



Components of Family Resilience in the Context of War: Based on Grounded Theory

Reza Reyhani¹ | Mansoor Sodani² | Mahdi Arkhodi³ | Aliakbar Soleimanian

1. PhD student in the Counseling Department, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
2. Professor, Counseling Department, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
3. Corresponding Author: Assistant Professor, Department of Psychology and Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Farhangian University, Tehran, Iran. Email: m.arkhodi@cfu.ac.ir
4. Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Humanities, Bojnourd University, Bojnourd, Iran.

Volume info

Vol. 17
Series: 66
Summer 2026
P.P: 1-25

Article Type

Research Paper

Article History

Received:
2025-11-29
Revised:
2026-07-02
Accepted:
2026-07-10
Published:
2026-07-23

ISSN – E-ISSN

ISSN: 2588-5162
E-ISSN: 2645-517X



Abstract

Family resilience is a key capacity that enables successful adaptation to life crises. The present study aimed to identify the components of family resilience among Iranian families in the context of war. This qualitative study employed a grounded theory approach and conducted semi-structured interviews with 12 parents (8 mothers and 4 fathers) purposefully selected. Data were analyzed using open and axial coding techniques. Data analysis led to the emergence of a core category titled “Family Resilience: Flexibility for Maintaining Balance,” comprising 12 key components: psychological self-care of spouses, crisis management and preparedness, family psychological resources and competencies, safe environment and contextual awareness, spirituality and resilient beliefs, influence of media, family social network, intimate and supportive intra-family relationships, empowerment and flexibility in child care, daily life management, individual and family growth, and enhancement of cognitive-perceptual capacities. Resilient families were able to effectively cope with stressors by maintaining emotional and cognitive balance, strengthening spousal and parent-child relationships, utilizing psychological and spiritual resources, and preparing for crisis situations. The findings of this study can inform the design of educational and supportive interventions for families and psychological centers, contributing to the enhancement of family quality of life.

Keywords: Family Resilience, Resilience, War, Families in the Context of War, Grounded Theory

Cite this Article: Reyhani, R., Sodani, M., Arkhodi, M., & Soleimanian, M. (2026). Components of Family Resilience in the Context of War: Based on Grounded Theory, 17(66), 1-25.



Publisher: Imam Hossein University.

© The Author(s).



شناسایی مؤلفه های تاب آوری خانواده در بستر جنگ

رضا ریحانی^۱ | منصور سودانی^۲ | مهدی ارخودی قلعه نوئی^۳ | علی اکبر سلیمانیان^۴

۱. دانش آموخته دکتری گروه مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۲. استاد گروه مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

۳. نویسنده مسئول: استادیار گروه آموزشی روانشناسی و مشاوره دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران.

رایانامه: m.arkhodi@cfu.ac.ir

۴. دانشیار گروه مشاوره دانشکده علوم انسانی دانشگاه بجنورد، بجنورد، ایران.

چکیده

تاب آوری خانواده به عنوان یک ظرفیت کلیدی، امکان عبور موفق از بحران ها را فراهم می کند. پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه های تاب آوری خانواده های ایرانی در بستر جنگ انجام شد. روش پژوهش کیفی با رویکرد نظریه داده بنیاد و از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته با ۱۲ والد (۸ مادر و ۴ پدر) به صورت هدفمند انجام شد. داده ها با تحلیل محتوا و روش کدگذاری باز و محوری بررسی شدند. تحلیل داده ها منجر به استخراج یک مقوله محوری تحت عنوان «تاب آوری خانواده: انعطاف برای حفظ تعادل» شد که شامل ۱۲ مؤلفه کلیدی بود: خودمراقبتی روان شناختی همسران، مدیریت و آمادگی در شرایط بحرانی، منابع و شایستگی های روان شناختی خانواده، محیط امن و آگاهی زمینه ای، معنویت و باورهای تاب آورانه، تأثیر رسانه ها، شبکه اجتماعی خانواده، روابط صمیمانه و حمایتی درون خانواده، توانمندسازی و انعطاف در مراقبت از فرزندان، مدیریت زندگی روزمره، رشد فردی-خانوادگی و ارتقای ظرفیت های ادراکی-نگرشی. خانواده های تاب آور با حفظ تعادل هیجانی و شناختی، تقویت روابط زوجین و فرزندان، بهره گیری از منابع روان شناختی و معنوی و آمادگی برای مواجهه با بحران، قادر به مقابله مؤثر با محرک های استرس زا هستند. نتایج نشان می دهد تاب آوری خانواده ایرانی در جنگ، فرایندی پویا از «انعطاف برای حفظ تعادل» میان منابع درونی و بیرونی است. برخلاف مدل های فردمحور، مؤلفه هایی چون خودمراقبتی زوجین و آگاهی زمینه ای نقش کلیدی دارند. پیشنهاد می شود مداخلات روان شناختی، به جای رویکردهای دیر هنگام، بر آموزش مدیریت زندگی روزمره و انعطاف در مراقبت از فرزندان متمرکز شود.

کلیدواژه ها: تاب آوری، تاب آوری خانواده، جنگ، خانواده در بستر جنگ، نظریه داده بنیاد

استناد: ریحانی، رضا، سودانی، منصور، ارخودی قلعه نوئی، مهدی، سلیمانیان، علی اکبر. (۱۴۰۵). شناسایی مؤلفه

های تاب آوری خانواده در بستر جنگ. فصلنامه روانشناسی نظامی، ۱۷(۶۶)، ۱-۲۵.



ناشر: دانشگاه جام امام حسین (ع). نویسندگان.



سال و شماره

سال ۱۷، پیاپی: ۶۶

تابستان ۱۴۰۵

صص: ۱-۲۵

نوع مقاله

مقاله پژوهشی

سابقه مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۹/۰۸

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۴/۱۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۴/۱۹

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۵/۰۱

شابا چاپی و الکترونیکی

شابا چاپی: ۲۵۸۸-۵۱۶۲

الکترونیکی: ۲۶۴۵-۵۱۷۳

مقدمه و بیان مساله

جنگ پدیده‌ای چندسطحی است که آثار عمیق و پایدار خود را در سطوح فردی، بین فردی و جمعی برجای می‌گذارد. خانواده‌ها به عنوان نخستین و بنیادی‌ترین نظام حمایت‌کننده افراد، مستقیماً درگیر پیامدهای جنگ شده و با مجموعه‌ای از تنش‌های مزمن، ترس‌های لحظه‌ای و تغییرات ساختاری ناگهانی مواجه می‌شوند. شواهد پژوهشی نشان داده‌اند که جنگ نه تنها سلامت روان اعضای خانواده را تهدید می‌کند (وحیدنیا و همکاران، ۲۰۲۴)، بلکه عملکرد خانواده، الگوهای ارتباطی، شیوه‌های فرزندپروری و انسجام عاطفی را به طور جدی مختل می‌سازد (التاناملی و همکاران^۱، ۲۰۲۱؛ سیلوسار^۲، ۲۰۲۲). در خرداد ماه ۱۴۰۴، جنگ ایران و اسرائیل خانواده‌های ایرانی ساکن در مناطق در معرض تهدید را با تجربه‌های شدید، غیرقابل پیش‌بینی و مزمنی همچون حملات موشکی دوربرد، احتمال وقوع حمله در ساعات مختلف شبانه‌روز، دشواری پیش‌بینی محل اصابت، وابستگی گسترده مردم به اخبار لحظه‌ای و گسترش جنگ روانی در رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی مواجه کرد؛ تجربه‌هایی که ماهیت ناگهانی و خارج از کنترل جنگ، ابعاد روانی-اجتماعی آن را گسترش داده است. چنین شرایطی سبب شد خانواده‌ها علاوه بر تهدیدهای عینی، در معرض حجم فراوانی از اخبار، شایعات و اطلاعات متناقض قرار گیرند. در نتیجه، مؤلفه‌هایی نظیر آگاهی زمینه‌ای، مدیریت مصرف رسانه، حفظ آمادگی برای شرایط بحرانی و ایجاد احساس امنیت روانی در خانواده، اهمیت مضاعفی در حفظ تاب‌آوری خانواده‌ها پیدا کردند.

جنگ، صرفاً یک بحران عمومی نیست، بلکه به دلیل ماهیت انسانی، عمدی و سازمان‌یافته خود، ویژگی‌هایی دارد که آن را از سایر بحران‌ها متمایز می‌سازد. برخلاف بلایای طبیعی که منشأ آنها عوامل غیرارادی است، در جنگ تهدید حاصل تصمیم و اقدام آگاهانه انسان‌هاست و همین موضوع احساس ناایمنی، بی‌اعتمادی و نااطمینانی مستمر را در خانواده‌ها تشدید می‌کند. افزون بر این، تجربه‌هایی همچون احتمال از دست دادن عزیزان، ترک ناگهانی محل سکونت، مواجهه با

1. Eltanamly, & et al.

2. Slyusar.

مفاهیمی مانند شهادت و جانبازی، شکل گیری دوگانه «خودی - دشمن» و نگرانی دائمی نسبت به زمان و مکان حمله، خانواده را با فشارهای روان شناختی خاصی مواجه می سازد که فرایندهای سازگاری و تاب آوری را نسبت به سایر بحران ها متفاوت می کند (اوبرگ و همکاران^۱، ۲۰۲۲؛ وحیدنیا و همکاران، ۲۰۲۴؛ پلتونن^۲، ۲۰۲۵).

جنگ از سه مسیر اصلی آسیب پذیری خانواده را تشدید می کند: از طریق تأثیر بر اقتصاد خانواده و کاهش منابع مادی (استستنا و همکاران^۳، ۲۰۲۴)، تغییر در سبک زندگی و ساختار نقش ها در خانواده (سیلوسار، ۲۰۲۲) تضعیف روابط اجتماعی و شبکه های حمایتی پیرامون. این سه مسیر به طور هم افزا، بستری برای آسیب پذیری مضاعف خانواده ایجاد می کنند. برای کودکان و نوجوانان، این پیامدها به ویژه نگران کننده تر است، زیرا رشد اجتماعی و هیجانی آنان تحت تأثیر فشارهای محیطی مزمن و تضعیف امنیت روانی دچار اختلال می شود (اوبرگ و همکاران، ۲۰۲۲؛ پلتونن، ۲۰۲۵). همچنین، تنش های ناشی از جنگ می تواند موجب افزایش تعارضات درون خانوادگی، کاهش گرمای عاطفی والدین و فرسایش شیوه های مثبت فرزندپروری شود (التاناملی و همکاران، ۲۰۲۱). در چنین شرایطی، جنگ نه تنها یک تهدید بیرونی، بلکه عاملی تضعیف کننده درونی برای همبستگی، ثبات و کارکرد بهینه خانواده محسوب می شود.

با وجود این تصویر آسیب شناختی، پژوهش ها نشان می دهند که برخی خانواده ها نه تنها در برابر این فشارها فرو نمی ریزند، بلکه توانایی تطبیق، بازسازی و حتی رشد و بالندگی را از خود بروز می دهند. روابط اجتماعی و شبکه های حمایتی، به ویژه حمایت های درون خانوادگی، نقش مهمی در کاهش فشارهای ناشی از جنگ و تقویت سازگاری خانواده ایفا می کنند (استپانکو و همکاران^۴، ۲۰۲۳؛ فیلی و همکاران، ۱۴۰۱). این توانایی برای بازسازی و حفظ عملکرد مطلوب در شرایط بحران، مفهومی کلیدی با نام «تاب آوری خانواده»^۵ را مطرح می کند.

1. Oberg, & et al.
2. Peltonen.
3. Šťastná, & et al.
4. Stepanenko, & et al.
5. Family Resilience

مبانی نظری

خانواده یک نظام اجتماعی - عاطفی پویا است که در چرخه رشد خود با تنش‌های قابل‌پیش‌بینی (مانند انتقال مراحل چرخه زندگی) و غیرقابل‌پیش‌بینی (مانند جنگ و بلایای طبیعی) مواجه می‌شود (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۰؛ حسین شاهی و همکاران، ۱۴۰۳). واکنش خانواده به این تنش‌ها می‌تواند موجب رشد یا رکود، ثبات یا بی‌ثباتی شود. از میان عوامل محافظتی خانواده، «تاب‌آوری خانواده» یکی از مهم‌ترین سازه‌هایی است که به انطباق خانواده با رویدادهای آسیب‌زا کمک می‌کند (چن و یو^۱، ۲۰۲۴؛ وانگ و همکاران^۲، ۲۰۲۴). تاب‌آوری خانواده برخلاف تاب‌آوری فردی، تنها بر ویژگی‌های شخصی تکیه ندارد، بلکه بر تعاملات و الگوهای روابط یک سیستم خانوادگی استوار است (والش^۳، ۱۹۹۶، ۲۰۰۳).

مدل‌های نظری متعددی به توضیح تاب‌آوری خانواده پرداخته‌اند. پترسون (۲۰۰۲) در «مدل واکنش سازگاری و انطباق خانواده» سازگاری خانوادگی را حاصل تعادل تقاضاها (مشکلات و تنش‌ها) و قابلیت‌ها (منابع روان‌شناختی و راهبردهای مقابله‌ای) می‌داند. در «مدل تاب‌آوری استرس، سازگاری و انطباق» چهار دسته عامل شامل زنجیره تقاضاها، مشکلات قبلی، نوع خانواده و منابع موجود و جدید، تعیین‌کننده سطح انطباق خانواده با استرس هستند (درکیندرن و گریف^۴، ۲۰۰۳). جامع‌ترین مدل موجود، «مدل تاب‌آوری خانواده» والش (۲۰۰۳، ۲۰۱۶) است که بر سه حیطه اساسی تأکید می‌کند: سیستم باورهای خانواده، الگوهای سازمان‌دهی و فرآیندهای ارتباطی و حل مسئله. این مدل تاب‌آوری خانواده را فرآیندی چندسطحی، پویا و زمینه‌مند می‌داند که از طریق آن خانواده می‌تواند آسیب‌ها را کاهش داده، عملکرد خود را بازسازی کند و حتی به رشد مثبت برسد. با این حال، بیشتر این مدل‌ها در بافت استرس‌های قابل‌تحمل یا مزمن معمولی توسعه یافته‌اند. در شرایط پر فشار مانند جنگ، خشونت سازمان‌یافته و تهدید مستمر برای بقا، الگوهای تاب‌آوری خانواده ممکن است شکل متفاوتی به خود بگیرد. نظریه‌پردازانی مانند لستر^۵

1. Chen, & Yu
2. Wang, & et al.
3. Walsh.
4. Der Kinderen, & Greef
5. Lester

همکاران (۲۰۱۰) در مدل تاب آوری خانواده در معرض جنگ و خشونت سیاسی، بر مؤلفه‌هایی چون «معناسازی جمعی از تهدید»، «آمادگی عملی برای بحران» و «حفظ آیین‌های خانوادگی در بی‌ثباتی» تأکید کرده‌اند. همچنین، مدل تاب آوری خانواده در بلایا (والش، ۲۰۰۳) که بعداً برای شرایط جنگ توسعه یافت، سه محور «حفظ امید واقع‌بینانه»، «انعطاف‌پذیری نقش‌ها» و «اتصال به شبکه‌های حمایتی اجتماعی در بحران» را برجسته می‌سازد. اگرچه اغلب نظریه‌ها و مدل‌های تاب آوری خانواده در بستر بحران‌هایی مانند بیماری، بلایای طبیعی یا فشارهای مزمن خانوادگی تدوین شده‌اند، اما جنگ از منظر نظری دارای ویژگی‌هایی است که آن را از سایر بحران‌ها متمایز می‌کند. در جنگ، تهدید ماهیتی انسانی، عمدی و مستمر دارد و خانواده علاوه بر مخاطرات جسمانی، با نااطمینانی، بی‌اعتمادی، احتمال جابه‌جایی اجباری، اختلال در شبکه‌های حمایتی و نگرانی دائمی نسبت به امنیت اعضای خانواده مواجه می‌شود. بنابراین انتظار می‌رود سازوکارهای تاب آوری خانواده در جنگ، علاوه بر مؤلفه‌های عمومی تاب آوری، متأثر از ویژگی‌های خاص این نوع بحران نیز باشد (پترسون، ۲۰۰۲؛ والش، ۲۰۱۶؛ اوبرگ و همکاران، ۲۰۲۲؛ استپانکو و همکاران، ۲۰۲۳).

پیشینه پژوهش

گرچه ماهیت تاب آوری خانواده در دهه‌های گذشته مورد توجه قرار گرفته، اما پژوهش‌ها نشان می‌دهند که این فرآیند در بسترهای اجتماعی، فرهنگی و بحران‌های مختلف متفاوت است و نمی‌توان آن را به صورت یک الگوی واحد در همه شرایط تعمیم داد (والش، ۲۰۰۳). در ایران نیز پژوهش‌های متعددی تلاش کرده‌اند عوامل مؤثر بر تاب آوری خانواده را شناسایی کنند. برخی از مهم‌ترین عوامل مؤثر شامل: سبک‌های حل تعارض زوجین (خانجانی، ۱۴۰۲)، تنظیم هیجان و سلامت خانواده (غلامی‌کیا و همکاران، ۱۴۰۱)، سیستم باورها و ساختار خانواده (موزیری و همکاران، ۱۳۹۹) و نیز عوامل شخصیتی، اجتماعی و بین فردی بوده‌اند. روش‌های مورد استفاده در پژوهش‌های داخلی شامل مطالعات کمی مبتنی بر مدل‌سازی ساختاری (بحرایی و همکاران، ۱۴۰۰؛ آینه‌چی، ۱۳۹۷) و مطالعات کیفی مبتنی بر تجربه زیسته خانواده‌ها بوده است، از جمله

پژوهش‌های زارعان و همکاران (۱۴۰۰)، شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۹۹) و کریمی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸)

با وجود این تلاش‌ها، شواهد پژوهشی گویای یک نکته مهم است: تاب‌آوری خانواده یک ماهیت زمینه‌مند دارد و بسته به نوع بحران، زمان بروز آن، شدت تهدید و بافت فرهنگی - اجتماعی خانواده، به شکل متفاوتی ظهور می‌کند. به همین دلیل، مطالعات انجام‌شده در زمینه شرایطی چون داشتن عضو معلول (چن و یو^۱، ۲۰۲۴؛ ۲۰۲۴)، فرزند دارای معلولیت عمیق (لاهایجی و همکاران^۲، ۲۰۲۴)، بیماری مهلک والدین (پراک و همکاران^۳، ۲۰۲۴)، پاندمی کووید-۱۹ (وانگ و همکاران^۴، ۲۰۲۴)، سیل (سعدیا و همکاران^۵، ۲۰۲۰) و جنگ (کوستنکو و همکاران^۶، ۲۰۲۴) نشان داده‌اند که فرایند تاب‌آوری خانواده در هر بستر بحران‌زا ویژگی‌های خاص خود را دارد و نمی‌توان یافته‌ها را به سایر موقعیت‌ها تعمیم داد.

با وجود گسترش ادبیات تاب‌آوری خانواده در دهه‌های اخیر، بررسی این مفهوم در بستر جنگ - به‌ویژه در زمینه ایرانی - هنوز با خلأهای قابل توجهی روبه‌روست. بسیاری از پژوهش‌های جنگ‌محور، خانواده را عمدتاً به‌عنوان قربانی منفعل جنگ معرفی کرده‌اند و کمتر به ظرفیت‌های سازگاری، سازمان‌دهی مجدد و رشد آن در شرایط تهدیدآمیز پرداخته‌اند (به عنوان مثال لستر و همکاران، ۲۰۱۰؛ چنگ^۷ و همکاران، ۲۰۲۴؛ او دانل^۸، ۲۰۱۹). در نتیجه، تجربه زیسته خانواده‌هایی که علی‌رغم قرار گرفتن در معرض تهدیدهای مزمن جنگ، توانسته‌اند کارکرد مطلوب خود را حفظ کنند، در ادبیات علمی به‌صورت نظام‌مند شناسایی نشده است. افزون بر این، بخش مهمی از پژوهش‌های داخلی، تاب‌آوری خانواده را در بسترهای عادی یا بحران‌های غیرجنگی مطالعه کرده‌اند (اکبری و قاسمی جوبنه، ۱۳۹۶؛ اودی و همکاران، ۱۴۰۱)؛ حال آنکه

1. Chen, & Yu
2. Lahaije, & et al.
3. Perak, & et al.
4. Wang, & et al.
5. Sadia, & et al.
6. Kostenko, & et al.
7. Cheng, & et al.
8. O'Donnell

جنگ با ماهیت گسست‌زا، ناگهانی و طولانی مدت خود سازوکارهایی را فعال می‌کند که از نظر نوع، شدت و پیامدها با سایر بحران‌ها تفاوت بنیادین دارد و مدل‌های موجود لزوماً قابل تعمیم به این زمینه نیستند.

در فرهنگ ایرانی نیز مدل بومی یا زمینه‌مند که بتواند سازوکارهای تاب آوری خانواده‌های درگیر جنگ را انعکاس دهد، وجود ندارد. اغلب الگوهای مورد استفاده برگرفته از نظریه‌های غربی یا مطالعاتی است که در شرایط غیرجنگی انجام شده‌اند و قادر نیستند ابعاد فرهنگی، معنایی، حمایتی و تعاملی خاص خانواده‌های ایرانی را بازنمایی کنند. محدود بودن پژوهش‌ها به بررسی چند متغیر از پیش تعیین شده نیز سبب شده مؤلفه‌های نوظهور تاب آوری در متن واقعی زندگی در مناطق جنگ‌زده نادیده بماند. از سوی دیگر، تأکید اغلب مطالعات بر روش‌های کمی موجب شده ماهیت پویا، تعاملی و فرایندی تاب آوری خانواده در شرایط جنگ به‌طور کامل بازتاب نیابد؛ در حالی که فهم این پدیده مستلزم مطالعه عمیق تجربه زیسته و تحلیل فرایندهای سازگاری در بافت طبیعی زندگی خانواده‌هاست.

اهمیت رفع این خلأ پژوهشی در آن است که تاب آوری خانواده، یکی از بنیان‌های تاب آوری ملی محسوب می‌شود و کیفیت سازگاری خانواده‌ها در شرایط جنگ پیامدهایی پایدار برای نسل بعد دارد (کوستنکو و همکاران، ۲۰۲۴). بدون شناخت دقیق از تجربه زیسته خانواده‌هایی که در چنین شرایطی عملکرد مطلوب داشته‌اند، برنامه‌ریزی‌های حمایتی، مداخلات روان‌شناختی و سیاست‌گذاری‌های اجتماعی ناگزیر سطحی و ناکارآمد باقی می‌مانند. نهادهای حمایتی، سازمان‌های اجتماعی و برنامه‌ریزان نیازمند درکی واقعی، کاربردی و مبتنی بر شواهد از این هستند که خانواده‌ها چگونه در متن جنگ منابع خود را بسیج کرده، روابط خود را بازتنظیم می‌کنند و سازوکارهایی برای سازگاری مؤثر ایجاد می‌نمایند.

بر این اساس، پژوهش حاضر با اتکا بر تجربه‌های زنده خانواده‌های ایرانی ساکن در مناطق جنگی و بهره‌گیری از روش نظریه داده‌بنیاد، می‌کوشد مؤلفه‌های تاب آوری خانواده را در بستر جنگ شناسایی و الگویی بومی و علمی ارائه کند؛ الگویی که بتواند شکاف نظری موجود را پُر

کرده و مبنایی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی و برنامه‌های حمایت‌گرانه در شرایط مشابه فراهم آورد

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر یک مطالعه کیفی با رویکرد نظریه داده‌بنیاد^۱ استراوس و کوربین^۲ (۱۹۹۸) است که با هدف شناسایی مؤلفه‌های تاب‌آوری خانواده در شرایط جنگ ۱۲ روزه انجام شد. این روش امکان استخراج چارچوب نظری مبتنی بر تجارب زیسته مشارکت‌کنندگان و شناسایی الگوهای رفتاری و معنایی تاب‌آوری را فراهم می‌کند. انتخاب نظریه داده‌بنیاد به دلیل قابلیت آن در تولید نظریه از داده‌های واقعی و پیچیدگی چندبعدی پدیده، بر سایر رویکردهای کیفی ترجیح داده شد. جامعه هدف پژوهش شامل خانواده‌های ایرانی ساکن شهری بود که در ماه‌های خرداد تا مرداد ۱۴۰۴ هدف حمله موشکی قرار گرفتند. اطلاع‌رسانی پژوهش از طریق شبکه‌های اجتماعی (گروه‌ها و کانال‌های تلگرامی، شاد و اینستاگرام) انجام شد. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: حداقل سه سال زندگی مشترک، حداقل یک فرزند زیر ۱۲ سال، کسب نمره مطلوب در مقیاس تاب‌آوری خانواده سیکسبی (۲۰۰۵)، بر اساس میانگین جامعه آماری. نمونه‌گیری هدفمند با رویکرد حداکثر تنوع به کار گرفته شد و نمونه‌گیری نظری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. اشباع نظری پس از ۱۲ مصاحبه محقق شد، زمانی که هیچ مفهوم جدیدی در مصاحبه‌های پایانی تولید نشد. نسخه فارسی مقیاس تاب‌آوری خانواده پیش‌تر در جامعه ایرانی بررسی و ویژگی‌های روان‌سنجی آن تأیید شده است. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی، ساختار عاملی مناسب این مقیاس را نشان داده و شواهد روایی همگرا و نیز پایایی آن بر اساس ضرایب آلفای کرونباخ و دونیمه‌سازی مطلوب گزارش شده است؛ از این رو، این ابزار برای غربالگری خانواده‌های دارای سطح بالاتر تاب‌آوری در پژوهش حاضر مورد استفاده قرار گرفت (حسینی و حسین‌چاری، ۱۳۹۲).

داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته تلفنی جمع‌آوری شد. انتخاب مصاحبه تلفنی به دلیل محدودیت‌های امنیتی و دسترسی به مشارکت‌کنندگان بود، هر چند محدودیت‌هایی مانند

1. Grounded Theory
2. Strauss & Corbin.

فقدان مشاهده زبان بدن و تعامل رو در رو مدنظر قرار گرفت. تحلیل داده ها بر اساس سه مرحله کدگذاری استراوس و کوربین (۱۹۹۸) انجام شد: کدگذاری باز^۱: متن مصاحبه ها خط به خط بررسی و به واحدهای معنایی خرد شد و سپس واحدهای مشابه در قالب کدهای باز دسته بندی شدند. در مرحله کدگذاری باز، تمامی مفاهیم استخراج شده از مصاحبه ها به عنوان کدهای اولیه ثبت شدند. با این حال، همه کدهای باز وارد مراحل بعدی تحلیل نشدند. به منظور افزایش انسجام مدل و تمرکز بر الگوهای مشترک تجربه مشارکت کنندگان، کدهایی که حداقل در ۲۵ درصد مصاحبه ها (حداقل در سه مصاحبه از دوازده مصاحبه) تکرار شده بودند و در عین حال از اهمیت مفهومی برخوردار بودند، برای ورود به مرحله کدگذاری محوری انتخاب شدند.

کدگذاری محوری^۲: با مقایسه کدهای باز، مفاهیم و روابط میان آن ها شناسایی و ۳۹ کد محوری در ۱۲ زیرطبقه دسته بندی شد. این مرحله با استفاده از مقایسه مستمر انجام شد تا انسجام مفاهیم در مصاحبه های مختلف بررسی گردد. کدگذاری انتخابی^۳: یک مقوله مرکزی با عنوان «تاب آوری خانواده: انعطاف برای حفظ تعادل» انتخاب شد که تمامی کدهای محوری را پوشش می دهد و چارچوب نظری نهایی پژوهش را شکل داد. به منظور شفاف تر شدن فرایند تحلیل، برای مثال در مرحله کدگذاری باز، عبارت هایی مانند «کیف وسایل ضروری را از قبل آماده کرده بودیم»، «محل امن خانه را مشخص کرده بودیم» و «برای خروج اضطراری برنامه داشتیم» به صورت کدهای مستقل استخراج شدند. در مرحله مقایسه مستمر، این کدها به دلیل اشتراک مفهومی ذیل کد محوری «آمادگی برای شرایط بحرانی» قرار گرفتند و در ادامه همراه با سایر کدهای مرتبط، مؤلفه نهایی «مدیریت و آمادگی در شرایط بحرانی» را تشکیل دادند. این فرایند برای تمامی کدهای استخراج شده به صورت مستمر و رفت و برگشتی تا دستیابی به اشباع نظری ادامه یافت (استراوس و کوربین، ۱۹۹۸).

برای ارتقای قابلیت اعتماد و اعتبار داده ها از مشارکت کنندگان با تنوع تحصیلی و اقتصادی- اجتماعی جمع آوری شد و نتایج هر مصاحبه برای آنان ارسال گردید تا صحت و جامعیت تحلیل

1. Open coding
2. Axial coding
3. Selective coding

تأیید شود. اعتبار داده ها با بازبینی کدها توسط سه متخصص مشاوره خانواده و یک متخصص روانشناسی تربیتی تقویت شد. مشارکت کنندگان رضایت آگاهانه کتبی ارائه کردند و از محرمانگی داده ها مطلع شدند. آن ها در هر مرحله حق انصراف داشتند. داده های صوتی و متون مصاحبه رمزگذاری و پس از تحلیل حذف شدند.

میانگین سنی مشارکت کنندگان ۳۸/۸۳ سال و میانگین مدت ازدواج آن ها ۱۳/۳۳ سال بود؛ حدود ۴۰٪ ساکن تهران بودند (جدول ۱).

جدول ۱. اطلاعات جمعیت شناختی مشارکت کنندگان پژوهش حاضر

کد	والد مورد مصاحبه	سن	شهر	مدت ازدواج	تعداد فرزند
RA01	مادر	۴۰	تهران	۱۲	۱
RA02	مادر	۲۷	اصفهان	۱۲	۲
RA03	مادر	۴۳	تهران	۱۲	۲
RA04	پدر	۴۸	تبریز	۲۱	۳
RA05	مادر	۳۶	اصفهان	۱۵	۲
RA06	پدر	۳۹	کرمانشاه	۸	۲
RA07	مادر	۳۴	تهران	۱۵	۱
RA08	مادر	۳۷	تهران	۱۳	۱
RA09	مادر	۴۰	تهران	۱۵	۲
RA10	مادر	۳۶	شیراز	۱۱	۱
RA11	پدر	۴۸	شیراز	۱۹	۳
RA12	پدر	۳۸	کرمانشاه	۷	۱

سؤالات پژوهش

۱- ماهیت و مولفه های تاب آوری در خانواده ایرانی در بستر جنگ چیست؟

یافته های پژوهش

تحلیل داده های حاصل از مصاحبه ها بر اساس شباهت معنایی در ۱۲ زیرطبقه سازماندهی شدند که نمایانگر مؤلفه های تاب آوری خانواده در بستر جنگ هستند. جدول (۲) نمونه ای از این داده ها را نشان می دهد.

جدول ۲. نمونه هایی از کدهای باز و زیرطبقات

زیرطبقات	نمونه هایی از کدهای باز
خودمراقبتی روان شناختی همسران	حفظ خونسردی- انجام کار موردعلاقه- استفاده مثبت از فضای مجازی- ارتباط با خدا- تمرکز بر قدرت درونی- طنز آلود کردن بحران ها و ...
مدیریت و آمادگی در شرایط بحرانی	تمرکز بر یافتن راه حل ها- برنامه ریزی زوج برای شرایط اضطراری- رفتن به جای امن- آماده سازی وسایل برای مقابله با شرایط اضطراری- آماده سازی وسایل کمک های اولیه و ...
منابع و شایستگی های روان شناختی خانواده	عبور موفق از بحران ها با خودسازی- خودسازی در بحران ورشکستگی- مسئولیت پذیری کودکان- مثبت اندیشی- همراهی زوج در مواقع غم- انگیز زندگی- اعتماد به توانمندی خانواده و ...
محیط امن و آگاهی زمینه ای	وجود عشق و صمیمیت در خانواده- نبود تنش در خانواده- آگاهی از وقوع احتمالی جنگ- آگاهی نسبی از اتفاقات سیاسی- اطمینان داشتن خانواده از قدرت مرد- حمایت دائمی مرد از خانواده و ...
معنویت و باورهای تاب آورانه	باور به نقش بحران ها در رشد فردی- اعتقاد به بهتر شدن اوضاع- اعتقاد به گذرا بودن سختی ها- باور به اجتناب ناپذیر بودن چالش ها در زندگی- باور به قدرت الهی- توکل بر خدا و ...

زیرطبقات	نمونه‌هایی از کدهای باز
تأثیر رسانه‌ها	عدم پیگیری اخبار از طریق تلویزیون- دوری کردن از فضای مجازی- عدم پیگیری خبرهای نامعتبر- حذف کانال‌های خبری نامعتبر و ...
شبکه اجتماعی خانواده	تلاش برای تسکین دیگران- نهی کردن اطرافیان از فاجعه‌سازی- دریافت استرس از خانواده مبدا- دوری از افراد تنش‌زا- تخلیه هیجانی با دوستان- همراهی خانواده مبدا به جای امن و ...
روابط صمیمانه و حمایتی درون خانواده	ایجاد احساس امنیت در فرزندان- هماهنگی مرد با زن- گفتگوی حمایتی زوجین- تماس فیزیکی با همسر- یادآوری توانمندی‌های همسر به وی- ارائه اطلاعات معتبر به همسر و ...
توانمندسازی و انعطاف در مراقبت از فرزندان	انتقال خوش‌بینی به فرزندان- یادآوری گذرا بودن بحران‌ها به فرزندان- پخش موسیقی با صدای بلند- تنظیم خواب کودک بر اساس شرایط- پخش برنامه‌های مورد علاقه فرزندان- کتاب خواندن برای فرزند و ...
مدیریت زندگی روزمره	تفریح خانوادگی- تماشای فیلم به صورت خانوادگی- لغو نکردن فعالیت‌های قبل از جنگ- گفتگوهای عاطفی اعضای خانواده- ترسیم آینده‌ای زیبا برای اعضای خانواده- قوت قلب دادن به یکدیگر و ...
رشد فردی-خانوادگی	خوش گذرونی بیشتر خانواده با هم- ارتقای حس صمیمیت- نیرومندتر شدن سیستم خانواده- اعتماد به ارتقای استقلال شخصی- افزایش اعتماد به نفس فرزندان- میل به ارتقای سطح تحصیلات خود و ...
افزایش ظرفیت‌های ادراکی-نگرشی	قدرشناسی متقابل اعضای خانواده- ارتقای قدرشناسی بابت امنیت- توجه به ارزشمندی همسر- استرس ندادن به خود برای اتفاقات نامعلوم آینده- دست و دلباز شدن- استفاده از لحظه حال و ...

در ادامه برای تبیین واضح‌تر زیرطبقه‌های حاصل، به تشریح زیرطبقات با ارائه اظهارات برخی مشارکت‌کنندگان پرداخته شده است:

خودمراقبتی روان شناختی همسران

خانواده های تاب آور در شرایط تنش از شیوه های خودمراقبتی روان شناختی بهره می بردند. این اقدامات شامل تمرکز بر فعالیت های مورد علاقه، بازنگری مثبت رویدادها و تقویت منابع درونی بود. در این راستا RA05 می گوید: «ولی اون موقع یکی از افتخاراتم اینه که رکورد کتابخوانی رو توی اون دوازده روز زدم. نزدیک ۷ تا کتاب خیلی سنگین که شاید این ۷ تا رو قبلا توی ۱ ماه میخوندم، توی اون تایم خوندم.»

مدیریت و آمادگی در شرایط بحرانی

خانواده ها با برخورداری از ذهنیت حل مسئله، خود و اعضای خانواده را برای بحران های احتمالی آماده می کردند و وسایل و برنامه های لازم را مهیا می ساختند. در این باره، RA04 می گوید: «من وسیله هایی که لازم بود رو تهیه کرده بودم و توی یک کیف گذاشته بودم چون میخواستم اگه خدایی نکرده وضعیت خیلی افتضاح شد بتونیم خودمون رو نجات بدیم.»

منابع و شایستگی های روان شناختی خانواده

عبور موفق از بحران های گذشته، اعتماد به توانمندی اعضای خانواده و مثبت اندیشی مشترک، پایه ای برای تاب آوری در بحران های جدید فراهم می کرد. اظهارات RA07: «من و همسرم سعی کردیم تو بحران های خیلی بزرگ و سنگین کنار هم باشیم و همدیگه رو تنها نگذاریم.» بیانگر اطمینان از تلاش متقابل زوجین برای باهم بودن در شرایط سخت زندگی است.

محیط امن و آگاهی زمینه ای

وجود عشق و صمیمیت در خانواده، آگاهی نسبی از شرایط و تهدیدهای محیطی، و حس امنیت اعضا، از ویژگی های محیط امن خانواده های تاب آور بود. در زمینه نقش پررنگ عشق در خانواده، RA03 می گوید: «چیزی که باعث شد خانوادمون کمتر تحت تاثیر جنگ قرار بگیره، اون صمیمیت و اون عشقی که بین ما بود. من خیلی سعی میکنم بهشون عشق بدم، به همسرم، به بچه ها. و همسرم همینطور متقابلا.»

معنویت و باورهای تاب آورانه

باورها و ارزش های معنوی، شامل اعتماد به گذرا بودن بحران ها و پذیرش چالش ها به عنوان فرصت رشد، نقش مؤثری در تاب آوری داشتند. در این زمینه، RA01 می گوید: «بینید یه سری

چیزها باید باشد، به سری چیزها باید اتفاق بیفته، باید به چیزایی به وجود بیاد که مثل اینه که میخوای به ساختمونی رو بازسازی کنی، خب این ساختمون رو باید بازسازی کنی و به مدت شرایط خیلی بدی داره و خراب شده اما تهش به ساختمون بازسازی شده و خیلی قشنگ و خوب میشه.»

تأثیر رسانه‌ها

خانواده‌های تاب‌آور در مواجهه با اخبار و رسانه‌ها مراقبت می‌کردند تا اطلاعات نادرست و استرس‌زا را دنبال نکنند. در این مورد RA12 می‌گوید: «خب یکسری کانال‌های تلگرامی و پیج‌هایی داشتیم که اخبار الکی و دروغ داخلش بود و بیشتر استرس میداد. ما اونا رو لغو دنبال زدیم.»

شبکه اجتماعی خانواده

شبکه‌های حمایتی خانواده و روابط با اطرافیان بر تاب‌آوری اثرگذار بود. خانواده‌ها تلاش می‌کردند از منابع تنش‌زا فاصله بگیرند و از حمایت روانی شبکه خود بهره‌مند شوند، RA01 می‌گوید: «اطرافیان تأثیر منفی می‌داشتن، مثلاً همسرم سرکار میرفت و یکسری اطلاعات میگرفت و هرچقدر خودمون رو آرام میکردیم باز هم به جورایی تحت تأثیر قرار میگرفتیم.»

روابط صمیمانه و حمایتی درون خانواده

زوج‌ها فضایی برای مشارکت، خودافشایی و دریافت حمایت ایجاد می‌کردند و فرزندان احساس امنیت بیشتری داشتند. در این باره، RA05 می‌گوید: «من توی این ۱۲ روز خیلی بیشتر وقتی شوهرم رو میدیدم بغلش میکردم.»

توانمندسازی و انعطاف در مراقبت از فرزندان

خانواده‌ها شیوه‌های فرزندپروری خود را با توجه به شرایط جنگ انعطاف‌پذیر می‌کردند تا تنش‌ها کاهش یابد. اظهارات RA03: «فقط به وقتایی که انفجارات شدید شد، من به بچه‌ها گفتم که مثل چهارشنبه سوری، ترقه دارن میزنن.» بیانگر عادی جلوه دادن محرک‌های تنش‌زای دوران جنگ است.

مدیریت زندگی روزمره

خانواده‌ها تلاش می‌کردند فعالیت‌های روزمره و برنامه‌های عادی را حفظ کنند و از طریق گفتگو و ترسیم آینده روشن، امید را در اعضا تقویت کنند. در این زمینه، RA10 می‌گوید: «کاری که

باید میکردیم رو کنسل نمیکردیم، کلاس اگه داشتیم میرفتیم و کارای روتین رو تعطیل نمیکردیم.»

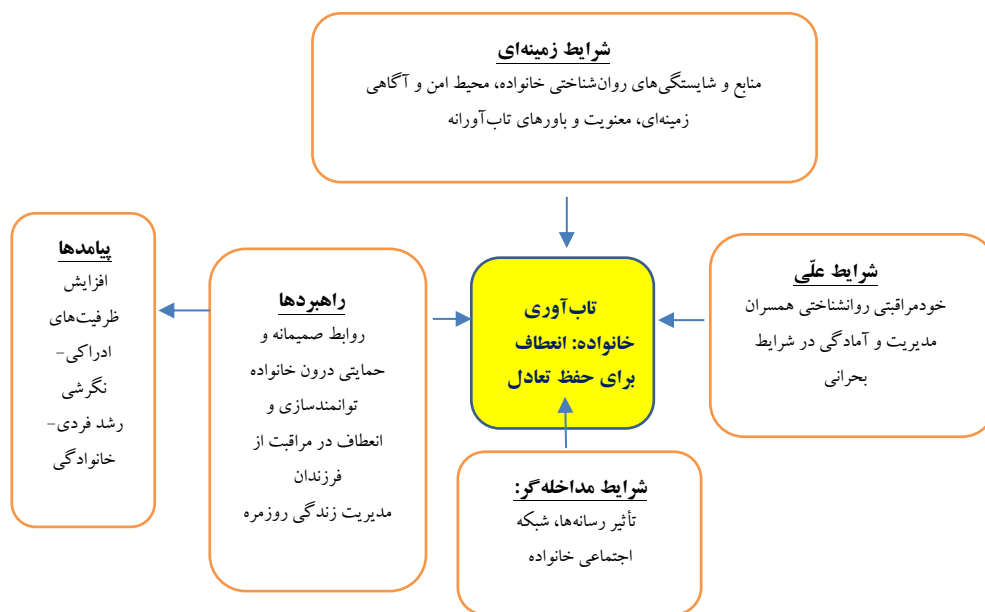
رشد فردی-خانوادگی

تاب آوری در برابر بحران باعث ایجاد نزدیکی بیشتر و اعتماد به نفس بالاتر در اعضا شد. در این راستا، RA08 می گوید: «بیشتر این حسه هست که انگار قلب هامون به هم نزدیک تر شده.»

افزایش ظرفیت های ادراکی-نگرشی

خانواده ها با تاب آوری بهتر توانستند قدر لحظات عادی را بدانند، حضور در لحظه را تجربه کنند و برای یکدیگر وقت بیشتری بگذارند. RA09 می گوید: «الان دیگه خیلی به خودم و خونوادم سخت نمیگیرم که واسه هر مشکلی بشینم و غصه بخورم، به جورایی زندگی رو راحت تر میگیرم.»

الگوی پارادایمی:



نمودار ۱. مدل نظری تاب آوری خانواده های ایرانی در بستر جنگ

نتیجه‌گیری و پیشنهادها

پژوهش حاضر با استفاده از روش نظریه داده‌بنیاد به منظور شناسایی مؤلفه‌های تاب‌آوری خانواده‌های ایرانی در بستر جنگ انجام شد. تحلیل مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته با خانواده‌های تاب‌آور، ۱۲ مؤلفه کلیدی تاب‌آوری خانواده را مشخص ساخت که نمایانگر ماهیت چندبعدی این پدیده در شرایط بحرانی هستند.

یافته‌ها نشان دادند که روابط صمیمانه و حمایتی زوجین بیشترین سهم کدهای باز را به خود اختصاص داده‌اند. این نتیجه با پژوهش‌های چن و یو (۲۰۲۴) و کریمی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸) همخوانی دارد. همان‌طور که کوستنکو و همکاران (۲۰۲۴) نشان دادند، کیفیت روابط در خانواده تأثیر مهمی بر مدیریت استرس دارد. با این حال، آنچه در مصاحبه‌های خانواده‌های ایرانی آشکار شد، نقش دوگانه «همدلی جنسیت‌محور» در فرهنگ ایرانی بود. برخلاف جوامع غربی که حمایت عاطفی به صورت متقارن میان زن و مرد توزیع می‌شود، در خانواده‌های تاب‌آور ایرانی، مردان بیشتر بر حمایت ابزاری و امنیت‌بخشی فیزیکی (مانند تصمیم‌گیری برای تخلیه یا ماندن، تأمین لوازم اضطراری) و زنان بیشتر بر تنظیم هیجانی و انتقال آرامش به فرزندان متمرکز بودند. زوج‌هایی که امکان گفت‌وگوی آزاد و دریافت حمایت عاطفی از یکدیگر دارند، می‌توانند آرامش و تاب‌آوری خود را به فرزندان منتقل کنند؛ اما در بافت ایرانی، این انتقال نه از طریق گفت‌وگوهای طولانی، بلکه اغلب از طریق «حضور آرام» و «کنترل نگرانی در حضور دیگری» صورت می‌گیرد. به عبارت دیگر، تاب‌آوری در بافت فرهنگی ایران نه از طریق تقارن نقش‌ها، بلکه از طریق تکمیل‌کنندگی نقش‌ها در بحران بازسازی می‌شود.

یکی دیگر از مؤلفه‌های خانواده‌های تاب‌آور در بستر جنگ، «خودمراقبتی روان‌شناختی همسران» می‌باشد. نتایج نشان داد تاب‌آوری خانواده با مهارت‌های تنظیم هیجانی، مثبت‌اندیشی و تمرکز بر منابع درونی همسران رابطه مستقیم دارد (غلامی‌کیا و همکاران، ۱۴۰۱؛ شفیع‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۹). اما تحلیل عمیق‌تر مصاحبه‌ها نشان داد که «خودمراقبتی روان‌شناختی» در خانواده ایرانی جنگ‌زده، مفهومی فردی-جمعی است؛ یعنی همسران نه صرفاً برای خود، بلکه برای حفظ کارکرد کل خانواده به مراقبت از روان خود می‌پردازند. زوج‌هایی که توانایی مدیریت

هیجانات منفی خود را دارند و نگرش امیدوارانه خود را حفظ می کنند، می توانند تعادل خانواده را در مواجهه با بحران حفظ کرده و محیطی امن برای فرزندان فراهم کنند.

تاب آوری خانواده ها با ذهنیت حل مسئله و آمادگی برای مواجهه با بحران تقویت می شود. بررسی مصاحبه ها نشان داد که خانواده های تاب آور با برنامه ریزی و فراهم سازی امکانات لازم، خود و اعضای خانواده را در برابر محرک های استرس زا محافظت می کنند. این یافته با پژوهش های چو و هاسه^۱ (۲۰۱۶) و اوداگرتی و همکاران^۲ (۲۰۰۵) همسو است. خانواده هایی که پیش تر با بحران ها مواجه شده اند، با تجربه موفق عبور از مشکلات گذشته، منابع روان شناختی و شایستگی های لازم برای مواجهه با بحران های جدید را توسعه می دهند (پراک و همکاران، ۲۰۲۴). آنچه در خانواده های ایرانی مورد مطالعه مشهود بود، «یادگیری بین نسلی بحران» بود؛ یعنی پدران و مادرانی که خود تجربه جنگ تحمیلی یا زلزله را داشته اند، الگوهای مقابله ای خود را به صورت ضمنی به فرزندان منتقل کرده بودند.

وجود محیط امن در خانه و آگاهی نسبی زوجین از شرایط، موجب کاهش استرس و افزایش توان مقابله خانواده می شود (بحرایی و همکاران، ۱۴۰۰). حضور امن و حمایت مرد در خانواده نقش مهمی در ایجاد تعادل هیجانی اعضا دارد و تمرکز خانواده را بر حل بحران فعلی ممکن می سازد. باورها و ارزش های معنوی، از جمله اعتقاد به گذرا بودن بحران ها و اعتماد به حمایت الهی، تسریع تاب آوری خانواده را ممکن می کنند. با این حال، یافته های این پژوهش نشان داد که در خانواده های ایرانی، معنویت یک باور انتزاعی نیست، بلکه از طریق مناسک عملی روزمره فعال می شود: خواندن دعای فرج برای تعجیل در پایان بحران، نذر کردن برای امنیت اعضای خانواده، پناه بردن به آیات قرآن در لحظات استرس زای آذیر جنگ. والدینی که بحران را فرصتی برای رشد می دانند، توانایی بهتری در مدیریت هیجانات و روابط با فرزندان و همسر دارند و این نگرش به کودکان منتقل می شود (چن و یو، ۲۰۲۴). آنچه خانواده های تاب آور ایرانی را از نمونه های غربی متمایز می کند، واگذاری کنترل موقعیت به خداوند همراه با حفظ مسئولیت زمینی است؛ یعنی نه تقدیرگرایی منفعل، بلکه «فعالیت توأم با توکل».

1. Chew & Haase.

2. O'Dougherty, & et al.

سواد رسانه‌ای و انتخاب هوشمندانه منابع خبری می‌تواند تاب‌آوری خانواده را تقویت یا تضعیف کند (لیبد و همکاران^۱، ۲۰۲۲). خانواده‌های تاب‌آور با دنبال نکردن اخبار نامعتبر و تمرکز بر اطلاعات موثق، سطح استرس و اضطراب خود و اعضای خانواده را کاهش می‌دهند. در مصاحبه‌های حاضر، خانواده‌های تاب‌آور به صراحت از «مدیریت اخبار» به عنوان یک وظیفه والدینی یاد کردند؛ به این معنا که والدین خود را مسئول فیلتر کردن اطلاعات پیش از رسیدن به فرزندان می‌دانستند. شبکه‌های حمایتی و روابط اجتماعی خانواده می‌توانند به صورت متناقض، تاب‌آوری خانواده را تحت تأثیر قرار دهند. حمایت دوستان و نزدیکان امن، آرامش‌بخش است؛ در حالی که روابط با اطرافیان مضطرب و نگرانی‌زا می‌تواند سطح اضطراب خانواده را افزایش دهد (استپاننکو و همکاران، ۲۰۲۳؛ زکی‌خانی و همکاران، ۱۴۰۳؛ لی و همکاران^۲، ۲۰۲۲). یکی از یافته‌های جالب توجه در فرهنگ ایرانی، «حمایت‌گزینی مبتنی بر تجربه مشترک جنگی» بود؛ یعنی خانواده‌ها ترجیح می‌دادند با کسانی ارتباط داشته باشند که خود تجربه مشابهی از جنگ را پشت سر گذاشته بودند، زیرا معتقد بودند دیگران «عمق ترس را نمی‌فهمند».

والدین خانواده‌های تاب‌آور انعطاف در قوانین خانه و شیوه‌های فرزندپروری را برای کاهش اثرات بحران بر کودکان اعمال می‌کنند و با القای امید و ترسیم آینده روشن، تاب‌آوری فرزندان را افزایش می‌دهند (کریمی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۸؛ التاناملی و همکاران، ۲۰۲۱). یکی دیگر از مؤلفه‌های خانواده‌های تاب‌آور در جنگ «مدیریت زندگی روزمره» است. این یافته با نتایج مطالعات آینه‌چی (۱۳۹۷) و کریمی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۸) همخوان است. ادامه فعالیت‌های روزمره و مشارکت فعال اعضای خانواده، حتی در شرایط جنگ، به حفظ تاب‌آوری خانواده کمک می‌کند. «عادی‌سازی بحران» یکی از راهبردهای کلیدی خانواده‌های ایرانی بود؛ یعنی آنها تلاش می‌کردند جنگ را به یک «روال جدید زندگی» تبدیل کنند نه یک «حادثه استثنایی». خانواده‌ها با حفظ روتین (مانند سرکار رفتن، درس خواندن، دوره‌های خانوادگی) و تقویت ارتباطات درون‌خانوادگی، تعادل شناختی و هیجانی را تقویت می‌کنند.

تاب‌آوری خانواده با عبور موفق از بحران، منجر به افزایش خودباوری، اعتماد به نفس و میل به رشد اعضا می‌شود. نتایج پژوهش‌های والش (۲۰۱۶) و مستن (۲۰۱۸) نیز هم‌جهت با این یافته

1. Lebid, & et al.

2. Lee, & et al.

می باشد. بعد از آنکه سیستم خانواده با موفقیت از بحران جنگ عبور می کند، به نظر می رسد پیام «تو قدرتمندی!» در فضای خانواده پخش می شود.

آخرین مؤلفه تاب آوری خانواده های در معرض جنگ «افزایش ظرفیت های ادراکی-نگرشی» است که به ارتقای سطح قدرشناسی و زیستن آگاهانه اعضای خانواده اشاره دارد. این یافته با نتایج پژوهش ثابت و همکاران^۱ (۲۰۱۵) هم راستا است. در تبیین این یافته می توان چنین گفت که عبور موفق از بحران، قدردانی از لحظه حال و ارتقای آگاهی اعضا را به دنبال دارد و موجب تقویت نگرش های مثبت و انعطاف شناختی خانواده می شود.

آنچه از ترکیب ۱۲ مؤلفه به دست می آید، این است که تاب آوری خانواده ایرانی در بستر جنگ، یک «سازوکار پویای تعادل بخش» است که در آن سه لایه به هم پیوسته عمل می کنند: لایه اول، تنظیم هیجانی درون خانوادگی (خودمراقبتی همسران، روابط صمیمانه، انعطاف در فرزندپروری)؛ لایه دوم، چارچوب معنایی-فرهنگی (باورهای معنوی، بازتعریف بحران به عنوان فرصت رشد، مدیریت هوشمندانه رسانه)؛ و لایه سوم، کنش های عملی روزمره (مدیریت زندگی، آمادگی برای بحران، بهره گیری از شبکه حمایت گزینشی). بر خلاف مدل های غربی که تاب آوری را بیشتر مبتنی بر ارتباط باز و ابراز هیجان می دانند (والش، ۲۰۰۳)، در خانواده ایرانی تاب آور، «سکوت مقاومت آمیز»، «تکمیل کنندگی نقش های جنسیتی» و «معنویت مناسکی» نقش محوری دارند. این یافته نشان می دهد که مداخلات بالینی و آموزشی در ایران، اگر بدون توجه به این بافت فرهنگی طراحی شوند، ممکن است نه تنها مفید نباشند، بلکه با ایجاد انتظارات ناهماهنگ با فرهنگ، تاب آوری واقعی خانواده را تضعیف کنند.

پژوهش حاضر نشان داد که تاب آوری خانواده های ایرانی در بستر جنگ، پدیده ای چندبعدی و پویاست که از تعامل دوازده مؤلفه شامل خودمراقبتی روان شناختی همسران، مدیریت و آمادگی در شرایط بحرانی، منابع و شایستگی های روان شناختی، محیط امن و آگاهی زمینه ای، معنویت و باورهای تاب آورانه، مدیریت تأثیر رسانه ها، شبکه های اجتماعی، روابط صمیمانه و حمایتی، توانمندسازی و انعطاف در فرزندپروری، مدیریت زندگی روزمره، رشد فردی - خانوادگی و

1. Thabet, & et al.

افزایش ظرفیت‌های ادراکی - نگرشی شکل می‌گیرد. اگرچه برخی از این مؤلفه‌ها در سایر بحران‌ها نیز نقش دارند، یافته‌های این پژوهش نشان داد که در بستر جنگ، به دلیل تداوم تهدید، نااطمینانی نسبت به زمان و مکان حمله، فشار ناشی از جنگ روانی و احتمال جابه‌جایی اجباری، مؤلفه‌هایی مانند آگاهی زمینه‌ای، مدیریت رسانه، آمادگی برای شرایط بحرانی و حفظ احساس امنیت روانی خانواده اهمیت بیشتری پیدا می‌کنند. از این رو، مدل استخراج شده می‌تواند به عنوان الگویی بومی برای طراحی مداخلات آموزشی، مشاوره‌ای و حمایتی ویژه خانواده‌های در معرض جنگ مورد استفاده قرار گیرد.

با وجود نقاط قوت پژوهش حاضر، یافته‌ها باید با در نظر گرفتن برخی محدودیت‌ها تفسیر شوند. استفاده از روش کیفی و نمونه‌گیری هدفمند، حجم محدود مشارکت‌کنندگان، تمرکز بر خانواده‌های ساکن تهران، گردآوری داده‌ها در مقطع زمانی مشخص از جنگ، احتمال سوگیری ناشی از بازگویی خاطرات و تمایل مشارکت‌کنندگان به ارائه تصویری مطلوب از عملکرد خانواده و همچنین عدم مشارکت مستقیم کودکان و نوجوانان، از جمله محدودیت‌های این پژوهش به شمار می‌روند؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌های جمعیتی و بافت‌های جنگی باید با احتیاط صورت گیرد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با استفاده از روش‌های کمی و طرح‌های طولی، مدل بومی دوازده مؤلفه‌ای استخراج شده را در نمونه‌های بزرگ‌تر و در مناطق با شدت‌های مختلف درگیری آزمون و اعتباریابی کنند و خانواده‌های دارای آسیب‌دیدگان جنگی و نیز خانواده‌هایی را که به طور غیرمستقیم در معرض پیامدهای جنگ قرار گرفته‌اند، به صورت جداگانه مورد مطالعه قرار دهند. همچنین، با توجه به مؤلفه‌های شناسایی شده، طراحی و اجرای مداخلات کاربردی شامل آموزش خودمراقبتی روان‌شناختی برای والدین، تدوین بسته‌های آمادگی خانواده در شرایط بحرانی، آموزش سواد رسانه‌ای و مدیریت مصرف اخبار، تقویت شبکه‌های حمایت اجتماعی، بهره‌گیری از ظرفیت نهادهای مذهبی و اجتماعی برای تقویت معنویت و امید، آموزش مهارت‌های ارتباطی و انعطاف در فرزندپروری و تهیه بسته‌های حفظ روتین زندگی روزمره در شرایط جنگ، می‌تواند در ارتقای تاب‌آوری خانواده‌ها مؤثر باشد.

فهرست منابع

- آینه چلی، عباس (۱۳۹۷). مدل یابی تاب آوری خانواده بر اساس عوامل فردی و خانوادگی: نقش تاب آوری فردی، مطالعات اسلامی زنان و خانواده، ۵(۹)، ۳۰-۷. https://pubs.jz.ac.ir/article_99469.html
- اکبری، بهمن، و قاسمی جوینه، رضا (۱۳۹۶). نقش راهبردهای مقابله با استرس در تاب آوری و کیفیت زندگی دختران نوجوان دارای پدر جانباز. مجله ایرانی جنگ و سلامت عمومی، ۹(۴)، ۱۹۹-۲۰۴. <https://ijwph.ir/article-1-734-fa.html>
- اودی، داود، نخعی، محمود، محتشم، صدیقه، اسماعیلی، احسان، و وقار سیدین، سید عباس (۱۴۰۱). توسعه معنای زندگی به عنوان راهبرد مقابله در همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه: یک مطالعه کیفی. مجله ایرانی جنگ و سلامت عمومی، ۱۴(۳)، ۱۲۸۴-۱۲۸۳. <https://ijwph.ir/article-1-1284-fa.html>
- بحرایی، ژاله، حسینی المذنی، سیدعلی و باصری، احمد (۱۴۰۰). مدل یابی تاب آوری خانواده بر اساس شادمانی زناشویی، نیزهای بنیادین روانشناختی و معنویت با نقش میانجی تنظیم هیجان، سبک زندگی با محوریت سلامت، ۵(۴)، ۸۵-۹۸. https://www.islamiilife.com/article_186134_47b620d259cca34b465bb7fe6cf81878.pdf
- حسینی، فریده سادات، و حسین چاری، مسعود (۱۳۹۲). بررسی شواهد مرتبط با روایی و پایایی مقیاس تاب آوری خانواده. فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۳(۲)، ۲۸-۳۷. https://www.virascience.com/article/10754/?utm_source=chatgpt.com
- خانجانی، مهدی (۱۴۰۲). پیش بینی تاب آوری خانواده بر اساس سبک های حل تعارض و ادراک از سلامت خانواده اصلی در زوجین، روان شناسی فرهنگی، ۱۷(۱)، ۲۹۹-۲۸۰. https://www.virascience.com/article/10754/?utm_source=chatgpt.com
- زارغان، قدرت اله، سلیمی بجستانی، حسین، فرحبخش، کیومرث و معتمدی، عبدالله (۱۴۰۰). الگوی تاب آوری خانواده مبتنی بر تجربیات زیسته، فصلنامه علمی فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده، ۱۶(۵۵)، ۳۰-۷. https://cwfs.ihu.ac.ir/article_206851.html
- زکی خانی، نشیم، شیرالی نیا، خدیجه و عباس پور، ذبیح اله (۱۴۰۳). شناسایی عوامل مؤثر بر تاب آوری زنان مطلقه و سرپرست فرزند: یک پژوهش کیفی، فصلنامه علمی فرهنگی- تربیتی زنان و خانواده، ۱۹(۶۸)، ۱۳۷/۱۱۴-۲۰. https://www.virascience.com/article/10754/?utm_source=chatgpt.com
- شفیع آبادی، عبدالله، موزیری، عباس، اسمعیلی، معصومه و یونسی، جلیل (۱۳۹۹). تدوین مدل تاب آوری خانواده ایرانی: یک پژوهش کیفی، نشریه دانشگاه علوم پزشکی البرز، ۹(۴)، ۴۲۴-۴۱۵. https://www.virascience.com/article/10754/?utm_source=chatgpt.com
- غلامی کیا، مصطفی، کرمی، جهانگیر و گودرزی، محمود (۱۴۰۱). مدل تاب آوری خانواده بر اساس میزان تمایز یافتگی خود و سلامت خانواده اصلی با نقش میانجی تنظیم هیجان، فصلنامه سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت، ۱۶(۱)، ۴۷۰-۴۶۳. https://www.islamiilife.com/article_187774.html

- فیلی، ایرج، حبی، محمدباقر و پاکیزه، محمود. (۱۴۰۱). نقش الگوی مطلوب شبکه اجتماعی در تحکیم بنیان خانواده، نشریه علمی فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، ۱۷(۶۰)، ۱۷۸-۱۵۵. [20.1001.1.26454955.1401.17.60.6.9](https://doi.org/10.1001.1.26454955.1401.17.60.6.9)
- کریمی نژاد، هاجر، صادقی، مسعود و غلامرضایی، سیمین (۱۳۹۸). تدوین مدل تاب آوری خانواده بر اساس دیدگاه متخصصان خانواده، زوجین و پژوهش‌ها (پژوهش کیفی)، فصلنامه فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده، ۱۳(۴۶)، ۱۷۸-۱۵۹. https://journals.ihu.ac.ir/article_204569.html?lang=en
- موزیری، عباس، شفیع آبادی، عبدالله، اسمعیلی، معصومه و یونسی، جلیل (۱۳۹۹). مدل یابی عوامل مؤثر بر تاب آوری خانواده ایرانی، مجله علوم روانشناختی، ۱۹(۹۵)، ۱۴۱۰-۱۴۰۱. [20.1001.1.17357462.1399.19.95.6.2](https://doi.org/10.1001.1.17357462.1399.19.95.6.2)
- نعیمی، ابراهیم. (۱۳۹۸). بررسی کیفی عوامل مؤثر بر انطباق‌پذیری زنان آسیب‌دیده زلزله کرمانشاه، نشریه علمی فرهنگی-تربیتی زنان و خانواده، ۱۴(۴۹)، ۱۲۹-۱۱۳. [20.1001.1.26454955.1398.14.49.5.5](https://doi.org/10.1001.1.26454955.1398.14.49.5.5)
- یزدانی، فاطمه، شفیع آبادی، عبدالله و حیدری، حسن (۱۳۹۹). پیش‌بینی تاب آوری خانواده بر پایداری زندگی زناشویی، علوم پزشکی رازی، ۲۷، ۱۰۳-۹۶. <http://rjms.iuums.ac.ir/article-۱۰۳-۹۶.html>
- Chen, R., & Yu, M. (2024). Emerging resilience: stress and coping strategies in Chinese families living with children with disabilities. *Disability & Society*, 39(9), 2426-2446. <https://doi.org/10.1080/09687599.2023.2215391>
- Cheng, C. H., Ali-Saleh Darawshy, N., Lee, S., Brigman, H., DeGarmo, D., & Gewirtz, A. (2024). Replication and extension of the military family stress model: The after deployment adaptive parenting tools ADAPT4U study. *Family Process*, 63(1), 80-96. <https://doi.org/10.1111/famp.12918>
- Chew, J., Haase, A. (2016). M. Psychometric properties of the Family Resilience Assessment Scale: A Singaporean perspective. *Epilepsy & Behavior*, 61: 112-119. [10.1016/j.yebeh.2016.05.015](https://doi.org/10.1016/j.yebeh.2016.05.015)
- Chew, M. S. L., Mahirah, D., Ho, Y. C. L., & Doshi, K. (2025). Family resilience influences on individual physical activity, diet and sleep quality: Family health climate and biobehavioural reactivity as driving mediators. *PLoS One*, 20(5), e0322612. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0322612>
- Der Kinderen, S., & Greeff, A. P. (2003). Resilience among families where a parent accepted a voluntary teacher's retrenchment package. *South African Journal of Psychology*, 33(2), 86-94. [10.1177/008124630303300203](https://doi.org/10.1177/008124630303300203)
- Eltanamly, H., Leijten, P., Jak, S., & Overbeek, G. (2021). Parenting in times of war: A meta-analysis and qualitative synthesis of war exposure, parenting, and child adjustment. *Trauma, Violence, & Abuse*, 22(1), 147-160. [10.1177/1524838019833001](https://doi.org/10.1177/1524838019833001)
- Kostenko, A., Semenov, V., Osetrova, O., Kubatko, O., Nazarov, M., & Stepanov, V. (2024). Resilience and vulnerability of Ukrainians: the role of family during the war. *Problems and Perspectives in Management*, 22(1), 432. [10.21511/ppm.22\(1\).2024.35](https://doi.org/10.21511/ppm.22(1).2024.35)
- Lahaije, S. T., Luijckx, J., Waninge, A., & van der Putten, A. A. (2024). Family resilience affecting well-being of families with a child with profound intellectual and multiple disabilities. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 62(2), 101-113. [10.1352/1934-9556-62.2.101](https://doi.org/10.1352/1934-9556-62.2.101)

- Lebid, A. E., Vashyst, K. M., & Nazarov, M. S. (2022). Information resilience as a means of countering the socio-psychological strategies of information wars. *International Journal of Media and Information Literacy*, 7(1), 157-166. <https://ijmil.cherkasgu.press>
- Lee, H., Aldwin, C. M., Kang, S., & Ku, X. (2022). Vulnerability and resilience among older South Korean Vietnam War veterans: A latent profile analysis. *Psychological Services*, 19(Suppl 1), 95-105. <https://doi.org/10.1037/ser0000568>.
- Lennon, S. L., Heaman, M.(2015). Factors associated with family resilience during pregnancy among inner-city women. *Midwifery*, 31: 957-964. [10.1016/j.midw.2015.05.007](https://doi.org/10.1016/j.midw.2015.05.007)
- Lester, P., Peterson, K., Reeves, J., Knauss, L., Glover, D., Mogil, C., Duan, N., Saltzman, W., Pynoos, R., Wilt, K., & Beardslee, W. (2010). The long war and parental combat deployment: effects on military children and at-home spouses. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 49(4), 310-320. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2010.01.003>
- Masten, A. S. (2018). Resilience theory and research on children and families: Past, present, and promise. *Journal of Family Theory & Review*, 10(1), 12-31. <http://doi.org/10.1111/jftr.12255>
- Oberg, C. N., Hodges, H. R., & Masten, A. S. (2022). Conflict, war, and famine in childhood: Risks and resilience for social development. *The Wiley-Blackwell Handbook of Childhood Social Development*, 189-205. <https://doi.org/10.1002/9781119679028.ch10>
- O'Dougherty W. M., Fopma-Loy, J., Fischer, S. (2005). Multidimensional assessment of resilience in mothers who are child sexual abuse survivors. *Child Abuse & Neglect*, 29: 1173-1193.
- O'Donnell, K. (2019). The psychometric properties of the Brief COPE and the impact of war related parental post-traumatic stress on family functioning [Doctoral dissertation, Queen's University Belfast].
- Patterson, J. M. (2002). Integrating family resilience and family stress theory. *Journal of marriage and family*, 64(2), 349-360. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2002.00349.x>
- Peltonen, K. (2025). Children and war-vulnerability and resilience. *European journal of developmental psychology*, 22(3), 340-352. [10.1080/17405629.2024.2382410](https://doi.org/10.1080/17405629.2024.2382410)
- Perak, K., McDonald, F. E., Conti, J., Yao, Y. S., & Skrabal Ross, X. (2024). Family adjustment and resilience after a parental cancer diagnosis. *Supportive Care in Cancer*, 32(7), 409. [10.1007/s00520-024-08608-x](https://doi.org/10.1007/s00520-024-08608-x)
- Sadia, H., Srisatidnarakul, B., & Liaw, J. (2020). Exploring the experiences of flood-affected families to develop constructs and themes for family resilience assessment scale. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 46, 101500. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101500>
- Šťastná, S., Ženka, J., & Krtička, L. (2024). Regional economic resilience: Insights from five crises. *European Planning Studies*, 32(3), 506-533. <https://doi.org/10.1080/09654313.2023.2267250>
- Slyusar, L. (2022). Ukrainian family in the conditions of war and forced migration. In *Creșterea economică în condițiile globalizării* (pp. 57-64). https://ibn.idsi.md/vizualizare_articol/170914
- Stepanenko, V., Zlobina, O., Golovakha, Y., Dembitskyi, S., & Naidionova, L. (2023). War-induced stress and resources of socio-psychological resilience: A review of theoretical conceptualizations. *Соціологія: теорія, методи, маркетинг*, 2023. <https://doi.org/10.15407/sociology2023.04.022>

- Strauss, A. L., & Corbin, J. (1998). Basics of Qualitative Research: Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory, 2nd Ed., Sage. J Kleinplatz (Ed.), New Directions in Sex Therapy, innovations and alternatives. Philadelphia: Brunner-Routledge.
- Thabet, A., Elheloub, M., & Vostanisc, P. (2015). Exposure to war traumatic experiences, post traumatic growth and resilience among university students in Gaza, J Psychiatr Ment Health Nurs, 1(1): 1-8. <https://dspace.alquds.edu/handle/20.500.12213/735>
- Vahidniya, N., Hasani, Z., & Kamali, S. M. (2024). Effect of warfare and forced displacement on mental health of children. International Journal of Travel Medicine and Global Health, 12(1), 22-26. [10.30491/IJTMGH.2023.424973.1389](https://doi.org/10.30491/IJTMGH.2023.424973.1389)
- Walsh, F. (1996). The concept of family resilience: Crisis and challenge. Family process, 35(3), 261-281. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.1996.00261.x>
- Walsh, F. (2003). Family resilience: A framework for clinical practice. Family process, 42(1), 1-18. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x>
- Walsh, F. (2016). Applying a family resilience framework in training, practice, and research: Mastering the art of the possible. Family Process, 55(4), 616-632. <http://doi.org/10.1111/famp.12260>
- Wang, M. T., Del Toro, J., Henry, D. A., Scanlon, C. L., & Schall, J. D. (2024). Family resilience during the COVID-19 onset: A daily-diary inquiry into parental employment status, parent-adolescent relationships, and well-being. Development and psychopathology, 36(1), 312-324. [10.1017/S0954579422001213](https://doi.org/10.1017/S0954579422001213)
- © 2021 Iran Counseling Association, Tehran, Iran. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution Noncommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0 license) (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)