

## بازشناسی ابعاد رفتاری آبر رهبران؛ با برداشت از ویژگی‌های خودمدیریتی حضرت امام خمینی (ره)

دکتر احمدعلی یزدان‌پناه\*

دکتر محمود رضایی‌زاده\*\*

امیر احسانی\*\*\*

تاریخ دریافت: ۸۹/۰۹/۲۳

تاریخ پذیرش: ۸۹/۱۲/۰۴

### چکیده

نظریه پردازان رفتار سازمانی، شاخص‌های متنوعی را برای سنجش خودمدیریتی آبر مردها که هدایت‌کننده‌ی پیروان به سمت کشف نیروهای بالقوه‌ی درونی خود هستند، ارائه می‌کنند. این مقاله، براساس نتایج پژوهشی که به‌منظور بررسی سیره‌ی عملی امام خمینی (ره) است تدوین شده و با به‌کارگیری شیوه‌ی مصاحبه‌ی گروه کانونی و براساس تحلیل محتوای مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره) مورد بررسی قرار گرفت. شاخص‌های خودمدیریتی ایشان در دو بعد روحی‌روانی و جسمی‌فیزیکی بیان شده است. نتایج تحقیق، حاکی از آن است که، در مجموعه رفتارهای ایشان، شاخص‌هایی نظیر: نظم، نیت و عمل خالص، کنترل امیال، ساده‌زیستی، ظاهر مناسب، رژیم غذایی مناسب، ورزش، مدیریت بیماری و تجدید قوای جسمی در سطح کاملاً مطلوب مشاهده شده است.

**کلیدواژه‌ها:** خودمدیریتی؛ خودمدیریتی امام خمینی (ره)؛ بعد روحی‌روانی؛ بعد جسمی‌فیزیکی؛ آبر رهبر.

\* - نویسنده‌ی مسؤول: استادیار مؤسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی، [www.yazdanpanah.org](http://www.yazdanpanah.org)

\*\* - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز

\*\*\* - پژوهشگر و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی کاشمر

## مقدمه

خودمدیریتی<sup>۱</sup> سنگ اساسی است که سایر مهارت‌های مدیریت بر روی آن بنا می‌شود؛ به عبارت دیگر: مهارت‌های درون‌شخصی، مقدمه‌ی مهارت‌های بین‌شخصی و شناخت و اداره‌ی دیگران، مستلزم شناخت و اداره‌ی خود است (روبین<sup>۲</sup>، ۱۹۸۰: ۲۱۴-۲۱۶). برخی مدیران در سطح بالایی از موفقیت قرار دارند اما رضایت کم‌تری دارند؛ در واقع، موفقیت زیاد آنان، رضایت بیش‌تر آن‌ها را به دنبال نیاورده است؛ زیرا در این‌گونه مدیران، بین آن‌چه که دوست دارند انجام دهند با آن‌چه که باید انجام دهند، ناهم‌آهنگی وجود دارد. خودمدیریتی، از مشخصات مدیریت در سازمان‌های قرن بیست و یکم (پیرس و رابینسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰: ۸۷) و یکی از سازوکارهای تعدیل رفتار سازمانی (استیرز<sup>۴</sup>، ۱۹۸۱: ۳۲) است. ابرمرد، کسی است که پیروانش را به سمت کشف نیروهای بالقوه‌ی درونی خود راه‌نمایی می‌کند (مانز و سیمز<sup>۵</sup>، ۱۹۹۱: ۳۵-۱۸). از آن‌جایی که خودمدیریتی اولین گام ابرمردی<sup>۶</sup> است، ضرورت بازشناسی ابعاد رفتاری ابرمردان ایجاب می‌کند تا چنین ابعاد رفتاری در وجود یکی از ابررهبران تحلیل و تبیین شود. در واقع، هدف اصلی این مقاله، بررسی میزان برخورداری از این‌گونه ابعاد رفتاری در یکی از شخصیت‌های ابررهبر جهان معاصر است تا از این طریق، رابطه‌ی معنادار آن‌ها را با ویژگی‌های رفتاری ابررهبران تبیین نماید و به این سؤال پاسخ گوید که «خودمدیریتی، در ویژگی‌های رفتاری حضرت امام خمینی (ره) تا چه حد مشاهده شده است؟» بنابراین، در قسمت اول این مقاله، ادبیات تحقیق و مفاهیم بنیادی مربوط به ابعاد رفتاری ابررهبران بررسی شده است. در قسمت دوم، روش‌شناسی و چگونگی تحلیل رفتارهای خودمدیریتی حضرت امام (ره) مورد بحث قرار گرفته و در بخش پایانی، نتایج تحلیل‌های نظری و تجربی با توجه به نمونه‌های مشاهده شده در مجموعه رفتارهای ایشان ارایه می‌شود.

1. Self Management
2. Rubin
3. Pearce & Robinson
4. Steers
5. Manz & Sims
6. Great Man

## خودمدیریتی

مدیریت خویشتن یا خودمدیریتی یا خودرهبری<sup>۱</sup>، در نظر اندیشمندان مختلف با اندک تفاوتی مطرح شده است. برخی از اندیشمندان چون لوتانز<sup>۲</sup>، استیرز، رابینز<sup>۳</sup>، داگلاس<sup>۴</sup>، اسکندر و ایروین<sup>۵</sup>، بین<sup>۶</sup> و کاسکیو<sup>۷</sup>، تحت عناوینی هم‌چون خودمدیریتی رفتاری<sup>۸</sup> و کنترل رفتار خود، بر رفتار تمرکز کرده و با ارایه‌ی راهبردها و راه کارهای مختلفی، درصدد کنترل و اعمال تغییر در رفتار خود هستند. از دیدگاه این دسته از صاحب‌نظران، خودمدیریتی به معنای «کنترل رفتار خود و ایجاد تغییر در آن» است (رضایی‌زاده، ۱۳۸۶: ۵۰-۵۲). نظریه پردازانی مانند: دین تری<sup>۹</sup>، رابینز، گوردون<sup>۱۰</sup>، بنیس<sup>۱۱</sup>، بر ابعاد نامشهود انسان - مانند احساسات و ارزش‌ها - متمرکز شده‌اند. این دسته از صاحب‌نظران، خودمدیریتی و خودرهبری را در مباحث خویش ارایه کرده‌اند. براساس این رویکرد، خودمدیریتی به معنای «شناخت و استفاده‌ی مؤثر از ابعاد نامشهود خود به منظور تحقق اهداف» می‌باشد. گروه دیگری از صاحب‌نظران مانند: سیمز و مانز<sup>۱۲</sup>، بروس<sup>۱۳</sup>، بنیس، پاربخ و لسم<sup>۱۴</sup>، دراگر<sup>۱۵</sup>، وتن و کامرون، بن فاری<sup>۱۶</sup>، بیک ول<sup>۱۷</sup>، ایونسون و وودکاک<sup>۱۸</sup>، هم بر ابعاد مشهود (نمودهای بیرونی) هم‌چون رفتار، اقدام، بعد فیزیکی جسمی، ایجاد ارتباط و برنامه‌ریزی و هم بر ابعاد نامشهود (نمودهای درونی) هم‌چون بعد روحی ذهنی، احساسی، پاسخ فیزیولوژیک، حسی عصبی، هوشیاری و ارزش‌ها توجه نموده‌اند. این دسته از صاحب‌نظران، مباحث خود را تحت

1. Self Leadership
2. Luthans
3. Robbins
4. Douglas
5. Schlender & Irwin
6. Bain
7. Cascio
8. Behavioral Self Management
9. Dainty
10. Gordon
11. Bennis
12. Manz and Sims
13. Bruce
14. Parikh & Lessem
15. Drucker
16. Benfari
17. Bake Well
18. WoodCock

عناوینی هم‌چون خودرهبری، خودمدیریتی یا کنترل بر خود، مدیریت شخصی و مدیریت بعد داخلی ارایه می‌کنند. برخی اندیشمندان هم‌چون: کاوالری و فیرون<sup>۱</sup>، کوک<sup>۲</sup> و دهرتی و هرن<sup>۳</sup> بر تعامل و ارتباط نزدیک زندگی شخصی با زندگی کاری تأکید دارند. آنان معتقدند که مدیران در هر زمان و هر مکان در حال انجام وظیفه‌اند، چه سرکار باشند یا در حال بازی و چه این‌که در خانه یا در اداره باشند (رضایی‌زاده، ۱۳۸۶: ۵۲-۶۱). کاهش ناهم‌آهنگی‌های سازمانی و بیشینه‌سازی رضایت کارکنان، یکی از اهداف پارادایم جدید خودمدیریتی است (پاریخ، ۲۰۰۳: ۶). خودمدیریتی؛ موجب کاهش فشار در مشاغل مدیریت ارشد (دین‌تری، ۱۹۹۶: ۱۳۵-۱۹۰) و سازگاری با فشارهای زندگی مدیریت است (وودکاک، ۱۹۹۷: ۵۳) مدیریت فشار و زمان (ایونسون<sup>۴</sup>، ۱۹۹۲: ۲۵)، عامل حل مشکلات کارکنان (بروس، ۱۹۹۰: ۴۳) و کلید دست‌یابی به اهداف مدیر موفق است. رهبران موفق، در مشخصه‌ی شناخت دقیق خود و استفاده‌ی کامل از خود با یک‌دیگر مشترک هستند (بنیس، ۱۹۹۴: ۲۱۵). جدول (۱) رویکردهای متفاوتی را در تبیین مفهوم مدیریت خویش‌نشان می‌دهد.

### پیشینه‌ی تحقیق

روانی‌پور و دیگران<sup>۵</sup> (۲۰۱۰) در پژوهشی درباره‌ی «خودمدیریتی سالخوردگان»، با استفاده از استراتژی‌های تحقیق بنیادی<sup>۶</sup>، به این نتیجه دست یافتند که خودمدیریتی سبب تسریع امور و هم‌چنین رضایت می‌گردد (روانی‌پور و دیگران، ۲۰۱۰: ۵۴-۵۹). در تحقیق دیگری، ابعاد خودرهبری با برخی از ویژگی‌های شخصیتی مربوط تشخیص داده شد (هوگتون، نک و سینگ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۴: ۴۲۷-۴۴۱). هم‌چنین «رابطه‌ی بین خودرهبری و افزایش پی‌آمد روانی، کاری و سلامت» شدیداً با عملکرد روانی و سلامتی مربوط تشخیص داده شد (دولیبورو سودراستورم<sup>۸</sup>، ۲۰۰۱: ۴۶۹-۴۸۵). هم‌چنین در بررسی «مهارت‌های خودرهبری و رفتارهای نوآورانه در کار» به این نتیجه

1. Cavaleri, & Fearon
2. Cook
3. Doherty & Horne
4. Eunson
5. Ravanipour et. Al. (2010)
6. Grounded Theory
7. Houghton, Neck, Singh
8. Dolbier, Soderstorm

دست یافتند که مهارت‌های خودرهبری سبب نوآوری در کار می‌شود (کارملی، میتار و ویزبرگ، ۲۰۰۶: ۷۵-۹۰). در تحقیق دیگری «رابطه بین رفتارهای خودرهبری و متغیرهای سازمانی در محیط تیم کاری خودمدیریت‌شده» به این نتیجه دست یافتند که سرپرستانی که بازخورد می‌دهند و به تشویق رفتارهای نوآورانه می‌پردازند، سبب رفتارهای خودرهبری در کارکنان می‌شوند (اپلوی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸: ۸۰۱-۸۱۰).

### جدول ۱. انواع رویکردهای اندیشمندان مدیریت در زمینه‌ی مفهوم خودمدیریتی

ردیف	رویکرد	اندیشمندان مربوط	مفهوم خودمدیریتی
۱	رفتارگرا	لوتسانز، استیرز، رایبنز، داگلاس، جویوس، اسکندر، ایروین، بی، کاسکیو	کنترل رفتار خود و ایجاد تغییر در آن، مشاهده‌ی عملکرد خود، تعیین اهداف و اولویت‌های خود
۲	درون‌گرا	دین‌تری، رایبنز، گوردون، بنیس، ریگل، جکسون، اسلوکم	شناخت و استفاده‌ی مؤثر از افکار و احساسات خود، تدوین چشم‌انداز، رسالت و موضع خود، خودآگاهی، انتظار مثبت از خود،
۳	رفتارگرا - درون‌گرا	سیمز و مانز، بروس، بنیس، پاربخ و لسم، دراگر، وتن، کامرون، بن فاری، بیک ول، ایونسون، وودکاک	ایجاد تعادل، تغییر و تکامل در ابعاد مختلف وجودی خود - فیزیکی، ذهنی، احساسی، حسی-عصبی و هوشیاری، مدیریت زمان، تنش و خودآگاهی، خود هدف‌سازی، مدیریت نشانه، خودپاداش‌دهی، خود بازخورد اصلاحی
۴	جامع‌نگر	کاوالری و فیرون، کوک و هانسبیکر، دهرتی و هرن	برنامه‌ریزی برای تمام ابعاد خود و زندگی خود (شامل: جسمی، فیزیکی، احساسی، شناختی، حرفه‌ای، روحی، روانی (معنوی)، مسیر شغلی، استرس، خانواده، تفریح، اجتماعی، تعلیم و تربیت)

### هدف و سؤال تحقیق

شناخت و اداره‌ی دیگران، مستلزم شناخت و اداره‌ی خود است (وتن و کامرون<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰: ۱۴-۱۶). هدف این تحقیق، تحلیل رفتارهای خودمدیریتی حضرت امام خمینی (ره) به‌عنوان ابرمرد و ابر رهبر انقلاب اسلامی ایران است. بدین منظور، با مطالعه‌ی موردی و با استفاده از روش گروه

1. Elloy
2. Wetten & Cameron

کانونی، خودمدیریتی حضرت امام خمینی (ره) در دو بعد معنوی و جسمی بررسی می‌شود. بنابراین، سؤال‌های پژوهش عبارتند از: ویژگی‌های خودمدیریتی ابررهبران کدامند؟ این ویژگی‌ها در حضرت امام (ره) تا چه حد مشاهده شده است؟ آیا تفاوتی در سطوح برخورداری از این ویژگی‌ها وجود دارد؟

### روش‌شناسی تحقیق

از آنجایی که نتایج برخی از پژوهش‌های علوم انسانی با استفاده از اثبات‌گرایی به دست نمی‌آید، در این پژوهش، از روش کیفی استفاده شده است. برابر این روش، برای پاسخ به سؤال‌های پژوهش و هم‌چنین برای شکل‌گیری روش مصاحبه‌ی کانونی، افرادی در نمونه‌ی آماری گزینش شدند تا با نظر مشترک‌شان به موضوع مورد بررسی در تعامل با یک‌دیگر نظر دهند. براین اساس، ابتدا یک نمونه‌ی غیراحتمالی و کاملاً همگن و مشابه از جامعه‌ی مورد مطالعه برای مصاحبه‌ی گروهی انتخاب شدند. بنابراین، بیست و هفت نفر از بستگان و خویشاوندان، یاران و دوستان، خدمت‌گزاران و مسئولین، با ویژگی‌های جدول (۲)، به پرسش اصلی و پرسش‌های فرعی آن در سه گروه کانونی تشکیل شده در جلسات دو - سه ساعته به سؤالات پاسخ دادند.

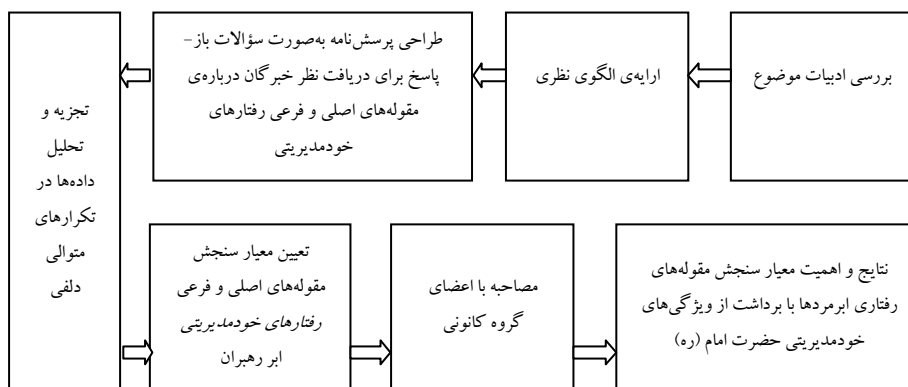
جدول ۲. جزئیات اجرایی گروه‌های کانونی

جنسیت		سطح تحصیلات		تعداد و درصد نفرات
زن	مرد	کارشناسی و بیش‌تر	کم‌تر از کارشناسی	
۸	۱۹	۱۲	۱۵	۲۷
٪۳۰	٪۷۰	٪۴۴	٪۵۶	۱۰۰

### شیوه‌ی گردآوری داده‌ها

براساس چارچوب اجرایی تحقیق (نمودار ۱) ابتدا مقوله‌های رفتاری خودمدیریتی از منابع گوناگون مورد بررسی و شناسایی قرار گرفت و استخراج شد. سپس با استعلام از مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار حضرت امام (ره) کلیه‌ی منابع اطلاعاتی معرفی‌شده (رجایی، رودسری، سبحانی‌نیا و میرشکاری) که در زمینه‌ی الگوی نظری پژوهش حاوی اطلاعات بود، بررسی و شناسایی گردید.

در گام بعدی، با استخراج و تدوین مقوله‌های رفتاری از مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره)، ارزش‌ها و باورها در بعد روحی روانی و سلامتی و تناسب در بعد فیزیکی جسمی، مقوله‌های فرعی مربوط به آن‌ها ضمن حفظ ارتباط منطقی و میزان اعتبار زیرمقوله‌های مربوط، به تأیید گروه دلفی متشکل از گروهی از اساتید مدیریت دانشگاه‌های مختلف کشور به دست آمد. به منظور تکمیل و جامعیت مقوله‌های مربوط به ابعاد یادشده، علاوه بر جمع‌آوری نمونه‌ی رفتارهای حضرت امام (ره) در رابطه با مقوله‌های استخراج شده، مقوله‌های اختصاصی خودمدیریتی نیز از طریق بررسی و تحلیل محتوای سیره‌ی عملی ایشان استخراج شد. در مرحله‌ی بعد، معیارهای سنجش شاخص‌های رفتاری ابرمردها و ابررهبران، با توجه به تعاریف عملیاتی مقوله‌های فرعی ارایه و از طریق مصاحبه و اجرای پرسش‌نامه نیز با نتیجه‌ی آزمون آلفای کرونباخ  $0/72$  که نشان‌دهنده‌ی برخوردارگی از پایایی نسبی پرسش‌نامه است، مورد تأیید افراد خیره قرار گرفت. به منظور بالا بردن سطح قابلیت اعتماد پژوهش، از طریق برگزاری جلسات مصاحبه و تهیه‌ی پرسش‌نامه، یافته‌های پژوهش در این بخش در معرض قضاوت گروهی از افراد که با حضرت امام (ره) مأنوس بوده‌اند، در قالب گروه کانونی پژوهش قرار داده شد. هم‌چنین، به منظور جلوگیری از ارایه‌ی پاسخ‌های جهت‌دار توسط آزمودنی‌ها (سرمد، بازرگان و حجازی، ۱۳۸۰: ۱۶۶-۱۷۳)، گویه‌ها به کمک اساتید صاحب‌نظر به گونه‌ای طراحی شد که به‌طور غیرمستقیم معیارهای سنجش رفتاری ابرمردها را مورد ارزیابی و اندازه‌گیری قرار دهد.



نمودار ۱. چارچوب اجرایی تحقیق

## تحلیل داده‌های گروه کانونی

با تشکیل گروه دلفی و براساس معیار «رفتاری بودن» و «مربوط بودن» مقوله‌های مراقبه، عبادت، آرامش، درک فوق حسی، سخت‌کوشی و نظم به‌عنوان مقوله‌های رفتاری خودمدیریتی در بعد روحی‌روانی و مقوله‌های ظاهری، رژیم غذایی، ورزش، مدیریت بیماری و ناتوانی خود و تجدید قوای جسمی به‌عنوان شاخص‌های رفتاری خودمدیریتی در بعد فیزیکی جسمی برابر جدول دو انتخاب شدند. از سوی دیگر، برای دریافت نظرات گروه کانونی، با استفاده از روش‌های مطالعه‌ی موردی و تحلیل محتوا، مجموعه رفتارهای حضرت امام خمینی (ره) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. سپس، ارتباط منطقی معیارهای سنجش مقوله‌های منتخب ابعاد رفتاری ابرمردها با برداشت از ویژگی‌های حضرت امام (ره) در قالب چهارده فرضیه و چهارده سؤال برای مصاحبه‌ی کیفی در گروه کانونی به‌شرح جدول سه، مورد تأیید گروه دلفی قرار گرفت.

## یافته‌های تحقیق

به‌منظور بازشناسی ابعاد رفتاری و ویژگی‌های خودمدیریتی حضرت امام خمینی (ره) در قالب تحقیق کیفی مبتنی بر روش مصاحبه‌ی کانونی، مجموعه‌ای از فرضیات و سؤال‌های تحقیق در دو دسته از ابعاد رفتاری ابررهبران مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. در ادامه، نتایج یافته‌ها در دو حوزه دسته‌بندی می‌شود:



جدول ۳. معیارهای سنجش مقوله‌های منتخب ابعاد رفتاری خودمدیریتی

ابعاد رفتاری	مقوله‌های برجسته در رفتار خودمدیریتی ابر رهبران از دیدگاه نظریه پردازان	مقوله‌های منتخب از منظر گروه کانونی	معیار سنجش مقوله‌های رفتاری منتخب
روحی روانی	تعهدات سیاسی، رهبری یک زندگی اخلاقی، نقش در اجتماع، تجربیات معنوی، مکان‌های معنوی، عبادت، مراقبه، معنا، اوقات آرام، فرهنگ، نیروهای ماورای طبیعی، درک فوق حسی، الهامات درونی، عوامل ترس و نگرانی، سخت‌کوشی، روشنفکری، صلاحیت، نیت، مهربانی، شجاعت، بخشندگی، کمک و مساعدت، صداقت، قوهی تخیل، استقلال، هوش، عقلانیت، تأثر و عشق، ادب و تواضع، مسئولیت‌پذیری، خودنظمی، کنترل امیال، اطاعت و احترام، خوشبختی، موفقیت، آرامش جهانی، هم‌آهنگی در طبیعت و هنر، برابری و تساوی، امنیت شخصی و خانوادگی، آزادی، شادی، آرامش درونی، عشق رشدیافته، امنیت ملی، تفریح، احترام به خود، دوستی، عقل، احترام اجتماعی، وظیفه، احترام به کارکنان، صرفه‌جویی، عدم بوروکراسی	مراقبه	۱- تأمل قبل از عمل؛ ۲- تأمل حین عمل؛ ۳- تأمل بعد از عمل؛ ۴- جدایی از جهان خارج و کار و توجه به درون
	عبادت	۱- تجربه‌ی معنوی؛ ۲- مکان معنوی؛ ۳- زمان معنوی	
	آرامش	۱- عدم ترس از مرگ ۲- عدم ترس از دشمن (رقیب) ۳- عدم ترس از حوادث ناگوار پیش‌بینی نشده ۴- خوف از خدا ۵- عدم اعجاب و هیجان هنگام پیروزی بر دشمن (رقیب) و یا شکست و ناکامی دشمن (رقیب)	
	درک فوق حسی	۱- پیش‌بینی حوادث آینده ۲- شناخت صحیح افراد	
	نظم	۱- انجام فعالیت‌های کاری در زمان خاص خود ۲- قرار دادن اشیا و لوازم در مکان خاص خود	
	سخت‌کوشی	۱- اختصاص زمان طولانی به کار در روز ۲- اختصاص دوره‌ی زمانی طولانی به کار و تلاش در طول عمر.	
	نیت و عمل خالص	۱- تقدم رضایت خدا بر رضایت مردم در تصمیم‌گیری ۲- تقدم رضایت خدا بر رضایت مردم در عمل ۳- عدم انتظار پاداش و تشویق از دیگران	
	کنترل امیال	۱- پرهیز از بیان خشم‌آلود ۲- پرهیز از سخنان خلاف واقع ۳- پرهیز از سخنان تلافی‌جویانه ۴- پرهیز از گوش دادن به سخنان تخریبی افراد ۵- گوش دادن به شکایات دیگران ۶- کسب اخبار از تمام افراد و کنازها؛ ۷- گوش دادن به دیدگاه‌های دو طرف دعوا ۸- پرهیز از نگاه خشم‌آلود؛ ۹- تقسیم عادلانه‌ی نگاه ۱۰- رعایت حقوق مالی دیگران ۱۱- رعایت حقوق جانی دیگران ۱۲- رعایت حقوق آبرویی دیگران ۱۳- رعایت حقوق اخلاقی دیگران	
	ساده زیستی	۱- منزل مسکونی ۲- منطبقه‌ی سکونت ۳- خودرو ۴- دکوراسیون محل کار	
	ظاهر	۱- نظافت ۲- تناسب و هم‌آهنگی رنگ لباس	
جسمی و فیزیکی	تأمین سلامتی و تناسب اندام، رژیم غذایی، قدرت، بنیه، سرعت، انرژی، تمرین، ورزش، شکل، هم‌آهنگی، اطمینان، خودمفهمی، رنگ پوست، تجدید فیزیکی، تماس مربوطه به حس لامسه، درد و زحمت، مدیریت بیماری یا ناتوانی خود، راحتی، ظاهر	رژیم غذایی	۱- اعتدال در مصرف غذا ۲- سادگی غذا ۳- بهداشت غذا
	تمرین، ورزش، شکل، هم‌آهنگی، اطمینان، خودمفهمی، رنگ پوست، تجدید فیزیکی، تماس مربوطه به حس لامسه، درد و زحمت، مدیریت بیماری یا ناتوانی خود، راحتی، ظاهر	ورزش	۱- پیاده روی ۲- نرمش ۳- تمرینات ورزشی
	تمرین، ورزش، شکل، هم‌آهنگی، اطمینان، خودمفهمی، رنگ پوست، تجدید فیزیکی، تماس مربوطه به حس لامسه، درد و زحمت، مدیریت بیماری یا ناتوانی خود، راحتی، ظاهر	مدیریت بیماری و ناتوانی خود	۱- تحمل در برابر درد و رنج بیماری ۲- خودداری از اظهار ضعف و ناتوانی
	تمرین، ورزش، شکل، هم‌آهنگی، اطمینان، خودمفهمی، رنگ پوست، تجدید فیزیکی، تماس مربوطه به حس لامسه، درد و زحمت، مدیریت بیماری یا ناتوانی خود، راحتی، ظاهر	تجدید جسمی	۱- استراحت و خواب در زمانی مشخص و در حد کافی در شب ۲- استراحت کافی در روز
	تمرین، ورزش، شکل، هم‌آهنگی، اطمینان، خودمفهمی، رنگ پوست، تجدید فیزیکی، تماس مربوطه به حس لامسه، درد و زحمت، مدیریت بیماری یا ناتوانی خود، راحتی، ظاهر		

## الف - شاخص‌های خودمدیریتی در بعد روحی‌روانی

رفتار امام خمینی (ره) در هم‌سویی با مقوله‌های خودمدیریتی از منظر روحی‌روانی در این قسمت نتیجه‌گیری می‌شود:

فرضیه‌ی اول: مقوله‌ی مراقبه به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره) در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان مراقبه‌ی حضرت امام (ره) را در رابطه با چهار شاخص تأمل قبل از اقدام، تأمل حین عمل، تأمل بعد از اقدام و اختصاص اوقات معین جهت انقطاع از جهان خارج و کار و توجه به درون، چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره) قبل از تصمیم‌گیری، موضع‌گیری، بیان سخن و اقدام عملی، تأمل کرده و بدون شتابزدگی عمل می‌نمودند. نمونه‌های مشاهده شده عبارتند از: قبل از انتصاب افراد، تأیید گروه‌های سیاسی، نحوه‌ی مقابله با گروه‌های محارب، صدور فرمان شکستن حکومت نظامی و حتی قبل از تصمیم‌گیری در موارد جزئی و شخصی نظیر پیاده‌روی و موافقت با انجام عمل جراحی بر روی فرزند خود تأمل می‌نمودند. قبل از پاسخ‌گویی به تهدیدات امریکا، پاسخ به سؤالات، اعتراض به رفتار دیگران، ورود به کلاس و نوشتن اعلامیه تأمل می‌نمودند. حضرت امام (ره)، هنگام انجام عمل، از طریق دقت نظر و توجه، رفتار خود را با معیارهای شخصی از پیش تعیین شده منطبق می‌نمودند. به نحوه‌ی رفتار دیگران، برنامه‌های تلویزیون، متن مورد مطالعه، طبیعت و محیط اطراف خود دقت نظر و توجه داشتند. در حرکت‌های خود، نوشتن، مصرف، عبادت و محاسبه‌ی امور مالی نیز همواره توجه و دقت نظر کامل داشتند. حضرت امام (ره)، بعد از عمل نیز تأمل نموده و در صورت لزوم اقدام به اصلاح رفتار خود می‌کردند. اعلامیه‌ها، مکتوبات و نامه‌های خود را پس از نوشتن و اتمام، عودت داده و برخی عبارات آن را اصلاح می‌نمودند. حضرت امام (ره)، اوقات معینی را جهت انقطاع از جهان خارج و توجه به درون اختصاص می‌دادند. در ماه رمضان ضمن تعطیل ملاقات‌های خود، می‌فرمودند ماه رمضان خود یک کار است.

فرضیه‌ی دوم: مقوله‌ی عبادت به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره) در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان عبادت در حضرت امام (ره) را در رابطه با سه شاخص تجربه‌ی معنوی، مکان معنوی و زمان معنوی چه گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، در دوره‌های مختلف زندگی خود، تجربه‌های متعدد معنوی - هم‌چون نماز، دعا، قرآن و یاد خدا - داشته‌اند. نمونه‌های مشاهده شده عبارتند از: در تمام شرایط جسمی، اجتماعی، شغلی و موقعیتی مانند بیماری، معاشرت با دوستان و مجلس میهمانی، جلسه با مسؤولان کشورهای خارجی و مسؤولان کشور، به نماز اول وقت متعهد بودند. حضرت امام (ره)، در مکان‌های متعدد معنوی، مانند مسجد، حرم امامان معصوم و سایر اماکن مقدس حضور مستمر داشتند. در تمام شرایط (سرما و گرمای شدید زمستان و تابستان) و هم‌چنین روز شهادت فرزند خود، بر اقامه‌ی نماز جماعت در مسجد و هم‌چنین زیارت حرم امامان معصوم و سایر اولیای الهی مداومت داشتند. تجربیات معنوی امام (ره) در زمان‌های خاصی هم‌چون نیمه‌شب، ماه رمضان، روز جمعه و سایر ایام - ماه شعبان، روز عرفه، ایام زیارتی، ایام شهادت و ولادت ائمه (ع) - بروز و ظهور بیش‌تری داشته است. همواره بر اقامه‌ی نماز در نیمه‌ی شب در تمام شرایط جسمی مانند بیماری، شرایط امنیتی، مانند زندان و تبعید، شرایط جوی مانند زمستان سرد و شرایط خاص زمانی - مانند مسافرت و موقعیت‌های سخت و کم‌خوابی، از نوجوانی تا اواخر عمر مداومت داشتند.

فرضیه سوم: مقوله‌ی آرامش به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره) در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان آرامش را در حضرت امام (ره) در رابطه با شاخص‌های ترس از مرگ، دشمن، حوادث ناگوار پیش‌بینی نشده، ترس از خدا و هم‌چنین اعجاب بر اثر موفقیت و پیروزی بر دشمن و شکست و ناکامی دشمن، را چه گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره) در موقعیت‌های خطرآفرینی که جان ایشان در معرض خطر جدی قرار داشته و مرگ ایشان را تهدید می‌نموده، آرامش کامل خود را حفظ کرده‌اند و هیچ‌گونه علایم و

آثار ترس و نگرانی در ایشان مشاهده نمی‌شد. نمونه‌های مشاهده‌شده، به این شرح است: هنگام انحراف اتومبیل حامل ایشان به جاده‌خاکی و حرکت آن به سوی دریاچه‌ی نمک، هیچ‌گونه تغییری در حالت روحی‌روانی ایشان مشاهده نشد. هنگام پرواز به ایران که احتمال حمله‌ی هوایی و سقوط هواپیمای حامل ایشان وجود داشت، ایشان در پاسخ به خبرنگاران می‌فرمایند: «هیچ احساسی ندارم». از دشمنان خود - که عموماً صاحبان قدرت بودند - نه تنها ترس و واهمه‌ای نداشتند؛ بلکه در برابر آنان موضع (راهبرد) تهاجمی اتخاذ کرده و از هرگونه انفعال و ضعف در برابر آنان خودداری می‌نمودند. حضرت امام (ره) در مواجهه با حوادث ناگوار پیش‌بینی نشده - مانند شهادت فرزند و یاران خود، استعفای دسته‌جمعی دولت موقت، تبعید، بحران‌های کردستان، حزب خلق مسلمان و... - به‌طور کامل آرامش خود را حفظ کردند. علاوه بر این که در مواجهه با عوامل ترس و نگرانی، مرگ، دشمن و حوادث ناگوار، آرامش و تعادل روحی‌روانی خود را حفظ می‌نمودند. به‌عنوان مثال: که هنگام تسخیر خرمشهر توسط دشمن مضطرب نشده و فرمودند: «جنگ است؛ یک‌وقت آن‌ها پیروز می‌شوند و یک‌وقت ما»، پس از آزادسازی خرمشهر نیز هیجان‌زده نشده و پیروزی را از آن خداوند دانستند.

فرضیه‌ی چهارم: مقوله‌ی درک فوق حسی به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان درک فوق حسی را در رفتار حضرت امام (ره) در مورد دو شاخص پیش‌بینی آینده و شناخت صحیح افراد چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟ نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، در رابطه با پیش‌بینی اقدامات نظامی و فرهنگی دشمن و نیز پیش‌بینی حوادث آینده، رفتارهای متعددی داشتند. نمونه‌های مشاهده‌شده، عبارتند از: پیش‌بینی کودتای رژیم شاه در بهمن، بروز جنگ در خلیج فارس، جنگ عراق علیه ایران، جنگ اعراب با رژیم اشغالگر قدس، جنگ شش‌روزه، کشتار مردم در عربستان، کودتای نوژه، کشتار مردم در فلسطین، کشتار مردم در پانزده خرداد، اقدام دشمن در کردستان، اقدام دشمن در یک محل مشخص، عدم اقدام دشمن در یک محل معین، دستگیری یاران خود، محاصره‌ی منزل یاران خود و مکان اختفای سلاح توسط مخالفان. پیش‌بینی پیروزی قطعی انقلاب از نخستین سال شروع نهضت و در شرایط

سخت مبارزه و صدور دستور نگارش پیش‌نویس قانون اساسی قبل از پیروزی انقلاب اسلامی، شکست شوروی در افغانستان، عدم موفقیت دشمن در کودتای نوژه و کودتای کیانوری و طبری، حادثه‌ی هفتم تیر و شهادت یاران، انفجار ساختمان نخست‌وزیری و شهادت رجایی و باهنر، شهادت یاران خود از جمله صدوقی، دستغیب، اشرفی اصفهانی، سعیدی، پیش‌بینی زمان ارتحال خود، شکست و عقب‌نشینی دشمن در زمان اوج موفقیت و پیشرفت او، مشکلات آینده‌ی انقلاب، نیاز شاگردان خود به آموزش سربازی، ترور یاران، رهبری آیت‌الله خامنه‌ای، پیروزی رزمندگان در عملیات‌ها، حادثه‌ی آتش‌سوزی در مکه، ممنوعیت ورود برخی یاران به عراق، بازگشت از سخنرانی در شرایط خطر، تخلف و نقض عهد بنی‌صدر، لو رفتن اعلامیه‌ی خود و عدم امکان شرط مرجعیت برای رهبری، شناخت صحیح همراهان و افراد. ترک نخستین جلسه‌ی خود با یاسر عرفات، شناخت صحیح قطب‌زاده و عدم انتصاب وی به مسؤولیت، شناخت صحیح افرادی که درخواست کمک می‌کردند و کمک به آن‌ها به تناسب صداقت و نیاز آنان بدون وجود شواهد ظاهری، شناخت نیازمندان بدون درخواست کمک توسط آنان و ارسال پول برای آن‌ها، شناخت مهدی هاشمی در اولین جلسه با وی و هشدار به مسؤولان در مورد مراقبت از او، شناخت صحیح بنی‌صدر و عدم رأی به او، شناخت مصدق و ملی‌گرایان و سخنرانی علیه آنان، شناخت صحیح اعضای نهضت آزادی و هشدار به مسؤولان در مورد آنان، شناخت صحیح برخی علما و جلوگیری از کمک به آنان، عدم تأیید حزب خلق مسلمان، انجمن حجتیه و سازمان مجاهدین خلق و گروه‌های کمونیستی و هم‌چنین آگاهی از نیت و خطورات قبلی آن‌ها، از جمله رفتارهای حضرت امام (ره) در رابطه با پیش‌بینی حوادث آینده می‌باشد.

فرضیه‌ی پنجم: مقوله‌ی نظم به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان نظم در رفتار امام خمینی (ره) را در رابطه با دو شاخص انجام هر کار در زمان خود و قرار دادن هر چیز در مکان خود چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، در تمام شرایط زمانی و مکانی، کارهای مربوط به امور شخصی خود را در زمان مشخص و برنامه‌ریزی شده انجام می‌دادند و مشکلات و بحران‌ها در برنامه‌ی منظم ایشان

خللی وارد نمی‌ساخت. نمونه‌های مشاهده شده، به این شرح است: امام خمینی (ره) در ساعت مشخص و به مدت معین در تمام شرایط - روز شهادت فرزند خود، جلسه با مسئولان کشور، زندان و تبعید - پیاده‌روی می‌نمودند. حضرت امام (ره) در تمام شرایط زمانی و مکانی، کارهای مربوط به امور شغلی خود را در زمان مشخص و برنامه‌ریزی شده انجام می‌دادند. کار خود را در زمان مشخص شروع و تمام می‌کردند، کار هر روز را در همان روز انجام می‌دادند و کارهای روزانه را دقیقاً در زمان مشخص و از پیش تعیین شده انجام می‌دادند، در تمام شرایط زمانی و مکانی کارهای مربوط به امور علمی خود را در زمان مشخص و برنامه‌ریزی شده انجام می‌دادند، کلاس‌های درس خود را در تمام شرایط جوّی (برف و باران)، جسمی (بیماری)، بحران (حمله‌ی ساواک) به مدرسه‌ی فیضیه، دستگیری و شهادت فرزند خود) دقیقاً در زمان مشخص و برنامه‌ریزی شده در هر مکان ممکن (در منزل، در بستر بیماری، بر روی زمین و...) برگزار نموده و از تعطیل کلاس، خودداری می‌کردند و زمان کلاس را دقیقاً رعایت می‌کردند. امام خمینی (ره)، اشیا و لوازم شخصی و کاری - هم‌چون کاغذها و یادداشت‌ها، کتاب، قلم، لباس، رادیو و سایر وسایل شخصی - خود را در مکان خاص قرار می‌دادند؛ به گونه‌ای که می‌توانستند به طور سریع به آن‌ها دسترسی داشته و از اتلاف وقت جهت پیدا کردن آن‌ها بپرهیزند.

فرضیه‌ی ششم: مقوله‌ی سخت‌کوشی به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: میزان سخت‌کوشی را در رفتار حضرت امام (ره) خمینی در رابطه با دو مقوله‌ی اختصاص ساعات طولانی‌مدت به کار و تلاش در طول روز و اختصاص دوره‌ی زمانی طولانی‌مدت به کار و تلاش در طول عمر، چه گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، در تمام شرایط فیزیکی، روانی و بحرانی، به کار و تلاش خود ادامه داده و تا حد امکان اجازه نمی‌دادند که موانع، مشکلات و بحران‌ها موجب تعطیلی کار و تلاش ایشان گردد. نمونه‌های مشاهده شده به این شرح است: کلاس درس خود را در شرایط بیماری خود تعطیل نکرده و جلسات درس را در منزل و در بستر بیماری ادامه می‌دادند. در طول روز، ساعات طولانی‌مدت را به کار و تلاش اختصاص می‌دادند. کار خود را پس از اقامه‌ی نماز شب شروع

می‌کردند و تا زمان اقامه‌ی نماز صبح ادامه داده و مجدداً رأس ساعت هفت صبح شروع می‌کردند. در طول عمر خود، دوره‌ی زمانی طولانی مدت را به کار و تلاش اختصاص دادند. در زمان استراحت و خستگی مفرط تقاضای ملاقات با مردم و در یک مورد، دو ساعت از نیمه‌شب گذشته، رزمندگان را به حضور پذیرفتند. ایشان تا اواخر عمر به کار و تلاش خود ادامه دادند و در سنین پیری نیز، روزانه شش ساعت مطالعه‌ی مداوم داشتند.

فرضیه‌ی هفتم: مقوله‌ی نیت و عمل خالص به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام(ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح شده برای این فرضیه: نیت (تصمیم) و عمل خالص را در رفتار امام خمینی(ره) در رابطه با دو مقوله‌ی تقدم رضایت خدا بر رضایت مردم در تصمیم‌گیری و تقدم رضایت خدا بر رضایت مردم، چه گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• مهم‌ترین عامل مؤثر در نحوه‌ی تصمیم‌گیری امام خمینی(ره)، کسب رضایت و خشنودی خدا از طریق انجام وظیفه‌ی الهی بود و در راستای انجام وظیفه، به خشم و نارضایتی دشمنان، مخالفان، یاران، دوستان صمیمی، خانواده، مردم و تمام جهانیان هیچ اعتنایی نمی‌کردند. نمونه‌های مشاهده‌شده، به‌این شرح است: درخواست مکرر دوست صمیمی خود را در خصوص عدم اجرای حکم الهی نپذیرفتند و فرمودند: «نمی‌توانم خواست و رضایت مخلوق را بر خواست و رضایت خالق مقدم بدارم»؛ تنها نقطه‌ی تمرکز و توجه ایشان خداوند بود و هیچ‌گونه اقدامی در جهت کسب شهرت و جایگاه در بین مردم ننمودند. در این راستا، به خشم و نارضایتی دشمنان، مخالفان، یاران و دوستان صمیمی، خانواده، مردم و تمام جهانیان هیچ اعتنایی نمی‌کردند. مبارزات سیاسی خود را علیه رژیم شاه به‌علت احساس وظیفه‌ی الهی شروع نمودند و با وجود ابراز مخالفت برخی علما با انگیزه‌ی انجام وظیفه، اطلاعیه‌های متعددی علیه رژیم شاه صادر کردند. از ملاقات با افراد بدون احساس انگیزه‌ی الهی در خود امتناع می‌کردند. همین‌طور از چاپ رساله و سایر کتب خود و اقدام در جهت افتتاح مسجد و مبارزه‌ی مستقیم علیه رژیم شاه در زمان حیات آیت‌الله بروجردی - به‌علت عدم احساس انگیزه‌ی الهی در خود - پرهیز نمودند. از آن‌جا که اقدامات و فعالیت‌های حضرت امام(ره) با انگیزه‌ی انجام وظیفه‌ی الهی انجام می‌پذیرفت، انتظار تشویق و قدردانی از

مردم نداشته و تنها درصدد جلب رضایت و خشنودی خداوند بودند و حتی اگر مورد ستایش دیگران قرار می‌گرفتند، رنجیده خاطر و ناراحت می‌شدند. به‌عنوان نمونه، مردم و نزدیکان خود را از شعار به نفع ایشان، ستایش ایشان، اختصاص القاب و صلوات فرستادن برای ایشان نهی می‌کردند و با منع روزنامه‌نگاران از اختصاص صفحات روزنامه‌ها به ایشان، توصیه می‌نمودند که روزنامه‌ها را به طبقات محروم و معرفی مشکلات آنان اختصاص دهند.

فرضیه‌ی هشتم: مقوله‌ی کنترل امیال به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام(ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: کنترل امیال را در رفتار امام خمینی(ره) در رابطه با شاخص‌های زبان، گوش، چشم و اقدام عملی، چه گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام(ره)، از بیان سخنان خشم‌آلود هنگام تعرض فیزیکی یا اهانت به ایشان خودداری کرده و هنگام تعرض فیزیکی به ایشان، سکوت اختیار می‌کردند. نمونه‌های مشاهده‌شده به این شرح است: پس از ضرب و شتم مردم در مدرسه‌ی فیضیه، اعطای امتیاز کاپیتولاسیون به امریکا توسط رژیم شاه، بدرفتاری اطرافیان با مردم، اهانت به دیگران توسط اطرافیان، اقدام یاران برای بازکردن راه ایشان در حرم و در برابر مقامات عالی‌رتبه‌ی رژیم شاه و صدام، حضرت امام(ره) با سخن خشم‌آلود از خود واکنش نشان می‌دادند؛ از گوش‌دادن به سخنان تخریبی افراد علیه یک‌دیگر پرهیز می‌نمودند؛ ایشان از شکایات و انتقادات دیگران از طریق دیدار حضوری عموم مردم با ایشان و شنیدن نظرات و شکایات آن‌ها، بررسی و مطالعه‌ی تمام نامه‌های مردم، کسب اطلاعات و اخبار از طریق گروهی از افراد و مطالعه و بررسی دقیق مطبوعات آگاه‌شده و به آن‌ها رسیدگی می‌کردند. در مواردی که به حقوق مردم تعرضی صورت می‌گرفت، خشم و اندوه حضرت امام(ره) در نگاه خشم‌آلود ایشان جلوه‌گر می‌شد. از هر گونه اقدام عملی که منجر به تضییع حقوق مالی، جانی، آبرویی و اخلاقی دیگران می‌شد، با جدیت و حساسیت زیاد پرهیز و حقوق مالی دیگران را به‌طور کامل و دقیق رعایت می‌نمودند. به تمام شاگردان خود با هر ملیتی - ایرانی، عراقی و افغانی - و از جمله فرزند خود برای نخستین بار در حوزه، به‌طور یکسان شهریه می‌دادند؛ علاوه بر این که حقوق مالی دیگران را به‌طور کامل رعایت می‌کردند، در سطح قابل



توجهی از حقوق مالی خود نیز در راه کمک به محرومان چشم‌پوشی می‌نمودند. برای مثال، املاک و اموال موروثی و اهدایی خود را به نیازمندان بخشیدند و حتی در روز شهادت فرزند خود در زمان تبعید و پس از دستگیری نیز از یاد محرومان غافل نبودند و برای فرد نیازمندی کمک مالی فرستادند. حقوق جانی دیگران را به‌طور کامل رعایت می‌کردند. برد عاطفه‌ی ایشان، علاوه بر انسان‌ها و احترام به حق حیات آن‌ها، حیوانات و گیاهان را نیز در برمی‌گرفت. حقوق و آبروی دیگران را نیز به‌طور کامل رعایت می‌کردند. یاران خود را به‌علت رنجاندن و طرد سایل توبیخ نمودند و نسبت به مجروحان و خدمتکاران منزل لطف و احترام زیادی قایل بودند و یاران خود را از کنار زدن مردم جهت باز کردن راه برای ایشان منع می‌نمودند.

فرضیه‌ی نهم: مقوله‌ی ساده‌زیستی به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: ساده‌زیستی را در رفتار حضرت امام (ره) خمینی در رابطه با دو مقوله‌ی زندگی شخصی (شامل منزل، منطقه‌ی سکونت و خودرو) و زندگی کاری (شامل تزیینات محل کار) چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• نمونه‌های رفتاری حضرت امام (ره) در رابطه با دو مقوله‌ی زندگی شخصی و زندگی کاری، حکایت از نهایت ساده‌زیستی ایشان دارد. نمونه‌های مشاهده‌شده به‌این شرح است: از لحاظ منطقه‌ی سکونت - پس از ورود به تهران - در جنوب تهران در مدرسه‌ی علوی مستقر شدند و قبل از ورود به ایران نیز به‌مدت سیزده‌سال در منطقه‌ی بسیار گرم نجف سکونت داشتند و حتی یک شب نیز از این‌که در کوفه منزلی اجاره کنند و ساکن شوند و از هوای معتدل آن‌جا استفاده نمایند، خودداری نمودند. از لحاظ خودرو نیز خودروهایی اهدایی به ایشان را فروخته و برای مستمندان منزل خریداری نمودند و در مسافرت‌های بین شهری، از وسایل نقلیه‌ی عمومی استفاده می‌کردند. به‌طور قاطع، از سفیدکاری، رنگ‌آمیزی و کاشی‌کاری حسینه‌ی جماران جلوگیری کرده و یاران خود را در صورت ادامه‌ی زیباسازی محل کار، تهدید به خروج خود از آن مکان نمودند. از لحاظ لوازم و امکانات زندگی نیز، در حدی پایین‌تر از حد متوسط و حتی فقرای جامعه زندگی می‌کردند.

**برداشت نهایی از یافته‌ها در بُعد روحی‌روانی:** تحلیل رفتاری امام خمینی (ره) در رابطه با مقوله‌های نه‌گانه در بُعد روحی‌روانی خودمدیریتی، بیان‌کننده‌ی این است که شاخص‌های مراقبه، عبادت، آرامش، درک فوق‌حسی، نیت و عمل خالص، کنترل امیال و ساده‌زیستی که متأثر از مبانی ایدئولوژیک و تربیت دینی امام خمینی (ره) است، فراوانی قابل توجهی را در نمونه‌رفتارهای ایشان به نمایش می‌گذارد. بنابراین، بیان‌کننده‌ی سطح بالای توانمندی ایشان در مدیریت بر خود در بُعد روحی‌روانی است.

### **ب - شاخص‌های خودمدیریتی در بعد فیزیکی جسمی**

فرضیه‌ی اول: مقوله‌ی توجه به ظاهر، به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: توجه به ظاهر را در رفتار امام خمینی (ره) در رابطه با دو زیرمقوله‌ی نظافت و هم‌آهنگی رنگ لباس چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟  
نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، توجه ویژه‌ای به نظافت و زیبایی ظاهر خود داشتند. نمونه‌های مشاهده‌شده به این شرح است: لباس ایشان کاملاً تمیز و بدون کوچک‌ترین لکه یا کثیفی بود. نسبت به تناسب و هم‌آهنگی رنگ لباس خود نیز توجه داشتند؛ از لباس سفید استفاده می‌کردند؛ هرچند نسبت به نظافت، زیبایی و هم‌آهنگی و تناسب ظاهر خود توجه ویژه‌ای داشتند، اما در عین حال سادگی و بی‌پیرایگی - که خود نوعی زیبایی و جذابیت است - در ظاهر ایشان وجود داشت. از خرید لباس نو امتناع کرده و به یک دست لباس اکتفا می‌کردند. از ارزان‌ترین لباس و هم‌چنین از لباس وصله‌دار (عبا- پیراهن و جوراب) استفاده می‌نمودند.

فرضیه‌ی دوم: مقوله‌ی رژیم غذایی به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: توجه به رژیم غذایی را در رفتار امام خمینی (ره) در رابطه با دو شاخص رعایت اعتدال در مصرف غذا (از لحاظ کمی) و رعایت کیفیت متعادل و سلامت غذا و (دوری از تنوع و اهمیت به بهداشت غذا)، چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، به حداقل غذا قانع بودند. نمونه‌های مشاهده‌شده به این شرح است: از نان و پنیر و گردو به‌عنوان سحری و یک عدد تخم مرغ به‌عنوان افطاری استفاده می‌کردند. از غذاهای ساده‌ای مانند: نان، پنیر، گردو، ماست، خیار، کاهو و سایر غذاهای بدون چربی و سبک مانند آبگوشت بدون چربی و شیربرنج استفاده می‌نمودند.

فرضیه سوم: مقوله‌ی ورزش به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: میزان ورزش امام (ره) را در رابطه با سه شاخص پیاده‌روی، نرمش و تمرین ورزشی چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، در طول روز در سه نوبت در ساعت مشخص و به‌مدت معین پیاده‌روی می‌کردند. نمونه‌های مشاهده‌شده به این شرح است: در تمام شرایط جوئی - گرمای تابستان و سرمای زمستان و در زیر برف و باران - شرایط امنیتی - در حال تبعید در فرانسه و ترکیه - و شرایط موقعیتی - در سلول انفرادی به مساحت چهارمترمربع - بر پیاده‌روی مداومت داشتند.

فرضیه‌ی چهارم: مقوله‌ی مدیریت بیماری به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام (ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: مدیریت بیماری را در رفتار امام خمینی (ره) در رابطه با دو شاخص تحمل و بردباری در برابر درد و رنج بیماری و عدم اظهار ناتوانی خود، چه‌گونه ارزیابی می‌کنید؟

نظرات پاسخ‌گویان:

• حضرت امام (ره)، درد شدید بیماری و هم‌چنین درد شدید ناشی از عمل جراحی را تحمل کرده و از ناله و فریاد خودداری می‌نمودند و با اطرافیان و پزشکان، اخلاق و برخورد نیکویی داشتند. نمونه‌های مشاهده‌شده به این شرح است: تحمل ایشان به‌گونه‌ای بود که پزشکان از بردباری بالای ایشان در برابر درد بسیار زیاد بیماری و عمل جراحی در تعجب بودند. با وجود تحمل ده روز درد در اواخر عمر، از اظهار ضعف و ناتوانی و شکایت از بیماری خود در حضور افراد

غیرپزشک خودداری کرده و درد خود را در صورت و با زبان اظهار نکرده و به‌منظور جلوگیری از ناراحتی دیگران در پاسخ به احوال‌پرسی آنان حال خود را خوب بیان می‌کردند. فرضیه‌ی پنجم: مقوله‌ی تجدید قوای فیزیکی به‌عنوان ویژگی خودمدیریتی در حضرت امام(ره)، در حد مطلوب مشاهده شده است.

سؤال مطرح‌شده برای این فرضیه: تجدید قوای فیزیکی را در رفتار امام خمینی(ره) در مورد دو شاخص اختصاص زمانی مشخص و در حد کافی به استراحت و خواب در شب (تنظیم چرخه‌ی خواب و بیداری خود) و استراحت و تجدید قوای فیزیکی در طول روز در حد کافی، چه گونه ارزیابی می‌کنید؟ نظرات پاسخ‌گویان:

• امام خمینی(ره) در زمانی مشخص و به میزان معین در شب استراحت می‌کردند و در زمانی مشخص بیدار می‌شدند. نمونه‌های مشاهده شده به این شرح است: همواره حدود ساعت ده تا یازده به رخت‌خواب می‌رفتند و حدود دو تا سه ساعت پس از نیمه‌شب بیدار می‌شدند. در طول روز در حد کافی و در مقاطع زمانی متعدد و در زمان‌های مشخص استراحت کرده و به‌تجدید قوای فیزیکی خود جهت افزایش سطح کیفی و کمی بازدهی کاری خود می‌پرداختند. در فاصله‌ی زمانی بین نماز شب تا نماز صبح به کار می‌پرداختند و پس از نماز صبح استراحت کرده و رأس ساعت هفت صبح مجدداً کار خود را شروع می‌کردند.

**برداشت نهایی از یافته‌ها در بُعد فیزیکی جسمی:** تحلیل رفتاری امام خمینی(ره) در رابطه با مقوله‌های پنج‌گانه در بُعد فیزیکی جسمی خودمدیریتی، بیان‌کننده‌ی این است که مقوله‌های ظاهر، رژیم غذایی، ورزش، مدیریت بیماری و تجدید قوای فیزیکی که متأثر از مبانی ایدئولوژیک و تربیت دینی امام خمینی(ره) است، فراوانی قابل توجه را در نمونه رفتارهای حضرت امام(ره) به نمایش می‌گذارد. بنابراین، بیان‌کننده‌ی سطح بالای توانمندی ایشان در مدیریت برخورد در بعد فیزیکی جسمی می‌باشد.

## نتیجه‌گیری نهایی

مطالعات در نمونه‌ای از یافته‌های تحقیق که در قالب چهارده فرضیه و چهل و هشت مقوله‌ی

رفتاری در اختیار اعضای گروه دلفی تحقیق قرار گرفت بیانگر نتایج ذیل است:

- مقوله‌ی مراقبه در مجموعه رفتارهای امام خمینی (ره) در سطحی کاملاً مطلوب قابل مشاهده بوده و موجب شده است که تصمیمات و اقدامات ایشان عاقلانه و همراه با دوراندیشی و به‌دور از احساسات شخصی و مقتضیات نابه‌هنجار موقعیتی انجام پذیرد. بنابراین، از نظر گروه دلفی، فرض شده است که احتمال خطا و اشتباه در تصمیمات ایشان در حد قابل توجهی کاهش یافته است.
- مقوله‌ی عبادت در مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره)، در سطحی کاملاً مطلوب قابل مشاهده بوده است. برای گروه دلفی نیز این حد، از سطح بسیار بالای پاسخ‌گویی به سؤال‌های پژوهش برخوردار بوده است.
- مقوله‌ی آرامش، در سطح کاملاً مطلوب در مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره) قابل مشاهده بوده است. هیچ عامل منفی موجب ترس و نگرانی یا عامل مثبت موجب اعجاب و هیجان، قادر نبود حضرت امام (ره) را از حالت آرامش و اعتدال روحی روانی خارج سازد و ایشان را دچار ترس یا اعجاب نماید. این نتیجه نیز در گروه دلفی مشاهده گردید و سبب تقویت نتایج گردید.
- مقوله‌های درک فوق حسی، نظم، سخت‌کوشی، نیت و عمل خالص، کنترل امیال و ساده‌زیستی نیز در سطح کاملاً مطلوب در مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره) قابل مشاهده بوده است. گروه دلفی نیز این ویژگی‌ها را در سطح مطلوب ارزیابی کرد.
- مقوله‌های ظاهر مناسب، رژیم غذایی مناسب، ورزش، مدیریت بیماری و ناتوانی خود و تجدید قوای جسمی در سطحی کاملاً مطلوب در مجموعه رفتارهای حضرت امام (ره) قابل مشاهده بوده است.
- روی هم‌رفته، براساس پاسخ‌های دریافتی از سؤال‌های مربوط در بعد روحی روانی و در بعد فیزیکی جسمی، حضرت امام (ره) در زمینه‌ی خودمدیریتی در سطح کاملاً مطلوبی از این‌گونه رفتارها قرار دارند.

## فهرست منابع

۱. بازرگان، عباس (۱۳۸۷). *مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته*. تهران: نشر دیدار.
۲. رجایی، غلامعلی (۱۳۷۶). *برداشت‌هایی از سیره امام خمینی*. ج ۴. تهران: عروج.
۳. رضایی‌زاده، محمود (۱۳۸۶). *بررسی تطبیقی خودمدیریتی امام خمینی (ره) و مدیران نظام جمهوری اسلامی ایران*. تهران: مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار امام خمینی (ره).
۴. رودسری، حسین (۱۳۷۸). *پرتوی از خورشید. مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار امام خمینی*. تهران: واحد خاطرات.
۵. ساروخانی، باقر (۱۳۷۳). *روش‌های تحقیق در علوم اجتماعی*. ج ۱. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
۶. سبحانی‌نیا، محمد رضا و سعیدرضا علی‌عسگری (۱۳۷۹). *مهر و قهر*. تهران: مرکز فرهنگی شهید مدرس.
۷. سرمد، زهره و عباس بازرگان و الهه حجازی (۱۳۸۰). *روش‌های تحقیق در علوم رفتاری*. تهران: نشر آگه.
۸. لوتانز، فرد (۱۳۷۸). *رفتارسازمانی*، ترجمه‌ی غلامعلی سرمد. تهران: مؤسسه‌ی بانک‌داری ایران.
۹. میرشکاری، اصغر و حمید بصیرت‌منش (۱۳۷۹). *آیین‌های حُسن*. تهران: انتشارات مؤسسه‌ی تنظیم و نشر آثار امام خمینی، واحد خاطرات.
10. Bennis, Warren, Jagdish Parikh, and Ronnie Lessem (1994). *Beyond Leadership*. Oxford, Black Well.
11. Bruce, Willis M. (1990). *Problem Employee Management*. New York: Quorum Books.
12. Burns, D.D. (1980). *Feeling Good: The New Mood Therapy*. William Morrow, New York, NY.
13. Cantor, N. & S. Zirkel (1990). *Personality; Cognition and Purpose Behavior In Pervin*. L. A. (Ed) Handbook Of Personality, Theory and Search, Guilford Press. New York, NY.
14. Carmeli Abraham, Ravett Meitar, Jacob Weisberg (2006). Self-Leadership Skills and Innovative Behavior at Work. *Journal of Leadership and Organizational Studies*. Vol. 27, No.1, pp 75-90.
15. Cohen's, G. E. Ledford (1994). The Effectiveness of Self-Managed Teams and Experiment Human Relations. *Journal of Leadership and Organizational Studies*. Vol. 47. No. 1. pp.231-250.
16. Cohen, William A. (2010). *Heroic Leadership: Leading With Integrity and Honor*. Published by Jossey-Bass.
17. Callahan, Robert, E. Fleenor (1998), *Understanding Organizational Behavior*. Columbus.
18. Costa P. T., R. R Mc.Care (1992). *Revised NEO-Personality Inventory (NEO PI- R) and NEO Five- Factor Inventory (NEO-FEI) Professional Manual*. Psychological Assessment Resources, Odessa, FL.
19. Daintree, Paul H. (1996). *The Capable Executive*. London: MacMillan.

20. Dembo, Myron H. (2004). **Motivation and Learning Strategies for College Success: A Self-Management Approach**. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers Mahwah, New Jersey.
21. Dessler, Gary (1997), **Human Resource Management**, Prentice Hall.
22. Doherty, Tony L. Terry Horne (2002). **Managing Public Services Implementing Changes: a Thoughtful Approach to the Practice of Management**. New York Press.
23. Dolbler, Soderstorm, A. Steinhardt (2001). Self Leadership. *The Journal of Psychology*. No.135, pp. 469-485.
24. Ellis, A. (1975). **A New Guide to Rational Living**. Prentice – Hall. Englewood Cliffs, NJ.
25. Elloy, David F. (2008). "The Relationship Between Self-Leadership Behaviors and Organization Variables in a Self-Managed Work Team Environment School of Business Administration". Gonzaga University. Spokane. Washington. USA. **Management Research News**. Vol. 31 No. 11.
26. Eunson, Baden (1992). **Behaving, Managing Yourself & Others**. McGraw- Hill. Book Company Sydney.
27. Hassin, Ran R., Kevin N. Ochsner, Yaacov Trope (2010). **Self-Control in Society**. Mind and Brain. Oxford University Press.
28. Houghton, J.D, C. P. Neck (2002). The Revised Self-Leadership Questionnaire Testing a Hierarchical Factor Structure for Self-Leadership. **Journal of Managerial Psychology**. No 17. PP.672- 691.
29. Houghton, J. D, C. P. Neck, C. Manz (2003). **Self-Leadership and Super Leadership: The Heart and the Art of Creating Shared Leadership In Teams**. In Pearce ,C.L
30. Houghton, J. D., T. W. Bonham, Christopher P. Neck. Kusum Singh (2004). Relationship Self- Leadership and Personality. **Journal Of Managerial Psychology**. Vol. 19. NO. 4.
31. Howard, Rachlin (2000). **The Science of Self-Control**. Harward University Press. Cambridge, Massachusetts. London, England.
32. London, Manuel (2002). **Leadership Development Paths to Self-Insight and Professional Growth**. Lawrence Erlbaum Associates, Publishers Mahwah, New Jersey London.
33. Lovelace, Kathi J., Charles C. Manz, José Calves (2007), **Work stress and Leadership Development: The Role of Self-Leadership, Shared Leadership, Physical Fitness and Flow in Managing Demands and Increasing Job Control**. *Human Resource Management Review* 17. PP. 374–387.
34. Manz, Charles H. Sims (1991). Super Leading: Beyond The Myth of Heroic Leadership. **Organizational Dynamics**. Vol. 22. No.2. pp.18- 35.
35. Manz, Charles (2005). **The Leadership Wisdom of Jesus**. Berrett-Koehler Publishers, Inc. San Francisco.
36. Manz, Charles (2005). **Temporary Sanity: Instant Self-Leadership Strategies for Turbulent Times**. Pearson Education, INC.
37. Mohrman, S. A., S. G. Cohen, A.N.D. Mohrman, Jr. (1995). **Designing Team- Based Organizations New Forms For Knowledge Work**. Jossey Bass, San Francisco. CA.
38. Mount, M. K., M. R. Barrick (1995). The Big Five Personality Dimensions. **Implications for Research and Practice in Human Resource Management**. Vol. 13, PP.153- 200.
39. Osborn, J. D., L. Moran (2000). **The New Self-Directed Work Teams: Mastering the Challenge**. Mc.Graw-Hill, New York. NY.
40. Parikh, Jagdish (1991). **Managing Yourself: Management by Detached Involvement**. Blackwell Publishing. Ltd, P. 6.

41. Pearce, John A., Richard B. Robinson (2000). **Strategic Management: Strategy Formulation and Implementation**. Irwin: Mc.Graw-Hill.
42. Ravanipour, Maryam, Shayesteh Salehi, Fariba Taleghani, Heidar Ali Abedi (2010). Elderly Self- Management: **A Qualitative Stud** Vol.15, No.2.
43. Robert, S. D. "Intino, Micheal G.Goldsby, Jeffry D.Houghton, Christoper P. Neck (2007). Self-Leadership. **Journal of Leadership and Organizational Studies**. Vol. 13, No. 4.
44. Rothstein, Mitchell G., Ronald J. Burke (2010). **Self-Management and Leadership Development**. Cheltenham, UK. Northampton, MA, USA.
45. Rubin, Theodor, I. (1980). **Compassion and Self Hate: An Alternative to Despair**. Ballantine Books. P. 214.
46. Rushton, J.P, P. Irwin (2009). A General Factor of Personality in 16 Sets of The Big Five, The Guilford-Zimmerman Temperament Survey The California Psychological Inventory. **Personality and Individual Differences**. NO. 47. PP. 558-564.
47. Schwartz, R. C. (1995). **Internal Family Systems Therapy**. New York: Guilford Press.
48. Steers, Richard M. (1981). **Introduction To Organizational Behavior**, Santa Monica, Goodyear Publishing Company.
49. Stern, D. N. (1998). **The Interpersonal World of Infant A View From Psychoanalysis and Development Psychology**. New York: Basis Books.
50. Surya Das, L. (1997). **Awakening the Buddha Within**. New York, Broadway Books
51. Wetten, David, Cameron kim (2002). **Self-Management**. New York: Broadway Books
52. Wood Cock, Mike (1997). **Developing Your People. Easy to Use Activities for Improving Management Skills**. Aldershot, Gower.
53. Yeung, Albert, Greg Feldman, Maurizio Fava (2010). **Self-Management of Depression: A Manual for Mental Health and Primary Care Professionals**. Cambridge University Press.