بربط زن
توکل	مثبت	۱	مرد کوتاه‌نظر و زن عالی‌همت
خویش‌داری	مثبت	۱	گفتار اندر سلامت گوشه‌نشینی
رفتار اجتنابی	مثبت	۲	۱- ملک روم با دانشمند، ۲- در معنی تواضع نیکمردان
سازگاری و تحمل مشکلات	مثبت	۲	۱- یکی نانخورش جز پیازی نداشت، ۲- در صبر بر توانایی به امید بهی
قناعت	مثبت	۱	یکی را ز مردان روشن‌ضمیر
مثبت‌اندیشی	مثبت	۱	بزارید وقتی زنی پیش شوی
معنی مثبت دادن به امور	مثبت	۲	۱- لقمان حکیم، ۲- یکی گربه در خانه زال بود.
منفی‌نگری	منفی	۱	طبیب و کرد
نیکی در حق دیگران	مثبت	۱	کی خوب‌کردار، خوش‌بوی بود

گلستان سعدی

نمونه‌های مسئله‌مدار در گلستان: در حکایت پادشاهی را شنیدم که به کشتن اسیری اشارت کرد (گلستان، ص ۵۹)، وزیر نیک‌سرشت با مهارت مسئله‌مدار مثبت از طریق اقدام به فعالیت خاص و گفتن دروغ مصلحت‌آمیز فرد محکوم به مرگ را از بخشش شاه برخوردار میسازد. در حکایت ملک‌زاده‌ای را شنیدم که کوتاه بود و حقیر (حکایت دوم باب اول، ص ۵۹) پسر نازیبای شاه، با شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل، شجاعت و خرد خود را نمایان میسازد و اندیشه ناصواب پدر را در مورد خود تغییر میدهد. در بخش نخست حکایت طایفه‌ای دزدان عرب بر سر کوهی نشسته بودند (حکایت چهارم، باب اول، ص ۶۰) وقتی پادشاه و مردم با مشکل دزدان روبرو میشوند، با رویکرد مسئله‌مدار مثبت از طریق اقدام به عمل با رایزنی و تأمل مشکلشان را رفع کردند. در

قسمت نخست حکایت یکی را از ملوک عجم حکایت کنند (حکایت ششم، باب اول، ص ۶۳) مردمی که بر آنها ظلم و ستم رفته است بدون مقابله و به شیوه هیجان‌مدار منفی از نوع اجتنابی شهر را رها میکنند. در ادامه پادشاه در برابر هشدارهای وزیر، بگونه‌ای مسئله‌مدار منفی مقابله میکند و تصمیم میگیرد وزیر معترض را زندانی کند و در قسمت پایانی حکایت مردمی که خواستار عدالت هستند مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل و شاه ستمکار را از قدرت ساقط میکنند. در حکایت یکی از ملوک عجم... (حکایت چهارم، باب سوم، ص ۱۱۰) مردمان با شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل راه تندرستی و سلامت را بدرستی یافته‌اند. در حکایت پادشاهی با غلامی عجمی در کشتی نشست... (حکایت هفتم، باب اول، ص ۶۴) حکیم بصورت مسئله‌مدار مثبت و از طریق بازسازی شناختی با مشکل غلام مقابله میکند و ترس غلام را از بین میبرد. در حکایت مردکی را چشم‌درد خاست... (حکایت چهاردهم، باب هفتم، ص ۱۶۰) مرد بیمار بشکل مسئله‌مدار منفی اقدام به عمل بدون تدبیر و اندیشه به دامپزشک مراجعه کرد و نتیجه منفی گرفت. قاضی به شکل هیجان‌مدار ظاهراً مثبت، دامپزشک را تبریئه نمود.

در حکایت: مریدی گفت پیر را... (حکایت سی‌وششم، باب دوم، ص ۱۰۳) سعدی با شیوه مقابله مسئله‌مدار مثبت از راه تدبیر و عقلانیت نحوه مقابله با درخواستهای بیجای برخی از افراد را بیان میکند. در حکایت یکی از بندگان عمرولیث گریخته بود... (حکایت بیست‌وسوم، باب اول، ص ۷۶) وزیر به شیوه مسئله‌مدار منفی و با نیرنگ و حيله می‌خواهد بنده فراری را از سر راه بردارد. بنده نیز از راه حيله و نیرنگ و به طریق مسئله‌مدار منفی و از نوع کینه‌ورزی درخواست کشتن وزیر را میکند و در نهایت وزیر به شیوه هیجان‌مدار مثبت و کارآمد با تدبیر و خردمندی از پادشاه می‌خواهد از گناه بنده فراری بگذرد تا وزیر در بلایی نیفتد. در حکایت درویشی را ضرورتی پیش آمده... (حکایت سیزدهم، باب دوم، ص ۹۱)، جوانمرد مالباخته به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق تدبیر و با گفتن دروغ مصلحتی آبروی دوست نیازمندش را حفظ میکند.

نوع	مثبت/منفی	تعداد	حکایات
اقدام به عمل	مثبت	۵	۱- پادشاهی را شنیدم که به کشتن اسری اشارت کرد، ۲- ملک‌زاده‌ای را شنیدم که کوتاه بود و حقیر، ۳- طایفه‌ای دزدان عرب بر سر کوه نشسته بودند، ۴- یکی را از ملوک عجم حکایت کنند، ۵- یکی از ملوک عجم...
بازسازی شناختی	مثبت	۱	پادشاهی با غلامی عجمی در کشتی نشست
بی‌تدبیری	منفی	۱	مردکی را چشم درد خاست
تدبیر و عقلانیت	مثبت: ۱/ منفی: ۱	۲	۱- مریدی گفت پیر را...، ۲- یکی از بندگان عمرولیث گریخته بود
کینه‌ورزی	منفی	۱	یکی از بندگان عمرولیث گریخته بود
نیرنگ و تدبیر	مثبت: ۱/ منفی: ۱	۲	۱- یکی از بندگان عمرولیث گریخته بود، ۲- درویشی را ضرورتی پیش آمد

نمونه‌های هیجان‌مدار در گلستان: در حکایات سوم از باب سوم (باب سوم، ص ۱۰۹) و جوانمردی را در جنگ تاتار جراحی هول رسید... (حکایت دهم، باب سوم، ص ۱۱۲)، مهارت مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت از نوع پذیرش و تحمل و صبر را مشاهده می‌کنیم. در بخش دوم حکایت طایفه‌ای دزدان عرب بر سر کوهی نشسته بودند... (حکایت چهارم، باب اول، ص ۶۰) وزیر از سر دلسوزی نابجا و ترحم بر دزد جوان، هیجان‌مدار منفی از نوع رفتارهای هیجانی و تکانشی برخورد می‌کند. در حکایت پارسایی را دیدم بر کنار دریا... (حکایت دوازدهم، باب دوم، ص ۹۱) مرد پارسا در مقابله با مشکلش بصورت هیجان‌مدار مثبت از طریق دعا و نیایش و پذیرش امور برخورد می‌کند. در حکایت یکی در صنعت کشتی گرفتن سرآمد بود... (حکایت بیست‌وهفتم، باب اول، ص ۷۹) استاد برجسته کشتی بشکل هیجان‌مدار مثبت با راهنمایی و ارشاد به او درس احترام به بزرگتر می‌دهد. در حکایت روزی به غرور جوانی سخت رانده بودم... (حکایت چهارم، باب ششم، ص ۱۵۱) پیر به شیوه هیجان‌مدار مثبت از طریق پند و اندرز دادن و راهنمایی کردن جوان را به مسیر درست زندگی کردن رهنمون می‌شود. در حکایت پارسایی بر یکی از خداوندان نعمت گذر کرد... (حکایت شانزدهم، باب هفتم، ص ۱۶۰) پارسا به شیوه هیجان‌مدار مثبت و از طریق راهنمایی و پند و اندرز و موعظه جوان ثروتمند را از ظلم و ستم نهی می‌کند. در قسمت نخست حکایت یکی را از ملوک عجم حکایت کنند... (حکایت ششم، باب اول، ص ۶۳) مردمی که بر آنها ظلم و ستم رفته است بدون مقابله و به شیوه هیجان‌مدار منفی از نوع اجتنابی شهر را رها می‌کنند. در حکایت یکی از وزرا معزول شد... (حکایت پانزدهم، باب اول، ص ۶۹) وزیر خردمند به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع اجتنابی از هرگونه خطر احتمالی بعدی خود را میرهاند و بر کنار می‌ماند. در حکایت دو برادر یکی خدمت سلطان کردی... (حکایت سی‌وششم، باب اول، ص ۸۳) برادر توانگر به شیوه هیجان‌مدار منفی و با رویکرد سرزنش از برادر می‌خواهد که به خدمت سلطان درآید و برادر درویش به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع اجتنابی و با پرهیز از پذیرش منت خدمت دربار از این کار سر باز می‌زند. در حکایت کاروانی در زمین یونان بزدند... (حکایت هجدهم، باب دوم، ص ۹۳) لقمان حکیم به شیوه هیجان‌مدار و به روش اجتنابی به کاروانیان نشان می‌دهد که نصیحت دزدان تأثیری بر آنها ندارد و پذیرفتن برخی از اتفاقات ناخوشایند و درس گرفتن از آنها اجتناب‌ناپذیر است. در حکایت سالی محمد خوارزمشاه... (حکایت شانزدهم، باب پنجم، ص ۱۴۱) عارف بزرگ به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع اجتنابی از مشکل احتمالی دوری می‌کند. در حکایت پیرمردی را گفتند... (حکایت هشتم، باب ششم، ص ۱۵۳) پیر دانا به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع اجتنابی و پرهیز از مشکل، از ازدواج و مشکلات بعدی آن رویگردان است و وضعیت خود را بدرستی تحلیل می‌کند. در حکایت ملک‌زاده‌ای را شنیدم که کوتاه بود و حقیر... (حکایت دوم، باب اول، ص ۵۹) برادران حسود به شیوه هیجان‌مدار منفی در مورد برادرشان اندیشه کینه‌کشی دارند که با شیوه مقابله مسئله‌مدار مثبت و اقدام به عمل خواهر و پدرشان ماجرا ختم به خیر می‌شود.

نوع	مثبت/منفی	تعداد	حکایات
پذیرش و تحمل	مثبت	۲	۱- حکایت سوم (باب سوم، ص ۱۰۹)، ۲- جوانمردی را در جنگ تاتار جراحی هول رسید
تکانش‌گری	منفی	۱	طایفه‌ای دزدان عرب بر سر کوهی نشسته بودند.
دعا و نیایش	مثبت	۱	پارسایی را دیدم بر کنار دریا.

راهنمایی و ارشاد	مثبت	۳	۱-یکی در صنعت کشتی گرفتن سرآمد بود، ۲-روزی به غرور جوانی سخت رانده بودم، ۳-پارسایی بر یکی از خداوندان نعمت گذر کرد.
رفتار اجتنابی	مثبت: ۵/منفی: ۱	۶	۱-یکی را از ملوک عجم حکایت کنند، ۲-یکی از وزرا معزول شد، ۳-دو برادر یکی خدمت سلطان کردی، ۴-کاروانی را در زمین یونان بزدند، ۵-سالی محمد خوارزمشاه، ۶-پیرمردی را گفتند.
سرزنش	منفی	۱	دو برادر یکی خدمت سلطان کردی.
کینه‌ورزی	منفی	۱	ملک‌زاده‌ای را شنیدم که کوتاه بود و حقیر.

کلیله و دمنه

نمونه‌های مسئله‌مدار در کلیله و دمنه: در حکایت شیر و شغال (ص ۳۰۸) شیر ابتدا با زندانی کردن شغال به شیوه مسئله‌مدار منفی و از نوع آسیب زدن به دیگران عمل میکند؛ اما تحت تأثیر راهنماییهای مادرش و به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع کسب راهنمایی به تصحیح اشتباه خود می‌پردازد و در نهایت با پیشنهاد شغال به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از نوع اقدام به عمل و با تدبیر حقیقت را افشا می‌سازد. در حکایت شولم شولم (ص ۴۹) صاحبخانه با بکار بردن تدبیری خردمندانه به کمک همسر خویش به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل از پس دزدان برمی‌آید. در حکایت زاغی که بر بالای درختی خانه داشت (ص ۸۱) شغال با نشان دادن راه حل هلاک مار به زاغ، مهارت مسئله‌مدار را درپیش گرفت. زاغ نیز با اجرای تدبیر شغال و به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل مشکل را برطرف ساخت. در حکایت غوکی که در جوار ماری میزیست (ص ۱۱۸) با مهارت مقابله‌ای مسئله‌مدار منفی از طریق اقدام به عمل نامناسب مواجه هستیم. در حکایت بازرگانی که صد من آهن داشت (ص ۱۲۲) بازرگان به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل با فعالیت خاص و با درپیش گرفتن تدبیر و چاره‌جویی می‌زند. در حکایت کبوتر مطوقه (ص ۱۵۸) موش به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل بندهای پای کبوتران را باز کرد و آنها را از دام رها نمود. در حکایت شاهزاده و یاران او (ص ۴۰۹) هر چهار مسافر با تلاش و اتکا به دانش فردی و از طریق شیوه مقابله مسئله‌مدار مثبت و با برنامه‌ریزی و اقدام به عمل و انجام فعالیت خاص مشکل را حل میکنند. در حکایت بازدار و مرزبان و همسر وی (ص ۱۵۳) مرزبان با شیوه هیجان‌مدار منفی و با تکانش‌گری و با عصبانیت بدون کوچکترین مشورتی وارد عمل میشود و زن خردمند وی با شیوه مسئله‌مدار مثبت و با تدبیر و عاقبت‌اندیشی بازدار را رسوا می‌سازد. در حکایت ملک پیلان و خرگوش (ص ۲۰۲) به شیوه مسئله‌مدار مثبت و مؤثر از راه تدبیر و چاره‌جویی و از طریق مشورت و برنامه‌ریزی مشکل خرگوشها حل شد. در قسمت اول حکایت بوزینه و باخه (ص ۲۳۸) لاک‌پشت ماده برای حل مشکل به شیوه مسئله‌مدار مثبت از خواهرش راهنمایی و مشورت می‌گیرد و خواهرش نیز از طریق نیرنگ و فریب درصدد حل مشکل است و در قسمت پایانی داستان، بوزینه نیز به شیوه مسئله‌مدار مثبت و با توسل به فریب و نیرنگ و درواقع تدبیر خود را از خطر میرهاند. در حکایت گربه و موش (ص ۲۶۷) موش به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از نوع اقدام به عمل با بکار بردن تدبیر موجبات نجات جان خود و گربه را فراهم میکند. در حکایت شیر و شغال (ص ۳۰۸) ابتدا شیر با زندانی کردن شغال به شیوه مسئله‌مدار منفی و از نوع آسیب زدن به دیگران عمل میکند؛ اما تحت تأثیر راهنماییهای مادرش و

به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع کسب راهنمایی به تصحیح اشتباه خود می‌پردازد و در نهایت با پیشنهاد شغال به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از نوع اقدام به عمل و با تدبیر حقیقت را افشا می‌سازد. در حکایت زرگر و سیاح (ص ۴۰۲) جهانگرد بطور مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل و با راهنمایی گرفتن بیگناهی خود را به اثبات می‌رساند. در حکایت دوستی کبوتر و زاغ و موش و باخه و آهو (ص ۱۵۸) چند حیوان با همکاری و همفکری یکدیگر با مهارت مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت و از طریق مشورت و اقدام به عمل با برنامه‌ریزی درست ابتدا آهو و سپس لاک‌پشت دربند را آزاد می‌کنند. در حکایت زاهدی که گوسفندی خریده بود (ص ۲۱۱) دزدان با شیوه مسئله‌مدار منفی و از طریق نیرنگ زاهد را دچار شک و تردید می‌کنند تا بدانجا که گوسفند را رها می‌کند و آنان به هدف خود نائل می‌شوند.

نوع	مثبت/منفی	تعداد	حکایات
آسیب به دیگران	منفی	۱	شیر و شغال
اقدام به عمل	مثبت: ۵/۱ منفی: ۱	۶	۱- شولم شولم، ۲- زاغی بر بالای درختی خانه داشت، ۳- غوکی در جوار ماری میزیست، ۴- بازرگانی که صد من آهن داشت، ۵- کبوتر مطوقه، ۶- شاهزاده و یاران او.
تدبیر و عاقبت‌اندیشی	مثبت	۵	۱- بازدار و مرزبان و همسر وی، ۲- ملک پیلان و خرگوش، ۳- بوزینه و باخه، ۴- گربه و موش، ۵- شیر و شغال.
راهنمایی گرفتن	مثبت	۱	زرگر و سیاح
مشورت	مثبت	۴	۱- دوستی کبوتر و زاغ و موش و باخه و آهو، ۲- ملک پیلان و خرگوش، ۳- بوزینه و باخه، ۴- شیر و شغال.
نیرنگ	منفی	۱	زاهدی که گوسفندی خریده بود.

نمونه‌های هیجان‌مدار در کلیله و دمنه: در حکایات بازدار و مرزبان و همسر وی (ص ۱۵۳)، زاهد و راسو (ص ۲۶۱) و جفتی کبوتر که دانه ذخیره کردند (ص ۳۷۷) شخصیتها با شیوه هیجان‌مدار منفی و با تکانش‌گری برخورد می‌کنند. در حکایت تیرانداز و ماده شیر (ص ۳۳۵) ماده شیر با استفاده از مهارت مقابله‌ای هیجان‌مدار مثبت از نوع درد دل کردن و کسب راهنمایی خود را آرام می‌کند.

نوع	مثبت/منفی	تعداد	حکایات
تکانش‌گری	منفی	۳	۱- بازدار و مرزبان و همسر وی، ۲- زاهد و راسو، ۳- جفتی کبوتر که دانه ذخیره کردند.
راهنمایی گرفتن و درد دل	مثبت	۱	تیرانداز و ماده شیر

مثنوی معنوی

نمونه‌های مسئله‌مدار در مثنوی: در حکایت خر برفت و خر برفت (دفتر دوم، ص ۲۰۱) صوفیان گرسنه به شیوه مسئله‌مدار منفی و ناکارآمد و از نوع آسیب زدن به دیگران عمل میکنند. صوفی خرابخته به شیوه هیجان‌محور مثبت از نوع پذیرش، خود را نقد میکند و تقصیر خود را به گردن میگیرد که با آن بیحاصلان همراهی کرده است. در حکایت هیزم‌فروش و مفلس (دفتر دوم، ص ۲۰۴) مفلس به شیوه مقابله مسئله‌مدار منفی و از نوع آسیب زدن به دیگران عمل میکند و سایر زندانیان با شیوه مسئله‌مدار مثبت و از نوع اقدام به عمل شکایت به قاضی میبرند و قاضی نیز به شیوه مسئله‌مدار مثبت و مؤثر با راهبرد اقدام به عمل دستور میدهد که مفلس را در شهر بگردانند. در ادامه داستان مفلس به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع آگاهانیدن سعی میکند هیزم‌فروش را با تغییر دادن دیدگاهش بی‌اگاهانند.

در حکایت منازعت چهار کس جهت انگور (دفتر دوم، ص ۳۳۱) اگر ناصحی دلسوز در میانشان میبود، به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از راه بازسازی شناختی و آگاهانیدن مشکل را حل میکرد. در حکایت پادشاه و کنیزک (دفتر اول، ص ۶) پادشاه ابتدا به شیوه مسئله‌مدار ظاهراً مثبت عمل میکند و طبیبان را برای درمان فرامیخواند؛ اما وقتی از آنان ناامید میشود، این بار به شیوه هیجانی مثبت و مؤثر و کارآمد از طریق دعا و نیایش به درگاه الهی در طلب یافتن راه درمان کنیزک بود و طبیب نیز به شیوه مهارت مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت و کارآمد با اقدام به عمل و از طریق کنکاشهای تجربی و فیزیکی علت بیماری را مییابد و آن را رفع میکند تا شاه و کنیزک از عشق حقیقی برخوردار گردند.

در حکایت طوطی و بقال (دفتر اول، ص ۱۵) مرد بقال به شیوه هیجان‌مدار منفی از نوع رفتارهای هیجانی و تکانشی با اعمال خشم و عصبانیت خویش باعث میشود پرنده خوشخوان و زیبایش گنگ شود. در ادامه نیز به شیوه هیجان‌مدار مثبت با دعا و نیایش و بخشش به فقرا بدنبال حل مشکل است و به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل، انواع شگفتیها را به مرغش مینماید تا زبان باز کند. در حکایت شاگرد احوال (دفتر اول، ص ۱۸) استاد برای رهایی شاگردش از شک و تردید بصورت مسئله‌مدار مثبت و با اقدام به عمل رفتار میکند تا شاگرد را به یقین برساند.

در داستان نخچیران و شیر و خرگوش (دفتر اول، ص ۴۳) در قسمت اول حکایت حیوانات با گردن نهادن به خواسته شیر در واقع بصورت هیجان‌مدار منفی از نوع تسلیم با مشکل خود مواجه میشوند؛ اما در ادامه، خرگوش با مشکل شیر و نجات جان خود بطور مسئله‌مدار مثبت و از طریق اقدام به عمل خاص با شیر مقابله میکند.

در قصه اعرابی درویش (دفتر اول، ص ۱۰۲) زن اعرابی به شیوه هیجان‌مدار مثبت با ابراز هیجان و گله و درد دل مرد را برمی‌انگیزاند تا به شیوه مسئله‌مدار مثبت از طریق اقدام به عمل نزد خلیفه برود و خود را از فقر و فاقه نجات دهد. خلیفه به شیوه مسئله‌مدار مثبت و با بخشش به اعرابی وی را شادمان میسازد.

در حکایت به عیادت رفتن کر (دفتر اول، ص ۱۵۰) ناشنوای ساده‌لوح به شیوه مسئله‌مدار منفی با اقدام به عمل و بدون فکر کردن و با برنامه‌ریزی غلط مشکل خود را چندبرابر میکند و برای خود ناخواسته دشمن‌تراشی میکند.

در حکایت کلوخ انداختن تشنه از سر دیوار (دفتر دوم، ص ۲۲۸) فرد تشنه به دو صورت هیجان‌مدار مثبت از نوع تفکر آرزومندانه، رؤیادازی و به شیوه مسئله‌مدار مثبت و با راهبرد سعی و تلاش و مبادرت به عمل خاص، در جهت رفع مشکل تشنگی اقدام میکند.

در حکایت موسی و چوپان (دفتر دوم، ص ۲۴۸) همه رفتارهای شبان از نوع هیجان‌مدار مثبت و به شیوه تخلیه و ابراز هیجان است و هنگامی که از ناراحتی سر به بیابان میگذارد، به شیوه هیجان‌مدار مثبت اجتنابی رفتار میکند. حضرت موسی پس از اینکه باعث شکستن دل شبان ساده‌دل میگردد، به شیوه مسئله‌مدار مثبت، از نوع اقدام به عمل و گفتگو برای رفع ناراحتی و رنجی که برای شبان عامی پیش آورده است، از او دلجویی میکند و او را دلگرم میسازد.

در حکایت خرس و اژدها و پهلوان (دفتر دوم، ص ۲۵۷) خرس با شیوه مسئله‌مدار منفی از نوع اقدام به عمل منفی و برنامه‌ریزی بدون تفکر درصدد رفع مشکل برمی‌آید.

در حکایت درخت بی‌مرگی (دفتر دوم، ص ۳۲۹) فرستاده پادشاه به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از طریق جستجو کردن و اقدام به عمل برای یافتن درخت بی‌مرگی راه سفر درپیش میگیرد و مرد دانا به شیوه مسئله‌مدار مثبت و از راه درخواست کمک و راهنمایی، از سرگردانی و جستجوی بی‌حاصل برای کسب میوه حیات جسمانی منصرف میشود.

در حکایت صفت آن مسجد که عاشق‌گش بود (دفتر سوم، ص ۵۰۹) با وجود اینکه ناصحان به شکل هیجان‌مدار منفی و با هراس‌انگیزی قصد منصرف کردن مرد را داشتند؛ مرد شجاع با شیوه مسئله‌مدار مثبت و مؤثر از طریق اقدام به عمل و با شجاعت توانست طلسم مرگ را بشکند و نصیب بسیار برد.

در قصه آن آبیگر... (دفتر چهارم، ص ۶۴۶) ماهی اول بطور مسئله‌مدار مثبت و مؤثر به شیوه اقدام به عمل فوری و عاقلانه خود را می‌رساند، ماهی دوم نیز هرچند با زحمت اما بشکل مسئله‌مدار مثبت و مؤثر از نوع تدبیر توانست خطر را از سر بگذراند؛ ولی ماهی سوم با غفلت و بیخبری که از محیط اطراف خود داشت و بشکل هیجان‌مدار منفی از روبرویی با مشکلات اجتناب می‌ورزید، در دام صیادان گرفتار شد.

در حکایت در بیان آنکه ترک‌الجواب جواب (دفتر چهارم، ص ۶۱۵) پادشاه تلاش میکند به شیوه مسئله‌مدار مؤثر و از طریق اقدام به عمل خاص با یک تنبیه کوچک غلام را متوجه اشتباهش کند؛ اما غلام بصورت هیجان‌مدار منفی از نوع رفتارهای تکانشی و با پرخاش و تهدید با مشکلش برخورد میکند. پادشاه که متوجه میشود غلامش تربیت‌پذیر نیست، به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع اقدام به عمل و با پیش‌بینی و برنامه‌ریزی وی را تنبیه میکند. در حکایت در بیان توبه نصح (دفتر پنجم، ص ۸۱۹) نصح بشکل هیجان‌مدار از نوع دعا و نیایش و توکل به خدا، از آن مخمضه نجات مییابد و به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع اقدام به عمل (ترک کار زشت و گناه) با توبه واقعی به نجات حقیقی میرسد.

در حکایت زن و شوهر و گربه (دفتر پنجم، ص ۸۷۳) شوهر زن شکمباره با رویکرد مسئله‌مدار مثبت و کارآمد و از طریق اقدام به عمل با وزن کردن گربه به وی میفهماند که دروغش را دریافته است.

در حکایت مات کردن دلک، سید شاه ترمذ را (دفتر پنجم، ص ۸۷۷) دلک که میدانست اگر در برابر شاه برنده شود، کتک مفصلی خواهد خورد، بطور مسئله‌مدار مثبت و بشکل اقدام به عمل با مشکلش برخورد کرد و فرار کرد و زیر نمدها پنهان شد تا شدت کتک‌خوردن را کمتر کند.

در حکایت آن شخص که دزدان، قوچ او را بدزدیدند (دفتر ششم، ص ۹۳۴) جستجوی مرد برای یافتن قوچ مسئله‌مدار مثبت از نوع اقدام به عمل است؛ اما بر اثر غفلت از هدف خویش دور میشود. سپس مولانا با بهره‌گیری از این حکایت به مخاطب توصیه میکند که برای در امان ماندن از شر مکر نیروهای شیطانی باید به خداوند متوسل شد که نوعی شیوه مقابله هیجان‌مدار مثبت مبتنی بر دعا و توسل و توکل است.

در حکایت آن شخص که خواب دید که... (دفتر ششم، ص ۱۰۹۲) مرد فقیر برای نجات خود به شیوه مقابله هیجان‌مدار مثبت از نوع دعا و نیایش و با گوش دادن به ندای درونش سفر خود را بسمت مصر آغاز میکند. در مصر هنگامی که گرفتار پاسبان میشود به شیوه هیجان‌مدار از نوع ناله و زاری و ابراز هیجان از او فرصت بیان حقیقت را می‌طلبد و با دریافتن حقیقت به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع اقدام به عمل گنج را در سرای خویش مییابد.

در حکایت هدهد و حضرت سلیمان (دفتر اول، ص ۵۷) هدهد با شیوه مقابله مسئله‌مدار مثبت و با بیان حقیقت نزد حضرت سلیمان، اعتماد وی را کسب میکند.

در حکایت آن شخص که از ترس خویشتن را در خانه انداخت (دفتر پنجم، ص ۸۳۴) شخص فراری با رویکرد مسئله‌مدار مثبت از نوع پیش‌بینی و برنامه‌ریزی، خود را از هر حادثه پیش‌بینی نشده مصون میدارد.

در قصه آخذ آخذ گفتن بلال (دفتر ششم، ص ۹۵۳) بلال با پناه بردن به نام خدا، به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع دعا و نیایش و به طریق توکل به خداوند زیر شکنجه تاب می‌آورد؛ وقتی ابوبکر به وی پیشنهاد میکند برای رهایی از شکنجه ایمان خود را پنهان کند، بلال نیز به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع راهنمایی گرفتن می‌پذیرد.

در حکایت موشی که مهار شتر میکشید (دفتر دوم، ص ۳۲۰) موش به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع کمک خواستن و اظهار پشیمانی برخورد میکند و از غرق شدن نجات مییابد.

در قصه آن زن که طفل او بر سر ناودان غیژید (دفتر چهارم، ص ۶۶۶) مادر به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع کمک خواستن به حضرت علی (ع) پناه آورد و حضرت علی علیه‌السلام نیز به شیوه مسئله‌مدار مثبت و مؤثر از طریق بکار گرفتن تدبیر مناسب، زن را راهنمایی کرد تا فرزندش را نجات دهد.

در قصه قوم یونس علیه‌السلام (دفتر پنجم، ص ۷۹۱) حضرت یونس به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع ابراز هیجان (شکایت) برخورد میکند؛ ولی مردم شهر وقتی به عذاب الهی دچار میشوند به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع چاره‌جویی و کمک خواستن درصدد رفع مشکل برمی‌آیند و با راهنمایی روبیل به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع دعا و نیایش بلا را از خود دور می‌سازند.

در حکایت آن پادشاه جهود که... (دفتر اول، ص ۱۸) وزیر و پادشاه به شیوه مسئله‌مدار منفی و از طریق نیرنگ و فریبکاری توانستند مسیحیان را بفریبند. مسیحیان نیز به شیوه هیجان‌مدار منفی با رویکرد تکانشی بدون هیچ تحقیق و اندیشه‌ای وزیر را متابعت کردند.

در حکایت طوطی و بازگان (دفتر اول، ص ۷۲) طوطی با شیوه مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت از نوع رفتار فریبکارانه، راه رهایی و آزادی را به دوست دربندش می‌آموزد.

در حکایت مست و محتسب (دفتر دوم، ص ۲۷۶) فرد مست با شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع نیرنگ از بازگویی حقیقت سر باز می‌زند.

در حکایت مثال رنجور شدن آدمی به وهم تعظیم خلق (دفتر سوم، ص ۴۰۴) کودکان با شیوه مقابله مسئله‌مدار منفی از نوع نیرنگ و فریبکاری به استاد تلقین میکنند او بیمار است.

در حکایت شاه فیلان و خرگوش (دفتر سوم، ص ۴۵۷) حیوانات به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع راهنمایی گرفتن نزد خرگوش می‌روند و خرگوش زیرک به طریق مسئله‌مدار مثبت و مؤثر از نوع فریب و نیرنگ تدبیری زیرکانه می‌اندیشد و با اقدام به عمل، فیله را بر سر چشمه میبرد و در نهایت به هدف خود میرسد.

در حکایت دیدن خوارزمشاه... (دفتر ششم، ص ۱۰۵۴) خوارزمشاه به شیوه مسئله‌مدار منفی از نوع توسل به زور، اسب امیر را تصاحب میکند، وزیر نیک‌سرشت وقتی با مشکل امیر مال‌باخته مواجه می‌شود، بطور مسئله‌مدار مثبت از نوع اقدام به عمل و به شیوه نیرنگ و تدبیر مشکل امیر را حل می‌کند.

در حکایت مفتون شدن قاضی (دفتر ششم، ص ۱۱۰۱) جوحی برای حل فاقه و نداری خویش همسرش را طمع‌ه قرار می‌دهد و بشکل مسئله‌مدار منفی و از طریق نیرنگ و فریب تلاش می‌کند مشکل خود را حل کند. در ادامه داستان قاضی که خود را رسوا می‌بیند باز از وجود حمال بهره می‌گیرد و تلاش می‌کند از تنگنای رسوایی خود را نجات دهد و بطور مسئله‌مدار مثبت و کارآمد با بکار بستن تدبیر خود را رهایی بخشد و در بخش آخر داستان جوحی تلاش می‌کند یکبار دیگر قاضی را بفریبد تا باز هم به شیوه مسئله‌مدار منفی و از نوع نیرنگ و فریب بتواند پولی بدست بیاورد که البته قاضی دیگر در دام او گرفتار نمی‌شود و به شیوه مسئله‌مدار مثبت از نوع تدبیر از این مخمصه رهایی می‌یابد.

نوع	مثبت / منفی	تعداد	حکایات
آسیب به دیگران	منفی	۲	۱-خر برفت و خر برفت، ۲-هیزم فروش و مفلس.
آگاهانیدن و بازسازی شناختی	مثبت	۲	۱-هیزم فروش و مفلس، ۲-منازعت چهار کس جهت انگور.
اقدام به عمل	مثبت: ۱۷ / منفی: ۲	۱۹	۱-پادشاه و کنیزک، ۲-طوطی و بقال، ۳-شاگرد احوال، ۴-نخچیران و شیر، ۵-اعرابی درویش، ۶-به عیادت رفتن کر، ۷-هیزم فروش و مفلس، ۸-کلوخ انداختن تشنه از سر دیوار، ۹-موسی و چوپان، ۱۰-خرس و اژدها و پهلوان، ۱۱-درخت بی‌مرگی، ۱۲-صفت آن مسجد که عاشق‌کش بود، ۱۳-آن آبگیر...، ۱۴-در بیان آنکه ترک الجواب جواب، ۱۵-در بیان توبه نصوح، ۱۶-زن و شوهر و گربه، ۱۷-مات کردن دلکک، سید شاه ترمذ را، ۱۸-آن شخص که دزدان، قوچ او را بدزدیدند، ۱۹-آن شخص که خواب دید که...
بخشش	مثبت	۱	اعرابی درویش
بیان حقیقت	مثبت	۱	هدهد و حضرت سلیمان
پیش‌بینی و برنامه‌ریزی	مثبت	۱	آن شخص که از ترس خویشتن را در خانه انداخت
راهنمایی گرفتن	مثبت	۱	احد احد گفتن بلال
کمک خواستن	مثبت	۳	۱-موشی که مهار شتر میکشید، ۲-آن زن که طفل او بر سر ناودان غیژید، ۳-قوم یونس علیه‌السلام
نیرنگ و تدبیر	مثبت: ۶ / منفی: ۳	۹	۱-آن پادشاه جهود که...، ۲-طوطی و بازرگان، ۳-مست و محتسب، ۴-مثال رنجور شدن آدمی به وهم تعظیم خلق، ۵-شاه فیلان و خرگوش، ۶-آن آبگیر که...، ۷-آن زن که طفل او بر سر ناودان غیژید، ۸-دیدن خوارزمشاه...، ۹-مفتون شدن قاضی.

نمونه‌های هیجان‌مدار در مثنوی: در حکایت رفتن گرگ و روباه... (دفتر اول، ص ۱۳۵) روباه به شیوه هیجان‌مدار مثبت با رویکرد پند و عبرت‌پذیری عمل میکند. در حکایت خورندگان پیل بچه از حرص (دفتر دوم، ص ۳۴۳) مسافران گرسنه عاقبت‌اندیشی را به کناری میگذارند و با شیوه هیجان‌مدار منفی از نوع رفتارهای تکانشی خود را در معرض هلاک قرار میدهند. در حکایت کرامات آن درویش که در کشتی متهمش کردند (دفتر دوم، ص ۳۲۲) درویش به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع ابراز هیجان (شکایت کردن و بیان ناامیدی) و با دعا کردن و نیایش به درگاه الهی بیگناهی خود را اثبات میکند. در حکایت کبودی زدن قزوینی (دفتر اول، ص ۱۳۴) مرد قزوینی به شیوه هیجان‌مدار منفی و از نوع رفتار اجتنابی به مقصود خود دست نمییابد. در حکایت آن دزد که پرسیدندش... (دفتر سوم، ص ۴۶۰) مرد رهگذر پس از پرسش و پاسخهای بیهوده از کنار مشکل میگذرد و نه تنها تلاشی برای رفع شک و تردید خود نمیکند، بلکه با مشکل روبرو نمیشود و بصورت هیجان‌مدار منفی از نوع اجتنابی از آن میگذرد. در قصه آنکه در یاری بکوفت (دفتر اول، ص ۱۳۷)، عاشق در نهایت به شیوه هیجان‌مدار مثبت از نوع فروتنی و دوری از غرور میتواند عشق حقیقی را دریابد.

نوع	مثبت / منفی	تعداد	حکایات
آسیب به دیگران	منفی	۱	خر برفت و خر برفت
ابراز هیجان	مثبت	۵	۱- اعرابی درویش، ۲- موسی و چوپان، ۳- کرامات آن درویش که در کشتی متهمش کردند، ۴- قوم یونس علیه السلام، ۵- آن شخص که خواب دید که...
پذیرش	مثبت	۱	خر برفت و خر برفت
پند و عبرت‌پذیری	مثبت	۱	رفتن گرگ و روباه ...
تفکر آرزومندانه	مثبت	۱	کلوخ انداختن تشنه از سر دیوار
تکانش‌گری	منفی	۴	۱- طوطی و بقال، ۲- آن پادشاه جهود که...، ۳- خورندگان پیل بچه از حرص...، ۴- در بیان آنکه ترک الجواب جواب
دعا و نیایش و توکل	مثبت	۸	۱- پادشاه و کنیزک، ۲- طوطی و بقال، ۳- کرامات آن درویش که در کشتی متهمش کردند، ۴- قوم یونس علیه السلام، ۵- در بیان توبه نصوح، ۶- آن شخص که دزدان، قوچ او را بدزدیدند، ۷- احد احد گفتن بلال، ۸- آن شخص که خواب دید که...
رفتار اجتنابی	مثبت: ۱/ منفی: ۳	۴	۱- کبودی زدن قزوینی، ۲- موسی و چوپان، ۳- آن دزد که پرسیدندش...، ۴- آن آبگیر که...
فروتنی	مثبت	۱	آن که در یاری بکوفت

نتیجه‌گیری

شیوه‌های مقابله و رویارویی با مشکلات و فشارهای روانی براساس نظریه فولکمن و لازاروس به دو گونه تقسیم شده است: ۱- شیوه‌های مسئله‌مدار، ۲- شیوه‌های هیجان‌مدار. در شیوه اول، فرد تلاش میکند از طریق اقدامات عملی گوناگون، راهنمایی گرفتن، مشورت، برنامه‌ریزی و نظایر آن مشکل را از میان بردارد یا تحمل‌پذیر کند؛ اما در شیوه دوم، فرد سعی میکند با روشهایی همچون دعا و نیایش و... آرامش خود را بدست آورد. در بررسی آثار تعلیمی که در پژوهش حاضر اساس قرار گرفته‌اند، با توجه به شواهد بسیار و گوناگون میتوان اذعان داشت که مطالب آنها با نظریه روان‌شناختی لازاروس و فولکمن درباره شیوه‌های مقابله با فشارهای روانی، مشکلات و... انطباق یا همسویی بسیار نزدیکی وجود دارد. از میان دو شیوه مقابله‌ای موردنظر، شیوه مقابله‌ای مسئله‌مدار بر آثار ادبی مذکور در این پژوهش سایه افکنده است.

مثنوی	کلیله و دمنه	گلستان	بوستان	
۳۹	۱۸	۱۲	۷	مسئله‌مدار
۳۲	۱۵	۸	۴	مسئله‌مدار مثبت
۷	۳	۴	۳	مسئله‌مدار منفی
۲۶	۴	۱۵	۱۹	هیجان‌مدار
۱۸	۳	۱۱	۱۷	هیجان‌مدار مثبت
۸	۱	۴	۲	هیجان‌مدار منفی

در بوستان و گلستان سعدی، شیوه مقابله هیجان‌مدار بیش از شیوه مقابله مسئله‌مدار بچشم میخورد. اقدام به عمل، نیرنگ و تدبیر، بازسازی شناختی و... از شیوه‌های مسئله‌مدار مثبت؛ دزدی، نیرنگ و فریب، کینه‌ورزی و... از شیوه‌های مسئله‌مدار منفی؛ ابراز هیجان، پرده‌پوشی، خویش‌داری و... از شیوه‌های مقابله هیجان‌مدار مثبت و تکانش‌گری، رفتار اجتنابی، منفی‌نگری و... از شیوه‌های مقابله هیجان‌مدار منفی در بوستان و گلستان هستند. در کلیله و دمنه بیش از همه با شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت، مؤثر و کارآمد مواجه هستیم و عقلانیت و تدبیر در امور از جمله حل مشکل، بیشتر مورد توجه قرار گرفته است. اقدام به عمل، مشورت با دیگران، تدبیر و چاره‌جویی، عاقبت‌اندیشی و... از شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت؛ تنبیه بدنی، نیرنگ و مکر، آسیب زدن به دیگران و نظایر آن، از شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار منفی؛ مشورت کردن، درددل کردن، دعا کردن، تکانش‌گری و خشم، قضاوت عجولانه و نظایر آن از نمونه‌های شیوه‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار در کلیله و دمنه هستند. در مثنوی مولوی، به انواع شیوه‌های رفتاری مقابله‌ای چه مسئله‌مدار و چه هیجان‌مدار برمیخوریم و به این نتیجه دست می‌یابیم که حکایات مثنوی بیشتر بر شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار استوار است. آگاهانیدن و بازسازی شناختی، بخشش، راهنمایی و کمک گرفتن و... از شیوه‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار مثبت؛ آسیب زدن به دیگران، نیرنگ، بی‌تدبیری و... از شیوه‌های مقابله مسئله‌مدار منفی؛ تفکر آرزومندانه، دعا و نیایش، توکل و توسل، و... از شیوه‌های مقابله هیجان‌مدار مثبت و ابراز هیجانات منفی، قضاوت عجولانه، تکانش‌گری و... از شیوه‌های مقابله هیجان‌مدار منفی در مثنوی هستند.

مشارکت نویسندگان

این مقاله از پایان‌نامه دوره دکترای زبان و ادبیات فارسی مصوب در دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی استخراج شده است. سرکار خانم دکتر اکرم گلشنی راهنمایی این پایان‌نامه را بر عهده داشته و طراح اصلی این مطالعه بوده‌اند. سرکار خانم فاطمه دریگوند به عنوان پژوهشگر این رساله در گردآوری داده‌ها و تنظیم متن نهایی نقش داشته‌اند. سرکار خانم دکتر فاطمه گلشنی نیز با کمک به تجزیه و تحلیل داده‌ها و راهنمایی‌های تخصصی، نقش مشاور این پژوهش را ایفا کردند. در نهایت تحلیل محتوای مقاله حاصل تلاش و مشارکت هر سه پژوهشگر بوده است.

تشکر و قدردانی

نویسندگان بر خود لازم میدانند مراتب تشکر خود را از مسئولان آموزشی و پژوهشی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی و هیئت داوران پایان‌نامه که نویسندگان را در انجام و ارتقاء کیفی این پژوهش یاری دادند، اعلام نمایند.

تعارض منافع

نویسندگان این مقاله گواهی مینمایند که این اثر در هیچ نشریه داخلی و خارجی به چاپ نرسیده و حاصل فعالیتهای پژوهشی تمامی نویسندگان است، و ایشان نسبت به انتشار آن آگاهی و رضایت دارند. این تحقیق طبق کلیه قوانین و مقررات اخلاقی اجرا شده و هیچ تخلف و تقلبی صورت نگرفته است. مسئولیت گزارش تعارض احتمالی منافع و حامیان مالی پژوهش به عهده نویسنده مسئول است، و ایشان مسئولیت کلیه موارد ذکر شده را بر عهده میگیرند.

REFERENCE

- Abolghasemi, Abbas and Narimani, Mohammad. (2005). Psychological tests, Ardabil: Bagh Rezvan.
- Sa'adi, Moslehuddin Abdullah. (2013). Golestan, edited by Gholam Hossein Yousefi, 11th edition, Tehran: Kharazmi.
- Sa'adi, Moslehuddin Abdullah. (2013). Bustan, edited by Gholam Hossein Yousefi, 11th edition, Tehran: Kharazmi.
- Faryabi, Reza; Mirzaei, Reza; Salari, Elham; Javadi, Abbas. (2016). The effect of education based on Lazarus and Folkman interactive model on coping skills in health workers of Jiroft University of Medical Sciences, *Journal of Jiroft University of Medical Sciences*, second year, pp. 162-152.
- Kraskian, Addis. (2018). CCBQ Coping Behaviors Questionnaire, *School Counselor Education Development Quarterly*, Vol. 51, pp. 29-27.
- Kiani, Roghayeh and Aghapour, Mehdi. (2010). A Study of the Relationship between Personality Factors, Attributional Styles and Coping Styles with Mental

- Health of Female Students of Ahar Islamic Azad University, *Quarterly Journal of Women and Family Studies*, 3 (10), pp. 131-144.
- Rumi, Jalaluddin Mohammad ibn Mohammad. (2011). *Masnavi Ma'navi*, edited by Reynold A. Nicholson, Tehran: Hermes.
- Nasrollahmanshi, Abolma'ali. (1999). *Kelileh and Demneh*, edited and explained by Mojtaba Minavi, fifth edition, Tehran: University of Tehran Press.
- Fattahi, Samineh. (2009). Comparison of personality traits, coping strategies and source of control in women with uterine and breast cancer with normal people, Master Thesis, University of Tabriz, p.9.
- Narimani, Mohammad, Zahed, Adel and Golpour, Reza. (2012). The Relationship between Mindfulness, Coping Styles and Emotional Intelligence with Mental Health in Students, *Quarterly Journal of Educational Sciences*, 5 (19), pp. 91-105.

فهرست منابع فارسی

- آزمونهای روانشناختی، ابوالقاسمی، عباس و نریمانی، محمد (۱۳۸۴) اردبیل: باغ رضوان.
- گلستان، سعدی، مصلح‌الدین عبدالله، (۱۳۹۲)، به تصحیح غلامحسین یوسفی، چاپ یازدهم، تهران: خوارزمی.
- بوستان، سعدی، مصلح‌الدین عبدالله (۱۳۹۲)، به تصحیح غلامحسین یوسفی، چاپ یازدهم، تهران: خوارزمی.
- بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر مدل تعاملی لازاروس و فولکمن بر مهارت‌های مقابله با استرس در کارکنان بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، فاریابی، رضا؛ میرزایی، رضا؛ سالاری، الهام؛ جوادی، عباس، (۱۳۹۵)، مجله دانشگاه علوم پزشکی جیرفت، سال دوم، صص ۱۶۲-۱۵۲.
- پرسشنامه رفتارهای مقابله‌ای CCBQ، کراسکیان، آدیس، (۱۳۹۷) فصلنامه رشد آموزش مشاور مدرسه، شماره ۵۱، صص ۲۹-۲۷.
- بررسی رابطه عوامل شخصیتی، سبک‌های اسنادی و سبک‌های مقابله‌ای با سلامت روانی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی کیانی، رقیه و آقاپور، مهدی (۱۳۸۹) واحد اهر، فصلنامه زن و مطالعات خانواده، (۱۰) ۳، صص ۱۳۱-۱۴۴.
- مثنوی معنوی، مولوی، جلال‌الدین محمدبن محمد، (۱۳۹۰)، به تصحیح رینولد ا. نیکلسون، تهران: هرمس.
- کليلة و دمنه، نصراله‌منشی، ابوالمعالی، (۱۳۷۸)، به تصحیح و توضیح مجتبی مینوی، چاپ پنجم، تهران: انتشارات دانشگاه تهران.

مقایسهٔ ویژگیهای شخصیتی، راهبردهای مقابله‌ای و منبع کنترل در زنان مبتلا به سرطان رحم و سینه با افراد عادی، فتاحی، ثمین (۱۳۸۸) پایان‌نامهٔ کارشناسی ارشد، دانشگاه تبریز.

رابطهٔ ذهن‌آگاهی، سبکهای مقابله‌ای و هوش هیجانی با سلامت روانی در دانشجویان، نریمانی، محمد، زاهد، عادل و گل‌پور، رضا (۱۳۹۱) فصلنامهٔ علوم تربیتی، (۱۹) ۵، صص: ۹۱-۱۰۵.

معرفی نویسندگان

فاطمه دری‌کوند: دانشجوی دکتری زبان و ادبیات فارسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
(Email: derikvandf@yahoo.com)

اکرم گلشانی: دانشیار گروه زبان و ادبیات فارسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
(Email: akr.golshani@iauctb.ac.ir (نویسنده مسئول))

فاطمه گلشانی: استادیار گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.
(Email: fat.golshani@iauctb.ac.ir)

COPYRIGHTS

©2021 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. no permission is required from the authors or the publishers.

Introducing the authors

Fatemeh Drikund: PhD student in Persian language and literature, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
(Email: derikvandf@yahoo.com)

Akram Golshani: Associate Professor, Department of Persian Language and Literature, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
(Email: akr.golshani@iauctb.ac.ir (نویسنده مسئول))

Fatemeh Golshani: Assistant Professor, Department of Psychology, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.
(Email: fat.golshani@iauctb.ac.ir)