

بررسی اهمیت مشاوره با رویکرد مذهبی در تحقق فضای شهر سالم



شهراری شیراز

رودابه نوذری زاده*

کارشناس ارشد تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش گرایش علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر

غلامرضا غلامی

دانشجوی دکتری مدیریت استراتژیک، مدیر ارتفاعات شهرداری شیراز؛ گروه علوم انسانی، دانشگاه صنایع و معادن ایران

ابوالفضل کهن دوقزلو

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت مالی، دانشگاه فیروزآباد

نرجس زنده‌دل

دانشجوی کارشناسی ارشد حقوق عمومی، دانشگاه آزاد شیراز

چکیده

هدف از انجام این پژوهش اهمیت نقش مشاوره با رویکرد مذهبی در تحقق فضای شهر سالم است. با توجه به ماهیت و اهداف تحقیق، روش این پژوهش توصیفی است. در این مقاله از روش کیفی برای تجزیه و تحلیل اطلاعات استفاده شده است. یافته‌های پیرامون هدف از مشاوره برای انسان با رویکرد مذهبی نشان داد که این اهداف شامل رشد فکری و معنوی و هدایت صحیح افراد در زندگی مادی و معنوی، ایجاد اعتماد به نفس و توانمندی برای تصمیم‌گیری به‌جا در حوادث و امور زندگی و جلوگیری از رفتارهای ناسازگار و سهل‌انگاری‌ها و لغزش‌ها، ایجاد روحیه‌ی تعاون و همکاری و پرهیز از استبداد در حل مشکلات مراجعه‌کنندگان است. همچنین نتایج پیرامونی مبنی بر فنون و روش‌های مشاوره افراد با رویکرد مذهبی نشان داد که منظور از این روش‌ها را می‌توان مصافحه در جلسه‌ی مشاوره، احترام گذاشتن، گوش دادن، هم‌دلی کردن، هم‌سازی، پذیرش، انعکاس گفتار و احساسات مراجعان نام برد. همچنین پژوهش نتیجه می‌گیرد از دیدگاه معصومی، مشاوره نوعی تعلیم و تربیت است و در پیشگیری از بروز مشکلات روانی، عاطفی، اجتماعی، اخلاقی و رفتاری و اصلاح افراد در جامعه نقش اساسی را ایفا می‌کند.

واژگان کلیدی: مشاوره، اندیشه‌ی اسلامی، معصومین، تعلیم و تربیت، جامعه.

۱ - مقدمه

بعد از انقلاب صنعتی تحولاتی که در جنبه‌های مختلف در شهرها روی داده، موجب شده مسائل و مشکلات زیادی گریبان‌گیر شهرها شود. در این ارتباط شهرها دچار مشکلات عدیده‌ای از جمله انفجار جمعیت، تراکم رشد فزاینده، کمبود مسکن، مشکلات فقر، گسستگی رابطی بین شهر و طبیعت، آلودگی هوا و صدا و ترافیک وسایل موتوری، زاغه‌های ناسالم، کاهش سطح زندگی سالم اجتماعی و غیره مواجه شدند. متخصصان و مدیران شهری موفق همگی بر این امر تأکید دارند که شهر صرفاً مکان تجمع و اسکان یک جمعیت مشخص، ساختمان، خیابان و خودرو و سایر بناها نیست؛ بلکه همچون یک موجود و پیکر زنده و پویا و دارای تحرک همواره در حال تغییر، تحول و دگرگونی است. رشد جمعیت به‌ویژه در شهرها و گسترش بی‌رویه‌ی شهرنشینی در خلال قرن بیستم موجب مطرح‌شدن مقوله‌ی سلامت شد. سلامت شهر در گرو داشتن فضای شهر سالم و بسترهای مناسب اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، زیست‌محیطی، زیباشناختی، آموزشی، علمی، سیاسی، روان‌شناختی، بهداشتی، ورزشی و ... است که شهروندان پایه، اساس و سرمایه‌ی اصلی این شهر را تشکیل می‌دهند. داستان‌های قرآنی به‌صورت بارزی این امر را نشان داده‌اند. انسان‌ها معنویت خود را در ارتباط با خدا، آنچه ماورای زندگی روزمره آنان است و به زندگی و حیات معنی می‌دهد، نشان می‌دادند. داستان خلقت آدم در قرآن، از پیوند ناگسستگی حضرت آدم با خدا و فراز و نشیب‌های زندگی او گرفته تا پذیرش توبه و ورود دوباره او به حریم رحمت خداوندی، نشان می‌دهد که انسان‌ها به‌صورت نوعی یکی از مهم‌ترین انتقالات ذهنی‌شان معنویت بوده است. مشاوره و مشورت از لحاظ تاریخی و مذهبی در بین اقوام مختلف وجود داشته است. در دین مبین اسلام و اندیشه‌ی معصومین به مشاوره و مشورت توجه خاصی شده و مشاوره از دیدگاه اسلام شرکت در اندیشه‌ی دیگران و تبادل نظر با آنان است. علی (ع) می‌فرماید: *مَنْ شَاوَرَ الرَّجَالَ شَارَكَهَا فِي عَقُولِهَا*؛ یعنی هرکسی که با افراد باکمال و لایق مشاوره کند، در عقل آنان شریک شده است (نهج‌البلاغه، ج ۲۱۴).

مشاوره به‌مثابه فرآیندی برای کمک به حل مشکلات شامل ابعاد زیر است: اول ایجاد رابطه‌ی باورانه؛ در این رابطه فضای مناسب برای ارتباط دوجانبه به وجود می‌آید؛ دوم شناخت مشکل مراجع؛ سوم ویژگی‌ها و صلاح‌دیدهای مشاور و چهارم روش‌های برخورد با مشکلات.

در اسلام به این ابعاد توجه شده و برای آن‌ها رهنمودهایی ارائه شده است (احمدی، ۱۳۸۷). هدف عمومی مشاوره در مداخلات معنوی و مذهبی آسان‌سازی و رشد سبک‌های مقابله‌ای و بهزیستی معنوی افراد در زندگی است. افرادی که در حیطة‌ی معنوی به‌صورت سالم پرورش می‌یابند احتمال بیشتری دارد که در حیطة‌های دیگر زندگی نیز موفق باشند. علاوه بر این هدف کلی که اشاره شد در اثر درمان معنوی، مراجعان هویت خود را تأیید و شناسایی می‌کنند؛ از خداوند رهنمود و ارشاد می‌خواهند تا آنان را در کنار آمدن با مشکلات، التیام یافتن و رشد و ارتقاء کمک کند؛ از جامعه‌ی مذهبی خود حمایت اجتماعی، عاطفی و مادی دریافت می‌کنند؛ باورهای غیر کارآمد معنوی و مذهبی خود را ارزیابی، شناسایی و تعدیل و اصلاح می‌کنند؛ مشکل خود را از دیدگاه معنوی و مذهبی ارزیابی و شناسایی می‌کنند؛ شک‌ها و تردیدها و نگرانی‌های معنوی و مذهبی خود را شناسایی کرده و در راه حل آن‌ها اقدام

می‌کنند؛ از لحاظ روانی و معنوی می‌توانند خطاهای گذشته‌ی افراد را بخشیده و از زیر بار سنگین رنج و درد، خود را آزاد سازند؛ از خطای خود که در گذشته انجام داده‌اند توبه می‌کنند و سعی می‌کنند که درصد جبران گذشته برآیند و اگر افرادی را رنجانده‌اند از آنان حلالیت طلب کنند؛ در سایه‌ی ایمان به خداوند و تعهد به ارزش‌های اخلاقی، معنوی و باورهای مذهبی رشد و تکامل پیدا کنند. البته اهداف دیگری در ملاقات معنوی مستتر است که به‌طور غیرمستقیم میزان باورهای فرد و پایبندی او به مناسک دینی سنجیده می‌شود و تا حدی که روابط بین فردی اجازه می‌دهد تغییرات در باورها و اعتقادات او که اخیراً رخ داده بررسی می‌شود (احمدی، ۱۳۸۷). کشف میزان مذهبی بودن به روان‌درمانگران این کمک را می‌کند که آیا آنان به درمان‌های مذهبی پاسخ خواهند داد و یا درمان‌های مذهبی به روان‌درمانگران کمک می‌کند که ارتباط بین اختلال و معنویت را کشف کنند. اگر از هنگام بروز اختلال باورها، اعتقادات و احساسات مذهبی دچار تحول شده است بایستی دید که در جهت مثبت این تحولات صورت گرفته و یا در جهت منفی. در صورتی که این تحولات در جهت منفی صورت گرفته باشد بایستی روشن شود که آیا تغییرات در خلق و خوی فرد تابعی از تغییرات معنوی او بوده است و یا برعکس. یا اینکه هر دو علت و منشأ دیگری داشته‌اند و یا این که علت واقع‌ای باعث تغییرات در معنویت و تغییرات در حالات روانی شده است. باورهای معنوی و مذهبی افراد تأثیر خود را در نوع مواجهه افراد با مشکلات و روش‌های حل مسئله و کنار آمدن با مشکلات و موانع می‌گذارند. سه نوع سبک حل مسئله را مطرح می‌کنند که عبارت‌اند از: از خود راهبری شده، واگذاری و اشتراکی.

در نوع حل مسئله به شیوه‌ی خود راهبری شده افراد باور دارند که خودشان مسئولیت حل مسئله‌ی مشخص را به عهده‌دارند. خداوند به‌طور مستقیم در حل مشکلات آنان دخالت نمی‌کند. خداوند به مردم عقل، منابع موردنیاز و آزادی داده که مشکلات خود را حل کنند. در سبک واگذاری مردم حل مشکلات خود را به خدا واگذار می‌کنند و خودشان دست‌به‌کار نمی‌شوند. در سبک اشتراکی افراد معتقدند که مسئولیت حل مسئله به عهده‌ی خودشان و خدا به‌طور مشترک گذاشته شده است. با توجه به ماهیت تحقیق، روش تحقیق این مقاله توصیفی است. می‌توان به اعتباری جامعه‌ی آماری را تمام مدارک و اسناد پژوهشی موجود و در دسترس (اعم از کتب، مقالات، پایان‌نامه‌ها، طرح‌های پژوهشی، نشریات و...) دانست که مرتبط با نقش مشاوره با رویکرد مذهبی در تحقق فضای شهر سالم است.

۲- اهمیت و ضرورت پژوهش

اهمیت مشاوره و راهنمایی هیچ‌گاه از دید متفکران و عالمان تعلیم و تربیت پوشیده نبوده و نیست. حیطه‌ی بسیار گسترده‌ی تعلیم و تربیت اقتضا می‌کند که هرروز پژوهش نو انجام گیرد و انسان را در زمینه‌ی تربیت گامی به جلو ببرد. در بررسی‌های پژوهشی در زمینه‌ی مشاوره به مباحث گوناگونی توجه می‌شود که در این بین جایگاه افکار تربیتی، دینی و مذهبی به‌خصوص افکاری که مطابق مقتضیات روز باشد و بتواند جواب‌گوی نیازهای بشر در جامعه برای تحقق فضای شهر سالم باشد، بسیار خالی است و از آنجایی که اسلام مکتبی است برای تمامی اعصار و قرون، می‌تواند این جای خالی را پر کند. شناخت



جایگاه مشاوره در اندیشه‌های معصومین و با رویکرد مذهبی برای این بهبودی در زندگی دارای اهمیت بوده و می‌تواند برای پژوهش جنبه‌ی نوآوری داشته باشد؛ همچنین ضرورت تقویت حس همکاری و دستیابی به روحیه‌ی ارتقای جمعی ایجاب می‌کند که به این موضوع پرداخته شود تا به‌عنوان یک امر علمی، مورد دقت قرار گیرد تا بتواند نیازهای فکری اجتماع را برطرف ساخته و با دعوت افراد در سطوح مختلف به ارج نهادن به امر مشورت، سطح کیفی و کاربردی امور را در جامعه بالا ببرند.

با توجه به وجود جاذبه و بدیهی بودن آن، در این نوشتار برای درک ماهیت زیبایی، تأمل در آیات قرآنی و کلام معصومین ملاک عمل قرار خواهد گرفت. در بررسی زیبایی و انگاره‌های زیبایی‌شناختی واژه‌ها و مفاهیم متفاوتی در قرآن کریم وجود دارد که هر یک به طریقی بیانگر معانی زیبایی هستند. «واژگانی چون جمیل که در قرآن به زیبایی دام‌ها، زیبایی صبر، گذشت، دوری گزیدن و رها کردن اشاره شده است یا زینت که این واژه گاه اشاره به خدا و ایمان انسان به خدا دارد و در بسیاری نیز به اعمال زشت انسان و آراسته نمودن آن توسط شیطان مربوط می‌شود» (تقی زاده و همکاران، ۱۳۹۲). از سوی دیگر مفاهیمی در قرآن کریم وجود دارد که با رجوع به پدیده‌های زیباشناختی چون زیبایی انسان، زیبایی طبیعت، زیبایی عالم هستی و ... می‌توان معنای آن را در فضای شهری ادراک کرد. با توجه به مزیت‌های چشم‌گیری که آموزش مجازی می‌تواند برای جامعه به ارمغان آورد، توسعه‌ی مؤسسات ارائه‌دهنده‌ی این نوع آموزش و مشاوره مورد استقبال مجریان تعلیم و تربیت در سراسر دنیا قرار گرفته است. رویکردها، دیدگاه‌ها، ابزار و تکنیک‌های گوناگونی در خصوص ارزشیابی کیفیت مشاوره‌ی مجازی در کشورهایی که پیشگام توسعه‌ی آموزش مجازی بوده‌اند، معرفی و به کار گرفته شده‌اند (اسفیجانی، ۱۳۹۴). برخی صاحب‌نظران تلاش کرده‌اند تا معیارهای اندازه‌گیری را تنظیم کنند؛ برخی دیگر چارچوب ارزشیابی کیفیت در یک محیط آموزشی آنلاین را ترسیم کردند و تعدادی دیگر روش‌هایی در این خصوص پیشنهاد کرده و یا از روش‌ها استفاده کرده‌اند. آنچه همواره مورد توجه و تأکید قرار گرفته است، ضرورت و اهمیت تدوین یک چارچوب جامع و مناسب برای ارزشیابی آموزش‌های آنلاین و مجازی است (دای^۱، ۲۰۱۴). استخراج شاخص‌ها و مؤلفه‌های ارزشیابی کیفیت در مشاوره‌ی مجازی می‌تواند روشن‌سازی ویژه‌ای دربر داشته باشد برای زمینه‌سازی تدوین و توسعه‌ی یک چارچوب جامع ارزشیابی کیفیت آموزش مجازی در مقاطع مختلف ویژه‌ی افراد در جامعه.

۳- نظریه‌ها و پیشینه

تقی زاده و همکاران (۱۳۹۲) پژوهشی تحت عنوان «فرآیند طراحی فضای شهری بر مبنای اصول زیبایی‌شناختی ایرانی اسلامی» انجام داده و دریافته‌اند فضاهای شهری به‌عنوان یکی از ارکان هویت‌ساز شهرهای ایرانی در طول سالیان متمادی تحت تأثیر آموزه‌ها و الگوهای فکری و هنری اسلام شکل گرفته و زمینه را برای مشارکت و تعامل مردم فراهم کرده است؛ لیکن در عصر حاضر با تغییر و تحول در عرصه‌ی معماری و شهرسازی، فرآیند طراحی و خلق فضای شهری به افول گذاشته و نقشی

معیوب یا ناقص از هویت ملی و فرهنگ ایرانی اسلامی را تبیین می‌کند. بخشی از این مسئله به دلیل بی‌توجهی به اصول و معیارهای طراحی و بخش دیگر به دلیل عدم تطابق اصول و معیارها با شرایط فرهنگی روز است. این مسائل در طّاحی فضای شهری به عدم اعتبار و اصالت طرح منجر شده است و در راستای این فرآیند می‌توان به فضایی منسجم و پیوسته با حفظ هویت و فرهنگ ایرانی اسلامی و کیفیت‌های زیبایی‌شناختی، انسان‌مداری، حضور پذیری و ... نائل شد.

فقیهی (۱۳۸۸) در کتاب کیفیت استنباط روش‌های مشاوره از متون اسلامی می‌نویسد: «روش‌های مشاوره نقش اساسی در مشاوره و اهداف آن دارد. با روش‌های مشاوره است که می‌توان جوهر درونی انسان را کشف کرد و به نقاط قوت و ضعف او دست‌یافت و ابعاد شخصیتی او را شناخت و به رفع مشکلات روانی، عاطفی، قلبی، معنوی، اخلاقی، اجتماعی و... پرداخت. با استفاده از روش‌های مناسب است که در مشاوره می‌توان ذهن مراجع را شکل منطقی داد و موجبات تفکر را در او زنده کرد و از او فردی خلاق و مولّد ساخت. برخورداری از شخصیت سالم، احساس آرامش و امنیت، اعتمادبه‌نفس، احساس تعهد و مسئولیت، توان‌مندی بهره‌برداری صحیح از طبیعت، پرورش روحیه‌ی حقیقت‌جویی، فضیلت‌خواهی، عشق به خدا، تربیت دینی و اخلاقی، همه با استفاده از روش‌های صحیح در مشاوره امکان‌پذیر است. بااهمیتی که روش‌های مشاوره دارند، لازم است آن‌ها را از دیدگاه اسلامی کشف و در جهت ارتقای فضای شهر سالم به کاربندیم و با توجه به اینکه روش‌ها از اصول برمی‌خیزند و زمینه‌ی نیل به اهداف را فراهم می‌سازند؛ باید بررسی کرد از دیدگاه اسلامی چه روش‌هایی از اصول نشأت می‌گیرند و در تحقق اهداف تربیتی به‌ویژه هدف غایی قرب می‌توانند مؤثر باشند و چگونه آن‌ها را می‌توان از متون اسلامی کشف کرد؟»

شریفی (۱۳۸۱) در کتاب مبانی روش‌های مشاوره از منظر اسلام معتقد است که هرچند مشاوره در مفهوم حرفه‌ای آن پدیده‌ای جدید است و به‌عنوان یکی از دستاوردهای دانش روان‌شناسی نوین و تمدن مغرب زمین در سده‌ی اخیر تلقی می‌شود اما به مفهوم وسیع هدایت و راهنمایی انسان‌ها و کمک خواستن از افراد صاحب‌نظر و خردمند همواره مورد تأکید اسلام و سیره‌ی معصومین (ع) بوده است. اسلام به‌عنوان مکتبی جامع و همه‌جانبه نگر برای سلامتی روح و روان انسان اهمیتی فوق‌العاده قائل است. به همین جهت با ارائه‌ی برنامه‌ها و دستورات لازم تمهیدات لازم برای تحقق آن را فراهم کرده است و اتفاقاً از همین زاویه است که می‌توان مسئله‌ی مشاوره و روان‌درمانی را از دیدگاه اسلام بررسی و کنکاش کرد. در این مقاله ضمن تبیین مفهوم مشاوره از نگاه روان‌شناسی معاصر و اسلام و بیان تفاوت‌های مفهومی مشاوره از این دو منظر، استدلال شده است که اسلام یک مکتب و نظریه‌ی مشاوره‌ای نیست؛ بلکه نظام فکری، عقیدتی و رفتاری جامعی است که چارچوب‌های کلی زندگی انسان سالم را ترسیم کرده و راه‌های وصول به فلاح و سعادت نهایی را مشخص کرده است و امر مشاوره همچون سایر امور بشری باید اصول و روش‌های خود را لااقل در جوامع اسلامی با اهداف، ارزش‌ها، هنجارها، برنامه‌ها و تکالیف اعلام‌شده از سوی آن تطبیق دهد.

محامد (۱۳۸۵) در مقاله‌ای با عنوان روش‌های مشاوره در کلام معصومین علیهم‌السلام



می‌نویسد از مباحث بسیار مهم در موضوع مشاوره بحث و بررسی در روش‌های مشاوره است؛ زیرا اگر مشورت روشمند نباشد، مشاور نمی‌تواند به نتیجه‌ای که برای حل کار و مشکل مشورت‌کننده نیاز دارد، برسد و اگر هم نتیجه‌ای در برداشته باشد، کامل نخواهد بود. با جستجو در بخشی از کلام آن بزرگواران به این مطلب دست‌یافته است که اولیای معصوم (علیهم‌السلام) به این‌گونه روش‌ها توجه و عنایت داشته و جلوتر از دانشمندان از آن‌ها استفاده کرده‌اند و پیروان خود را هم برای عمل کردن به آن روش‌ها ترغیب و تشویق می‌کردند.

جاسبی (۱۳۶۷) در مقاله‌ی شوری و مشاوره در اسلام پس از اشاره به معانی لغوی و اصطلاحی شوری و مشاوره، دیدگاه اسلام را با استفاده از آیات و احادیث مطرح ساخته و سپس دستورالعمل‌هایی را که در این زمینه ارائه شده عنوان کرده است. شواهدی تاریخی نیز مناسبت مطالب مختلف ذکر شده است. مشورت با مردم در مسائل مختلف زندگی و جامعه باعث رسیدن به راه‌حل‌هایی بهتر و دقیق‌تر و جلوگیری از تکرار اشتباهات می‌شود. مردم در جریان زندگی اجتماعی خود فرصت‌های زیادی برای پیدا کردن راه‌حل‌های مختلف در حل مسائل می‌یابند و اطلاعات گران‌بهای از ریزه‌کاری‌های اجتماعی و امور مختلف زندگی به دست می‌آورند که مجموعه‌ی این اطلاعات و راه‌حل‌ها در اختیار تمام آن‌ها است و مشورت راهی برای استفاده‌ی بیشتر از اطلاعات و راه‌حل‌های مختلف و تجربیاتی است که دیگران در طول زندگی خود به دست آورده‌اند.

۴- روش‌ها

در این تحقیق از روش کیفی برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده می‌شود. با توجه به توصیفی بودن پژوهش استفاده از روش‌های آماری به‌منظور تجزیه و تحلیل یافته‌ها امکان‌پذیر نیست. مبنا و معیار در تجزیه و تحلیل‌های کیفی مشخصاً عقل، منطق، تفکر و استدلال است؛ یعنی محقق با استفاده از عقل و منطق و غور و اندیشه باید اسناد، مدارک و اطلاعات را بررسی و تجزیه و تحلیل کند و حقیقت و واقعیت را کشف و درباره‌ی سؤالات اظهار نظر کند. البته استدلال عقلانی، منطق و تفکر معیارهایی نیستند که تنها به کار تحقیقات کیفی بیایند؛ بلکه در هر نوع تحقیق علمی به کار می‌روند و محقق ناگزیر است که روش‌ها و نتایج به‌دست‌آمده را با آن‌ها محک بزند و اگر احساس کند روش آماری نتیجه‌ای داده که با عقل و منطق جور در نمی‌آید باید نتایج روش آماری را کنار بگذارد و به عقل و منطق بها دهد؛ زیرا تجزیه و تحلیل، ترکیب و تجرید و تعمیم کار عقل است (دلاور، ۱۳۸۸).

۵- بحث و نظر

۵-۱ هدف از مشاوره برای انسان از دیدگاه معصومین

از آیات و روایاتی که نقل شد، به دست می‌آید که هر مشکلی می‌تواند هدف مشاوره باشد و محدود به موضوع خاصی نیست و همه‌ی امور زندگی فردی، خانوادگی، مادی، معنوی، شغلی، تحصیلی،

سیاسی، اجتماعی، فرهنگی و... را شامل می‌شود. هدف از مشاوره به دست آوردن نظریه یا نظریات بهتر در حل مشکلات، بهتر شناختن راه صحیح و یا تهیه‌ی طرح‌های اجرایی مناسب در زمینه‌های مختلف است. در مشاوره علاوه بر یاری‌گرفتن در حل مشکل و یا دست یافتن به نظریات بهتر در مسائل مختلف، هدف‌های دیگری نیز موردنظر است (صافی، ۱۳۸۶) که مهم‌ترین آن‌ها به شرح زیر است:

- ۱- استفاده از تأیید و حمایت دیگران. همچنان که پیامبر اکرم می‌فرماید: خودپسندی و حشمت‌ناک‌ترین تنهایی‌ها است و مشورت مطمئن‌ترین پشتیبان است؛
- ۲- جلوگیری از انتقادات دیگران در صورت عدم موفقیت؛
- ۳- شناسایی افراد صاحب‌نظر و مؤمن؛
- ۴- رشد فکری مردم؛
- ۵- احترام به نظرات افراد و احتراز از استبداد رأی؛
- ۶- ایجاد این فکر که استفاده از نظرات دیگران عیب و عار نیست و درنهایت این امر در تمام شئون جامعه تصمیم‌یابد؛ بنابراین مشاوره همیشه دلیل بر عدم آگاهی شخص نیست بلکه این موارد نیز از هدف‌های موردنظر در مشاوره بوده و غالباً حصول به همه یا تعدادی از آن‌ها موردنظر است (دلاور، ۱۳۸۸).

۵-۱-۱ مشکل یا مسئله در مشاوره

از اولین وظایف مشاور کمک به مراجعه‌کننده است تا حتی‌الامکان مراجعه‌کننده بتواند مشکلاتش را دقیق بیان کند. بسیاری از مراجعه‌کنندگان دلیلی برای رجوع به مشاور جز این ندارند که نمی‌دانند مشکلشان دقیقاً چیست و یا از مطرح کردن آن با افراد دیگر بیم دارند؛ از این رو ضروری است که مشاور پرسش‌هایی از قبیل چه چیز را خود به‌عنوان مشکل تلقی می‌کنی؟ آیا احساس می‌کنی این مشکل را دیگری هم دارد؟ این مشکل در رفتار چه اثری گذارده است؟ با مثال طرح کند تا مراجعه‌کننده بتواند به‌صورت دقیق و صریح مشکل و حدود و آثار آن را برای مشاور بیان کند. همچنین مشاور مراجعه‌کننده را تشویق کند تا مشکل خود را به‌صورت واقعی و عینی مطرح کند و از کلی‌گویی و ابهام در گفتار بپرهیزد، مثلاً این جمله که احساس خوبی ندارم مبهم است؛ اما دو جمله‌ی احساس تنهایی می‌کنم و در مشکلات و نیازهایم کسی نیست که مرا یاری دهد، روشن است؛ یا جمله‌ی دوستم با من رفتار خوبی ندارد، مبهم است؛ اما جمله‌ی دوستم مرا مسخره می‌کند و به من می‌گوید احقر، روشن است. در بیان مشکل به هدفی هم که مراجعه‌کننده دنبال می‌کند باید توجه کرد؛ یعنی با پرسش‌هایی از قبیل اینکه می‌خواهی چگونه بشوی؟ چه حالتی پیدا کنی؟ چه کار کنی که الان نمی‌توانی؟ به مراجعه‌کننده کمک شود تا هدفش را روشن کند و انتظاری را که از مشاوره دارد به‌صورت صریح بیان کند. در شناخت مسائل و کشف مشکلات افراد، مشاور و روان‌درمانگر بایست به عواملی که باعث آن مسائل و مشکلات شده، توجه کند. از مهم‌ترین عوامل، سه عامل زیر است:



۱- نیازهای ارضا نشده: از جمله مشکلات و موانعی که در راه رشد و زندگی آرام انسان به وجود می‌آیند، مشکلاتی است که به علت ارضا نشدن نیازها پدید می‌آیند (حسینی، ۱۳۸۷).

هر عمل یا کنش انسان در جهت ارضای نیازهای متعدد اوست و شخص تحت نفوذ و تأثیر خواسته‌ها و نیازهای خویش قرار می‌گیرد و ناکامی در آن‌ها مشکلات روانی و عوارض جسمانی زیادی را به بار می‌آورد. شناخت این نیازها و تفکیک آن‌ها و جهت دادنشان از نیازهای پایین‌تر به‌طرف نیازهای بالاتر، در روند مشاوره بسیار مؤثر است. از جمله نیازهای بشر که ارضا نشدنش باعث مشکلات روانی فراوانی می‌شود، عبارت‌اند از نیاز به احساس عزت و ارزش در نظر خود و دیگران، احترام، موفقیت، مسئولیت، محبت، تعلق (نیاز به دوست داشتن و دوست داشته شدن)، نیاز به قابل اعتماد بودن، نیاز به اعتماد به خود، نیاز به امنیت جانی، مالی. مشاور، باید بررسی کند که کدام‌یک از این نیازهای اساسی در شخص مراجعه‌کننده، اشباع‌نشده و یا در آن افراط شده است که زمینه‌ی اختلال‌های روانی را موجب شده است. مشاور با شناسایی آن‌ها و راهنمایی‌های لازم در فراهم ساختن زمینه‌ی ارضا و یا برقراری تعادل نیازها، کوشش می‌کند. روابط انسانی نیز برای ارضای نیازهای اساسی ما ضروری‌اند؛ زیرا اکثر نیازهای شخص از طریق روابط انسانی قابل ارضاست. داشتن روابط سالم با دیگران کلید رشد و آسایش آدمی است و در شخصیت و هویت خویشتن شخص نقش عمده دارند. دیگران برای ما هم جنبه‌ی آینه دارند یعنی ما را به ما نشان می‌دهند و هم راهنما و اسوه‌ی تقلیدی ما هستند؛ همان‌طور که امام صادق (علیه‌السلام) می‌فرماید: *المُسْلِمُ أَخُو الْمُسْلِمِ هُوَ عَيْنُهُ وَمَرَأَتُهُ وَذَلِيلُهُ*. «مسلمان، برادر مسلمان است و به‌منزله‌ی چشم اوست و آینه‌ی تمام‌نمای او محسوب می‌شود (و او را به خودش نشان می‌دهد) و راهنما (و الگوی تقلیدی) اوست.» همین روابط اگر سالم نباشند زمینه‌ی اکثر مشکلات و ناراحتی‌های روانی افراد را فراهم می‌سازند و... می‌توان گفت عمده‌ی مشکلات انسا، اجتماعی و ناشی از ارتباط با دیگران است. در مشاوره به روابط فرد با دیگران توجه می‌شود و روابط سالم از ناسالم تفکیک می‌شود و روابط ناسالمی که مشکلات روانی برای فرد ایجاد کرده است، به وی شناسانده می‌شود و راهنمایی‌های لازم برای تصحیح روابطش، صورت می‌پذیرد (احمدی، ۱۳۸۵):

۲- عوامل مربوط به محیط، موقعیت‌ها و شرایط زندگی فرد که نتایج رفتاری و روانی خاصی را موجب شده است. عوامل مربوط به محیط که مشکل‌زاست شامل عوامل اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی، خانواده‌ها، نقایص تربیتی و آموزشی و انگیزش‌های فردی و اجتماعی است. باید توجه داشت که انسان امروزی در جامعه‌ای زندگی می‌کند که فرد را با امور متضاد روبه‌رو می‌سازد. از یک‌سو او را به رقابت‌های خشونت‌آمیز می‌کشد و از سوی دیگر او را به همکاری و تشریک‌مساعی می‌خواند. جامعه نیازها و خواسته‌های فرد را افزایش می‌دهد؛ اما وسایل کافی را برای برآوردن نیازها و خواسته‌های وی در اختیارش نمی‌گذارد. با این وصف گریزی از بیماری‌های روانی برای افراد نیست و مشاوران نمی‌توانند وقایع اجتماعی و شرایط محیطی زندگی را برای مراجعه‌کنندگان تغییر دهند و فقط می‌توانند از شدت تأثیرات اجتماعی بر افراد بکاهند و به آنان در برخورد منطقی با شرایط و وقایع اجتماعی کمک کنند (بارتون، ۱۳۸۱):

۳- عوامل مربوط به نحوه‌ی برداشت و طرز تلقی فرد از جهان، محیط زندگی و موقعیت خود که موجب احساس حقارت و درک منفی از خویش می‌شود. احساس عدم موفقیت در کارها، اضطراب، افسردگی، احساس بی‌کفایتی، عدم ابراز وجود و شایستگی، نداشتن کار و شغل با شأن و مقام خود و ... از جمله‌ی این عوامل هستند.

۵-۱-۲ مراحل مشکل‌گشایی

در شناسایی و حل مشکلات و رفع ناراحتی‌های شخصی مراحل وجود دارد؛ اول، فرد با احساس مشکل، امنیت خود را درخطر می‌بیند و سعی می‌کند آن را از دیگران مخفی نگه دارد تا عکس‌العمل منفی نسبت به او صورت نگیرد؛ دوم، به واقعی بودن مشکل پی می‌برد و می‌پذیرد که دچار مشکل شده است. بزرگ‌ترین سد در راه حل مشکلات نفی یا احتراز از قبول یا باور داشتن نسبت به وجود مشکل است؛ سوم، مسئولیت روبه‌رو شدن با مشکل و حل آن را می‌پذیرد و به مشاوره با مشاور و راهنما به‌عنوان قدمی مهم در رسیدن به راه‌حلی موفقیت‌آمیز می‌پردازد؛ چهارم، برای رسیدن به راه‌حل از تغییر رفتار، افکار و راه‌حل‌های ممکن استقبال می‌کند و برای آن طرح‌ریزی و تصمیم‌گیری می‌کند؛ پنجم، فرد در تلاش و کوشش برای ایجاد تغییر رفتار و زندگی خود و حل مشکل احساس موفقیت می‌کند و یاد می‌گیرد. در یک جمع‌بندی می‌توان گفت هدف از مشاوره در اندیشه‌ی معصومین عبارت است از:

جدول ۱: اهداف مشاوره از دیدگاه اسلام و اندیشه‌های معصومین

۱- رشد فکری و معنوی و هدایت صحیح افراد در زندگی مادی و معنوی.
۲- ایجاد اعتمادبه‌نفس و توانمندی برای تصمیم‌گیری به‌جا در حوادث و امور زندگی و جلوگیری از رفتارهای ناسازگار و سهل‌انگاری‌ها و لغزش‌ها.
۳- ایجاد روحیه‌ی تعاون و همکاری و پرهیز از استبداد در رأی.
۴- حل مشکلات مراجعه‌کنندگان.

۵-۲ نقش‌های مذهب در مشاوره

روان‌شناسی بهداشت در سال‌های اخیر اهمیت زیادی برای نقش و راه‌بردهای مقابله و سبک زندگی افراد در چگونگی وضعیت سلامت جسمانی و روانی آن‌ها قائل شده است. شیوه‌های مقابله توانایی‌های شناختی و رفتاری هستند که فرد مضطرب برای کنترل نیازهای خاص درونی و بیرونی فشار آور به کار می‌گیرد (پاک، ۱۳۸۳).

درروش مقابله‌ی مذهبی از منابع مذهبی مثل دعا و نیایش، توکل و توسل به خداوند و ... برای مقابله استفاده می‌شود. یافته‌های اخیر نشان داده‌اند از آنجایی که این نوع مقابله‌ها هم منبع حمایت عاطفی و هم وسیله‌ای برای تفسیر مثبت حوادث زندگی هستند، می‌توانند مقابله‌های بعدی را آسان کنند؛



بنابراین به کارگیری آن‌ها برای اکثر افراد سلامت ساز است. رفتارهای مذهبی ارزش مثبتی در پرداختن به نکات معنی‌دار زندگی دارند. رفتارهایی از قبیل توکل به خداوند، زیارت و غیره می‌توانند از طریق ایجاد امید و تشویق به نگرش‌های مثبت، موجب آرامش درونی فرد شوند. باور به این‌که خدایی هست که موقعیت‌ها را کنترل می‌کند و ناظر بر عبادت‌کننده‌ها است تا حد زیادی اضطراب مرتبط با موقعیت را کاهش می‌دهد. به طوری که اغلب افراد مؤمن ارتباط خود را با خداوند مانند ارتباط با یک دوست بسیار صمیمی توصیف می‌کنند و معتقدند که می‌توان از طریق اتکا و توسل به خداوند اثر موقعیت‌های غیرقابل کنترل را به طریقی کنترل کرد. به همین دلیل گفته می‌شود که مذهب می‌تواند به شیوه‌ی فعالی در فرآیند مقابله مؤثر باشد. به طور کلی مقابله و مشاوره‌ی مذهبی، متکی بر باورها و فعالیت‌های مذهبی است و از این طریق در کنترل فشارهای هیجانی و ناراحتی‌های جسمی به افراد در جامعه کمک می‌کند. داشتن معنا و هدف در زندگی، احساس تعلق داشتن به منبعی والا، امیدواری به کمک و یاری خداوند در شرایط مشکل‌زای زندگی، برخورداری از حمایت‌های اجتماعی، حمایت روحانی و ... همگی از جمله منابعی هستند که افراد مذهبی با برخورداری از آن‌ها می‌توانند در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی آسیب کمتری را متحمل شوند (پرچم، ۱۳۹۱).

مذهب می‌تواند در تمامی عوامل نقش مؤثری در استرس‌زدایی داشته باشد و در ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی فرد، فعالیت‌های مقابله، منابع حمایتی و ... سبب کاهش گرفتاری روانی شود. بر این اساس مدت‌ها است که تصور می‌شود بین مذهب و سلامت روان ارتباطی مثبت وجود دارد و اخیراً نیز روان‌شناسی مذهب حمایت‌های تجربی زیادی را در راستای این زمینه فراهم آورده است (حاج یخانی، ۱۳۷۲).

۵-۳ توجه کم به مشاوره‌ی مذهبی در جامعه‌ی امروزی و مسلمانان

اکنون درمانگری و مشاوره‌ی مذهبی با توجه به عقاید یهودیت، مسیحیت و بودایی در جهان در حال رشد و توسعه است؛ اما به درمانگری و مشاوره بر اساس آموزه‌های متعالی مکتب متعالی اسلام کمتر توجه شده و کار و تحقیق جدی در این زمینه انجام نشده است. این در حالی است که در اسلام روش‌های متعدد درمانگری از جمله شناخت‌درمانگری و رفتاردرمانگری وجود دارند که با استفاده از آن‌ها می‌توان بسیاری از مسائلی را که فنون و روش‌های مشاوره‌ی قبلی درباره‌ی آن‌ها غیر مؤثرند، حل کرد (پاک، ۱۳۸۳).

۵-۴ فضای شهر سالم

یکی از عوامل بسیار مهم برای ساخت فضای شهر سالم، مشارکت واقعی شهروندان است. مشارکت مردم زمانی می‌تواند صورت گیرد که به مدیران و مدیریت شهری اعتماد داشته و به امور شهر خود آگاه باشند. تعاریف مختلفی درباره‌ی شهر سالم بیان شده است از جمله از نظر سازمان بهداشت جهانی شهر سالم شهری است که محیط خود را بهبود می‌بخشد و متابیش را توسعه می‌دهد به طوری که مردم

آن بتوانند یکدیگر را برای رسیدن به بالاترین توانایی‌ها پشتیبانی کنند. از دیدگاه دیگر شهر سالم شهری است منطبق بر اهداف زندگی سالم شهروندان در یک بستر سالم و پاک؛ البته چنین شهری باید از استانداردهای قابل قبولی در بحث فضای سبز، خدمات زیرساختی و دیگر نیازهای شهروندان و امکانات رفاهی مناسب برای زندگی آرام برخوردار باشد؛ بنابراین شهری آرام و به‌دوراز ترافیک و سروصدا، تنش و آلودگی‌های زیست‌محیطی از جمله آلودگی صوتی و بصری و محیطی است. در فضای شهر سالم معضلی به نام خرابی آسفالت خیابان، چاله در خیابان و پیاده‌رو که خود عاملی برای مخدوش شدن اعصاب عابران و راننده‌ها است، وجود ندارد. فضای شهر سالم پروژه‌ای است برای ایجاد یک حرکت همه‌جانبه که می‌کوشد تمام مسئولان و مقامات محلی و ملی را در توسعه‌ی سلامت بسیج کرده تا مقامات دولتی و محلی با توجه به قدرت حمایت از پروژه‌هایی در زمینه‌ی سلامت و بهداشت شهروندان، نقش منحصر به فردی در رهبری این فعالیت‌ها داشته باشند (حسینی، ۱۳۸۷).

۵-۴-۱ شاخص‌ها و معیارهای فضای شهر سالم

شامل عدم آلودگی‌های زیست‌محیطی و برخورداری از هوای پاک برای تنفس انسان‌ها، آب پاک برای نوشیدن، شهری به‌دوراز آلودگی‌های صوتی و بصری، شهری خرم و سرسبز با فضای سبز زیاد و شهری امن برای شهروندان است؛ همچنین از شاخص‌ها و معیارهای دیگر شهر سالم این است که عموم مردم دارای فرصت‌های شغلی مناسب و برابر هستند. همه از رفاه نسبتاً مطلوبی برخوردار هستند؛ همچنین جلب مشارکت شهروندان به همکاری و همیاری در روند زندگی آن‌ها از جمله در امور بهداشت و محیط‌زیست، تطبیق و سازگاری رفتار شهروندان برای زندگی سالم‌تر، آسان‌سازی دسترسی به بهبود کیفیت خدمات بهداشتی، سیستم دفع زباله‌ی مناسب، حفظ میراث فرهنگی شهر، تأمین هر چه بیشتر سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و فرهنگی شهروندان، فراهم آوردن امکانات فرهنگی، آموزشی مانند کتابخانه، فرهنگسرا، سینما و دانشگاه.

چنین شهری زمانی می‌تواند پایدار باشد که در طول زمان از نظر زیست‌محیطی قابل سکونت و زندگی، از نظر اقتصادی بادوام و از نظر اجتماعی همبستگی ساز باشد. شهر سالم پایدار فقط شهری پاکیزه و تمیز نیست؛ بلکه باید شهری باشد که انسان بتواند در آن درآمدی عادلانه به دست آورد؛ همچنین سرپناه مناسب تهیه کند، احساس آرامش و راحتی داشته باشد، تلاش و وقت خود را صرف حفاظت از شهری کند که در آن شهروندان سطح زندگی خود را ارتقاء می‌بخشند، بی‌آنکه از منابعی که به نسل‌های آینده تعلق دارد، مصرف کنند و سرمایه‌های آتی را برای تأمین خواسته‌های آنی هدر دهند (تقی‌زاده، ۱۳۸۹).

شاخص‌های ویژه‌ی توسعه‌ی پایدار شهر سالم، استفاده بهینه در مصرف آب، زمین و سایر منابعی است که مورد نیاز رشد شهری است؛ همچنین کاهش میزان تولید زباله‌ها و فاضلاب، استفاده بهینه از بازیافت و پسماند، افزایش فرصت‌های اقتصادی و اجتماعی و تقویت توان مناطق مختلف شهری



در راستای جلوگیری یا پاسخ‌گویی به تهدیدات، حوادث و بلایا که در نتیجه‌ی عوامل انسانی و طبیعی به وجود می‌آید (احمدی، ۱۳۸۵).

۵-۴-۲ فاکتور اصلی فضای شهر سالم

یکی از فاکتورهای بسیار مهم برای ساخت فضای شهر سالم، مشارکت واقعی شهروندان است. مشارکت مردم زمانی می‌تواند صورت گیرد که به مدیران و مدیریت شهری اعتماد داشته باشند و در کنار اعتماد، به امور شهر خود نیز آگاه باشند؛ یعنی دو شرط ایجاد اعتماد در شهروندان و افزایش سطح آگاهی آنان در کنار هم در بحث مشارکت واقعی شهروندان بسیار مؤثر است. نقش مدیران و متخصصان شهر در این خصوص از دو جنبه حائز اهمیت است:

۱- عمل به وظایف و اختیارات صادقانه به مردم که موجب افزایش اعتماد عمومی و مشارکت بیشتر آن‌ها خواهد شد (اسفیجانی، ۱۳۹۴)؛

۲- آگاه کردن و آموزش دادن و اطلاع‌رسانی صحیح و صادقانه به شهروندان و شفاف‌سازی امور. رعایت این دو مورد توسط مدیران شهری می‌تواند بستر مناسبی را برای مشارکت آگاهانه و واقعی مردم در راستای توسعه‌ی شهر و جامعه‌ی سالم فراهم کند (حسینی، ۱۳۸۷).

۵-۴-۳ مؤلفه‌های فضای شهر سالم

۱- مؤلفه‌های زیست‌محیطی: مسئله‌ی سرزندگی در مقیاس کلان و با تقسیم موضوع سرزندگی به بخش‌های مختلف مانند بقاء، کفایت مقدار آب لازم، هوا، غذا، انرژی و خدمات مواد زائد، ایمنی و عدم وجود سموم زیست‌محیطی و خطرات تعریف می‌شود؛ چگونگی سازگاری و هماهنگی میان محیط‌زیست (به نظام‌های فیزیکی و بیولوژیکی اطلاق می‌شود که پایه‌های اساسی زندگی انسان را فراهم می‌آورند و با آسایش روانی ارتباط داند) و نیازهای انسانی بررسی می‌شود؛ و بایان ثبات اکولوژیکی (بوم‌سازگار) و در نهایت معیارهای توسعه‌ی پایدار و اصول توسعه‌ی پایدار شهری در شهر تبیین می‌شود؛ اگرچه مؤلفه‌های زیست‌محیطی نقش ماهیتی منفعل ندارند و نقش آن‌ها صرفاً تأمین نیازهای انسان نیست. بر این اساس این محیط به‌عنوان یک سلسله فرآیندهای فعال با رفتار و الگوهایی دارای ارتباط متقابل با انسان و هدایت‌کننده‌ی مسیر تحول او (به‌سوی پایدار) است. سرزندگی در سطح کلان علاوه بر سرزندگی فضاهای شهری، مفاهیمی چون عدالت، کارآمدی، سازگاری، انعطاف‌پذیری و کیفیت محیط را نیز در نظر می‌گیرد و در نهایت سرزندگی شهری در صورت پایداری به زیست‌پذیری منجر خواهد شد؛

۲- مؤلفه‌های اجتماعی: مسئله‌ی سرزندگی از دیدگاه اجتماعی و رابطه‌ی انسان و طبیعت در دل یک شهر بیان می‌شود. بررسی سرزندگی و پویایی فضای شهری که در مقابل ملال‌انگیزی آن قرار گرفته و بستگی به فعالیت‌هایی دارد که در فضای شهری رخ می‌دهد. فضایی سرزنده که در دامنه‌ی وسیعی از روز، انواع افراد به اختیار خود و یا از روی اجبار به آنجا آمده و لحظاتی را در فضا سپری می‌کنند؛

به عبارت دیگر فضا باید به گونه‌ای باشد که مردم بیایند و بمانند (حجتی، ۱۳۹۱).

۴-۴-۵ مشکلات فضای شهر سالم

رشد شتابان زندگی شهری طی چند دهه‌ی اخیر مشکلات فراوانی را برای شهر و شهروندان ایجاد کرده که باعث افزایش تراکم جمعیت در شهرها، دسترسی ناکافی به مسکن مناسب و خدمات اصلی شهری، مشکلات فرهنگی و آپارتمان‌نشینی و بیگانگی شهروندان از یکدیگر، تفاوت فرهنگ‌ها و ایجاد زاغه‌ها، ایجاد مسکن‌های غیرقانونی و غیراستاندارد، سیستم حمل‌ونقل ناکافی و نارسایی امکانات و آلودگی‌های محیطی از قبیل آلودگی صوتی، هوا و تصویری، افزایش ناگهانی وسایل نقلیه‌ی موتوری و آلودگی ناشی از حجم ترافیک شده است (پرچم، ۱۳۹۱).

همچنین رشد شتابان زندگی شهری مشکلات دیگری از جمله زیرساخت‌های ضعیف جاده‌ای، به هم آمیختگی محل عبور عابر و دوچرخه و موتور، مهیا نبودن پیاده‌روهای مناسب، عدم تساوی درآمد‌ها، مناسب نبودن تشویق شهروندان به استفاده از وسایل نقلیه‌ی عمومی، عدم خلاقیت در زیباسازی شهرها، عدم مشارکت مردم در زیباسازی شهر، ندادن آموزش‌های لازم برای زندگی شهروندی موفق، اشتباه گرفتن زیباسازی شهرها با چراغانی کردن و مصرف بی‌رویه‌ی برق، صدای زجرآور بوق ماشین‌ها و دادوفریاد و دعوای خیابانی به بهانه‌ی واهی، فراموش شدن لبخند از اهالی شهر به علت نبودن فضای سبز کافی همراه با جریان آب، صدای آرام‌بخش پرندگان زیبا، عدم وجود فضای سبز و پارک به تعداد کافی که ضرورت اولیه‌ی زندگی شهری است، عدم امکانات تفریحی قابل‌دسترس و امکانات ورزشی برای جوانان شده است (برازش، ۱۳۷۴).

بنابراین شهروند تنها به معنای سکونت در یک شهر به مدت مشخص نیست بلکه به معنای مجموعه‌ای از آگاهی‌های حقوق فردی و اجتماعی است.

۵-۵ فنون و روش‌های مشاوره کردن افراد با رویکرد مذهبی

۵-۵-۱ مضافه در جلسه‌ی مشاوره

در موقع ورود مراجع در جلسه‌ی مشاوره، مشاور باید به او سلام کند و یا اگر وی سلام کرد جوابش را بدهد، به او دست اهدا و به گرمی وی را بپذیرد. سلام در لغت به معنای سلامت، تهنیت، درود، صلح، آشتی، تعظیم و تکریم است. سلام خود یک فرهنگ پویا و حلقه‌ی پیوند عاطفی و اجتماعی نزد مسلمانان است. سلام نقطه‌ی آغاز و پایان روابط انسانی است. امام علی علیه‌السلام می‌فرماید: هر تازه‌واردی در محیط نامأنوس حیرت‌زده می‌شود؛ برای آرامش خاطر سخن خود را با سلام آغاز کنید (غررالحکم: ۵۷۹).



۵-۵-۲ احترام گذاشتن

احترام گذاشتن به افراد از اموری است که باید در مشاوره به آن توجه شود. برای این که به اهمیت و چگونگی احترام گذاشتن به دیگران پی ببریم به ذکر نمونه‌ای از پیامبر بسنده می‌کنیم؛ رسول اکرم (ص) می‌فرماید: کسی که برادر مسلمان خود را با کلمات مودت آمیز خویش احترام نماید و غمش را بزدايد تا این سجه در او باقی است، پیوسته در سایه‌ی رحمت خداوند است (بحارالانوار ج ۱۶).

۵-۵-۳ گوش دادن

گوش دادن عملی فعال و ارادی است که به دقت و توجه نیاز دارد و شنیدن عمل غیرارادی است و به دقت نیاز ندارد. گوش دادن مهم‌ترین فنی است که مشاور باید در مشاوره به کار ببندد. بدین معنا که مشاور در جلسه‌ی مشاوره باید به‌طور کامل و دقیق تمام حواسش را بر گفتار مراجع متمرکز سازد و به گفته‌های او با دقت گوش فرا دهد. امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: خوش برخوردی و خوب گوش کردن نشان‌دهنده‌ی درست اندیشی است (بحارالانوار ج ۷۷).

۵-۵-۴ هم‌دلی کردن

درک هم‌دلانه بدین معناست که مشاور یا درمان‌گر دنیای مراجعان را بدان طریقی که هست، دقیقاً دریابد و با آن هم‌دلی کند. مشاور چنان با دنیای درون مراجع مرتبط می‌شود که گویا مشکل متعلق به خود اوست؛ چنین درک هم‌دلانه‌ای به مراجع امکان می‌دهد تا عمیقاً و آزادانه به خودکاو و مکاشفه بپردازد و شناخت کامل‌تری از خود به دست آورد. پیامبر اسلام (ص) در این باره می‌فرماید: هیچ کس از شما ایمان نیاورده است تا هنگامی که آن چیزی را برای برادرش دوست بدارد که برای خودش دوست دارد (صحیح بخاری، ۱۶۴).

۵-۵-۵ هم‌سازی

مشاور مطلوب کسی است که در جریان روان‌درمانی از هماهنگی درونی برخوردار باشد و بین آنچه هست و آنچه می‌گوید اختلافی وجود نداشته باشد. از احساسات خودش کاملاً آگاه باشد و آن‌ها را بپذیرد و با رضایت کامل به هنگام ضرورت این احساسات را در جریان درمان بیان کند. این خصیصه بیان‌کننده‌ی خود بودن مشاور و نداشتن حالت دفاعی به هنگام مواجهه با مراجع است. حضرت علی (ع) می‌فرماید: آن کسی که می‌خواهد پیشوای مردم باشد و آنان را به دنبال خود به راهی دعوت کند، پیش از آن که می‌خواهد به دیگران یاد بدهد خود را مخاطب کند و به خودش تعلیم و تلقین می‌کند پیش از آن که می‌خواهد مردم را با زبان خود تربیت کند. آن کس که خودش را تعلیم و تلقین می‌کند و خودش را تأدیب و تربیت می‌کند برای احترام و تکریم شایسته‌تر است از آن که معلم و مربی دیگران است (نهج‌البلاغه، ۲۱۴).

۵-۵-۶ پذیرش

مشاور باید مراجع را به مشابه یک انسان، آن طور که هست، خوب یا بد با تمام مشکلات و ناسازگاری‌هایش بپذیرد. پذیرش نگرشی مثبت به فرد است. در این نگرش مثبت مشاور، مراجع را به منزله‌ی موجودی باارزش و صاحب شأن به حساب می‌آورد که حق تصمیم‌گیری درباره‌ی خود را دارد. چنین پذیرشی ایجاب می‌کند که به مراجع توجه مثبتی شود تا احساس ارزشمندی کند؛ نتیجه این که مشاور باید به‌طور غیرشرطی و بدون هیچ‌گونه قیدوبندی، مراجع را بپذیرد. حضرت علی (ع) درباره‌ی پذیرش بی‌قیدوشرط به فرزندش محمد حنیفه می‌گوید: فرزندم! به تمام انسان‌ها نیکی کن همان‌گونه که انتظار داری نسبت به تو نیکی کنند (وسایل شیعہ ج ۸).

۵-۵-۷ انعکاس گفتار و احساسات

مشاور باید در جلسه‌ی مشاوره از طریق انعکاس به‌موقع و درست گفته‌ها و احساسات مراجع، او را به بحث بیشتر و عمیق‌تر و جست‌وجوی راه‌حل‌های مناسب تشویق کند. مراجع در نخستین جلسه‌ی مشاوره، خود را در پیدایش مشکل سهیم نمی‌داند و دیگران را باعث بروز مشکلاتش می‌پندارد. انعکاس گفتار و احساس مراجع همه یا بخشی از گفته‌های مراجع را بدون تغییر بیان می‌کند. درحالی‌که انعکاس گفتار مشاور علاوه بر بیان گفته‌های مراجع در قالب جدید، مراجع را به تفکر و اندیشه‌ی بیشتر درباره‌ی موضوع تشویق می‌کند. مشاور در انعکاس احساسات مراجع همانند آینه‌ای عمل می‌کند که او می‌تواند حالات و عواطف خود را در مشاور بنگرد. درواقع افراد بافضیلت و دانا در جامعه مانند آینه هستند که زیبایی‌ها و زشتی‌ها را ارائه می‌کنند و حقایق را آشکار می‌سازند. کسی که خواستار پاکی و فضیلت است باید خودش را به ایشان عرضه دارد و از افتخارات آن انسان‌های پاک استفاده کند. حضرت رسول اکرم صلی‌الله‌علیه و آله می‌فرماید: مؤمن برای برادر خویش مانند آینه است که نااملایمات و بدی‌ها را از وی دور می‌سازد (آقاجانی، ۱۳۸۵).

جدول ۲: شاخص‌ها و مؤلفه‌های استخراج‌شده‌ی مشاوره کردن افراد از دیدگاه معصومین

ابعاد	شاخص	مؤلفه‌ها
ورودی	دانشجویان	معیارهای پذیرش و آمادگی دانشجویان برای مشاوره
	استادان	نسبت استاد به دانشجو، سوابق آموزشی، آمادگی برای کار با فناوری و نگرش به فضای شهری
	افراد عادی	اعتبار، حضور، پذیرش و بازنگری (فراوانی و طول دوره‌ی مشاوره)
منابع	سیستم مدیریت مشاوره	قابلیت اطمینان، امکانات تعاملی، کاربرپسندی، قابلیت انعکاس گفتار و احساسات
	ساختار مشاوره	طراحی آموزشی، طراحی فنی، به‌روزرسانی و بازنگری و اثربخشی روش‌های ارائه، مصافحه در جلسه
	زیرساخت‌های مشاوره	امنیت اطلاعات، پشتیبانی از اطلاعات و به‌روزرسانی اطلاعات مشاوره، همسازی و پذیرش
	مشاوره	سطح تعامل، میانگین ارزشیابی افراد، فراهم‌سازی بازخورد و شفاف‌سازی انتظارات، همدلی کردن و احترام گذاشتن
فرایندها	یادگیری	حضور رویکردهای فعال، میانگین پیشرفت و نرخ مشارکت فراگیران در اتاق بحث و گفتگو و مشاوره
	پشتیبانی	رضایت‌مندی فراگیران، شفاف‌سازی / دسترسی به سیاست‌های آموزش محور در رابطه با مشاوره
	آموزش	کارگاه‌های آموزشی حضوری و غیرحضوری و هم‌اندیشی‌های و عمومی برای کارکنان و افراد در زمینه‌ی فضای شهر سالم
	سنجش و ارزیابی	ارزشیابی، منابع، محتوا، ساختار دوره و خدمات پشتیبانی
	دانش‌آموختگان	نرخ ماندگاری، نرخ سلامت، نرخ اشتغال و کارآفرینی

۵-۶ ارتباط اصول تدوین‌شده در طراحی فضای شهری

پس از بررسی انگاره‌های زیباشناختی در قرآن کریم و تدوین اصول طراحی، این‌گونه می‌توان بیان داشت که خداوند سرچشمه‌ی همه‌ی زیبایی‌هاست و در آفرینش جهان و نعمت‌های آن، زیبایی را مدنظر داشته است. «الْأَرْضَ مَدَدْنَاهَا وَالْقِيَامَةَ فِيهَا رَوَّاسِي وَأَنْبَتْنَا فِيهَا مِنْ كُلِّ شَيْءٍ مَوْزُونٍ. جَعَلْنَا لَكُمْ فِيهَا مَعَايِشَ وَمَنْ لَسْتُمْ لَهُ بِرَازِقِينَ؛ «و زمین را گسترده کردیم و در آن کوه‌ها ثابتی افکندیم و از هر گیاه موزون، در آن رویانیدیم و برای شما انواع وسایل زندگی در آن قرار دادیم همچنین برای کسانی که شما نمی‌توانید به آن‌ها روزی دهید (حجر، ۱۹ و ۲۰)». این آیات بیان می‌کنند که خداوند علاوه بر اصل هدفمندی در خلقت عالم هستی، به نیازهای متفاوت انسان توجه نموده است. مطابق با آیات فوق، فضای شهری نخست باید انسان را متذکر یاد خدا سازد و در مراحل بعدی نیازهای متفاوت انسان را پاسخ‌گو باشد (تقی

زاده، ۱۳۸۹). در جدول شماره ۳ برای رسیدن به فضای شهری مطلوب و زیبا، ارتباط اصول تدوین شده با طراحی فضای شهری بیان شده است.

جدول ۳: ارتباط اصول تدوین شده در طراحی فضای شهری

اصول	ارتباط اصول تدوین شده در طراحی فضای شهری	رهنمودهای طراحی
هدفمندی	یاد خدا اصلی ترین هدف در فرآیند طراحی فضای شهری	- وجود عناصر آگانی دهنده در دو بعد کالبدی و محتوای فضای شهری در جهت شناخت نیازهای انسان، ارزش‌های جامعه، جهان‌بینی حاکم بر جامعه، فرهنگ و ...
وحدت	ایجاد پیوند عمیق بین کالبد و محتوا و عناصر سازنده فضای شهری	- با تعیین نظام فضایی مشخص، منسجم و پیوسته - با ایجاد ارتباط میان اجزای سازنده و ارتباط میان جزء و کل اجزاء - با ایجاد سازگاری کامل بین اجزای سازنده فضای شهری
تناسب و توازن	تناسب بین اجزای تشکیل دهنده فضای شهری، تناسب بین اجزا و کلیت فضا و تناسب بین پدیده با موضوع فضای شهری	- توجه به مقیاس انسانی - توجه به نسبت ابعاد طول به عرض، عرض به ارتفاع و ... - توجه به رابطه و موقعیت عناصر فضا نسبت به یکدیگر
تنوع	توجه به نیازهای متنوع انسان توجه به شرایط فرهنگی و اقلیمی	- تخصیص عملکردهای متنوع با توجه به نیازهای ساکنان - طراحی جداره پیوسته لیکن با فرم های متنوع - استفاده از عناصر طبیعی (آب، درخت، گیاهان و ...)
پیراستگی از عیوب	بری از هرگونه عیب و نقص (به معنای واقعی در باطن و ظاهر) و در هر مرحله از طراحی فضای شهری	- نبود عملکردهایی مغایر با ارزش‌ها جامعه - نبود کاربری‌های ناسازگار
تعادل	تعادل به عنوان بنیاد و اساس زیبایی از جمله شکل دادن فضای شهری و به معنای قرار دادن هر شیء یا اجزای فضای شهری که بهتر از آن متصور نباشد.	- تعادل در کلیت فضا، تناسبات حجمی و در همه اجزای سازنده - تعادل در نسبت ارتفاع بدنه ها
اثرگذار معنوی	به واسطه حضور برخی عناصر انسان را در ضمن متذکر شدن به یاد خدا، او را از تک بعدی شدن و از تمرکز بر یک عالم برهانند.	- استفاده از عنصر نشانه‌ای، یادبودها، نمادها با توجه به ارزش‌های جامعه

۶- نتیجه‌گیری و پیشنهادها

تاریخ نشان داده است که افراد زیادی از بشر در طول زندگی و یا پاره‌ای از مراحل زندگی‌شان با مشکلات و مسائل روانی و رفتاری روبه‌رو بوده‌اند و برای حل آن‌ها به رهبران و دانشمندان دینی، معلمان، مشاوران و راهنمایان مجرب و متخصص مراجعه کرده‌اند. امروز بیش از گذشته مردم به مشاوره و راهنمایی نیازمندند؛ زیرا نظر به تنوع نیازهای اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، روانی عاطفی و ... و افزایش تعداد افراد موضوع راهنمایی و مشاوره، مسائل روانی و رفتاری بسی پیچیده‌تر شده و جلوه‌های بیشتری پیدا کرده است و مراجعه به مشاوران هم به دلیل فقر، کمبود وقت، مشغول بودن مشاوران و امور دیگر، برای همگان میسر نیست. تقریباً همه‌ی افراد به نحوی با مشکلات روانی خود و یا کسانی که در ارتباط با آنان هستند روبه‌رو هستند. کودکان و نوجوانان از اخلاق و برخورد والدین در رنجند و والدین از ناسازگاری، طغیانگری، پرخاش‌گری و رفتارهای ناپه‌نجار کودکان و نوجوانان در ناراحتی و غم و اندوه به



سر می‌برند. در مدارس دانش آموزان زیادی وجود دارند که کم‌وبیش دارای مشکلات روانی هستند و معلمان، مدیران و ناظران هرروز با رفتارهای ناپه‌نجان آنان روبه‌رو هستند. در خانواده‌ها خیلی از همسران به دلیل مشکلات روانی خود یا همسر و یا هردو از زندگی آرام و لذت‌بخشی برخوردار نیستند و زمینه‌ی ناراحتی‌های فرزندان را نیز فراهم می‌سازند. برای حل این مشکلات و پیشگیری از پدید آمدن آن‌ها در افراد جامعه، کوشش‌هایی از ناحیه دانشمندان دینی، روان‌شناسان، مشاوران و مؤلفان به‌عمل آمده است و در چند دهه‌ی اخیر مسائل رفتاری و روانی کودکان، نوجوانان و جوانان به‌خصوص به‌عنوان محور عمده‌ی مشاوره و راهنمایی یا روان‌شناسی مشاوره درآمده است. هدف از مشاوره شناخت توانایی‌ها و استعدادهای بدنی، روانی، عاطفی، عقلی، اجتماعی، اخلاقی افراد و کمک به رشد همه‌جانبه‌ی آن‌ها و پیشگیری از ابتلای افراد به مشکلات روانی است. مشاوره و روان‌درمانی به‌ویژه اسلامی آن، سعی می‌کند چگونگی زندگی مفید و خالی از مشکل را به افراد بیاموزد و از آنان شخصیتی بسازد که بتوانند به‌خوبی با خود، دیگران و محیط تعامل کنند و به هدف‌های عالی تعلیم و تربیت برسند و به حیات و زندگی واقعی نائل شوند. قرآن می‌فرماید: یا ایها الذین امنوا استجبوا لله وللرسول اذا دعاکم لما یحییکم؛ «ای مؤمنان! خدا و رسول (صلی‌الله علیه و اله) را اجابت کنید (و به راهنمایی‌ها و ارشادهای اولیای دین عمل کنید) شما را به آنچه باعث حیات واقعی شما در آن است، راهنمایی می‌کنند.» یکی از مبانی نظری مشاوره با رویکرد مذهبی این است که اکثر مشکلات به‌ویژه مشکلات روانی از خود انسان و تعامل‌های او برمی‌خیزد.

با توجه به نتایج به‌دست‌آمده از چارچوب نظری، فضای شهری مطلوب و زیبا نخست باید انسان را متذکر یاد خدا و معصومین سازد و در مراحل بعدی نیازهای متفاوت انسان را پاسخ‌گو باشد. از دیگر ویژگی‌های فضای شهری مطلوب و زیبا این است که هر یک از اجزا و عناصر فضای شهری بر اساس ارزش‌های جامعه، فرهنگ و نیازهای مردم شکل گیرند و با سازگاری و هماهنگی کامل با یکدیگر ترکیب شوند و در بهترین مکان پیش‌بینی‌شده بر روی استخوان‌بندی فضای شهری قرار گیرند که درنهایت کل واحد حاصل آید.

در مشاوره‌ی دینی و مذهبی علل رفتاری‌ها و مسائل روانی در خود افراد و سابقه‌ی زندگی آنان جستجو می‌شود و در این جستجوگری است که افراد به خودشناسی رسیده و به نقاط قوت و ضعف خود پی می‌برند، بینش‌های صحیح را از افکار و باورهای نادرست تشخیص می‌دهند و در مورد خود، عقاید، ایمان و رفتارهای معقول و انسانی به بصیرت می‌رسند و با مشکل‌شناسی به مشکل‌گشایی می‌پردازند. در حقیقت از نظر مشاوره‌ی اسلامی همان‌طور که دردها و مشکلات از خود افراد ناشی می‌شود، درمان‌ها و راه‌حل‌ها نیز از خود آنان خواهد بود. امیرالمؤمنین (علیه‌السلام) می‌فرماید: دَوَاؤُکَ فِیکَ وَلَا تَشْعِرْ دَوَاؤُکَ مِیکَ وَ تَسْتَنْکِرْ؛ «ای انسان! درمان تو در تو (و از خود تو) است و خود نسبت به آن آگاه نیستی و درد تو نیز در خود تو (و از خود تو) است و تو آن را نمی‌دانی.» درست است که بسیاری از مشکلات روانی مردم ریشه در ساختار اجتماعی آنان دارد و هریک از جوامع مختلف مشکلات روانی خاص خود را دارند که مردم را بدان دچار ساخته است و رفع بنیادی تمام این مشکلات بدون اصلاح ساختارهای

اجتماعی و صرفاً با مشاوره و روان‌درمانی افراد ممکن نیست؛ اما باید توجه داشت که اولاً بسیاری از مشکلات روانی هم هستند که در زندگی شخصی افراد ریشه‌دارند و انتظاری که از مشاوران و درمانگران روانی می‌رود، اصالتاً حل مشکلاتی است که در این محدوده وجود دارد. ثانیاً مشکلات روانی، اجتماعی زیادی وجود دارند که مشاوران به حل آن‌ها می‌پردازند و زمینه‌ی اصلاح‌های بنیادی اجتماعی را فراهم می‌سازند؛ ثالثاً از باب ما لا یدرک کله لا یتدرک کله، می‌توان فشار مشکلات اجتماعی و تأثیر آن‌ها را بر روان افراد از بین برد و یا لاقلاً کاهش داد و یا از بروز و یا ازدیاد و شدت مشکلات روانی پیشگیری کرد و افراد را به زندگی آرام رهنمون ساخت؛ بنابراین نباید پنداشت که اگر اصلاح اجتماعی از ناحیه‌ی مصلح اجتماعی صورت نگیرد، مشاور، راهنما، معلم و مربی، نقشی در اصلاح رفتارهای افراد دارند؛ بلکه حتی زیان هم خواهند داشت؛ زیرا می‌توان درمان افراد با شیوه‌های مشاوره‌ای و روان‌درمانی را نوعی تقدیر و حتی به نفع وضع موجود تلقی کرد. این تصور کاملاً نادرست است؛ زیرا کار مشاور و روان‌درمانگر زدودن قیدوبندها و اسارت‌های شناختی، روانی و رفتاری است و بدین‌وسیله افراد از موانع رشد صحیح و سلامت روانی، چه در بعد فردی و چه در بعد اجتماعی رهایی می‌یابند و زمینه‌ی اصلاح جامعه فراهم می‌شود.

مشکلاتی که امروز شهرها را دربر گرفته علاوه بر بسیج عمومی نیروها و فعالیت‌ها نیازمند تقویت دانش فنی و روش‌های اجرایی در بهبود شرایط زیست انسان است. در این راستا مؤثرترین روش آن است که از آخرین تجربیات داخلی و خارجی مطلع شده و ضمن انتخاب روش‌های اصلاح، آن را با شرایط و امکانات داخلی هماهنگ کنیم. اصولاً جریان مشاوره مجموعه‌ای از تعاملات در محدوده‌ی یک ارتباط اصیل واقعی و ارزشی است که گفتارها و رفتارهای یک شخص، دیگران را تحت تأثیر قرار می‌دهد و به اصلاح رفتاری آنان منتهی می‌شود؛ به عبارت دیگر مشاوره شامل مهارت‌هایی است که اصول تربیتی و اخلاقی مهمی بر آن حاکم است و حتی گفته شده مشاوره ضرورتاً یک کار اخلاقی است. بدین طریق ایده‌ی فضای شهر سالم به عنوان پدیده‌ای فکری که به دلیل گستردگی در سطح بین‌المللی و بهره‌مندی از بنیادهای علمی و دانشگاهی از پایه‌های منطقی کافی برخوردار است، ابزار مفیدی تلقی می‌شود. مسائل امروزی شهرها ایجاب می‌کند که به ایده‌ی فضای شهری سالم به عنوان وسیله‌ای مؤثر و جامع توجه کرد و باید کلیه‌ی سازمان‌های ذی‌ربط به صورت هماهنگ برای تحقق اهداف این نهضت تلاش کنند. اساساً هیچ کیفیت مطلوب شهری از جمله شهر سالم هرگز نمی‌تواند محصول یک پیامد و اتفاق باشد. شهر سالم تنها می‌تواند محصول زنجیره‌ای از اقدامات منطقی، هماهنگ و برنامه محور باشد؛ از این رو تأمین آن درگرو جریان داشتن این اندیشه در تمامی سلسله‌مراتب طرح‌ها و برنامه‌های شهری است. در زمینه‌ی مشاوره گرچه تحقیقات متعددی انجام شده است اما به دلیل گستردگی و پیچیدگی مسائل و نقصان مباحث به‌ویژه از نظر دینی، مذهبی و اندیشه‌های معصومین، لازم دانسته شد نقش مشاوره به صورت علمی و برگرفته از فرهنگ غنی مکتب اسلام و اندیشه‌های معصومین، در این مقاله تدوین شود. با این توصیف که عمده‌ی مشکلات روانی و رفتاری موجود در جامعه مطرح شود و اصول و روش‌هایی برای تحقق فضای شهر سالم ارائه شود که موردپذیرش لاقلاً گروهی از صاحب‌نظران متخصص و موافق با نظریات متون اسلامی و اندیشه‌های معصومین باشد.



همچنین بر اساس فرآیند طراحی فضای شهری باید تفکر اسلامی و فرهنگ و هویت ایرانی در فضای شهری متجلی شود. در میدان وحدت اسلامی در صورت به‌کارگیری اصول زیباشناختی در هر مرحله از فرایند و با ارتقای کیفیت انسان‌مداری و افزایش پویایی و سازگاری عملکردی با خواسته‌های امروز، این میدان می‌تواند حیات اجتماعی و کارایی مجدد خود را کسب کند و به فضایی منسجم و پیوسته و در ارتباط با بافت پیرامون خود تبدیل شود.

پیشنهاد‌های قابل‌ارائه در این پژوهش:

۱. بررسی جداگانه‌ی هر یک از روش‌های مشاوره با رویکرد مذهبی به‌صورت عمیق‌تر در تحقق فضای شهر سالم؛
۲. بررسی رابطه‌ی بین مشاور و مراجع از دیدگاه معصومین و تأثیر آن بر تربیت انسان؛
۳. مقایسه‌ی اهداف مشاوره‌ی مدنظر با اهداف مشاوره‌ی سایر مکاتب مشاوره برای تحقق فضای شهر سالم؛
۴. مقایسه‌ی روش‌های مشاوره مدنظر با روش‌های مشاوره سایر نظریه‌پردازان حوزه‌ی مشاوره برای تحقق فضای شهر سالم؛
۵. به محققان آتی توصیه می‌شود تا در تحقیقات خود به چگونگی کاربرد عملی و مهارت‌های مشاوره در دیدگاه اسلامی بپردازند و مخاطبان را گام‌به‌گام در یادگیری مفاهیم مشاوره و آموزش عملی یاری کنند.

منابع

الف. فارسی

- احمدی، احمد (۱۳۸۷). اصول و روش‌های تربیت در اسلام. اصفهان، واحد انتشارات بخش فرهنگی دفتر مرکزی جهاد دانشگاهی.
- اسفیجانی، مریم (۱۳۹۴). شاخص‌های ارزشیابی کیفیت در آموزش مجازی. گام‌های توسعه در آموزش، دوره‌ی دوازدهم، ویژه‌نامه‌ی شماره‌ی ۱.
- المعجم المفهرس لالفاظ احادیث وسائل الشیعه. برازش: اشراف، علی‌رضا (۱۳۷۴). نشر الهادی، قم، ج ۷.
- بحارالانوار. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی. نشر اسلامیه، ج ۱۶، ج ۷۷، ج ۴۳، ج ۷۵.
- پاک، سدریک (۱۳۸۳). شهرهای پایدار در کشورهای درحال توسعه. ترجمه‌ی ناصر محرم‌نژاد و نشاط حداد تهرانی، انتشارات مرکز مطالعاتی و تحقیقات شهرسازی و معماری، وزارت مسکن و شهرسازی، تهران.
- پرچم، اعظم (۱۳۹۱). هدمندی حیات بشر از دیدگاه قرآن و عهدین. فصل‌نامه‌ی فلسفه و کلام اسلامی آینده‌ی معرفت، دانشگاه شهید بهشتی.

تقی زاده، محمد (۱۳۸۹). تحلیل و طراحی فضاهای شهری. انتشارات جهاد دانشگاهی، تهران.
حاجی‌خانی، غلام‌رضا؛ صالحی، اسماعیل (۱۳۷۲). معیارهای شهرسازی برای ایده‌ی شهر سالم. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشکده‌ی هنرهای زیبا، دانشگاه تهران.
حجتی، مهناز (۱۳۹۱). ساماندهی پارک شهر به‌عنوان محیط سرزنده پایدار. پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد طراحی شهری، دانشگاه هنر و معماری، واحد تهران مرکز.
حسینی، سید علی‌اکبر (۱۳۸۷). راهنمایی و مشاوره‌ی اسلامی: مبانی، منابع و اصول. تهران، پژوهشگاه مطالعات انسانی و مطالعات فرهنگی.
دلاور، علی (۱۳۸۸). مقدمه‌ای بر روش تحقیق در علوم انسانی. تهران، انتشارات سمت.
غررالحمک و دررالکلام. آمدی، عبدالواحد بن محمد (۱۳۸۷). ترجمه‌ی سید هاشم رسولی محلاتی، تهران، نشر فرهنگ اسلامی، چاپ اول، ج ۱.
نهج‌البلاغه. ترجمه‌ی محمد دشتی (۱۳۷۹). قم، آل علی (ع)، چاپ اول، ص ۹۶۰، وزیر. احمدی، حسن (۱۳۸۵). ریشه‌های پیدایش ایده‌ی شهر سالم. فصل‌نامه‌ی بین‌المللی فنی و مهندسی ساخت شهر، سال سوم شماره‌ی ۶ و ۷.
بارتون، هوگ (۱۳۸۱). جایگاه سلامتی در شهرسازی، ترجمه‌ی محمد تقی‌زاده مطلق. فصل‌نامه‌ی جستارهای شهرسازی، شماره‌ی ۳.

ب. انگلیسی

Dai X. (dissertation). Exploring Chinese faculty perceptions of quality standards for online education. Michigan: Michigan State University; 2014.