



Research Article

Psychological Analysis of Parvin Etesami's Poetry from a Positive Psychology Perspective Based on the Six Virtues of Positive Psychology

Kamran Sheivandi^{*}: Associate Professor of Educational Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

sheivandi@atu.ac.ir

Zahra Vahidnia: Ph.D. Student in Educational Psychology, Allameh Tabatabai University of Tehran, Iran
zahra.vahidnia16@gmail.com

Abstract

Interdisciplinary studies characterize the contemporary scientific world. Besides, adopting a psychological perspective on major literary works can deepen understanding of these texts while providing opportunities to apply insights from such works to convey psychological concepts. Parvin Etesami, a prominent contemporary poet, imparts ethical teachings and guidance for human well-being through various poetic forms, narratives, and allegories. This qualitative study was conducted using a deductive thematic analysis approach, aiming to examine the relationship between the themes in Etesami's poetry and the virtues of positive psychology. The population of this study included the entire Divan of Parvin Etesami, which was analyzed using a census method. The unit of analysis was the couplet. The findings indicated that the themes in Etesami's poems align with the principles of positive psychology. The most frequently recurring themes were those related to the virtue of wisdom, among which "love of learning" appeared prominent. Following this, the most common themes pertained to the virtue of temperance, with Etesami placing strong emphasis on self-regulation and the control of desires, as well as recommending prudence and foresight. Findings beyond Seligman's model are also evident in Parvin Etesami's poetry: the value of art, seizing opportunities, avoiding bad companions, and endurance, indicating that Parvin had a deeper perspective on human virtues. The application of these concepts, alongside the virtues and strengths highlighted by positive psychology specialists, can transform Parvin's teachings into a valuable resource for completing and enriching the teaching of moral virtues in positive psychology.

Keywords: positive psychology, Parvin Etesami, virtue, wisdom

Introduction

Literature offers valuable insights into individuals and societies, making interdisciplinary studies between literature and psychology significant. Positive psychology identifies virtues and character strengths that foster well-being and flourishing (Carr, 2004).

Peterson and Seligman (2004) outlined six universal virtues: wisdom, courage, humanity, justice, temperance, and transcendence. Parvin Etesami's poetry features numerous moral and educational themes related to these virtues. This study aims to examine how the six virtues identified in positive psychology are represented in the poetry of Parvin Etesami, to

*. Corresponding author



determine the relative frequency of these virtues and the factors contributing to their prominence, and to identify the character strengths associated with each virtue, as well as the mechanisms through which they are cultivated in her poetic teachings.

Method

This qualitative study employs deductive thematic analysis, with codes selected based on a predetermined theory. The theoretical framework is grounded in the six virtues of positive psychology as classified by Peterson and Seligman (2004). The research corpus comprises the entire Divan of Parvin Etesami, published during the poet's lifetime with an introduction by Malek osh-Sho'ara Bahar, consisting of 5,600 couplets in the forms of odes, masnavis, and fragments. The sampling method was a census, and the unit of analysis was the couplet. The research was conducted following the phases outlined by Clarke and Braun (2006). Initially, the researcher conducted repeated readings of the poems and related works on Parvin Etesami to become familiar with the poet's mindset and the depth and richness of the text. Subsequently, each couplet was assigned to concepts derived from positive psychology virtues based on its theme, and coding was performed manually via note-taking. To ensure the reliability of the results, the entire corpus was re-examined and coded using MAXQDA 2022 software, and basic themes were extracted. Basic themes were then merged, repetitive themes were removed, and themes belonging to each virtue were grouped, resulting in organizing themes. To assess validity, the opinions and guidance of three professors of Persian Language and Literature from Tarbiat Modares University and Allameh Tabataba'i University in Tehran were utilized. Reliability was assessed using a single-coder method with two rounds of coding (manual and computer-assisted). Holsti's coefficient was calculated, yielding 0.79.

Results

The findings reveal a substantial alignment between the teachings of Parvin Etesami and the six core virtues identified in Peterson and Seligman's Classification of Character Strengths and Virtues (2004): Wisdom, Courage, Humanity, Justice, Temperance, and Transcendence. In response to the first research question, a systematic examination of Parvin E'tesami's poetry demonstrates that all six virtues are represented throughout her Divan. Wisdom is reflected in themes such as the importance of knowledge, love of learning, criticism of ignorance, advocacy of women's education, reliance on rational judgment, avoidance of actionless speech, and perspective. Courage appears through themes related to speaking the truth, perseverance, and sustained effort. Humanity is represented through friendship, kindness, and helping vulnerable individuals. Justice is reflected in themes of wise leadership and criticism of social injustice. Temperance emerges through prudence, self-regulation, control of desires, humility, and avoidance of selfishness. Transcendence is represented through purity, integrity, spirituality, remembrance of God, and seeking divine assistance. In addition to these six virtues, several themes extending beyond Seligman's model are identified: appreciation of art, valuing opportunities, avoiding bad companions, and practicing patience. These themes suggest a broader and deeper perspective on human excellence in Parvin Etesami's poetry.

Regarding the second research question, line-by-line coding of the Divan indicates that Wisdom is the most frequently recurring virtue. Among its associated character strengths, Love of Learning receives the greatest emphasis. Temperance ranks second in frequency, with particular attention given to self-regulation and control of desires, followed by prudence and future-oriented thinking. The prominence of these two virtues reflects Parvin E'tesami's concern with education, particularly for women, as well as

her emphasis on moderation and self-discipline as essential foundations of moral development. The remaining virtues, including Humanity, Courage, Justice, and Transcendence, appear with lower frequencies.

In response to the third research question, the findings indicate specific mechanisms by which each virtue can be cultivated. Wisdom and Knowledge are attained through curiosity, love of learning, and deep contemplation directed towards discovering truth. A wise individual avoids actionless speech and follows reason rather than personal desires. Courage is primarily achieved through persistent effort and perseverance despite obstacles. Individuals with courage speak the truth without fear, even in difficult circumstances. Humanity is cultivated through kindness, empathy, and assistance to disadvantaged individuals. Justice is promoted through awareness of social injustice and acceptance of wise leadership, often symbolized by metaphors such as a captain guiding a ship. Temperance is achieved through self-regulation, prudence, future-oriented thinking, and humility. Transcendence is cultivated through spirituality, trust in God, and reliance on divine guidance. These virtues are conveyed through simple language, stories, allegories, and vivid metaphors that make moral teachings understandable and accessible to a wide audience.

Conclusion

This study examined the representation of positive psychology virtues in the poetry of Parvin Etesami using Peterson and Seligman's Classification of Character Strengths and Virtues (2004). The findings indicate that the major virtues proposed in positive psychology are reflected in Parvin Etesami's poems. Among these virtues, Wisdom and Temperance receive the greatest emphasis, highlighting the poet's commitment to education, self-discipline, rational thinking,

and moral development. The frequent emphasis on learning, particularly women's education, reflects her awareness of the social and cultural challenges of her time and her efforts to promote intellectual and ethical growth through literature.

The findings also suggest that Parvin Etesami's conception of virtue extends beyond Seligman's model. Themes such as appreciation of art, valuing opportunities, avoiding harmful companionships, and practicing patience reveal additional dimensions of human excellence not explicitly emphasized in positive psychology models. These findings support the view that classical Persian literature can contribute valuable insights to contemporary theories of character and virtue.

Parvin Etesami not only describes virtues but also offers practical pathways for cultivating them through simple language, narratives, allegories, and vivid metaphors, making her poetry particularly suitable for moral and character education.

Despite these contributions, the study was limited to analyzing a single poet's works. Future research may compare positive psychology virtues across different Persian poets and literary traditions. The findings also suggest that Parvin Etesami's poetry can serve as a valuable resource for culturally grounded educational programs promoting character strengths, moral development, and psychological well-being.

Ethical Consideration:

Compliance with Ethical Guidelines: This research adheres to the fundamental ethical guidelines for literary and textual studies, including the avoidance of plagiarism, accurate representation of the original text, and respect for intellectual property rights.

Authors' Contributions: Both authors contributed equally to all stages of this research, including study design, data collection and analysis, interpretation of findings, manuscript writing, and final approval of the version to be published.

Conflict of Interest: The authors declare no conflict of interest regarding the publication of this paper.

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Acknowledgement: The authors thank three professors of Persian language and literature for their valuable guidance and for validating the themes.

مقاله پژوهشی

تحلیل روان‌شناختی اشعار پروین اعتصامی با رویکرد روان‌شناسی مثبت (بر اساس ۶ فضیلت روان‌شناسی مثبت)

کامران شیوندی^{*id}: دانشیار، گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

sheivandi@atu.ac.ir

زهره وحیدنیا: دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

Zahra.vahidnia16@gmail.com

چکیده

دنیای علم امروز دنیای مطالعات میان‌رشته‌ای است. نگاهی روان‌شناسانه به آثار ادبی بزرگ به فهم عمیق‌تر این آثار کمک می‌کند. پروین اعتصامی یکی از شاعران معاصر است که در قالب انواع شعر و داستان و تمثیل سعی می‌کند آموزه‌های اخلاقی و توصیه‌هایی برای سعادت انسان ارائه دهد. این پژوهش با رویکردی کیفی و از نوع تحلیل مضمون قیاسی انجام شده است و هدف آن این است که مضامین منتخب اشعار پروین اعتصامی را از دیدگاه بازنمایی فضیلت‌های روان‌شناسی مثبت بررسی کند. جامعه این پژوهش کل اشعار دیوان پروین اعتصامی است که به روش تمام‌شماری بررسی شده‌اند و واحد تحلیل در این پژوهش بیت بوده است. یافته‌ها نشان داد مضامین اشعار پروین اعتصامی هم‌راستا با روان‌شناسی مثبت است و بیشترین مضمون تکرارشونده در اشعار پروین اعتصامی، مضامین زیرمجموعه خردمندی است و از میان توانمندی‌های خردمندی، بیشترین تأکید بر عشق به یادگیری بوده است. پس از آن، بیشترین مضمون تکرارشونده، توانمندی‌های زیرمجموعه اعتدال است که از این میان، پروین اعتصامی بیشترین تأکید را بر خودنظم‌بخشی و کنترل هوی و هوس داشته است و در ادامه، احتیاط و آینده‌نگری را توصیه کرده است. مضامین فراتر از مدل سلیگمن نیز در اشعار پروین اعتصامی، از جمله ارزش هنر، فرصت را غنیمت شمردن، همنشین بد و بردباری، نشان می‌دهند پروین نگاهی عمیق‌تر به فضایل انسانی دارد. به‌کارگیری این مفاهیم علاوه بر نکات و فضایی که متخصصان روان‌شناسی مثبت اشاره کرده‌اند، می‌تواند آموزه‌های پروین را به منبعی ارزشمند برای تکمیل و غنی‌سازی آموزش فضایل اخلاقی در روان‌شناسی مثبت تبدیل کند.

واژه‌های کلیدی: روان‌شناسی مثبت، پروین اعتصامی، فضیلت، خردمندی.

مقدمه

ادبیات آینه تمام‌نمای چهره جوامع انسانی است و تصویر جوامع در آن، زشت یا زیبا، قابل تحلیل و بازخوانی است. از این رو، مطالعه ادبیات از دیدگاه علوم مختلف در شناخت انسان و جامعه بسیار مفید است و متون ادبی در ژانرهای مختلف بستری بسیار مناسب است تا پژوهشگران را به شناخت بیشتر و دقیق‌تر ابعاد موضوع رهنمون شود. مطالعه ادبیات با استفاده از ابزار علوم دیگر همچون جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، انسان‌شناسی و ... امروزه بسیار مورد توجه پژوهشگران است. به عبارتی، دنیای علم امروز دنیای مطالعات میان‌رشته‌ای است. روان‌شناسی از میان رشته‌هایی که به ادبیات نزدیک هستند، بیشتر و پیش‌تر از سایرین مطمح نظر بوده است و ظرفیت بسیاری را برای مطالعات میان‌رشته‌ای داراست. روان‌شناسی با رویکردهای مختلف و نظریه‌های علمی به‌روز و کارآمد همواره دستگیر انسان برای بهبود همه‌جانبه نوع بشر بوده است. همچنین، مطالعه آثار ادبی با رویکرد روان‌شناسانه نتایجی پربار را به دنبال دارد که هم به درک بهتر متون ادبی کمک می‌کند و هم به شناخت زوایای پنهان روان و اندیشه پدیدآورنده آثار و جامعه‌ای که در طول دوران‌ها مخاطب آن آثار بوده یا هست.

روان‌شناسی مثبت، جنبشی نوین در حوزه روان‌شناسی، با تمرکز بر کشف و تقویت توانمندی‌ها و فضیلت‌های انسانی، به دنبال ارتقای کیفیت زندگی و شکوفایی فردی است. این رویکرد توسط روان‌شناس سرشناس آمریکایی، مارتین سلینگمن^۱، بنیان‌گذاری شده است. روان‌شناسی مثبت‌نگر بر افزایش شادکامی و

سلامت و مطالعه علمی نقش نیرومندی‌های شخصی و نظام‌های اجتماعی مثبت در ارتقای سلامت بهینه تأکید دارد (Carr, 2004). مهم‌ترین هدف روان‌شناسی مثبت‌نگر مطالعه زندگی خوب و چیزهایی است که باعث می‌شود زندگی ارزش زیستن داشته باشد؛ مهم‌ترین ویژگی زندگی خوب شادکامی و سعادت است. راه اصلی رسیدن به شادکامی و سعادت به‌باشی^۲ فضیلت‌گراست. مطابق «به‌باشی فضیلت‌گرا»، به‌باشی در تحقق‌بخشیدن به ظرفیت‌های نهفته انسانی است. پژوهشگران فضیلت‌گرایی می‌گویند شادکامی و زندگی خوب صرفاً داشتن زندگی خوب نیست؛ در زندگی باید چیزی بیش از لذت و رضایت وجود داشته باشد. مطابق به‌باشی فضیلت‌گرا، شادکامی حقیقی در ابراز فضیلت و انجام‌دادن آنچه شایسته انجام‌دادن است، یافت می‌شود (پترسون و سلینگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴). در واقع، زندگی باید چیزی بیشتر از لذت و رضایت باشد.

سلینگمن، با بررسی متن‌های فلسفی و دینی از سراسر دنیا، بیان کرد شش فضیلت مشترک برای جهانیان وجود دارند و آنها را «شش‌گانه بزرگ»^۳ نامید. این شش فضیلت شامل خردمندی، تعالی، اعتدال، انسانیت، عدالت، شجاعت هستند. فضیلت‌ها مفاهیم اخلاقی هستند که توانمندی‌ها ذیل آنها قرار می‌گیرند.

خردمندی یکی از این فضیلت‌های بنیادین است که این‌گونه تعریف می‌شود: معرفتی که با سختی و تلاش به دست می‌آید، و سپس، در راه امور نیک به کار گرفته می‌شود. خردمندی شکلی از هوش اصیل و عالی است که وجود آن برای هیچ کس رنج‌آور و آزارنده نیست و هر کسی آن را تحسین می‌کند. توانمندی‌های زیرمجموعه

^۲ well-being^۳ high six

1 Martin Seligman

خردمندی آنهایی هستند که مستلزم فراگیری و استفاده از دانش در امور انسانی باشند؛ مانند خلاقیت^۱، کنجکاوی^۲، داوری^۳ و چشم‌انداز داشتن^۴ (پترسون و سلیگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴). به نقل از دلاوری و همکاران (۱۴۰۳)، نیز صاحب‌نظرانی همچون استرنبرگ^۵، خردمندی را دانشی تعریف می‌کنند که تعادل بین منافع شخصی و منافع اجتماعی را در بر گیرد. بالتس و اشتادینگر^۶ نیز خرد را به عنوان دانش عملی گسترده تعریف می‌کنند.

میان‌روی و اعتدال فضیلتی دیگر است که عبارت است از فضیلت کنترل و مهار زیاده‌روی که معمولاً بر تقوا و خویش‌تن‌داری دلالت دارد. برای نمونه، در روان‌شناسی، این فضیلت در قالب خودکارآمدی^۷ یا خودنظم‌بخشی^۸ می‌آید. اعتدال نوعی انکار نفس و ازخودگذشتگی است که برای فرد یا دیگران سرانجامی پر برکت دارد. دوراندیشی و فروتنی نمونه‌هایی از توانمندی‌های اعتدال هستند (پترسون و سلیگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴).

دو فضیلت دیگر عدالت و انسانیت هستند. فضیلت بنیادین عدالت به طور کلی به چیزهایی اشاره دارد که باعث ایجاد انصاف و عدالت در زندگی می‌شوند. این نوع از مفهوم عدالت باید در عمل معیار داشته باشد؛ از این رو، بیشتر ماهیت مدنی دارد؛ مانند رهبری، شهروندی و کارگروهي. شادی‌گو و همکاران (۱۳۹۹) بیان می‌کنند ادبیات در هر جامعه نشان‌دهنده مسائل اجتماعی آن جامعه است. محبوبیت شاعری مانند پروین اعتصامی به

همین دلیل است که اشعار او سازگار با مسائل اجتماعی، بی‌عدالتی، توجه به فقرا و بی‌مهری به دیگران است. به گفته سلامت‌نیا (۱۳۹۳)، پروین شاعری اخلاقی و اجتماعی است. او هم انسان‌دوستی و هم عدالت را در اشعارش نشان می‌دهد. در واقع، دو فضیلت عدالت و انسانیت می‌توانند یکدیگر را بهبود بخشند و به نوعی تکمیل‌کننده یکدیگر باشند. توانمندی‌های بین‌فردی و فضیلتی که مستلزم ارتباط با دیگران است، انسانیت نام دارد. در روان‌شناسی، فضیلت‌های مربوط به انسانیت معمولاً در قالب رفتارهای نوع‌دوستانه یا جامعه‌پسند ترسیم می‌شوند؛ مانند عشق، سخاوت، مهربانی یا خیرخواهی (پترسون و سلیگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴). سلیگمن در تعریف فضیلت بنیادین شجاعت نیز می‌گوید شجاعت هم شامل رشادت بدنی است و هم شرافت و استقامت؛ یعنی هر عمل آگاهانه، ارادی و سنجیده در راستای انجام‌دادن کار درست و اعمال اراده تا رسیدن به هدف؛ با وجود مخالفت‌های بیرونی یا درونی (پترسون و سلیگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴).

ششمین فضیلت، فضیلت تعالی است که عبارت است از اتصال با چیزی برتر؛ یعنی باور به اینکه معنا یا هدفی بزرگ‌تر از خود ما وجود دارد. به بیان دیگر، تعالی چیزی است که میزان کوچکی‌مان را به ما یادآوری می‌کند و در عین حال، احساس بی‌معنایی و پوچی را از ما دور می‌کند. توانمندی‌های شکر، امید، شوخ‌طبعی، دینداری و معنویت زیرمجموعه فضیلت تعالی قرار می‌گیرند. پروین اعتصامی یکی از شاعرانی است که معنویت و ایمان را در توکل مطلق به خداوند تعریف می‌کند (موید، ۱۳۶۸).

در مجموع، همه این فضیلت‌های یادشده و توانمندی‌های ناشی از آن یاریگر نوع بشر در دستیابی به کمال بوده‌اند. آدمی همیشه سعی در انجام اموری داشته است

¹ creativity

² curiosity

³ judgment

⁴ perspective

⁵ Strenberg

⁶ Baltes & Staudinger

⁷ self-efficacy

⁸ self-regulation

که او را در رسیدن به سعادت کمک کنند و او را به منتها درجه فضیلت برسانند. رسیدن انسان به فضیلت‌های جهان‌شمول و تبدیل‌شده به انسان کامل در همه جوامع یکی از مهم‌ترین اهداف در زندگی انسان بوده است و شاعران و اندیشمندان بسیاری تلاش کرده‌اند تا با ارائه پند و اندرزهای خود، مردم را در رسیدن به این فضیلت‌ها یاری دهند. پروین اعتصامی نیز یکی از این شاعران است. پیشینه پژوهشی در این حوزه میان‌رشته‌ای نشان می‌دهد ادبیات فارسی و روان‌شناسی مثبت‌نگر در بسیاری از موارد هم‌راستا بوده‌اند. **کاکاوند و نوبری (۱۳۹۶)** در پژوهش خود، با بررسی و مقایسه اشعار پروین با مولوی، بیان می‌کنند پروین احیاگر فن مناظره در اشعار بوده است و نکات تعلیمی و اخلاقی خود را با تأثیرپذیرفتن از مولوی سروده است. او در قالب داستان‌های مختلف سعی می‌کند فضیلت‌هایی در راستای سعادت انسان آموزش دهد. **گلی‌زاده و همکاران (۱۳۹۵)** اذعان دارند اندیشه‌های مثبت‌نگر مولانا هم‌راستا با روان‌شناسی مثبت هستند. **صفری و همکاران (۱۴۰۲)** غزلیات شمس را بر پایه روان‌شناسی مثبت بررسی کردند و نشان دادند اندیشه‌های مولانا و سلیگمن در مقوله شکوفایی و تلاش انسان برای دستیابی به کمال شبیه هم هستند. مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت همچنین در آثار شاعرانی همچون سعدی (**حسینعلی‌زاده، ۱۴۰۱**) و غزلیات جامی، خیالی بخارایی، فتاحی و هلالی (**عبدلعلی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹**) بررسی شده‌اند.

اگرچه پژوهش‌هایی درباره تعالیم اخلاقی پروین اعتصامی و مطالعه مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت در ادبیات فارسی انجام شده‌اند، هیچ کدام پیوند مستقیم شش فضیلت روان‌شناسی مثبت با اشعار پروین اعتصامی را بررسی نکرده‌اند. از این رو، این پژوهش به دنبال این

است که نگاهی روان‌شناسانه به اشعار پروین اعتصامی داشته باشد و اشعار او را از دیدگاه ۶ فضیلت روان‌شناسی مثبت بررسی کند. علت انتخاب پروین اعتصامی مضامین ویژه اشعار و رویکرد تعلیمی مدنظر او است که تقریباً در سراسر دیوانش قابل مشاهده است. او به عنوان بانوی کتابدار و کتاب‌خوانی که دختر یوسف اعتصام‌الملک است، همیشه در فضای کتاب و علم پرورش یافته است و از نعمت همنشینی بزرگان شعر و ادب در محافل خانه پدری برخوردار بوده است. از سوی دیگر، روزگاری که پروین در آن شعر می‌سراید، از لحاظ تاریخی و اجتماعی، آغاز توجه به حضور زنان در جامعه و توجه به علم‌آموزی ایشان است؛ به همین علت، می‌توان به وضوح دید که مخاطب بسیاری از اشعار پروین زنان و دختران این سرزمین هستند. پروین توجه به این امر را رسالتی بر دوش خود می‌دانسته و به‌خوبی از عهده این رسالت سترگ برآمده است. این پژوهش با غور در مضامین شعری این بانوی فرهیخته درصدد است به این پرسش‌ها پاسخ دهد: ۱. شش فضیلت منتخب روان‌شناسی مثبت چگونه در اشعار پروین اعتصامی بازنمون شده‌اند؟ ۲. با توجه به بررسی‌های انجام‌شده در این پژوهش، کدام فضیلت‌ها به ترتیب بسامد بیشتری داشته‌اند و چرا؟ ۳. توانمندی‌های مورد تأکید هر فضیلت بر اساس تحلیل مضامین اشعار پروین اعتصامی کدام‌اند و سازوکارهای دستیابی به آن از نظر شاعر چگونه‌اند؟

روش

روش پژوهش، قلمرو و نمونه: این پژوهش در دسته پژوهش‌های کیفی، از نوع تحلیل مضمون قیاسی قرار می‌گیرد. در تحلیل مضمون به روش قیاسی، پژوهشگر کدها را بر اساس نظریه مشخص انتخاب می‌کند و علایم،

شاخص‌ها و شواهدی را که با این نظریه حمایت می‌شوند، شناسایی و کدگذاری می‌کند. کدهای مرتبط با هر مضمون نیز از فرضیه‌ها و مؤلفه‌های نظریه مد نظر استخراج می‌شوند (عابدی جعفری و همکاران، ۱۳۹۹). در این پژوهش، از ۶ فضیلت روان‌شناسی مثبت در کتاب طبقه‌بندی توانمندی منش و فضیلت‌های انسانی (پترسون و سلینگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴) به عنوان نظریه پایه برای ساخت کدها استفاده شده است. روش تحلیل مضمون روشی است برای تحلیل شناخت الگوهای موجود در داده‌های کیفی و از آنجا که هدف این پژوهش بررسی مضامین منتخب در اشعار پروین اعتصامی از دیدگاه روان‌شناسی مثبت است، از روش تحلیل مضمون برای پژوهش حاضر استفاده شده است.

قلمرو پژوهش تمام اشعار پروین اعتصامی در کتاب چاپ‌شده در زمان حیات او با مقدمه ملک‌الشعرای بهار (اعتصامی، ۱۳۸۳) است که ۵۶۰۰ بیت شامل قصاید، مثنوی‌ها و قطعات بوده و به روش تمام‌شماری تحلیل شده‌اند. واحد تحلیل بیت در نظر گرفته شده است. تحلیل مضمون داده‌های متن را به داده‌های غنی‌تر و تفصیلی‌تر تبدیل می‌کند (Clarke & Braun, 2016) و از مرور و کدگذاری عبارت‌های آشکار در اشعار این شاعر فراتر می‌رود و بر شناخت و توضیح ایده‌های صریح و ضمنی تمرکز می‌کند.

روش اجرا و تحلیل: مراحل اجرای پژوهش بر اساس مراحل کلارک و براون اجرا شده است (Clarke & Braun, 2016). ابتدا، پژوهشگر با مطالعه اولیه و مکرر اشعار و کتاب‌هایی درباره پروین اعتصامی با فضای ذهنی شاعر و عمق و غنای محتوای متن آشنا شد. سپس، با مطالعه دقیق تمام اشعار پروین اعتصامی، هر بیت را با توجه به مضمون آن، به مفاهیم برگرفته از فضیلت‌های

روان‌شناسی مثبت اختصاص داد. پس از اینکه کدگذاری به شکل دستی و یادداشت‌برداری انجام شد، به منظور پایایی نتایج، بار دیگر کل اشعار با استفاده از نرم‌افزار MAXQDA2022 بررسی و کدگذاری شد و مضامین پایه استخراج شدند. سپس، مضامین پایه با هم ادغام و مضامین تکراری حذف شدند. مضامینی که زیرمجموعه هر فضیلت قرار می‌گیرند، کنار هم گذاشته شدند و مضامین سازمان‌دهنده شکل گرفتند. سپس، نتایج تحلیل با توجه به پرسش‌های پژوهش و مبانی نظری روان‌شناسی مثبت تحلیل و بررسی و تحلیل شد. به منظور بررسی روایی این پژوهش، مضامین با مطالعه مبانی نظری و پیشینه و اهداف پژوهش انتخاب شدند و در مرحله تأیید مضامین و کدگذاری‌ها، از نظرات و رهنمودهای سه نفر از استادان زبان و ادبیات فارسی در دانشگاه‌های تربیت مدرس و علامه طباطبائی استفاده شد. در این پژوهش، کدگذاری توسط پژوهشگر انجام شد. برای اطمینان از ثبات درون کدگذار، فرایند کدگذاری به صورت دستی و رایانه‌ای در دو نوبت جداگانه انجام و نتایج مقایسه شد. به منظور سنجش پایایی، از ضریب هولستی استفاده شد که یکی از شاخص‌های معتبر در سنجش توافق در پژوهش‌های کیفی است. هرچند استفاده از کدگذار مستقل و محاسبه ضرایب توافقی مانند کاپای کوهن می‌تواند اعتبار بیشتری ایجاد کند (سعدی‌پور، ۱۳۹۵)، در این پژوهش، با توجه به گستردگی جامعه (تمامی اشعار پروین) و هدف تمرکز بر عمق تحلیل، از شیوه تک‌کدگذار با تکرار کدگذاری و مشورت با خبرگان حوزه ادبیات و روان‌شناسی مثبت بهره گرفته شد تا احتمال سوگیری فردی کاهش یابد.

$$PAO = \frac{2m}{2N + n} = \frac{2(415)}{478 + 561} \approx 0.79$$

خواستن از او بازنمایی شده است. افزون بر این شش فضیلت، مضامین فراتر از مدل سلیگمن همچون ارزش هنر، غنیمت‌شمردن فرصت، پرهیز از همنشین بد و بردباری در اشعار پروین یافت شدند که این امر نشان‌دهنده نگاه عمیق‌تر او به فضایل انسانی است.

در پاسخ به پرسش دوم پژوهش، یافته‌های حاصل از کدگذاری بیت به بیت دیوان پروین حاکی از آن است که بیشترین مضمون تکرارشونده متعلق به فضیلت خردمندی است و در میان توانمندی‌های زیرمجموعه آن، عشق به یادگیری بیشترین تأکید را دارد. پس از خردمندی، فضیلت اعتدال بیشترین بسامد را به خود اختصاص داده است و در این میان، پروین اعتصامی بیشترین تأکید را بر خودنظم‌بخشی و کنترل هوی و هوس داشته و سپس احتیاط و آینده‌نگری را توصیه کرده است. دلیل بسامد بالای این دو فضیلت آن است که پروین در دوره‌ای تاریخی می‌زیسته که علم‌آموزی (به ویژه برای زنان) و پرهیز از افراط‌گری و هوی و هوس از دغدغه‌های اصلی او به عنوان یک شاعر تعلیمی و اخلاقی محسوب می‌شده است. سایر فضیلت‌های انسانیت، شجاعت، عدالت و تعالی به ترتیب بعدی قرار دارند.

در پاسخ به سومین پرسش پژوهش و با استناد به **جدول ۱** و زیرمضمون‌های هر فضیلت، سازوکار دستیابی به هر یک از فضیلت‌های شش‌گانه به شرح زیر است: از نظر پروین اعتصامی، سازوکار دستیابی به فضیلت خردمندی کنج‌کاو بودن، عشق و علاقه به یادگیری و تفکر عمیق برای کشف حقیقت است. در نگاه او، فرد خردمند کسی است که از گفتار بدون عمل دوری کند و به جای هوی و هوس، از عقل پیروی کند. از نظر پروین اعتصامی، مهم‌ترین سازوکار دستیابی به فضیلت شجاعت سعی و تلاش است. او معتقد است حتی با وجود موانع، می‌توان با پشتکار به نتیجه رسید. از دیدگاه

ضریب پایایی هولستی PAO (درصد توافق مشاهده‌شده) در این پژوهش ۰/۷۹ به دست آمده است. در فرمول ضریب پایایی هولستی، M تعداد توافق در دو مرحله کدگذاری، N تعداد واحدهای کدگذاشته در مرحله دستی و n تعداد واحد کدگذاشته به شکل رایانه ای است (سعدی‌پور، ۱۳۹۵). رعایت ملاحظات اخلاقی در این پژوهش انجام شده است.^۱

یافته‌ها

یافته‌های این پژوهش نشان داد میان آموزه‌های پروین اعتصامی و فضیلت‌های بنیادین روان‌شناسی مثبت هم‌راستایی بسیاری وجود دارد. در پاسخ به پرسش اول پژوهش، چنانکه از بررسی نظام مند اشعار پروین برمی‌آید و در **جدول ۱** اشاره شده است، هر شش فضیلت خردمندی، شجاعت، انسانیت، عدالت، اعتدال و تعالی در دیوان او بازنمایی شده‌اند. مضمون‌هایی همچون اهمیت علم و خرد، عشق به یادگیری، نکوهش جهل، تأکید بر علم‌آموزی برای زنان، راهنمایی گرفتن از عقل، پرهیز از گفتار بی‌عمل و ژرف اندیشی، فضیلت خردمندی را نشان می‌دهند. فضیلت شجاعت در مضامینی همچون گفتن حرف حق و سعی، تلاش و پشتکار تجلی یافته است. فضیلت انسانیت نیز با دو مضمون دوستی و محبت به دیگران و کمک به ناتوانان بازنمایی شده است. در فضیلت عدالت، مضامین رهبری خردمند و اعتراض به بی‌عدالتی روزگار دیده می‌شوند. مضامین آینده‌نگری و احتیاط، کنترل هوی و هوس، فروتنی و نهی خودپرستی نشان‌دهنده فضیلت اعتدال هستند. فضیلت تعالی نیز با دو مضمون پاکی و درستکاری، یاد خداوند و یاوری

^۱ باتوجه به اینکه این پژوهش بر روی متون منتشرشده اشعار پروین اعتصامی انجام شده است، به تأیید کمیته اخلاق نیاز نداشته است.

او، کسی که به فضیلت شجاعت نائل آمده باشد، از گفتن حرف حق هرگز نمی‌هراسد، هرچند مانعی در پیش باشد. پروین در اشعارش بسیار مهربان است و برای فضیلت انسانیت، مهربانی در دل و کمک به ناتوانان را راهکار اصلی می‌داند. برای فضیلت عدالت، او به بی‌عدالتی روزگار اشاره می‌کند و توصیه به پذیرش رهبری خردمند (تشبیه رهبر به ناخدای کشتی) دارد. در اشعار پروین اعتصامی، سازوکار دستیابی به فضیلت اعتدال در دو محور خلاصه می‌شود: نخست، کنترل

جدول ۱

مضامین استخراج‌شده از اشعار

Table 1
Extracted Themes from Poems

مضامین سازمان‌دهنده	مضامین پایه	بیت شاهد
خردمندی	گشودگی به تجربه	هیچ‌گاه شمع بی‌فتیله نسوخت / تا عَمَل نیست، علم، بی‌اثر است گفته بی‌عمل، چو بادِ هواست / آبره را محکمی ز آستر است
	اهمیت علم و خرد	علم نیکوست، چه در خانه چه در غُربت / عود خوشبوست، چه در کاسه چه در مِجمر جامه جان تو چون زیورِ علم آراست / چه غم آر پیرهنِ تَنّت بُود خُلقان؟
	عشق به یادگیری	ز جوی علم، دل را آب ده تا بر لب جویی / ز خوانِ عقل، جان را سیر کن تا بر سرِ خوانی روشنی دادن دل تاریک را با نورِ علم / در دل شب، پرتو خورشیدِ رخشان داشتن
	نکوهش جهل	بِخَر ز دَکّه عقل، آنچه روح می‌طلبد / هزار سودِ نهان آندَرین خریدارست چو گشودند بروی تو دَرِ طاعت و علم / چه گمند آفکنی از جهل به دیواری چند؟
	اهمیت علم‌آموختن برای زنان	زنی که گوهر و تعلیم و تربیت نخرید / فروخت گوهرِ عمرِ عزیز را ارزان برای گردن و دستِ زن نکو، پروین / سزاست گوهرِ دانش، نه گوهرِ آلوان
	راهنمایی‌گرفتن از عقل و خرد	ورطه و سیلابِ نداری به پیش / تا خَرَدَتِ کِشتی و جان، ناخداست جز نورِ خرد، رهنمایِ مپسند / خودکام مپندار کامیابست به معماریِ عقل و خرد تیشه ده / که تا خانه جهل ویران کنند
	پرهیز از گفتار و عمل کردن	گفته بی‌عمل چو بادِ هواست / آبره را محکمی ز آستر است آندر آنجا که کار باید کرد / چه فضیلت برای گفتار است؟!
	ژرف‌اندیشی و تفکر عمیق	من و تو از پی کشفِ حقیقت آمدم / ازین مسابقه، مقصود، کامرانی نیست حقیقت را نخواهی دید جز با دیده‌ی معنی / نخواهی یافتن در دفترِ دیو این معانی را
شجاعت	حرف حق را گفتن	وقتِ سخن مَترس و بگو آنچه گفتنی است / شمشیرِ روزِ مَعرکه زشت است در نیام حقیقت گوی شو پروین، چه ترسی / نَشاید بَهرِ باطلِ حقِ نَگفتن
	سعی، تلاش و پشتکار	آنکس که از این چاهِ ژرفِ تیره / با سَغی و عمل رست، رستگار است گرچه دشوار بُود کار و برومندی / هِمّت و کارشناسی، کُند آسانش

هوای نفس و خودنظم‌بخشی؛ دوم، آینده‌نگری و احتیاط. وی همچنین فروتنی را جوهره این فضیلت می‌داند و بسیار از خودپرستی پرهیز می‌کند. برای فضیلت تعالی نیز پاکی و درستکاری و توکل مطلق به خداوند به عنوان راه سعادت معرفی شده است. شاعر این مفاهیم را با زبان ساده، داستان‌ها، تمثیل‌ها و تشبیهات ملموس آموزش می‌دهد تا برای همگان قابل فهم باشد. در جدول ۱، شاهد هر کدام از مضمون‌ها در دیوان پروین آورده شده است.

مضامین سازمان‌دهنده	مضامین پایه	بیت شاهد
انسانیت	دوستی و محبت به دیگران	نزد شاهینِ مُحبتْ بی پروبال آمدن / پیشِ بازِ عشقِ آئینِ کبوتر داشتن دلْ برای مهربانیِ پروراندنِ لاجرم / جانِ بتنِ تنها برای جانفشانی داشتن
عدالت	کمک به ناتوانان و فقرا	ای دوستْ تا که دسترسی داری / حاجتِ برآرِ اهلِ تَمَنّا را چو نیروی بازوت هست، ای توانا / بدرمانگانِ رَحْم کن تا توانی
اعتدال	رهبری خردمند	چو ناخداستْ خردمند و کِشِشِ مُحکم / دگر چه باک ز آموچ و وَرطه و طوفان با عَزْمِ خویش، هیچیک این ره نمی‌رویم / کُشی، مُبرهنِ است که محتاج ناخداست
	بی‌عدالتی روزگار	طَبیبِ دهرِ نیاموخت جز سِتَم، پروین / بَدردِ کُشت و حدیثی نَگفت از درمان چَرخ، هر سَنگ داشتْ بَر مَن زَد / دیگرش سَنگ در فَلَاحَن نیست
	آینده‌نگری و احتیاط	اولِ بدیده روشنی‌ای آموز / زان پسِ بیویِ این ره ظُلما را باید که چراغی بَدستِ گیرَد / در نیمه شب آنکس که رَهگذار است
	کنترل هوی و هوس	کارِ مده نفسِ تَبّه کار را / در صَفِ گلِ جا مده این خار را ایدل، غرور و حرصِ زبونی و سِفَلگی است / ای دیده، راه دیو ز راه خدا جداست
	فروتنی و نهی خودپرستی	خویشتن دیدن و از خود گفتن / صِفَتِ مردمِ کوتهِ نَظَر است چه حاصل از هنر و فَضْلِ مردمِ خودبین؟ / خوشم که هیچم و همچون تونیستم خودخواه
تعالی	پاکی و درستکاری	مردم پاک شو، آنگاه بپاکان بین / دیده حق بین کُن و آنگاه بحق بنگر پاک شو تا نخوری اندّه ناپاکی / نیک شو تا ندهندتِ بیدیِ کيفر
	یاد خداوند و یآوری	ما نمیگوئیم سائلِ درِ مَزَن / چون زدی این در، درِ دیگر مَزَن عشقِ حق، درِ من شَرارِ آفروخته است / من چه می‌دانم که دستم سوخته است
مضامین فراتر از مدل	فرصت را غنیمت‌شمردن	زندگی جز نَفْسِ نیست، غَنیمتِ شِمُرش / نیست اُمید که همراه نَفْسِ برگردد پروین، شرابِ مَعْرِفت از جامِ علم نوش / تَرسم که دیر گردد و خالی کنند جام
	ارزش هنر	در آسمان علم، عمل برترین پُراست / در کشورِ وجود هنر بهترین غناست با دانش است فَخْر، نه با ثروت و عِقار / تنها هنر تفاوت انسان و چارپاست
	همنشین بد	ای نیک، با بدان مَنشین هرگز / خوش نیست وصله جامهٔ دِبا را به تَن پُرو و کاهِل آر بگروی / تَرا نیز چون خود تَن آسان کند
	صبر و بردباری	ما که عمری پَرده‌داری کرده‌ایم / در حوادث، بُردباری کرده‌ایم ز آزادگان، بردباری و سعی / بیاموز، آموختن عار نیست

بحث

همنشین بد و بردباری، نشان می‌دهند پروین نگاهی عمیق‌تر به فضایل انسانی دارد. به‌کارگیری این مفاهیم کنار نکات و فضایی که متخصصان روان‌شناسی مثبت اشاره کرده‌اند، می‌تواند آموزه‌های پروین را به منبعی ارزشمند برای تکمیل و غنی‌سازی آموزش فضایل اخلاقی در روان‌شناسی مثبت تبدیل کند. همچنین، بهره‌گیری از سازوکارهای پند و اندرز در محتوای تعلیمی

هدف این پژوهش بررسی مضامین شعر پروین اعتصامی در حوزهٔ فضیلت‌های روان‌شناسی مثبت است. نتایج نشان داد مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت هم‌راستا با آموزه‌های مورد تأکید پروین اعتصامی هستند. علاوه بر این، مضامین فراتر از مدل سلیگمن نیز در اشعار پروین اعتصامی، از جمله ارزش هنر، فرصت را غنیمت‌شمردن،

درون محسوب می‌شود. این مضمون در شعر پروین در دو مقوله قابل بررسی است. ابتدا اینکه وی تأکید بر دوری از گفتار و اقدام به عمل دارد و دیگر اینکه مخاطب اشعار را برمی‌انگیزد تا نسبت به تجربه های جدید قیام کند، هرچند ممکن است در عمل با مشکلاتی مواجه شود.

هیچ‌گاه شمع بی فتیله نسوخت/ تا عمل نیست، علم
بی اثر است

از گفته ناکرده بیهوده چه حاصل؟/ کردار نکو کن، که
نه سودیست ز گفتار

پروین اعتصامی بیان می‌کند علم بدون عمل و گفتار بدون کردار نکوهیدنی است؛ خلاصه کلام او فراخوانی به تقوا و پرهیزگاری است. پروین انسان را به پیمودن راه تقوا و تفکر دعوت می‌کند. توانمندی دیگر در این مجموعه آزاداندیشی است؛ به این معنا که انسان بتواند همه شواهد را بررسی کند و سنجیده تفکر کند. پروین بر لزوم تفکر از دریچه عقل تأکید دارد و آن را لازمه دریافت نور حقیقت می‌داند:

بخر ز دکه عقل آنچه روح می‌طلبد/ هزار سود نهان
آندرین خریداریست

به چشم عقل بین پرتو حقیقت را/ مگوی نور تجلی
فسون و طراریست

عشق به یادگیری توانمندی دیگری از زیرمجموعه فضیلت خردمندی است که آن را می‌توان ناشی از علاقه ذاتی انسان به یادگیری و سازگاری با محیط دانست. پترسون و سلیگمن (۱۴۰۰/۲۰۰۴) این توانمندی را صفتی عام معرفی می‌کنند که در آن، افراد انگیزشی فوق‌العاده در فراگیری مهارت یا معلومات جدید یا توسعه مهارت‌های موجود دارند. از میان توانمندی‌های مختلف خردمندی، مضمون عشق به یادگیری بیشترین

اشعار و استفاده از تشبیهات و استعارات ملموس در نظام بلاغت شعر موجب می‌شود اشعار پروین گزینه‌ای مناسب برای مطالعه متن ادبی از نظرگاه روان‌شناسی مثبت باشند. در حقیقت، شاعر شاهد مثال‌های روزمره و برگرفته از زندگی عادی مردم را به کار می‌گیرد تا راه دستیابی به فضیلت‌ها و کمال انسانی را به مخاطبان با زبانی همه‌فهم آموزش دهد. در ادامه، با توجه به یافته‌های پژوهش، تبیین هر فضیلت و چگونگی بازنمایی آن در اشعار پروین اعتصامی بررسی می‌شود. در خصوص کلمه فضیلت، پروین می‌گوید:

بُگشا قفل در باغ فضیلت را/ بخور از میوه شیرین
فراوانش

فضیلت خردمندی: به عقیده پترسون و سلیگمن (۱۴۰۰/۲۰۰۴)، فضیلت خردمندی و دانایی را شامل صفاتی مثبت می‌داند که با اکتساب و استفاده از اطلاعات در راستای زندگی خوب ارتباط دارند و در واقع نوعی توانمندی شناختی هستند. از آنجا که بسیاری از اندیشمندان وقتی از فضیلت‌ها سخن می‌گویند، عقل یا خرد را معیار گزینش یا تأیید آنها به شمار می‌آورند، مناسب است تا ابتدا انعکاس ایات مرتبط با این فضیلت در شعر پروین اعتصامی تحلیل و بررسی شود. توانمندی‌هایی که در این پژوهش برای فضیلت خردمندی از اشعار پروین اعتصامی استخراج شده‌اند عبارت‌اند از: گشودگی به تجربه، اهمیت علم و خرد، عشق به یادگیری، نکوهش جهل، اهمیت علم‌آموختن برای زنان، راهنمایی گرفتن از عقل و خرد، پرهیز از گفتار و عمل کردن، ژرف‌اندیشی و تفکر عمیق که در ذیل به ترتیب تحلیل می‌شوند.

نخستین این توانمندی‌ها کنجکاوی و گشودگی به تجربه جدید است که نوعی صفت برانگیخته‌شده از

تکرار را در بین اشعار پروین اعتصامی داراست. او به عنوان زنی خردمند در بیشتر اشعار خود افراد را به آموختن و علم‌اندوزی تشویق می‌کند و بسیار بر ارزشمندی علم و دانش تأکید می‌کند. آنچه در رابطه با این مقوله قابل بیان است این است که مخاطب بیشتر اشعار پروین در این مضمون زنان هستند و او به ویژه علم را برای زنان زینت می‌داند. با توجه به عصری که پروین در آن زندگی می‌کند که مقارن با دوره پهلوی اول و اجرای اصلاحات رضاخانی است و در آن، تلاش‌های بسیاری در راستای مدرن‌سازی و برهم‌زدن ساختارهای سنتی صورت گرفت، همچنان مقاومت‌هایی در این خصوص وجود داشت؛ بنابراین، پروین در اشعارش سعی می‌کند بر این مهم تأکید داشته باشد و از جمله اشعار او در این زمینه شعری است که در جشن فارغ‌التحصیلی دختران مدرسه آمریکایی تهران سروده است.

توانمندی دیگر تحت بررسی در این پژوهش ژرف‌اندیشی است. پروین در اشعارش آفرینش را هدفمند می‌داند و انسان را تشویق می‌کند تا برای کشف حکمت و حقیقت تفکری عمیق داشته باشد. ژرف‌اندیشی در نظر سلیگمن توانایی ارزیابی زندگی در چارچوبی وسیع به شکلی است که برای خود و دیگران قابل فهم باشد. ژرف‌اندیشی حاصل دانش و تجربه و هماهنگی آنها برای افزایش به‌باشی انسان است. وقتی فردی چشم‌انداز دارد، در بافت‌های مختلف اجتماعی می‌تواند ابتدا به دیگران گوش دهد و آنچه را می‌گویند، ارزیابی کند؛ سپس پندهای حکیمانه و خردمندانه ارائه دهد. پروین از این نظر بسیار بر تفکر و کشف حقایق توصیه می‌کند. او در بیتی می‌گوید:

این چشمه کوچک به چشم فکرت / بحرست که بی گنه
و بی گرانست

سلیگمن متضاد ناخوشایند این توانمندی را جهل و بی‌خردی می‌داند. پروین نیز در بسیاری از اشعار خود جهل را نکوهش می‌کند. او به انسان توصیه می‌کند اگر به دنبال سعادت است، از جهل دوری کند و در جست‌وجوی معرفت باشد. پروین در اشعار خود بر مضمون‌هایی همچون نکوهش جهل و راهنمایی خواستن از عقل و خرد بسیار تأکید می‌کند. از نظر او، فرد خردمند از عقل خود استفاده می‌کند، شواهد را می‌سنجد و از جهل و نادانی دوری می‌کند. او علم و خرد را بسیار ارزشمند می‌داند. پروین همچنین به ارزش هنر بسیار توجه می‌کند و فرد خردمند را باهنر می‌داند. این یافته با پژوهش ممّتن و محمدی (۱۳۹۰) و کشوری و همکاران (۱۴۰۳) نیز هم‌راستاست. سلیگمن به طور مستقیم به موضوع هنر اشاره نکرده است و این امر نشان‌دهنده دیدگاه عمیق‌تر پروین اعتصامی به فضایل انسانی است.

فضیلت شجاعت: شجاعت شامل اعمال اراده برای رسیدن به اهداف، با وجود موانع و ستیزه‌های درونی و بیرونی است (پترسون و سلیگمن، ۲۰۰۴/۱۴۰۰). دلاوری و شهامت یکی از توانمندی‌هایی است که زیرمجموعه شجاعت است و نوعی شجاعت فرای جسم و توانایی هر کاری است که با وجود ترس باید انجام شود. در این باره، پروین در اشعارش مضمون گفتن حرف حق را بسیار به کار برده است. او با توجه به بافت اجتماعی زمان خود، شجاعت گفتن و اعتراض به وضع اجتماعی خود را داشت و در اشعار خود توصیه می‌کند که انسان ترسد و آنچه را باید بگوید به زبان آورد.

وَقْتِ سَخْنٍ مَّتْرَسٍ وَ بَگُو آنچه گفتنی است / شمشیر،
روزِ مَعْرَکه زشت است در نیام

توانمندی‌های دیگر شجاعت، اتمام کاری که فرد شروع کرده است، ادامه آن با وجود موانع، ایستادگی کردن و به نتیجه رساندن و سعی و تلاش و اهمال کاری نکردن، همه زیرمجموعه توانمندی استقامت، پشتکار و سخت‌کوشی هستند (پترسون و سلیگمن، ۱۴۰۰/۲۰۰۴). پروین با استفاده از مثال و داستان، مخاطب خود را به سعی و تلاش تشویق می‌کند. مضمون سعی و تلاش یکی دیگر از مضمون‌های پر تکرار در اشعار پروین است. او برای غلبه بر موانع بسیار به پشتکار و ایستادگی تشویق می‌کند. او در شعرهای خود به شکل گفت‌وگو و مناظره‌های مختلف، با مثال‌هایی همچون مورچه و عنکبوت یا در شعر «جولای خدا» در قالب داستان، سعی و تلاش را آموزش می‌دهد؛ از این رو، هم‌راستا با مفاهیم روان‌شناسی مثبت است. او راه رسیدن به سعادت را سعی و تلاش می‌داند:

سَعْيُ كُنْ، اَي كُودَكٍ مَهْدٍ اُمِيد / سَعْيٍ تَوْبَنًا وَ سَعَادَتِ
بَنَاسَت

وی همچنین در کنار تلاش و کوشش، در ادامه توصیه می‌کند وقت و فرصت را غنیمت بشمارید. فرصت را غنیمت شمردن یکی دیگر از مضمون‌های پرتکرار اشعار پروین است که فراتر از مدل سلیگمن قرار می‌گیرد.

رَنگَرَزْ شو، تا که در خُم هست رَنگ بَرَقْ شد
فُرَصَت، نمی‌داند دِرَنگ

فضیلت / انسان دوستی: توانمندی‌های انسانیت در ارتباط با گرایش به مراقبت و دوستی و روابط میان‌فردی مثبت با دیگران هستند. مهربانی یکی از توانمندی‌هایی است که در این فضیلت جای می‌گیرد؛ به این معنا که

انسان تمایل گسترده به خوبی به دیگران داشته باشد و در حق دیگران مهربانی کند و از دیگران حمایت کند. پروین در اشعار خود بسیار مهربان است و در قالب داستان‌های مختلف کمک و دوستی با دیگران را توصیه می‌کند و از این رو، هم‌سو با توانمندی‌های انسان دوستی در روان‌شناسی مثبت است. وی معتقد است اگر توانا هستید به ناتوانان کمک کنید، دوستی و محبت با دیگران داشته باشید و از فقر مراقبت کنید. شادی‌گو و همکاران (۱۳۹۹) و مویبد (۱۳۶۸) نیز موافق با این نظر هستند و در پژوهش‌های خود بیان می‌کنند پروین در اشعار خود با اشاره به حال یتیمان، عواطف بشردوستانه خود را نشان می‌دهد. او عواطف انسان دوستی خود را در تمثیل‌ها و حکایت‌هایی کوچک گنجانده و از این طریق ناله، غم و شکایت خود را مؤثرتر از سخن دیگران کرده است. برای مثال، او در شعر «شرط نیکنامی» یکی از شرایط نام نیک داشتن را این می‌داند که به افراد کمک کنید و دیگران را نرنجانید. همچنین، در شعر «غرور نیکبختان» پروین بسیار به کمک کردن به افراد ناتوان توصیه می‌کند؛ آنجا که می‌گوید:

بُئِرس از ناتوانان تا توانی / بترس از روزگار ناتوانی
ز مهر آموز رَسْمِ تابناکی / که بَخشد نور بر آبی و خاکی

فضیلت عدالت: مسئولیت‌پذیری اجتماعی یکی از توانمندی‌هایی است که به نوعی حس تعهد به خیر مشترک برای عالمیان اشاره دارد. در واقع، فرد منافع شخصی را دربرگیرنده گروه‌هایی قرار می‌دهد که عضوشان است. توانمندی دیگر انصاف است که به نحوه رویارویی فرد به شکلی همانند یا یکسان با دیگر مردم اشاره دارد؛ یعنی بدون قضاوت درباره دیگران تصمیم‌گیری کنیم. مردم به گروه‌هایی مختلف تعلق دارند

چه حاصل از هنر و فضلِ مردمِ خودبین/ خوشم که
هیچم و همچون تونیستم خودخواه

احتیاط و دوراندیشی توانمندی است که سلیگمن آن را این‌گونه تعریف می‌کند: فرد دوراندیش در برابر شکل‌های دیگر انتخاب‌گری یا بی‌انتخابی، انتخاب هوشمندانه و زیرکانه دارد و بسیار به تفکر انتقادی و آزاداندیشی فعال نزدیک است؛ زمانی که فرد با توجه به شواهد و پیامد آتی عمل، منافع و هزینه‌های شخصی برآورد می‌کند و به سمت انجام کار عاقلانه هدایت می‌شود. خودنظم‌دهی یا خودنظم‌بخشی یکی دیگر از توانمندی‌های منش است. در این رابطه، فرد واکنش‌ها و پاسخ‌های خود را به منظور تعقیب اهداف و زندگی طبق معیارهایش کنترل می‌کند و هیجان‌های مفرط را کم می‌کند. احتیاط توانایی فرد برای مهار هر نوع تندروی است. این مضمون نزدیک به یک‌صد بار در اشعار پروین اعتصامی دیده شد و یکی از پرتکرارترین مضامین پس از خردمندی، کنترل هوای نفس و خودنظم‌بخشی **است**. **سلامت‌نیا (۱۳۹۳)** در تأیید این گزاره می‌گوید پروین به طور مکرر نفس را یکی از عوامل بازدارنده در تعالی روح می‌داند و نفس را بازدارندهٔ انسان از رسیدن به مرتبهٔ کمال و تعالی در نظر می‌گیرد.

فضیلت تعالی: معنویت انسانی‌ترین توانمندی‌های منش است و همچنین والاترین آنهاست. این توانمندی این‌گونه تعریف می‌شود: داشتن باورهای منسجم دربارهٔ مقصود و معنایی والاتر از جهان و جایگاه فرد. این افراد دربارهٔ معنای بنیادین زندگی نظری دارند که به کردارشان شکل می‌دهد و مایهٔ آرامششان را فراهم می‌کند. موضوع اساسی بسیاری از اشعار پروین تماماً یا قسمتی از آن کار و کوشش است. در همین راستا، **موبد (۱۳۶۸)** معتقد است به نظر پروین پاسخ پرسش انسان دربارهٔ راز

که هر کدام رهبران خود را دارند. یکی دیگر از توانمندی‌های زیرمجموعهٔ عدالت رهبری است. رهبری کارآمد بسیار ارزشمند است. ما رهبرانی که همهٔ طبقات اجتماعی را در نظر بگیرند، بر مشکلات فائق آمده‌اند، زمان را غنیمت می‌شمارند و مسئولیت‌پذیر هستند را الهام‌بخش می‌دانیم. در اشعار پروین، به لزوم رهبری خردمند و راهنمایی گرفتن از رهبری که عالم است بسیار اشاره شده است. او رهبر را به ناخدا تشبیه می‌کند و بیان می‌کند کشتی به ناخدای خردمند نیاز دارد تا از پس حوادث برآید. در شعر «طفل یتیم» و «قلب مجروح» همچنین پروین در رابطه با بی‌عدالتی روزگار می‌گوید و از کودکان یتیم یاد می‌کند که سختی‌های بسیاری می‌کشند و قضا و قدر برای آنها فقط سختی در نظر گرفته است.

فضیلت اعتدال: فضیلت اعتدال پس از فضیلت خردمندی بیشترین تکرار و بیشترین هم‌سویی را با مفاهیم پروین اعتصامی دارد. این توانمندی شامل صفاتی مثبت است که ما را از افراط دور نگه می‌دارند. این توانمندی شامل عمل محتاطانه و دوراندیشی است و همچنین خودتنظیمی بهینهٔ هیجان‌ها را بیان می‌کند. یکی از توانمندی‌ها گذشت و بخشایش است؛ به طوری که انسان کینه به دل نگیرد و بخشش داشته باشد. توانمندی دیگر فروتنی و تواضع است که مصداق آن افرادی هستند که در جست‌وجوی توجه نباشند و خوشی‌ها و افتخاراتشان را در بوق و کرنا نمی‌کنند و اشتباهات و عیوبشان را تصدیق می‌کنند. غرور و مباهات هیجانی افراطی است که متضاد فروتنی قرار می‌گیرد. پروین در شعرهای «گل و خاک»، «عیبجو» و «دیدن و نادیدن» و در بسیاری از بیت‌های دیگر، فروتنی را توصیه و خودپرستی را نهی می‌کند؛ برای مثال، در آنجا که می‌گوید:

پروین نگاهی عمیق‌تر به فضایل انسانی دارد. همچنین، نتایج حاصل نشان داد از آنجا که پروین اعتصامی با زبان ساده و عمدتاً در قالب داستان مفاهیم اشعارش را آموزش می‌دهد، پژوهشگران می‌توانند برای آموزش مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت، به ویژه برای کودکان و نوجوانان، از اشعار این شاعر بزرگ استفاده کنند.

منابع

اعتصامی، پ. (۱۳۸۳). *دیوان پروین اعتصامی: با مقدمه ملک‌الشعرای بهار*. نشر ثالث.

پیترسون، ک.، و سلیگمن، م. (۱۴۰۰). *طبقه‌بندی توانمندی‌های منش و فضیلت‌های انسانی: راهنمای تشخیصی آماری* (م. زندی و ل. باقری، مترجمان). انتشارات رشد. (نسخه اصلی منتشر شده در ۲۰۰۴)

دلآوری، ز.، اسعدی، س.، زارعی محمودآبادی، ح.، و گلوک، ج. (۱۴۰۳). واکاوی تعریف خردمندی از دیدگاه میانسالان با تجارب سخت زندگی: یک مطالعه پدیدارشناختی. *پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۱۰ (۳)، ۷۳-۹۲.

<https://doi.org/10.22108/ppls.2024.141560.2533>
حسینعلی زاده، آ. (۱۴۰۱). *تحلیل و بررسی مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر در بوستان سعدی بر اساس نظریه مارتین سلیگمن*. پنجمین کنفرانس علمی رهیافت‌های نوین در علوم انسانی ایلام، ایران.
<https://www.ensani.ir/file/download/article/6476e6bc61077-10230-1402-53.pdf>
سعدی‌پور، ا. (۱۳۹۵). *روش‌های تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی*. دوران.

سلامت‌نیا، ف. (۱۳۹۳). *نگاهی به آرای فلسفی در شعر پروین اعتصامی*. *روان‌شناسی فرهنگی زن*، ۶ (۲۲)،

آفرینش، هستی و مرگ نیست، بلکه ایمان است. ایمان در شعر پروین یعنی درک روحانی حقیقت الهی و توکل مطلق به آن و به شهادت دیوانش، ایمان را کیمیای سعادت می‌دانسته و خدا را تنها طیب جمیع علت‌ها و گل بی‌علت و عیب خوانده و گفته است:

این سخن پروین، نه از روی هوی ست / هرکجا نوری ست ز آنوار خداست

او در شعر «عشق حق» نیز یاد خدا را آنچنان تعریف می‌کند که هیچ چیز از آن برتر نیست. این نتایج نشان می‌دهد مضمون‌های اشعار پروین هم‌راستا با باورهای منسجم درباره معنای زندگی و مقصود جهانی بالاتر هستند.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد هم‌سویی بسیاری بین فضیلت‌های روان‌شناسی مثبت با مضمون‌های اشعار پروین اعتصامی وجود دارد. پروین اعتصامی، با توجه به سادگی زبان اشعار و رویکرد تعلیمی آنها، گزینه‌ای مناسب برای بررسی‌های روان‌شناسانه در حوزه تربیتی محسوب می‌شود. شش فضیلت مدنظر در این پژوهش همگی در محتوای اشعار پروین اعتصامی حضور داشتند و با توجه به بررسی بیت به بیت که روش کار این پژوهش بوده است، می‌توان بسامد تقریبی آن را به ترتیب مضامین خردمندی و اعتدال دانست. توجه به ترویج خردمندی و اهمیت علم و دانش‌اندوزی به ویژه برای بانوان در برهه تاریخی حساسی که شاعر مورد بحث ما در آن می‌زیسته است، در اشعار پروین مؤکداً تکرار می‌شود و گویا توجه به بسط و گسترش این مهم را رسالتی بر دوش خود می‌دانسته که به خوبی از عهده آن برآمده است. مضامین فراتر از مدل سلیگمن در اشعار پروین اعتصامی، از جمله توجه به هنر، فرصت را غنیمت شمردن، همنشین بد و بردباری، نشان می‌دهند

۱۱۷-۱۰۹

<https://sanad.iau.ir/fa/Journal/jwc/Article/920984>

شادی‌گو، ش.، توتونچیان، م.، و پروانه، ف. (۱۳۹۹).

مفاهیم حقوق بشر و شهروندی در اشعار پروین اعتصامی و طاهره صفارزاده. حقوق پزشکی، ۱۴ (ویژه‌نامه حقوق بشر و حقوق شهروندی)، ۳۴۵-۳۶۴.

<http://ijmedicallaw.ir/article-1-1090-fa.html>

صفری، م. گذشتی، م. کوشکی، ش.، و شیبانی اقدم، ا. (۱۴۰۰). مطالعه شاخصه‌های نظریه بهزیستی در غزلیات شمس بر پایه روان‌شناسی مثبت‌نگر سلیگمن. پژوهش‌های ادب عرفانی، ۱۵ (۲)، ۱-۱۸.

<https://doi.org/10.22108/jpll.2022.126460.1558>

عابدی جعفری، ح.، تسلیمی، م.، فقیهی، ا.، و شیخ‌زاده، م. (۱۳۹۰). تحلیل مضمون و شبکه مضامین: روشی ساده و کارآمد برای تبیین الگوهای موجود در داده‌های کیفی. اندیشه مدیریت راهبردی (اندیشه مدیریت)، ۵ (۲)، ۱۵۱-۱۹۸.

<https://doi.org/10.30497/smt.2011.163>

عبدالعلی‌زاده، ر.، فرضی، ح.، و مسرت، م. (۱۳۹۹). تحلیل ویژگی‌های مثبت سیمای معشوق غزل قرن نهم بر اساس نظریه روان‌شناسی مثبت‌نگر مارتین سلیگمن (با تکیه بر غزلیات جامی، خیالی بخارایی، فتاحی و هلالی). زبان و ادبیات فارسی (دانشگاه آزاد اسلامی واحد فسا)، ۱۳ (۴)، ۱۴۹-۱۶۴.

<https://civilica.com/doc/1703918>

کاکاوند قلعه نوعی، ف.، و نجار نوبری، ع. (۱۳۹۶). رویکرد بینامتنی در آموزه‌های تعلیمی پروین اعتصامی و مولوی. فنون ادبی، ۹ (۴)، ۴۷-۵۶.

<https://dx.doi.org/10.22108/liar.2017.94099.0>

کشوری، ع.، شاه بدیع‌زاده، م.، و مهربان قزلحصار، ج. (۱۴۰۳). تبیین زیبایی‌شناسی نمادین اخلاق و هنر از

منظر پروین اعتصامی و ابن یمن فریومدی. مطالعات هنر/اسلامی، ۲۱ (۵۳)، ۵۶۰-۵۷۴.

<https://www.sid.ir/paper/1519458/fa>

گلی‌زاده، پ.، یزدانجو، م.، و مساعد، م. (۱۳۹۵). تحلیل اندیشه‌های مثبت‌گرایانه در مثنوی معنوی از منظر علم روان‌شناسی. پژوهش‌های ادب عرفانی (گوهر گویا)، ۱۰ (۱)، ۱۰۱-۱۲۸.

<https://doi.org/10.22108/jpll.2016.20884>

ممتحن، م.، و محمدی، گ. (۱۳۹۰). پروین اعتصامی در گذرگاه ادبیات تعلیمی. پژوهشنامه ادبیات تعلیمی (پژوهشنامه زبان و ادبیات فارسی)، ۳ (۱۰)، ۱۲۳-

<https://sid.ir/paper/165444/fa> ۱۵۲

موید، ح. (۱۳۶۸). جایگاه پروین اعتصامی در شعر فارسی. ایران‌شناسی، ۲ (۲)، ۲۱۲-۲۳۹.

<http://noo.rs/xYFRw>

References

- Abdulalizadeh, R., Farzi, H., & Mosarrat, M. (2020). Analysis of positive characteristics of beloved's image in ninth-century sonnets based on Martin Seligman's positive psychology theory (with emphasis on sonnets of Jami, Khayali Bokharai, Fattahi, and Helali). *Persian Language and Literature (Islamic Azad University, Fasa Branch)*, 13(4), 149-164. <https://civilica.com/doc/1703918> [In Persian]
- Abedi Jafari, H., Taslimi, M. S., Faghihi, A., & Sheikhzadeh, M. (2011). Theme and theme network analysis: A simple and efficient method for explaining patterns in qualitative data. *Strategic Management Thought*, 5(2), 151-198. <https://doi.org/10.30497/smt.2011.163> [In Persian]
- Carr, A. (2004). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Brunner-Routledge.
- Clarke, V., & Braun, V. (2016). Thematic analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 12(3), 297-298. <https://doi.org/10.1080/17439760.2016.1262613>
- Delavari, Z., Asadi, S., Zarei Mahmoudabadi, H., & Gluck, J. (2024). Exploring the definition of

- Moayyed, H. (1990). The place of Parvin Etesami in Persian poetry. *Iran Shenasi*, (2), 212-239. <http://noo.rs/xYFRw> [In Persian]
- Momtahn, M., & Mohammadi, G. (2011). Parvin Etesami in the passage of educational literature. *Journal of Didactic Literature (Research Journal of Persian Language and Literature)*, 3(10), 123-152. <https://sid.ir/paper/165444/fa> [In Persian]
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification* (Z. Mohseni & L. Bagheri, Trans.). Roshd. (Original version published in 2004) [In Persian]
- Sadipour, S. (2016). *Research methods in psychology and educational sciences*. Dowran. [In Persian]
- Safari, M., Gozashti, M., Kooshki, S., & Sheibaniaghdam, A. (2021). A study of the characteristics of the welfare theory in Shams' lyric poems based on Seligman's positivist psychology. *Gawhar-Guya*, 15(2), 1-18. <https://doi.org/10.22108/jpll.2022.126460.1558> [In Persian]
- Salamatnia, F. (2014). A look at philosophical ideas in the poetry of Parvin Etesami. *Journal of Women's Cultural Psychology*, 6(22), 109-117. <https://sanad.iau.ir/fa/Journal/jwc/Article/920984> [In Persian]
- Shadigoo, S., Toutounchian, M., & Parvaneh, F. (2020). The concepts of human rights and citizenship in the poems of Parvin Etesami and Tahereh Saffarzadeh. *Iranian Journal of Medical Law*, 14(Special Issue on Human Rights and Citizenship Rights), 345-364. <http://ijmedicallaw.ir/article-1-1090-fa.html> [In Persian]
- wisdom from the perspective of middle-aged adults with harsh life experiences: A phenomenological study. *Positive Psychology Research Journal*, 10(3), 73-92. <https://doi.org/10.22108/ppls.2024.141560.2533> [In Persian]
- Etesami, P. (2004). *Divan-e Parvin Etesami: With an introduction by Malek osh-Sho'arā Bahār*. Sales. [In Persian]
- Golizadeh, P., Yazdanjo, M., & Mosaed, M. (2016). The analysis of positive thoughts in Mathnavi Ma'navi from the viewpoint of psychology. *Research on Mystical Literature*, 10(1), 101-128. <https://doi.org/10.22108/jpll.2016.20884> [In Persian]
- Hosseinalizadeh, A. (2022). *Analysis and investigation of positive psychology components in Saadi's Bustan based on Martin Seligman's theory*. The fifth scientific conference on new approaches in humanities, Ilam, Iran. <https://www.ensani.ir/file/download/article/6476e6bc61077-10230-1402-53.pdf>. [In Persian]
- Kakavand Qaleh Noui, F., & Najjar Noubi, E. (2017). Intertextual approach in the educational teachings of Parvin Etesami and Rumi. *Literary Techniques*, 9(4), 47-56. <https://dx.doi.org/10.22108/liar.2017.94099.0> [In Persian]
- Keshavari, A., Shahbadizadeh, M., & Mehraban Ghezelhesar, J. (2024). Explaining the symbolic aesthetics of ethics and art from the perspective of Parvin Etesami and Ibn Yamin Fariyomadi. *Quarterly Journal of Islamic Art Studies*, 21(53), 560-574. <https://www.sid.ir/paper/1519458/fa> [In Persian]

