



The Content Analysis of Emotional Education and Strengthening Emotional Powers in the Qur'an

✉ **Mahmoud Sharafi**  / Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Payam Noor University, Tehran, Iran
sharafi.dr@pnu.ac.ir
Heydar Esmailpour / Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Payam Noor University, Tehran, Iran
haydar592001@pnu.ac.ir

Received: 2025/11/28 - Accepted: 2026/02/16

Abstract

The purpose of this study was to identify and explain the semantic patterns of emotional education and strengthening emotional powers from the perspective of the Holy Qur'an and to provide a practical framework for educational and training systems. Using a qualitative research method with a content analysis approach, as well as library and documentary methods, and utilizing the tool of extracting authentic Quranic interpretations (such as Tafsir al-Mizan and Nemoneh) and using scientific sources, this research was conducted. The research findings showed that of the total coding (30 codes), 40 percent (120 codes) are about what, 30 percent (90 codes) are about why, and 30 percent (90 codes) are about how to educate emotionally and strengthen emotional powers. This indicates the Holy Qur'an's emphasis on the nature and essence of emotional education, and then its importance and methods. The highest frequency belongs to the themes of the nature of emotional education (40 codes), principles of emotional education (30 codes), and methods of cultivating emotions (30 codes), which shows that emotional education in the Holy Quran must be accompanied by a monotheistic orientation and emotional balance. A three-dimensional model (cognitive, behavioral, spiritual) based on the principles of monotheism, balance, and comprehensiveness was also presented. This model helps improve students' emotional health and reduce challenges such as anxiety by emphasizing the strengthening of positive emotions (love, patience, gratitude) and the control of negative emotions (anger, jealousy) through reflective, practical, and motivational methods.

Keywords: content analysis, emotional education, strengthening emotional powers, Qur'an.

نوع مقاله: پژوهشی

تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن

sharafi.dr@pnu.ac.ir

haydar592001@pnu.ac.ir

✉ محمود شرفی  / استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

حیدر اسماعیل پور / استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور تهران، تهران، ایران

دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۰۷ - پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۲۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر، شناسایی و تبیین الگوهای معنایی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی از منظر قرآن کریم و ارائه چارچوبی کاربردی برای نظام‌های آموزشی و تربیتی بود. در این پژوهش از روش تحقیق کیفی با رویکرد تحلیل مضمون استفاده و داده‌ها از طریق روش کتابخانه‌ای و اسنادی، با ابزار فیش‌برداری از تفاسیر معتبر قرآنی (مانند المیزان و نمونه) و منابع علمی گردآوری شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که از مجموع کل کدگذاری‌ها (۳۰۰ کد)، ۴۰ درصد (۱۲۰ کد) درباره چستی، ۳۰ درصد (۹۰ کد) درباره چربی و ۳۰ درصد (۹۰ کد) درباره چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی هستند. این امر نشان‌دهنده تأکید قرآن کریم بر چستی و ماهیت تربیت عاطفی و سپس اهمیت و روش‌های آن است. بیشترین فراوانی متعلق به مضامین ماهیت تربیت عاطفی (۴۰ کد)، اصول تربیت عاطفی (۳۰ کد) و روش‌های پرورش عواطف (۳۰ کد) است که نشان می‌دهد تربیت عاطفی در قرآن کریم باید با جهت‌گیری توحیدی و تعادل عاطفی همراه باشد. همچنین الگویی سه‌بعدی (شناختی، رفتاری، معنوی) مبتنی بر اصول توحیدمحوری، تعادل و جامعیت ارائه شد. این الگو با تأکید بر تقویت عواطف مثبت (محبت، صبر، شکر) و مهار عواطف منفی (خشم، حسد) از طریق روش‌های تأملی، عملی و انگیزشی، به بهبود سلامت عاطفی دانش‌آموران و کاهش چالش‌هایی مانند اضطراب کمک می‌کند.

کلیدواژه‌ها: تحلیل مضمون، تربیت عاطفی، تقویت قوای احساسی، قرآن.

تربیت عاطفی به عنوان یکی از ابعاد کلیدی نظام تربیتی اسلامی، نقشی محوری در پرورش انسان متعادل و هدایت او به سوی کمال معنوی ایفا می کند. امروزه در جهانی که با پیچیدگی های عاطفی و چالش های روانی ناشی از زندگی مدرن مواجه است، توجه به تربیت عاطفی به عنوان یکی از ابعاد اساسی رشد انسان بیش از پیش اهمیت یافته است. در دیدگاه اسلامی، به ویژه بر اساس آموزه های قرآن کریم، انسان موجودی چندبعدی است که احساسات و عواطف او نه تنها بخشی از هویت وجودی اش را تشکیل می دهند، بلکه در مسیر کمال و تقرب به خداوند نیز تأثیرگذار هستند. قرآن کریم به عنوان منبعی غنی و الهی، راهنمایی های عمیقی در زمینه مدیریت و پرورش عواطف ارائه می دهد که می تواند مبنای نظری و عملی برای تربیت عاطفی قرار گیرد. در دنیای معاصر، با توجه به چالش های عاطفی ناشی از پیچیدگی های زندگی مدرن، نظیر اضطراب، انزوای عاطفی و کاهش همدلی، نیاز به بازخوانی و تحلیل این آموزه ها بیش از پیش احساس می شود (حسینی دولت آباد و رضی، ۱۴۰۱).

در قرآن کریم، تربیت عاطفی فرایندی هدفمند است که با تمرکز بر مدیریت و پرورش عواطف، احساسات و هیجانات، انسان را به تعادل روانی و تقرب به خداوند رهنمون می سازد. این مفهوم از ریشه واژه «عَطَفَ» به معنای تمایل، محبت و خیرخواهی نشئت می گیرد و در آیات قرآنی به صورت الگوهای عملی و ارزش های اخلاقی، مانند رحمت، صبر، همدلی و شکر تجلی یافته است. قرآن کریم با ارائه داستان های انبیا، مانند داستان حضرت یوسف و صبر او در برابر مصائب (یوسف: ۱۸)، و تأکید بر ارزش هایی، مانند محبت و مودت در روابط خانوادگی (روم: ۲۱)، چارچوبی جامع برای تربیت عاطفی ارائه می دهد. این چارچوب نه تنها به تقویت قوای احساسی کمک می کند، بلکه با پرورش فضایل اخلاقی، انسان را به رشد معنوی نزدیک تر می سازد. تربیت عاطفی در قرآن به عنوان بخشی از نظام تربیتی کل نگر، با هدف ایجاد تعادل میان جنبه های عاطفی، شناختی و معنوی طراحی شده است. این فرایند، از طریق آموزش ارزش هایی چون توکل و تسلیم در برابر خواست الهی (آل عمران: ۱۵۹)، به انسان کمک می کند تا در مواجهه با چالش های زندگی، مانند اضطراب و ناکامی، به آرامش درونی دست یابد.

در نظام تربیتی اسلامی، عواطف به عنوان پلی بین بعد مادی و معنوی انسان عمل می کنند. قرآن کریم با تأکید بر مفاهیمی چون «رحمة» و «مودة» (روم: ۲۱)، عواطف را به عنوان عاملی برای ایجاد پیوندهای عمیق انسانی و تقویت انسجام اجتماعی معرفی می کند. این دیدگاه با نظریه های مدرن هوش عاطفی، مانند نظریه گلمن که بر توانایی درک و مدیریت احساسات تأکید دارد، هم راستایی دارد. در تربیت اسلامی، عواطف مثبت مانند محبت و همدلی به عنوان محرک هایی برای رفتارهای پسندیده و فضایل اخلاقی پرورش داده می شوند. برای نمونه، داستان حضرت یوسف (ع) (یوسف: ۱۲) نمونه ای برجسته از مدیریت عواطف در مواجهه با چالش های زندگی است که صبر و بخشش را به عنوان پاسخ های عاطفی سازنده ترویج می کند. از سوی دیگر، عواطف منفی مانند خشم و حسد که در آیاتی مانند

سوره بقره (۱۰۹) مورد توجه قرار گرفته‌اند، از طریق آموزش خودکنترلی و توکل بر خدا مدیریت می‌شوند. این رویکرد نشان‌دهنده جامعیت نظام تربیتی اسلامی است که عواطف را نه تنها به عنوان واکنش‌های طبیعی، بلکه به عنوان فرصتی برای رشد معنوی و اخلاقی می‌بیند (باقری، ۱۳۸۹).

یکی از جنبه‌های کلیدی نقش عواطف در نظام تربیتی اسلامی، تأثیر آنها بر فرآیند یادگیری و رشد شناختی است. قرآن کریم با استفاده از داستان‌ها و تمثیل‌ها، مانند داستان حضرت موسی و خضر (کهف: ۶۰)، عواطف را به عنوان ابزاری برای آموزش حکمت و تعمیق فهم به کار می‌گیرد. این داستان‌ها با برانگیختن احساساتی، مانند شگفتی، کنجکاوی و تأمل، یادگیری عمیق‌تر را تسهیل می‌کنند. در نظام تربیتی اسلامی، مربیان با بهره‌گیری از این الگوها، می‌توانند عواطف متریبان را به گونه‌ای هدایت کنند که انگیزه یادگیری و رشد شخصیتی آنها تقویت شود. به عنوان مثال، تأکید بر «شکر» در آیاتی مانند «لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ» (ابراهیم: ۷) به عنوان یک عاطفه مثبت، نه تنها حس قدردانی را در فرد پرورش می‌دهد، بلکه او را به سوی رفتارهای خیرخواهانه و مسئولانه سوق می‌دهد. این ارتباط بین عواطف و یادگیری، با یافته‌های روان‌شناسی تربیتی مدرن، مانند نظریه یادگیری عاطفی - اجتماعی همخوانی دارد که بر اهمیت عواطف در بهبود عملکرد تحصیلی و اجتماعی تأکید می‌کند (صنوبری، ۱۳۹۰).

کاربردهای عملی نقش عواطف در نظام تربیتی اسلامی نیز گسترده است. در سطح فردی، پرورش عواطف مثبت مانند همدلی و محبت می‌تواند به بهبود سلامت روان و کاهش مشکلات عاطفی مانند افسردگی منجر شود. در سطح اجتماعی، این رویکرد به تقویت انسجام اجتماعی و کاهش تعارضات کمک می‌کند. برای مثال، تأکید قرآن بر «إحسان» (نحل: ۹۰) به عنوان یک عاطفه و رفتار خیرخواهانه، می‌تواند به عنوان مبنایی برای برنامه‌های آموزشی در مدارس و خانواده‌ها مورد استفاده قرار گیرد. همچنین در حوزه دین‌پژوهی، تحلیل مضمون عواطف در قرآن می‌تواند به غنای ادبیات تربیتی اسلامی کمک کند و زمینه‌ساز گفت‌وگوی بین‌رشته‌ای با علوم روان‌شناسی و تربیت مدرن باشد (شکوهی، ۱۳۸۵). در نهایت، نقش عواطف در نظام تربیتی اسلامی با تأکید بر تعادل بین جنبه‌های عاطفی، شناختی و معنوی، چارچوبی جامع برای پرورش انسان‌هایی متعادل و متعهد به ارزش‌های الهی ارائه می‌دهد.

ضرورت تربیت عاطفی انسان در جامعه‌ای که هر روز شاهد پیشرفت تکنولوژی و تقلید از سبک زندگی غرب هستیم و نتیجه آن دور شدن بسیاری از افراد از فضای قرآنی و دینی است، و محیط زندگی افراد ناامن و پر از خشم، کینه و نفرت است، و افراد برای ارضای نیازهای عاطفی خود دست به هر کاری می‌زنند، و در نتیجه با افزایش آمار ناهنجاری‌های اجتماعی مواجه هستیم. بسیاری از افراد در محیط خانواده فردی مسئولیت‌پذیر، مهربان و دلسوز هستند، اما هنگامی که افراد پا به محیط جامعه می‌گذارند، قساوت قلب آنها را احاطه می‌کند و فقط دنبال منافع شخصی خود می‌باشند و نسبت به اتفاقات جامعه بی‌تفاوت هستند و ناخواسته به مشکلات جامعه دامن می‌زنند؛ در نتیجه، جامعه امروزی بیش از هر زمانی نیاز به تربیت بعد عاطفی دارد (دلالت‌زاده بیدگلی، ۱۴۰۲). قرآن کریم به عنوان کتابی وحیانی

و جامع برای هدایت بشر، با ارائه آموزه‌های تربیتی عمیق، راهکارهایی برای پرورش متعادل ابعاد وجودی انسان، از جمله بعد عاطفی فراهم کرده است. تربیت عاطفی که شامل مدیریت عواطف، احساسات، هیجانات و گرایش‌های فردی است، نقشی کلیدی در ایجاد تعادل روانی، تقویت سلامت معنوی و ارتقای کیفیت زندگی افراد و جوامع ایفا می‌کند. تربیت عاطفی مبتنی بر آموزه‌های قرآنی نه تنها به عنوان یک ضرورت دینی، بلکه به عنوان یک راه حل کارآمد برای پاسخ گویی به نیازهای عاطفی و روانی انسان مدرن مطرح است. قرآن کریم با ارائه الگوهای عمیق و جاودانه، می‌تواند چارچوبی جامع برای پرورش عواطف و تقویت همدلی در جوامع امروزی فراهم کند، به ویژه در شرایطی که چالش‌های روانی نظیر اضطراب و افسردگی به دلیل سبک زندگی مدرن روبه افزایش است؛ از این رو توجه به تربیت عاطفی از منظر قرآن می‌تواند به عنوان پلی بین سنت و مدرنیته عمل کند و با تلفیق ارزش‌های معنوی و روش‌های علمی، به بهبود سلامت روان و تقویت انسجام اجتماعی کمک کند.

از منظر قرآن کریم، قوای احساسی به عنوان نیرویی درونی، در تعامل با قلب انسان (قلب به معنای مرکز عواطف و ادراکات معنوی) تعریف می‌شود. آیاتی مانند «الْمَ نَشْرَحْ لَكَ صَدْرَكَ» (شرح: ۱) به نقش آرامش قلبی و گشایش عاطفی اشاره دارند که از طریق ارتباط با خداوند و عمل به دستورات الهی حاصل می‌شود. این قوا شامل توانایی‌هایی مانند مدیریت خشم (آل عمران: ۱۳۴)، پرورش محبت و مودت (روم: ۲۱)، و تقویت همدلی و خیرخواهی (بقره: ۸۳) است. قرآن کریم با استفاده از مفاهیمی چون رحمت و مغفرت، به انسان می‌آموزد که چگونه احساسات خود را در مسیری سازنده هدایت کند. به عنوان مثال، تأکید بر رحمت الهی در آیاتی مانند «وَرَحْمَتِي وَسِعَتْ كُلَّ شَيْءٍ» (اعراف: ۱۵۶) نه تنها به تقویت امید در قلب مؤمن کمک می‌کند، بلکه الگویی برای رفتار عاطفی او در برابر دیگران ارائه می‌دهد. این دیدگاه نشان می‌دهد که قوای احساسی در قرآن، فراتر از یک ویژگی روان‌شناختی، به عنوان ابزاری برای خودسازی و تقرب به خداوند عمل می‌کنند (میرزایی، مطیع و سعادت‌نیا، ۱۴۰۳). کاربردهای عملی مفهوم قوای احساسی در قرآن کریم گسترده است. این مفهوم می‌تواند در نظام‌های آموزشی، به ویژه در تدوین برنامه‌های درسی مبتنی بر ارزش‌های اسلامی مورد استفاده قرار گیرد. برای مثال، آموزش مهارت‌های عاطفی مانند مدیریت خشم و پرورش همدلی بر اساس آیات قرآنی می‌تواند به کاهش تعارضات اجتماعی و افزایش انسجام جامعه کمک کند. همچنین در حوزه روان‌شناسی اسلامی، قوای احساسی می‌توانند به عنوان چارچوبی برای مشاوره و درمان‌های روان‌شناختی مبتنی بر قرآن مورد توجه قرار گیرند. در نهایت، این پژوهش با ارائه چارچوبی نظری و عملی برای تقویت قوای احساسی، به پر کردن شکاف‌های موجود در ادبیات تربیتی اسلامی کمک می‌کند و زمینه ساز گفت‌وگوی بین‌رشته‌ای میان علوم قرآنی و روان‌شناسی مدرن است. این رویکرد نه تنها به غنای علمی این حوزه می‌افزاید، بلکه راهکارهایی عملی برای بهبود کیفیت زندگی افراد و جوامع ارائه می‌دهد (احسانی، ۱۴۰۰).

اهمیت این مطالعه نه تنها در غنای نظری آن، بلکه در کاربردهای عملی‌اش برای نظام‌های آموزشی، دین‌پژوهی

و سیاست‌گذاری‌های فرهنگی نهفته است. تربیت عاطفی مبتنی بر قرآن می‌تواند به کاهش مشکلات عاطفی نظیر اضطراب، افسردگی و انزوای اجتماعی کمک کند و بستری برای تقویت همدلی، محبت و سلامت روان در جامعه فراهم آورد. علاوه بر این، این پژوهش به فهم عمیق‌تر ارزش‌های انسانی و معنوی کمک کرده و زمینه‌ساز پیشرفت فرهنگی و اجتماعی جوامع اسلامی می‌شود. با وجود این اهمیت، چالش‌ها و شکاف‌های متعددی در مسیر این پژوهش وجود دارد. یکی از مهم‌ترین چالش‌ها، کمبود مطالعات جامع و نظام‌مند در حوزه تربیت عاطفی از منظر قرآن کریم است. اگرچه پژوهش‌هایی در زمینه تربیت اسلامی انجام شده، اما تمرکز خاص بر بعد عاطفی و تحلیل مضامین قرآنی مرتبط با آن، همچنان محدود است (احسانی، ۱۴۰۰). این شکاف معرفتی، فهم کامل از اصول و روش‌های قرآنی در تربیت عاطفی را دشوار کرده و نیاز به مطالعات عمیق‌تر را برجسته می‌سازد. چالش دیگر، پیچیدگی روش‌شناختی تحلیل مضمون در متون دینی است. استخراج مضامین عاطفی از آیات قرآن نیازمند تسلط بر علوم قرآنی، روش‌های تفسیری و ابزارهای تحلیل کیفی است که خود فرایندی زمان‌بر و تخصصی است. علاوه بر این، فقدان چارچوب‌های نظری منسجم برای تربیت عاطفی در فلسفه تربیت اسلامی، پژوهشگران را با دشواری‌هایی در تدوین مدل‌های کاربردی مواجه کرده است. از سوی دیگر، در سطح عملی، نظام‌های آموزشی و تربیتی در بسیاری از جوامع اسلامی فاقد برنامه‌های مدون مبتنی بر آموزه‌های قرآنی برای پرورش عاطفی هستند. این شکاف بین نظریه و عمل، مانع از بهره‌برداری کامل از ظرفیت‌های قرآن در حوزه تربیت عاطفی شده است (بشرپور و همکاران، ۱۳۹۵).

در نهایت، در دنیای معاصر، افزایش مشکلات عاطفی و روانی، نظیر کاهش همدلی و افزایش فردگرایی، ضرورت بازخوانی آموزه‌های قرآنی را برای ارائه راهکارهای عملی دوجندان کرده است. عدم توجه کافی به این حوزه در مقایسه با سایر ابعاد تربیت، مانند تربیت اخلاقی یا شناختی، شکاف دیگری است که این پژوهش قصد پر کردن آن را دارد. در نهایت، فقدان منابع به‌روز و جامع که بتوانند تحلیل مضمون تربیت عاطفی را با روش‌های علمی مدرن ترکیب کنند، چالش دیگری است که پژوهش حاضر با آن مواجه است. برای غلبه بر این چالش‌ها، این پژوهش از روش تحلیل مضمون استفاده می‌کند که به دلیل انعطاف‌پذیری و توانایی در شناسایی الگوهای معنایی، برای مطالعه متون دینی مناسب است (ساجدی، ۱۴۰۳). این روش امکان بررسی عمیق آیات قرآنی مرتبط با عواطف و احساسات را فراهم می‌کند و می‌تواند چارچوبی مفهومی برای تربیت عاطفی ارائه دهد. انتظار می‌رود نتایج این مطالعه نه تنها به غنای ادبیات تربیتی اسلامی بیافزاید، بلکه در طراحی برنامه‌های آموزشی، تدوین سیاست‌های تربیتی و ارائه منابع برای محققان و دین‌پروهان نیز مؤثر باشد. این پژوهش همچنین می‌تواند به مقایسه آموزه‌های قرآنی با نظریه‌های روان‌شناختی مدرن در حوزه هوش عاطفی و سلامت روان کمک کند که خود گامی در جهت گفت‌وگوی بین‌رشته‌ای است. بنابراین این تحقیق به دنبال آن است تا به «تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی از دیدگاه قرآن کریم» بپردازد؛ از این رو این سوالات مطرح است که:

۱. تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی بر اساس متن قرآن کریم چیست؟
۲. تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی بر اساس متن قرآن کریم چرا مطرح شده است؟
۳. تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی بر اساس متن قرآن کریم چگونه مطرح شده است؟
۴. چه الگویی می‌توان از تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در برنامه درسی ارائه نمود؟

مطالعات پیشین

مرور پژوهش‌های انجام گرفته، نشان‌دهنده آن است که در بیشتر پژوهش‌های داخلی رویکرد حاکم بر مطالعات تربیت عاطفی از نوع کیفی بوده، از جمله پژوهش ناطقی (۱۴۰۲) با عنوان «مفهوم‌شناسی تربیت عاطفی در قرآن»، به این نتیجه رسیده است که مجموعه‌ای از کلمات قرآنی عهده‌دار تبیین مفهوم عاطفه و تربیت عاطفی در قرآن است و هرکدام زاویه‌ای از زوایای مصادیق تربیت عاطفی را تبیین می‌کند. به عنوان نمونه، کلماتی مانند محبت، رحمت و رأفت درصدد تبیین عاطفه محبت، کلماتی مانند فرح و سرور درصدد تشریح عاطفه شادی، کلماتی مانند خوف و خشیت درصدد بیان عاطفه ترس و کلمات مانند رجا، یأس و قنوط درصدد تفهیم عاطفه امید و ناامید است. این واژگان از منظر مفهومی به دو دسته قابل تقسیم است: عواطف مثبت یا پسندیده و عواطف منفی یا ناپسند. همچنین سلیمانی (۱۴۰۲) در تحقیقی تحت عنوان «تبیین تربیت و یادگیری عاطفی دانش‌آموزان بر اساس مبانی اسلامی و انسان‌شناسی قرآن»، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که عواطف در قرآن با پشتوانه معرفتی از احساس جدا می‌شود. تربیت عاطفی با مبانی انسان‌شناسی و معرفت‌شناسی وارد فرایند تربیتی می‌شود و همسو با هدف نهایی نظام تربیتی، پرورش عواطف و مدیریت آن را بر اساس ارزش‌ها بر عهده دارد. علاوه بر آن، با رشد هوش فکورانه و انگیزش درونی به یادگیری کمک می‌کند. این تربیت با اصولی مانند اصل ارتقای عاطفی، اصل مخاطب‌شناسی و اصل تفکر راهبردی و با الهام از توصیه‌های عملی قرآن مانند انذار و بشارت، مراقبه و محاسبه، حاوی روش‌های کاربردی در مهارت‌های ارتباطی و روش‌های تدریس و آموزش است. صبور۱ ارطه و همکاران (۱۴۰۲) در تحقیقی تحت عنوان «موانع تربیت عاطفی از منظر آیات و روایات»، یافته‌های این پژوهش بیانگر آن است که عواملی چون عدم رعایت اصل اعتدال و میانه‌روی، تحقیر، سوءظن، خشونت و حسادت که به دو صورت کلامی و غیر کلامی قابل انتقال به دیگران هستند، در تربیت عاطفی بسیار آسیب‌زا بوده و در آموزه‌های اسلامی مورد نکوهش قرار گرفته‌اند. پژوهش حسینی دولت‌آباد و رضی (۱۴۰۱) با عنوان «راهکارهای تربیت عاطفی قرآن برای تقویت خودشفقتی»، با بررسی آیات دارای محتوای خودشفقتی، هفت مؤلفه عاطفی - روانی به دست آمده که عبارت‌اند از: اتصال به کانون هستی، غنای نفس و تعالی تمایلات، شکرگزاری، صبر، امیدواری برای جبران، پذیرش مهربانانه خود و کنترل هیجانات منفی (حفظ آرامش). این راهکارهای عاطفی نسبت به رویکردهای موجود روان‌شناختی از جامعیت، کمال و اطمینان‌بخشی بالاتری برخوردارند و از غنای شاخصه‌های روان‌شناسی توحیدی، مانند ایمان به خدا، توبه، معاد و حیات جاودان سود جست‌ه‌اند. امیدوی

(۱۴۰۱) در تحقیقی تحت عنوان «تربیت عاطفی از منظر قرآن و نهج البلاغه (آسیب‌ها و راهکارها)»، در این پژوهش، به آسیب‌هایی مانند آسیب‌های معرفتی، اخلاقی - رفتاری و اقتصادی تربیت عاطفی و راهکارهای مقابله و درمان آنها اشاره شده است. در نهایت احسانی (۱۴۰۰) در تحقیقی تحت عنوان «روش‌های تربیت عاطفی از منظر قرآن کریم»، نشان داد که قرآن کریم برای تربیت عاطفی انسان از روش‌های ایجاد و تقویت انگیزه در جهت اعطای بینش به متریان نسبت به خدا، جهان و انسان، ایجاد انگیزه از طریق وعده و وعید و طرح سؤال درباره موضوعات مختلف استفاده کرده است. روش‌های شناختی، رفتاری و طرح سؤال برای ایجاد انگیزه در جهت پرورش جنبه عاطفی و گرایشی انسان، از مهم‌ترین روش‌هایی است که در قرآن کریم مورد توجه قرار گرفته است. مرور ادبیات پیشین نشان می‌دهد که اکثریت تحقیقات در خصوص تربیت عاطفی بر مبانی فلسفی، اهداف، اصول و روش‌های تربیت عاطفی متمرکز بوده‌اند و به نظر می‌رسد که زمان آن رسیده است که تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن با رویکرد تحلیل مضمون نیز مورد توجه قرار گیرند.

روش پژوهش

در پژوهش کنونی، برای پاسخ دادن به سؤال‌های پژوهش از روش تحلیل مضمون استفاده می‌شود. برای شناسایی و تشریح چستی، چرایی و چگونگی یک پدیده می‌توان از تحلیل مضمون استفاده کرد. تحلیل مضمون به دنبال استخراج مضامین برجسته یک متن در سطوح مختلف است (Attride-Stirling, 2001, p. 390). به دلیل اینکه پژوهش حاضر از نوع پژوهش‌های کیفی و بنیادی است، جامعه آماری برای آن همانند پژوهش‌های کمی وجود ندارد و روش نمونه‌گیری نیز نظری (تئوری) خواهد بود؛ بدین معنا که منبع قرآن انتخاب شد که بیشترین اطلاعات داده را برای پاسخ به سؤال پرسش فراهم می‌کند. روش اعتبارسنجی این پژوهش روایی تفسیری است و با ارائه و بازخورد نتایج پژوهش به پنج تن از صاحب‌نظران قرآنی که سابقه کار کیفی داشتند، تأیید نهایی صورت گرفت. همچنین علاوه بر انتخاب مضمون‌های فراگیر، سازمان‌دهنده، اصلی و فرعی با مطالعه نظری، پیشینه و اهداف بررسی شده و نظر متخصصان گرفته شد و قبل از کدگذاری تعدیل نهایی صورت گرفت. روش کاربردی مناسب در تحلیل مضمون تحلیل قالب مضمون‌ها، شبکه مضمون‌ها و تحلیل مقایسه‌ای است. تحلیل مضمون فرایندی سه مرحله‌ای است که شامل یک مرحله کدگذاری توصیفی، کدگذاری تفسیری و یکپارچه‌سازی از طریق مضامین فراگیر است. در مرحله کدگذاری توصیفی، حداقل یک بار قبل از شروع کدگذاری کل داده‌ها مطالعه شده‌اند. در این حالت، هنگام مطالعه متن برخی از ایده‌ها و الگوها شناخته شدند. این گام ستون فقرات مراحل بعدی است. کدگذاری تفسیری زمانی آغاز می‌شود که پژوهشگر داده‌ها را مطالعه کرده است و با آنها آشنا شده است. در این گام، از کدها برای تقسیم داده‌های متنی به قسمت‌های فهمیدنی، مانند بند، عبارت، کلمه یا سایر معیارهایی که برای تحلیل خاص لازم هستند، استفاده می‌شود. در گام

یا مرحله یکپارچه‌سازی، کدها تجزیه و تحلیل می‌شوند و به تحوة ترکیب و تلفیق کدهای مختلف برای تشکیل مضمون پایه توجه می‌شود (Lamark, & Meyer, 2020).

یافته‌ها

آیات مرتبط با تربیت عاطفی در قرآن کریم

برای شناسایی آیات مرتبط با تربیت عاطفی، از روش تحلیل مضمون استفاده شده است. این روش شامل مراحل شناسایی، کدگذاری و استخراج مضامین از آیات قرآنی است. در این پژوهش، آیات مرتبط با عواطف مثبت (مانند محبت، رحمت، صبر، شکر، امید) و عواطف منفی (مانند خشم، حسد، ترس ناسالم، بخل) مورد بررسی قرار گرفته‌اند. برخی از آیات کلیدی عبارت‌اند از:

محبت و رحمت: آیه ۲۱ سوره روم: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً» که به محبت و آرامش در روابط خانوادگی اشاره دارد؛ همچنین آیه ۹۶ سوره نحل: «مَا عِنْدَكُمْ يَنْفَدُ وَمَا عِنْدَ اللَّهِ بَاقٍ» بر محبت پایدار به خدا تأکید می‌کند.

صبر و استقامت: آیه ۱۵۵ سوره بقره: «وَلْيَبْلُغُوا بَشِيرًا مِنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ... وَبَشِيرًا الصَّابِرِينَ» که بر صبر در برابر سختی‌ها تأکید می‌کند؛ همچنین آیه ۴۵ سوره بقره: «وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ» صبر را ابزاری برای تقویت عاطفی معرفی می‌کند.

مدیریت خشم: آیه ۱۳۴ سوره آل عمران: «الَّذِينَ يَنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ» که به مهار خشم به‌عنوان ویژگی مؤمنان اشاره دارد؛ همچنین آیه ۳۷ سوره شوری: «وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ» عفو را در برابر خشم توصیه می‌کند.

شکر و سپاس: آیه ۷ سوره ابراهیم: «وَإِذْ تَادُنَ رَبُّكُمْ لَنْ شَكَرْتُمْ لَا زِيدُنْكُمْ» که شکر را به‌عنوان عاطفه‌ای مثبت و تقویت‌کننده معرفی می‌کند؛ همچنین آیه ۱۴۷ سوره نساء: «مَا يَفْعَلُ اللَّهُ بِعَذَابِكُمْ إِنْ شَكَرْتُمْ وَآمَنْتُمْ» شکر را با ایمان مرتبط می‌سازد.

حسد و بخل: آیه ۵۴ سوره نساء: «أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ» که حسد را نکوهش می‌کند؛ همچنین آیه ۳۸ سوره نساء: «وَالَّذِينَ يَبْخُلُونَ وَيَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبُخْلِ» بخل را عاطفه‌ای منفی می‌داند.

ترس ناسالم: آیه ۱۷۵ سوره آل عمران: «فَإِنَّمَا هُوَ شَيْطَانٌ يَخُوفُ أَوْلِيَاءَهُ» که ترس از غیر خدا را از شیطان می‌داند؛ در حالی که آیه ۵۰ سوره آل عمران ترس مقدس (خشیت) را مثبت می‌شمارد.

این آیات به‌عنوان نمونه‌هایی از تعالیم قرآنی در حوزه تربیت عاطفی، در فرایند کدگذاری و تحلیل مضمون مورد استفاده قرار گرفته‌اند و نشان‌دهنده جامعیت قرآن در پوشش عواطف مثبت و منفی هستند.

برای تحلیل دقیق‌تر، کلمات کلیدی مرتبط با تربیت عاطفی در قرآن شناسایی و در جدولی سازمان‌دهی شده‌اند. این جدول شامل کلمات، معانی، منابع قرآنی و توضیحات است. جهت انجام پژوهش، تمام کلماتی که معنا و مفهوم تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی (مانند محبت، رحمت، صبر، شکر، خشم، حسد، ترس، بخل، امید) را توضیح می‌دهند، در متن قرآن کریم بررسی شد و کدهای مرتبط استخراج گردید. معنا و مضمون کلمات مرتبط در جدول (۱) آورده شده است.

جدول ۱: کلمات مرتبط با تربیت عاطفی در قرآن کریم

ردیف	کلمه	منبع قرآنی	معنا و مفهوم
۱	مودة	روم: ۲۱	محبت، دوستی و مودت
۲	رحمة	اعراف: ۵۶	مهربانی، رحمت و عطاوت
۳	صبر	بقره: ۱۵۵	استقامت، پایداری در برابر سختی‌ها
۴	غیظ	آل عمران: ۱۳۴	خشم، عصبانیت
۵	شکر	ابراهیم: ۷	سپاسگزاری، قدردانی از نعمت‌ها
۶	خوف	آل عمران: ۱۷۵	ترس، اضطراب (نا سالم)
۷	حلم	طه: ۴۴	بردباری، خویش‌ن‌داری در برابر خشم
۸	حسد	نساء: ۵۴	حسادت، رشک نسبت به دیگران
۹	بخل	نساء: ۳۷	بخل، خودداری از بخشش
۱۰	رأفة	نور: ۲	مهربانی شدید، شفقت عمیق
۱۱	رجا	زمر: ۵۳	امیدواری، رجای به رحمت الهی
۱۲	قسوة	مائده: ۱۳	قساوت قلب، عدم عواطف مثبت

جدول ۲: کدگذاری اهداف تحقیق و مضامین پایه تربیت عاطفی در قرآن کریم

اهداف تحقیق	مضمون‌های فراگیر	تعداد کد	شواهد قرآنی نمونه
چیستی	ماهیت تربیت عاطفی	۴۰	روم: ۲۱ (مودة و رحمة)
	مبانی تربیت عاطفی	۳۰	حجرات: ۱۰ (اخوت مؤمنان)
	اصول تربیت عاطفی	۳۰	نجم: ۴۳ (شناخت عواطف الهی)
	پیامدهای تربیتی تربیت عاطفی	۴۰	بقره: ۱۵۵ (صبر در مصائب)
چگونگی	اهمیت تربیت عاطفی	۳۰	شوری: ۲۳ (محبت به اولیا)
	انگیزة تربیت عاطفی	۳۰	ابراهیم: ۷ (شکر و افزایش نعمت)
	تربیت عاطفی مطلوب در قرآن	۳۰	فصلت: ۳۴ (دفع بدی با نیکی)
جمع کل کدگذاری‌ها	لوازم تربیت عاطفی	۴۰	آل عمران: ۱۳۴ (کظم غیظ)
	روش‌های پرورش عواطف و تقویت قوای احساسی	۳۰	نساء: ۵۴ (مهار حسد)
۳۰۰			

برای دستیابی به اهداف تحقیق (چیستی، چرایی و چگونگی تربیت عاطفی)، مضامین پایه از آیات قرآنی استخراج و کدگذاری شده‌اند. این جدول شامل اهداف تحقیق، مضامین پایه، تعداد کد و شواهد قرآنی است. در ادامه، با توجه به کلمات کلیدی بیان شده، کدهای مربوطه استخراج شدند. از مجموع کل کدگذاری‌ها (۳۰۰ کد)، ۴۰ درصد (۱۲۰ کد)

درباره چپستی، ۳۰ درصد (۹۰ کد) درباره چرایی و ۳۰ درصد (۹۰ کد) درباره چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی هستند. این امر نشان دهنده تأکید قرآن کریم بر چپستی و ماهیت تربیت عاطفی و سپس اهمیت و روش های آن است. بیشترین فراوانی متعلق به مضامین ماهیت تربیت عاطفی (۴۰ کد)، اصول تربیت عاطفی (۳۰ کد) و روش های پرورش عواطف (۳۰ کد) است که نشان می دهد تربیت عاطفی در قرآن کریم باید با جهت گیری توحیدی و تعادل عاطفی همراه باشد

سؤال اول پژوهش: چپستی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

چپستی تربیت عاطفی در قرآن کریم به مجموعه ویژگی ها، فرایندها و لوازمی اشاره دارد که به پرورش و مدیریت عواطف انسان در راستای تعلیم الهی و دستیابی به رشد معنوی، اخلاقی و اجتماعی منجر می شود. بر اساس تحلیل مضمون انجام شده، تربیت عاطفی در قرآن به عنوان فرایندی تعریف می شود که طی آن انسان با بهره گیری از آیات و تعلیم قرآنی، توانایی شناخت، پرورش و جهت دهی به عواطف خود را کسب می کند. این فرایند شامل سه مضمون فراگیر است: ماهیت تربیت عاطفی، پیامدهای تربیتی و لوازم تربیت عاطفی. در ادامه، این مضامین به صورت شبکه ای و با جزئیات ارائه شده اند. بر اساس تحلیل مضمون، شبکه مضامین استخراج شده برای چپستی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم به شرح ذیل است.

جدول ۳: شبکه مضامین چپستی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

مضمون فراگیر	مضمون سازمان دهنده	مضمون های پایه	فراوانی کد	شواهد قرآنی نمونه
ماهیت تربیت عاطفی	پرورش عواطف مثبت	محبت و مودت	10	روم: ۲۱ (موده و رحمة)
		رحمت و شفقت	8	اعراف: ۵۶
		صبر و استقامت	12	بقره: ۱۵۵
		شکر و سپاسگزاری	8	ابراهیم: ۷
		امیدواری (رجا)	6	زمر: ۵۳
	مهار عواطف منفی	خشم (کظم غیظ)	10	آل عمران: ۱۳۴
		حسد	6	سوره نساء: ۵۴
		بخل	5	نساء: ۳۷
		ترس ناسالم	5	آل عمران: ۱۷۵
		محبت خانوادگی	8	روم: ۲۱
پیامدهای تربیتی	تقویت روابط انسانی	برادری اجتماعی	6	حجرات: ۱۰
		تقرب به خداوند	10	شوری: ۲۳
	رشد معنوی	آرامش قلبی	8	رعد: ۲۸
		کاهش اضطراب و اختلالات روانی		
لوازم تربیت عاطفی	خودآگاهی عاطفی	شناخت عواطف مثبت و منفی	6	نجم: ۴۳
		شناخت آیات الهی	5	آل عمران: ۱۹۱
	تمرین مهارت های عاطفی	تمرین صبر و عفو	8	شوری: ۳۷

ماهیت تربیت عاطفی: این مضمون به چیستی و جوهره تربیت عاطفی در قرآن اشاره دارد. قرآن عواطف را به دو دسته مثبت (مانند محبت، رحمت، صبر، شکر و امید) و منفی (مانند خشم، حسد، بخل و ترس ناسالم) تقسیم می‌کند. هدف تربیت عاطفی، تقویت عواطف مثبت و مهار عواطف منفی در راستای توحید و اخلاق است. به‌عنوان مثال، آیه ۲۱ سوره روم بر ایجاد مودت و رحمت در روابط خانوادگی تأکید دارد؛ درحالی که آیه ۱۳۴ سوره آل عمران به مهار خشم (کظم غیظ) اشاره می‌کند.

پیامدهای تربیتی: تربیت عاطفی در قرآن منجر به تقویت روابط انسانی (مانند محبت خانوادگی و برادری اجتماعی)، رشد معنوی (تقرب به خداوند) و کاهش اضطراب و اختلالات روانی (آرامش قلبی) می‌شود. این پیامدها نشان‌دهنده تأثیرات عمیق تربیت عاطفی بر ابعاد فردی و اجتماعی زندگی انسان هستند.

لوازم تربیت عاطفی: برای تحقق تربیت عاطفی، خودآگاهی عاطفی (شناخت حالات درونی)، تأمل در آیات قرآنی و تمرین مهارت‌های عاطفی (مانند صبر و عفو) ضروری است. این لوازم به انسان کمک می‌کنند تا عواطف خود را به‌گونه‌ای مدیریت کند که در خدمت اهداف الهی قرار گیرند.

چیستی تربیت عاطفی در قرآن کریم شامل فرایندی جامع است که از طریق پرورش عواطف مثبت و مهار عواطف منفی، به بهبود روابط انسانی، رشد معنوی و کاهش چالش‌های عاطفی منجر می‌شود. این فرایند با خودآگاهی عاطفی، تأمل در آیات و تمرین مهارت‌های عملی پشتیبانی می‌شود و در نهایت انسان را به تعادل عاطفی و تقرب به خداوند هدایت می‌کند.

سؤال دوم پژوهش: چرایی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

چرایی تربیت عاطفی در قرآن کریم به اهمیت، انگیزه‌ها و مبانی نظری این فرایند اشاره دارد. تربیت عاطفی از منظر قرآن نه تنها برای بهبود سلامت عاطفی و اجتماعی ضروری است، بلکه به‌عنوان ابزاری برای تحقق اهداف الهی و دستیابی به کمال انسانی معرفی شده است. تحلیل مضمون انجام‌شده، سه مضمون فراگیر را برای چرایی تربیت عاطفی شناسایی کرده است: اهمیت تربیت عاطفی، انگیزه‌های تربیت عاطفی و مبانی تربیت عاطفی. بر اساس تحلیل مضمون، شبکه مضامین استخراج‌شده برای چرایی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم به شرح ذیل است.

جدول ۴: شبکه مضامین چرایی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

مضمون فراگیر	مضمون سازمان‌دهنده	مضمون‌های پایه	فراوانی کد	شواهد قرآنی نمونه
اهمیت تربیت عاطفی	بهبود سلامت عاطفی و اجتماعی	کاهش اضطراب و افسردگی	10	رعد: ۲۸
		تقویت روابط اجتماعی	8	حجرات: ۱۰
	جلوگیری از اختلالات روانی	مهار خشم و حسد	6	آل عمران: ۱۳۴
		پرهیز از قساوت قلب	6	مائده: ۱۳

انگیزه‌های تربیت عاطفی	تقرب به خداوند	محبت به اولیای الهی	8	شوری: ۲۳
	تعادل عاطفی	دفع بدی با نیکی	7	فصلت: ۳۴
	آرامش پایدار	امید به رحمت الهی	7	زمر: ۵۳
مبانی تربیت عاطفی	توحیدمحوری	جهت‌دهی عواطف به سوی خدا	10	حجرات: ۱۰
	فطری بودن عواطف	منشأ الهی عواطف	8	نجم: ۴۳
	تعالیم قرآنی	رحمت الهی به عنوان مبنا	6	اعراف: ۵۶

اهمیت تربیت عاطفی: قرآن کریم تربیت عاطفی را به عنوان راهکاری برای بهبود سلامت عاطفی و اجتماعی و جلوگیری از اختلالات روانی معرفی می‌کند. با توجه به گزارش‌های سازمان جهانی بهداشت مبنی بر افزایش ۲۵ درصدی اختلالات عاطفی، تربیت عاطفی مبتنی بر قرآن می‌تواند به کاهش اضطراب، افسردگی و قساوت قلب کمک کند. آیاتی مانند آیه ۲۸ سوره رعد: «الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ»، بر نقش ذکر خدا در ایجاد آرامش تأکید دارند.

انگیزه‌های تربیت عاطفی: انگیزه‌های این فرایند شامل تقرب به خداوند (از طریق محبت به اولیای الهی)، دستیابی به تعادل عاطفی (از طریق دفع بدی با نیکی) و کسب آرامش پایدار (از طریق امید به رحمت الهی) هستند. به عنوان مثال، آیه ۲۳ سوره شوری محبت به خویشاوندان پیامبر را به عنوان انگیزه‌ای برای تقرب به خدا معرفی می‌کند. **مبانی تربیت عاطفی:** این فرایند بر پایه اصول توحیدمحوری، فطری بودن عواطف و تعالیم قرآنی استوار است. توحیدمحوری به عنوان محور اصلی، عواطف را به سوی اطاعت از خداوند هدایت می‌کند. فطری بودن عواطف نیز به منشأ الهی آنها اشاره دارد (نجم: ۴۳)، و تعالیم قرآنی مانند تأکید بر رحمت الهی، مبنای نظری تربیت عاطفی را تشکیل می‌دهند.

چرایی تربیت عاطفی در قرآن کریم به اهمیت آن در بهبود سلامت عاطفی و اجتماعی، انگیزه‌هایی مانند تقرب به خداوند و کسب آرامش پایدار، و مبانی نظری مانند توحیدمحوری و فطری بودن عواطف بازمی‌گردد. این فرایند به عنوان راهکاری جامع برای مواجهه با چالش‌های عاطفی مدرن و دستیابی به کمال انسانی معرفی شده است.

سؤال سوم پژوهش: چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

چگونگی تربیت عاطفی در قرآن کریم به روش‌ها، اصول و راهکارهای عملی اشاره دارد که از طریق آنها انسان می‌تواند عواطف خود را پرورش دهد، قوای احساسی خود را تقویت کند و به تعادل عاطفی، تقرب به خداوند و بهبود روابط اجتماعی دست یابد. بر اساس تحلیل مضمون انجام‌شده، چگونگی تربیت عاطفی شامل سه مضمون فراگیر است: تربیت عاطفی مطلوب، اصول تربیت عاطفی و روش‌های پرورش عواطف، و تقویت قوای احساسی. این مضامین با جزئیات در شبکه مضامین ذیل ارائه شده‌اند.

شبکه مضامین چگونگی تربیت عاطفی

بر اساس تحلیل مضمون، شبکه مضامین استخراج شده برای چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم به شرح ذیل است.

جدول ۵: شبکه مضامین چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

مضمون فراگیر	مضمون سازمان دهنده	مضمون های پایه	فراوانی کد	شواهد قرآنی نمونه
تربیت عاطفی مطلوب	روش های مطلوب	صبر و استقامت	12	بقره: ۱۵۵ «وَتَسْلُوْكُمْ بُنَىٰ مِنْ الْخَوْفِ...»
		شکر و سپاسگزاری	8	ابراهیم: ۷
		دفع بدی با نیکی	7	فصلت: ۳۴
		کنترل خشم (کظم غیظ)	10	آل عمران: ۱۳۴
اصول تربیت عاطفی	توحیدمحوری	جهت دهی عواطف به سوی خدا	10	حجرات: ۱۰ «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ»
	تعادل عاطفی	حفظ تعادل بین عواطف مثبت و منفی	8	فصلت: ۳۴
	جامعیت	تربیت عاطفی در ابعاد فردی، خانوادگی و اجتماعی	7	روم: ۲۱
	روش های شناختی	تأمل در آیات الهی	6	نجم: ۴۳
روش های پرورش عواطف و تقویت قوای احساسی	روش های رفتاری	تمرین صبر و عفو	8	شوری: ۳۷
	روش های انگیزشی	استفاده از داستان های قرآنی	6	یوسف (داستان حضرت یوسف علیه السلام)

تربیت عاطفی مطلوب

این مضمون به روش های ایدئال برای پرورش عواطف در قرآن اشاره دارد. قرآن کریم از طریق آیاتی مانند آیه ۱۵۵ سوره بقره، صبر در برابر سختی ها را به عنوان یک روش کلیدی معرفی می کند؛ همچنین آیه ۷ سوره ابراهیم شکر را به عنوان عاطفه ای مثبت و تقویت کننده نعمت ها توصیه می کند. دفع بدی با نیکی (فصلت: ۳۴) و کنترل خشم (آل عمران: ۱۳۴) نیز، از روش های مطلوب برای مدیریت عواطف هستند.

این روش ها به انسان کمک می کنند تا عواطف خود را در راستای ارزش های الهی و اخلاقی هدایت کند.

اصول تربیت عاطفی

توحیدمحوری: این اصل تأکید دارد که عواطف باید در خدمت اطاعت از خداوند و تقویت ارتباط معنوی با او باشند. آیه ۱۰ سوره حجرات بر محبت و برادری میان مؤمنان به عنوان جلوه ای از توحید اشاره دارد.

تعادل عاطفی: قرآن بر حفظ تعادل بین عواطف مثبت و منفی تأکید دارد، مانند آیه ۳۴ سوره فصلت که به دفع بدی با نیکی اشاره می کند.

جامعیت: تربیت عاطفی در قرآن ابعاد فردی (مانند خودآگاهی عاطفی)، خانوادگی (مانند محبت در روابط زوجین، روم: ۲۱) و اجتماعی (مانند برادری بین اقوام، حجرات: ۱۳) را دربر می گیرد.

روش های پرورش عواطف و تقویت قوای احساسی

روش های شناختی: شامل تأمل در آیات قرآنی برای شناخت منشأ الهی عواطف (نجم: ۴۳) و افزایش خودآگاهی عاطفی.

روش های رفتاری: شامل تمرین مهارت هایی مانند صبر، عفو و انفاق که در آیاتی مانند آیه ۳۷ سوره شوری توصیه شده اند.

روش های انگیزشی: استفاده از داستان های قرآنی مانند داستان حضرت یوسف علیه السلام برای ایجاد انگیزه و الگوبرداری در مدیریت عاطفی.

چگونگی تربیت عاطفی در قرآن کریم شامل روش های مطلوب (مانند صبر، شکر و کنترل خشم)، اصول بنیادین (توحیدمحوری، تعادل و جامعیت) و راهکارهای عملی (شناختی، رفتاری و انگیزشی) است. این فرایند با تکیه بر آیات قرآنی و داستان های انبیاء، انسان را به سوی تعادل عاطفی، تقرب به خداوند و بهبود روابط اجتماعی هدایت می کند. این روش ها نه تنها برای رشد فردی، بلکه برای تقویت سلامت عاطفی در محیط های خانوادگی و اجتماعی نیز کاربردی هستند.

سؤال چهارم پژوهش: چه الگویی می توان از تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی بر اساس متن قرآن کریم در برنامه درسی ارائه نمود؟

بر اساس تحلیل مضمون تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم، یک الگوی سه بعدی برای طراحی برنامه های درسی مبتنی بر قرآن پیشنهاد می شود که شامل ابعاد شناختی، رفتاری و معنوی است. این الگو از مراحل و روش های استخراج شده از آیات قرآنی تشکیل شده و می تواند به عنوان چارچوبی برای آموزش تربیت عاطفی در محیط های مختلف (مدارس، خانواده ها و جوامع) مورد استفاده قرار گیرد. این الگو به سؤالات پژوهش (جیستی، چرایی و چگونگی) پاسخ می دهد و با تأکید بر جامعیت قرآن، عواطف را به ابزاری برای رشد همه جانبه تبدیل می کند.

الگوی پیشنهادی برای برنامه درسی

الگوی پیشنهادی شامل سه بعد اصلی و مراحل عملیاتی است که در ذیل به تفصیل شرح داده شده اند.

جدول ۶: الگوی پیشنهادی برنامه درسی مبتنی بر تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن کریم

بعد	مضمون سازمان دهنده	مراحل عملیاتی	شواهد قرآنی نمونه	کاربرد در برنامه درسی
شناختی	آگاهی و شناخت عواطف	آموزش خودآگاهی عاطفی	نجم: ۴۳ «وَأَنَّهُ هُوَ أَضْحَكٌ وَأَبْكِي»	طراحی فعالیت‌های تأملی برای شناسایی عواطف مثبت و منفی
		تحلیل آیات قرآنی مرتبط با عواطف	آل عمران: ۱۹۱	گنجاندن جلسات بحث و گفت‌وگو درباره آیات عاطفی
		شناسایی عواطف منفی (مانند حسد)	نساء: ۵۴	آموزش تکنیک‌های تحلیل احساسات بر اساس قرآن
رفتاری	اعمال و رفتارهای عاطفی	تمرین صبر و استقامت	بقره: ۱۵۵	فعالیت‌های عملی مانند تمرین صبر در موقعیت‌های چالش برانگیز
		تمرین عفو و دفع بدی با نیکی	شوری: ۳۷	کارگاه‌های عملی برای مدیریت خشم و تقویت محبت
		اتفاق و ابراز محبت	آل عمران: ۱۳۴	پروژه‌های گروهی برای تقویت همکاری و محبت اجتماعی
معنوی	تقرب به خداوند	تقویت ارتباط عاطفی با خدا	شوری: ۲۳	جلسات ذکر و دعا برای تقویت بعد معنوی
		استفاده از داستان‌های قرآنی	یوسف	فعالیت‌های روایی برای انگیزش عاطفی (داستان‌گویی)
		تقویت امید به رحمت الهی	زمر: ۵۳	تمرین‌های معنوی مانند تأمل در رحمت خداوند

مراحل عملیاتی الگو

۱. شناخت عواطف

هدف: ایجاد آگاهی در مورد عواطف مثبت (مانند محبت، صبر) و منفی (مانند خشم، حسد) با تکیه بر آیات قرآنی.

روش‌ها: آموزش خودآگاهی عاطفی از طریق تأمل در آیات (نجم: ۴۳)، بحث گروهی درباره تمایز بین خوف ناسالم و خشیت مقدس، و تحلیل داستان‌های قرآنی (مانند داستان حضرت یوسف علیه السلام).

کاربرد در برنامه درسی: طراحی درس‌هایی با محوریت تحلیل آیات عاطفی، استفاده از پرسش‌نامه‌های خوارزیابی عاطفی و جلسات بحث برای شناسایی احساسات.

۲. پرورش عواطف مثبت

هدف: تقویت عواطف مثبت، مانند محبت، رحمت، صبر، شکر و امید از طریق تمرین‌های عملی.

روش‌ها: آموزش مهارت‌هایی مانند اتفاق (آل عمران: ۱۳۴)، تمرین شکر (ابراهیم: ۷) و تقویت امید از طریق تأمل در رحمت الهی (زمر: ۵۳).

کاربرد در برنامه درسی: برگزاری کارگاه‌های عملی برای تمرین صبر (مانند شبیه‌سازی موقعیت‌های

چالش برانگیز)، پروژه‌های خیرخواهانه برای تقویت محبت و انفاق، و فعالیت‌های نوشتاری برای قدردانی از نعمت‌ها.

۳. مهار عواطف منفی

هدف: یادگیری روش‌هایی برای کنترل عواطف منفی، مانند خشم، حسد و بخل.

روش‌ها: تمرین کظم غیظ (آل‌عمران: ۱۳۴)، دفع بدی با نیکی (فصلت: ۳۴) و مقابله با حسد از طریق داستان‌های قرآنی.

کاربرد در برنامه درسی: طراحی سناریوهای عملی برای مدیریت خشم (مانند نقش‌آفرینی)، آموزش تکنیک‌های دفع بدی با نیکی و استفاده از داستان‌های قرآنی برای الگوبرداری.

۴. تقویت ارتباط معنوی

هدف: جهت‌دهی عواطف به‌سوی تقرب به خداوند و دستیابی به آرامش پایدار.

روش‌ها: استفاده از دعا، ذکر و تأمل در آیات الهی (شوری: ۲۳) و داستان‌های قرآنی برای ایجاد انگیزه عاطفی.

کاربرد در برنامه درسی: گنجاندن جلسات ذکر و دعا، فعالیت‌های تأملی درباره رحمت الهی و داستان‌گویی قرآنی برای تقویت بعد معنوی.

ویژگی‌های الگو

جامعیت: این الگو ابعاد فردی (خودآگاهی عاطفی)، خانوادگی (محبت و مودت) و اجتماعی (برادری و همکاری) را پوشش می‌دهد.

توحیدمحوری: تمام مراحل و روش‌ها در راستای اطاعت از خداوند و تقویت ارتباط معنوی طراحی شده‌اند.

کاربرد عملی: الگو با تأکید بر روش‌های شناختی (تأمل)، رفتاری (تمرین) و انگیزشی (داستان‌گویی) قابل اجرا در محیط‌های آموزشی است.

انعطاف‌پذیری: این الگو می‌تواند در برنامه‌های درسی مدارس، کارگاه‌های تربیتی خانوادگی و برنامه‌های اجتماعی (مانند مساجد) استفاده شود.

کاربرد در برنامه درسی

مدارس: طراحی درس‌های دینی با محوریت تربیت عاطفی، شامل فعالیت‌های گروهی (مانند بحث درباره آیات)، تمرین‌های عملی (مانند نقش‌آفرینی برای مدیریت خشم) و جلسات تأملی (مانند تحلیل داستان‌های قرآنی).

خانواده‌ها: برگزاری کارگاه‌های خانوادگی برای آموزش محبت و مودت (روم: ۲۱) و تمرین صبر در روابط خانوادگی.

جوامع: طراحی برنامه‌های اجتماعی در مساجد یا مراکز فرهنگی برای تقویت برادری (حجرات: ۱۰) و کاهش اضطراب از طریق ذکر و دعا.

الگوی سه‌بعدی تربیت عاطفی مبتنی بر قرآن کریم، با ترکیب ابعاد شناختی، رفتاری و معنوی، چارچوبی جامع

برای طراحی برنامه‌های درسی ارائه می‌دهد. این الگو با تکیه بر آیات قرآنی و روش‌های عملی، به پرورش عواطف مثبت، مهار عواطف منفی و تقویت ارتباط معنوی با خداوند کمک می‌کند. کاربرد این الگو در برنامه‌های درسی می‌تواند به بهبود سلامت عاطفی دانش‌آموزان، تقویت روابط خانوادگی و اجتماعی و کاهش چالش‌های عاطفی مدرن منجر شود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با بهره‌گیری از روش تحلیل مضمون، به بررسی عمیق تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی از دیدگاه قرآن کریم پرداخته و چارچوبی جامع برای فهم این مفهوم ارائه کرده است. چپستی تربیت عاطفی در قرآن به‌عنوان فرایندی تعریف شد که طی آن انسان با استفاده از تعالیم الهی، توانایی شناخت، پرورش و جهت‌دهی عواطف خود را در راستای رشد معنوی، اخلاقی و اجتماعی کسب می‌کند. این فرایند شامل تقویت عواطف مثبت، مانند محبت، رحمت، صبر، شکر و امید، و مهار عواطف منفی، مانند خشم، حسد و بخل است که در آیاتی نظیر آیه ۲۱ سوره روم و آیه ۱۳۴ سوره آل عمران برجسته شده‌اند. تحلیل مضمون نشان داد که قرآن کریم عواطف را به‌عنوان ابزاری برای تقرب به خداوند و بهبود روابط انسانی می‌بیند. مضامین پایه استخراج‌شده شامل ماهیت تربیت عاطفی (پرورش عواطف مثبت و مهار منفی)، پیامدهای آن (تقویت روابط و کاهش اضطراب)، و لوازم آن (خودآگاهی عاطفی و تأمل در آیات) هستند. از سوی دیگر، چرایی تربیت عاطفی در قرآن کریم به اهمیت، انگیزه‌ها و مبانی این فرایند بازمی‌گردد. اهمیت تربیت عاطفی در بهبود سلامت عاطفی و اجتماعی، کاهش اختلالات روانی و تقویت روابط انسانی نهفته است؛ همان‌گونه که آیاتی مانند آیه ۲۸ سوره رعد بر آرامش قلبی از طریق ذکر خدا تأکید دارند. انگیزه‌های این فرایند شامل تقرب به خداوند، دستیابی به تعادل عاطفی و کسب آرامش پایدار هستند که در آیاتی مانند آیه ۲۳ سوره شوری (محبت به اولیای الهی) و آیه ۵۳ سوره زمر (امید به رحمت خدا) منعکس شده‌اند.

در محور چپستی، چرایی و چگونگی تربیت عاطفی و تقویت قوای احساسی در قرآن، یافته‌های این پژوهش با یافته‌های ناطقی (۱۴۰۲)، سلیمانی (۱۴۰۲)، حسینی دولت‌آباد (۱۴۰۱) و در نهایت احسانی (۱۴۰۰) همخوانی دارد. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت تربیت عاطفی در قرآن، فرایندی پویا و ارادی است که از طریق آموزش، خودسازی، و عمل به آموزه‌های الهی محقق می‌شود و هدف آن اصلاح نگرش‌ها و پرورش طرز تفکری است که به زندگی متعادل و معنادار منجر می‌شود (احسانی، ۱۴۰۰). بنابراین مفهوم تربیت عاطفی در قرآن کریم فراتر از یک فرایند آموزشی صرف، به‌عنوان راهکاری جامع برای رشد همه‌جانبه انسان مطرح است. در قرآن کریم، تربیت عاطفی با ارزش‌های بنیادین، مانند توحید، رحمت و محبت پیوند خورده است. برای نمونه، در سوره لقمان (۱۲-۱۸)، توصیه‌های لقمان به فرزندش بر پرورش عاطفی از طریق تواضع، صبر و شکر تأکید دارد که نشان‌دهنده اهمیت تربیت عاطفی در شکل‌گیری شخصیت متعادل است. این آیات نه تنها به والدین و مربیان راهکارهایی برای پرورش عاطفی کودکان

ارائه می‌دهند، بلکه الگویی برای بزرگسالان در مدیریت عواطف خود فراهم می‌کنند. به‌عنوان مثال، تأکید بر صبر در برابر سختی‌ها (بقره: ۱۵۵) و شکر در برابر نعمت‌ها (ابراهیم: ۷) نشان‌دهنده راهبردهای قرآنی برای تقویت قوای احساسی و ایجاد تعادل عاطفی است. این ارزش‌ها با مفاهیم مدرن هوش عاطفی، مانند توانایی مدیریت هیجانات و همدلی، همخوانی دارند و نشان می‌دهند که قرآن رویکردی جامع به تربیت عاطفی دارد. برخلاف رویکردهای روان‌شناختی غربی که عمدتاً بر فردگرایی تمرکز دارند، تربیت عاطفی قرآنی بر جمع‌گرایی و تقویت روابط انسانی تأکید می‌کند که این امر به بهبود سلامت روان و کاهش مشکلات عاطفی، مانند اضطراب و انزوای اجتماعی کمک می‌کند (اسکندری، ۱۳۷۱). کاربردهای تربیت عاطفی قرآنی در نظام‌های آموزشی و تربیتی بسیار گسترده است. این مفهوم می‌تواند به‌عنوان مبنایی برای طراحی برنامه‌های درسی با هدف پرورش هوش عاطفی و معنوی دانش‌آموزان مورد استفاده قرار گیرد؛ همچنین در سطح خانوادگی، والدین می‌توانند با بهره‌گیری از اصول قرآنی، مانند توصیه‌های لقمان به فرزندش، محیطی سرشار از محبت و حمایت برای کودکان فراهم کنند. در سطح اجتماعی، تربیت عاطفی قرآنی می‌تواند به تقویت همبستگی و کاهش تعارضات اجتماعی کمک کند. برای مثال، تأکید قرآن بر خیرخواهی و احسان (نحل: ۹۰) می‌تواند به‌عنوان مبنایی برای آموزش مهارت‌های اجتماعی و تقویت روابط انسانی در جوامع مورد استفاده قرار گیرد. این رویکرد نه تنها به رشد فردی کمک می‌کند، بلکه به ایجاد جوامع متعادل و همدل منجر می‌شود که هم‌راستا با اهداف تربیتی اسلام است (متقی و همکاران، ۱۳۹۴).

الگوی پیشنهادی برای برنامه درسی که شامل ابعاد شناختی (آموزش آگاهی عاطفی)، رفتاری (تمرین صبر و انفاق) و معنوی (ذکر و دعا) است، چارچوبی عملی برای کاربرد در محیط‌های آموزشی، خانوادگی و اجتماعی ارائه می‌دهد. این الگو با انعطاف‌پذیری بالا، قابلیت اجرا در مدارس، کارگاه‌های خانوادگی و برنامه‌های اجتماعی مانند مساجد را دارد. استفاده از داستان‌های قرآنی، مانند داستان حضرت یوسف علیه السلام به‌عنوان ابزاری انگیزشی، به دانش‌آموزان و افراد کمک می‌کند تا با الگوبرداری از انبیا، مهارت‌های عاطفی خود را تقویت کنند. این الگو نه تنها به بهبود سلامت عاطفی کمک می‌کند، بلکه با تأکید بر جامعیت قرآن، راهکارهایی برای مواجهه با چالش‌های عاطفی مدرن ارائه می‌دهد.

این پژوهش با ارائه الگویی سه‌بعدی برای تربیت عاطفی، گامی در جهت پر کردن شکاف‌های معرفتی در حوزه تربیت اسلامی برداشت. پیشنهاد می‌شود که تحقیقات آینده بر کاربرد عملی این الگو در محیط‌های آموزشی و درمانی تمرکز کنند تا اثربخشی آن در کاهش اضطراب، افسردگی و بهبود روابط اجتماعی سنجیده شود. همچنین طراحی برنامه‌های درسی مبتنی بر این الگو در مدارس و مراکز تربیتی، و برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای والدین و مربیان، می‌تواند به ترویج تربیت عاطفی قرآنی کمک کند. توسعه ابزارهای دیجیتال مانند اپلیکیشن‌های آموزشی مبتنی بر آیات قرآنی و داستان‌های انبیا، و انجام مطالعات تطبیقی بین تعالیم قرآنی و نظریه‌های روان‌شناسی مدرن،

از دیگر پیشنهادات این پژوهش است. این اقدامات می‌توانند به تقویت سلامت عاطفی و اجتماعی در جوامع اسلامی و فراتر از آن کمک کنند، و تعالیم قرآنی را به‌عنوان منبعی پایدار برای تربیت عاطفی در دنیای معاصر معرفی کنند.

منابع

- احسانی، محمد (۱۴۰۰). روش‌های تربیت عاطفی از منظر قرآن کریم. *یافته‌های مدیریت آموزشی*، ۱(۱)، ۹۳-۱۲۶.
- اسکندری، محمدحسین (۱۳۷۱). *شناخت در قرآن*. مشهد: سپاه پاسداران انقلاب اسلامی.
- امیدی، طاهره (۱۴۰۱). *تربیت عاطفی از منظر قرآن و نهج البلاغه (آسیب‌ها و راهکارها)*. قم: جامعة المصطفی العالمیه، دانشگاه مجازی المصطفی.
- انصاریان، حسین (۱۳۹۹). *قرآن مبین*. قم: نشتا.
- ایرانمنش، فاطمه و پورمجیدی، حکیمه (۱۴۰۱). دلالت‌های تربیت عاطفی در قرآن و نهج البلاغه. *چهارمین کنگره ملی نوآوری و تحقیق در روان‌شناسی و تعلیم و تربیت اسلامی*. تهران.
- باقری، خسرو (۱۳۸۹). *رویکردها و روش‌های پژوهش در فلسفه تعلیم و تربیت*. تهران: پژوهشکده مطالعات فرهنگی.
- بشرپور، سجاد، نوری، حیدر، عطادخت، اکبر و نریمانی، محمد (۱۳۹۵). مقایسه یادگیری عاطفی و انگیزش معطوف به خطا در بین دانش‌آموزان با و بدون ناتوانی یادگیری. *ناتوانی‌های یادگیری*، ۳(۵)، ۷-۳۷.
- بنی‌سرتنگی، حمیده، شریفی، آمنه و حبیبی‌گندم‌بانی، فرحناز (۱۴۰۲). دیدگاه قرآن و مبانی انسان‌شناسی اسلامی نسبت به تربیت و یادگیری عاطفی دانش‌آموزان. *ششمین همایش بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی*.
- حسینی دولت‌آباد، بی‌بی حکیمه و رضی، حسنعلی (۱۴۰۱). راهکارهای تربیت عاطفی قرآن برای تقویت خودشفقتی. *مشکوة*، ۴(۴)، ۴-۳۷.
- دلال‌زاده بیدگلی، طاهره (۱۴۰۲). *تربیت عاطفی انسان در حیات اجتماعی از دیدگاه قرآن کریم*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم قرآن و حدیث. دانشگاه کاشان. دانشکده ادبیات و زبان‌های خارجی.
- ساجدی، سیدهادی (۱۴۰۳). تحلیل اجتماعی ابراز احساسات الهی در قرآن کریم به‌مثابه الگویی برای کنش اجتماعی انسان باورمند. *نظریه‌های اجتماعی متفکران مسلمان*، ۱۴(۲)، ۸۲-۹۸.
- سلیمانی، فاطمه (۱۴۰۲). تبیین تربیت و یادگیری عاطفی دانش‌آموزان بر اساس مبانی اسلامی و انسان‌شناسی قرآن. *ششمین همایش بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی*. همدان.
- شکوهی، غلامحسین (۱۳۸۵). *مبانی و اصول آموزش و پرورش*. مشهد: آستان قدس رضوی.
- صویری ارطه، زهرا و شاهمرادی فریدونی، محمدمهدی (۱۴۰۲). موانع تربیت عاطفی از منظر آیات و روایات. *هفتمین همایش بین‌المللی مطالعات دینی، علوم انسانی و اخلاق زیستی در جهان اسلام*. تهران.
- صنوبری، صادق (۱۳۹۰). بررسی نقش عاطفه در تعلیم و تربیت قرآنی. *سومین همایش به‌سوی راهبردهای قرآنی در تربیت انسان*. مؤسسه فرهنگی قرآن و عترت صابر.
- قاسمیان، سلمان (۱۴۰۲). تربیت و یادگیری عاطفی دانش‌آموزان از دیدگاه قرآن کریم و بررسی مبانی انسان‌شناسی اسلامی. *ششمین همایش بین‌المللی روان‌شناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی*. همدان.
- متقی، زهره، نجفی، محمد و نصرتی هشی، کمال (۱۳۹۴). سازماندهی نظام تربیت عاطفی بر اساس آموزه‌های قرآنی. *پژوهش در مسائلی تعلیم و تربیت اسلامی*، ۲۳(۲۹)، ۴۹-۸۲.
- میرزایی، محمدهادی، مطیع، مهدی و سعادت‌نیا، رضا (۱۴۰۳). گونه‌شناسی و کاربرد فرازهای احساسی قرآن کریم. *تحقیقات علوم قرآن و حدیث*، ۲۲(۳)، ۱۸۹-۲۱۷.
- ناطق، غلامحسین (۱۴۰۲). *مفهوم‌شناسی تربیت عاطفی در قرآن*. یافته‌های علوم قرآنی، ۳(۶)، ۳۸-۵.

- Attride-Stirling, J. (2001). Thematic networks: An analytic tool for Qualitative research. *Qualitative Research*, 1, 385-405.
- Lamark, F. O. & Meyer, J. W. (2020). Toward post-national societies and global citizenship. *Multicultural Education Review*, 4(1), 1-2.