

تدوین مدل تاب‌آوری خانواده ایرانی: یک پژوهش کیفی

تاریخ دریافت مقاله: ۹۸/۱۲/۸؛ تاریخ پذیرش: ۹۹/۴/۲۶

چکیده

زمینه و هدف: خانواده در طول حیات خود با مشکلات و چالش‌های متعدد روبه‌روست. چالش‌های استرس‌زایی که می‌تواند خانواده را تا مرز فروپاشی پیش ببرد. اهمیت حفظ خانواده بر هیچ کس پوشیده نیست، از این رو، پژوهش حاضر به دنبال تدوین مدلی بومی برای تاب‌آوری خانواده‌هاست.

مواد و روش‌ها: به این منظور ۱۳ زوج دارای معیارهای ورود به پژوهش به صورت نمونه‌گیری هدفمند و در دسترس انتخاب شدند. به منظور دست‌یابی به مؤلفه‌های بومی تاب‌آوری خانواده در گام نخست خانواده‌هایی که بحرانی را در زندگی زناشویی خود تجربه کرده بودند و در پرسشنامه‌های هنجار شده تاب‌آوری فردی کانر و دیویدسون، تاب‌آوری خانواده سیکسبی، و عملکرد خانواده نمره بالاتر از میانگین کسب کرده و در ضمن حاضر به همکاری بودند شناسایی شده و با آنان مصاحبه شد. در این پژوهش از روش کیفی زمینه‌ای به منظور جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها: در تجزیه و تحلیل در مرحله کد گذاری باز ۱۶۸ کد اولیه، و در کد گذاری محوری براساس شباهت موضوعی ۱۵ مقوله، و در نهایت در مرحله کد گذاری انتخابی به ۵ مقوله اصلی شخصیت، نظام باورها، مهارت‌ها، ساختار خانواده، و منابع بیرونی دست یافتیم.

نتیجه‌گیری: مدل بومی به دست آمده جامع است و می‌توان از آن برای طراحی آموزش‌هایی استفاده کرد که در پی افزایش تاب‌آوری و تحمل خانواده‌ها در برابر مشکلات هستند.

کلمات کلیدی: روان‌شناسی مثبت‌نگر، خانواده سالم، تاب‌آوری خانواده.

عبدالله شفیع‌آبادی^۱، عباس موزیری^۲،
معصومه اسمعیلی^۳، جلیل یونسی^۳

^۱استاد، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

^۲دانشجوی دکتری مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

^۳دانشیار، گروه روان‌سنجی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

نویسنده مسئول:

تهران، دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه مشاوره

۰۲۱۵۶۴۶۱۵۱۴

E-mail: mooziriabbas@gmail.com

مقدمه

خانواده سیستم فرهنگی- اجتماعی قاعده‌مندی است که هر عضو نقش بر عهده دارد، ساختار قدرتش شرایط ارتباط را مهیا می‌کند، اعضا پیشینه و ادراک مشترکی دارند و از روش‌های خاصی برای مواجهه با مشکلات کمک می‌گیرند^۱. به باور مینوجین استرس‌ها و فشارهای وارده بر خانواده می‌تواند ناشی از تماس استرس‌زای یک عضو یا همه خانواده با نیروهای برون‌خانوادگی، مقاطع استحاله‌ای در مسیر تحول خانواده، و مشکلات ویژه باشد^۲. به هر حال، رویدادهای تنش‌زا از هر نوع که باشد توانایی خانواده را برای داشتن کارکرد مناسب به چالش می‌کشد و اگر خانواده به ابزارها، مهارت‌ها، و منابع حمایتی لازم مجهز نباشد شکست و فروپاشی خانواده دور از انتظار نیست.

یکی از کارکردهای خانواده سالم توانایی مقابله با و غلبه بر مشکلات و بحران‌هاست^۳. بحران‌ها یا استرس‌های پایدار در طول زندگی، برخی خانواده‌ها را متلاشی می‌کند، اما خانواده‌هایی نیز هستند که در مقابل این بحران‌ها کارکرد مناسب خود را حفظ می‌کنند. ظاهراً خصیصه ویژه‌ای در چنین خانواده‌هایی وجود دارد که به آنها در غلبه بر استرس‌ها و بحران‌ها کمک می‌کند^۴. مطالعه این شرایط و جریان‌هایی که در شکوفایی یا عملکرد بهینه مردم، گروه‌ها و نهادها نقش دارند کانون توجه روان‌شناسی مثبت‌نگر است. تاب‌آوری یکی از این ویژگی‌هاست.

تاب‌آوری را توانایی انطباق موفقیت‌آمیز و حفظ تعادل می‌دانند^۵. مکانیزم تاب‌آوری تسهیل‌گر عوامل و فرآیندهایی است که باعث می‌شود افراد با رشد جسمی و روانی از آسیب در امان بمانند و با وجود شرایط ناگوار گرفتار پی‌آمدهای ناسازگارانه نشوند. تاب‌آوری به‌عنوان یک خصیصه مثبت در افراد متبلور می‌شود^۶.

اخیراً پژوهشگران مفهوم تاب‌آوری را به حوزه خانواده گسترش داده‌اند، طوری که مطالعات و تحقیقات از مشاهده تاب‌آوری به عنوان فرآیند فردی، به سمت نگاه سیستمی کشیده شده است^۷.

در تعاریف تاب‌آوری خانواده سه اصل اساسی وجود دارد: (۱) وجود چالش، بحران، یا سختی عمده و بالقوه که عملکرد خانواده را به هم می‌زند، (۲) توانایی خانواده برای استفاده از منابع درونی و بیرونی، و (۳) فرآیند پویای درگیر شدن با چالش‌ها و سازگاری^۸.

برای نخستین بار مک‌کوبین، تامپسون، و مک‌کوبین مدل تاب‌آوری سازگاری و انطباق خانواده را ارائه دادند^۹، که نمایان‌گر نگاهی از منظر تاب‌آوری به کارکرد خانواده بود. این مدل بر کشف و آزمون عوامل تاب‌آوری در خانواده‌ها تأکید داشته و دو مرحله دارد: (۱) سازگاری و (۲) انطباق. مرحله سازگاری در تاب‌آوری خانواده فرآیندی است که خانواده تلاش می‌کند به تعادل برسد. ابتدا خانواده با بحران مواجه می‌شود و سپس خانواده با تکیه بر منابع خود استرس را مدیریت می‌کند. در مرحله سازگاری سیستم خانواده فرآیند ارزیابی عوامل استرس‌زا و منابع خود را تکمیل می‌کند. در مرحله دوم، خانواده‌ها به کشف، تعیین، و استفاده از منابع می‌پردازند تا به مدیریت استرس‌ها و نیازهای جدیدی که به دلیل استرس در سیستم خانواده به وجود آمده است کمک کنند^{۱۰}.

نظریه سیستمی والش نظریه مهم دیگر حوزه تاب‌آوری خانواده است. نظریه والش یک نقشه مفهومی برای شناخت فرآیندهای خانواده است که زمینه‌سازی کاهش استرس و آسیب‌پذیری در موقعیت‌های خطرناک، تقویت بهبودی و رشد در زمان خروج از بحران، و توانمندسازی خانواده‌ها برای غلبه بر سختی‌ها ارائه می‌دهد. این نظریه به اهمیت بافت اجتماعی و خانوادگی در درک توانایی‌های بالقوه فردی و خانوادگی تأکید می‌کند^{۱۱}. والش فرآیندهای کلیدی خانواده را به عنوان عوامل حمایتی شرح داد که عبارت است از: (۱) نظام باورها (معنادادن به مصیبت، چشم‌انداز مثبت، و تعالی و معنویت)، (۲) الگوهای سازمان‌دهی (انعطاف‌پذیری، پیوند و وابستگی، و منابع اقتصادی و اجتماعی)، و (۳) فرآیندهای ارتباطی (شفافیت مسئله، ابراز آزاد هیجان، و مسئله‌گشایی جمعی)^{۱۱}.

با این حال، ازدواج مقوله‌ای وابسته به فرهنگ است^{۱۲}، بنابراین، به نظر می‌رسد آنچه بر مبنای پژوهش بر روی خانواده‌های غربی به‌دست آمده است نمی‌تواند گویای وضعیت خانواده‌های ایرانی باشد.

از این رو، در این پژوهش در پی شناسایی و تعیین شاخص‌های تاب‌آوری خانواده ایرانی هستیم. بالطبع، با کسب آگاهی درباره این شاخص‌ها، و سپس آموزش‌های متناسب با آنها، می‌توان به افزایش تاب‌آوری خانواده‌های ایرانی در برابر بحران‌ها و استرس‌ها و در

نهایت دوام آنها کمک کرد.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش

در این پژوهش از روش تحقیق نظریه‌ زمینه‌ای و برای گردآوری داده‌ها از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته استفاده شد. با توجه به ادبیات تحقیق و مشورت با متخصصان شش پرسش تعیین شد. پس از طراحی پرسش‌ها، در گام نخست به صورت مقدماتی با یک زوج تاب‌آور که معیارهای ورود به مطالعه را داشتند مصاحبه و متن مصاحبه روی کاغذ پیاده شد. سپس، متن مصاحبه در اختیار دو متخصص خانواده قرار گرفت تا با توجه به سؤال‌های مصاحبه تعیین کنند می‌توان به اهداف پژوهش دست یافت یا خیر. پس از اصلاحات مدنظر متخصصان و خانواده‌ها، مصاحبه‌های اصلی آغاز شد. هر مصاحبه، بعد از ضبط، بازخوانی و کدگذاری شد.

در این بخش داده‌ها به صورت منظم طبقه‌بندی و مقوله‌بندی شدند؛ و براساس شباهت‌هایی که میان کدهای باز وجود داشت، به کدگذاری محوری اقدام شده، و در آخر مقوله‌های اصلی تاب‌آوری خانواده به دست آمد.

جامعه آماری و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش شامل خانواده‌هایی است که در سال ۱۳۹۷ تا ۱۳۹۸ در شهر تهران زندگی می‌کردند. برای انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری هدفمند و در دسترس استفاده شد. پژوهشگر با مراجعه به دوستان، آشنایان، همکاران، کارکنان دانشگاه، دبیران آموزش و پرورش، مراجعه به اماکنی نظیر فرهنگسراها و خانه‌های سلامت، و در نهایت انتشار آگهی در فضای مجازی از افراد خواست زوج‌هایی را که دارای معیارهای ورود به پژوهش‌اند

معرفی کنند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بود از: (۱) حداقل سه سال از رابطه زناشویی زوج گذشته باشد، (۲) حداقل یک فرزند داشته باشند، (۳) حداقل یک بحران شدید نظیر بحران مالی، خیانت، اعتیاد، بیماری صعب‌العلاج، و مرگ عزیزان و ... را در دوره زناشویی تجربه کرده باشند، (۴) و نمره هر دو همسر در پرسشنامه‌های تاب‌آوری فردی کانر و دیویدسون، تاب‌آوری خانواده سکسی، و عملکرد خانواده بالاتر از متوسط باشد.

سپس ضمن ایجاد تماس با زوج و بررسی شرایط مشارکت آگاهانه و توأم با رضایت در پژوهش، پرسشنامه‌های غربالگری برای هر زوج اجرا شد. در این مرحله، چنانچه حد نصاب‌ها را کسب می‌کردند از آنان برای مشارکت در پژوهش دعوت می‌شد. پس از هر مصاحبه، مصاحبه پیاده‌سازی و کدگذاری شد. حجم نمونه تا زمان دست‌یابی به اشباع نظری ادامه یافت. در نهایت ۱۳ زوج در مصاحبه شرکت داشتند.

یافته‌ها

در نمونه مورد مطالعه ۱۳ زوج حضور داشتند. دامنه سنی شرکت‌کنندگان از ۲۶ تا ۵۸ سال بود. عمر ازدواج زوج‌ها نیز از ۳ تا ۳۱ سال تنوع داشت. خانواده‌ها در دوره زندگی خود با مشکلات متنوعی از اعتیاد، خیانت، بحران مالی، تا مرگ مواجه بوده‌اند. اکنون که چند سال از بحران می‌گذرد مقیاس‌ها نشان داد زوج در حل بحران موفق بوده، و تاب‌آوری فردی و خانوادگی و عملکرد خانوادگی مطلوبی داشتند؛ که بر پایه همین نتایج برای حضور در پژوهش انتخاب شدند. جدول ۱ اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان را نشان می‌دهد.

جدول ۱: اطلاعات جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان

*	زوج	سن	سن ازدواج	مدت ازدواج*	تحصیلات	شغل	درآمد خانواده**	تعداد فرزندان	بحران	
										۱
۲	مرد	۴۲	۳۱	۱۱	ک. ارشد	کارمند	۸	۲	۲	بیماری مهلک مرد

					کارشناس	خانهدار	زن	۳۶	۲۵
۳	خیانت مرد	۳	۴	۲۱	سیکل	نورپرداز	مرد	۴۱	۲۰
					سیکل	آرایشگر	زن	۳۷	۱۶
۴	بیماری مهلک مرد	۲	۴	۲۰	دکتر	مشاور	مرد	۴۲	۲۲
					کارشناس	خانهدار	زن	۴۰	۲۰
۵	اعتیاد مرد	۱	۱۰	۳۱	ک. ارشد	آزاد	مرد	۵۸	۲۷
					ک. ارشد	خانهدار	زن	۴۸	۱۷
۶	خیانت مرد	۲	۵	۱۷	کارشناس	کارمند	مرد	۴۵	۲۸
					کارشناس	خانهدار	زن	۳۵	۱۸
۷	مشکلات خانوادگی شدید	۱	۱۰	۶	دیپلم	آزاد	مرد	۳۲	۲۶
					کارشناس	معلم	زن	۲۶	۲۰
۸	بیماری شدید و مرگ والدین	۲	۸	۲۵	دکتر	معلم	مرد	۴۹	۲۴
					کارشناس	معلم	زن	۴۵	۲۰
۹	مشکلات مالی و اعتیاد	۲	۳	۱۵	کارشناس	کارمند	مرد	۴۰	۲۵
					دیپلم	خانهدار	زن	۳۵	۲۰
۱۰	مشکلات مالی و خیانت	۲	۳	۱۴	کارشناس	کارمند	مرد	۴۰	۲۶
					دیپلم	خانهدار	زن	۳۴	۲۰
۱۱	مشکلات مالی و خانوادگی شدید	۱	۵	۳	کارشناس	کارمند	مرد	۳۵	۳۲
					ک. ارشد	کارمند	زن	۳۱	۲۸
۱۲	مهاجرت و مشکلات فرزند	۱	۴	۱۱	دکتر	معلم	مرد	۳۵	۲۴
					ک. ارشد	خانهدار	زن	۳۴	۲۳
۱۳	مشکلات خانوادگی شدید	۲	۴	۲۱	دیپلم	آزاد	مرد	۴۵	۲۴
					دیپلم	خانهدار	زن	۳۹	۱۸

* به سال؛ ** به میلیون تومان

مقوله فرعی طبقه‌بندی شدند. در آخر، در مرحله کدگذاری انتخابی نیز مقوله‌های فرعی ذیل ۵ مقوله اصلی قرار گرفتند. جدول ۲ دسته‌بندی کدها را نشان می‌دهد.

با دستیابی به اشباع نظری فرآیند نمونه‌گیری و مصاحبه‌ها متوقف شد. در مرحله کدگذاری باز ۱۶۸ کد اولیه به دست آمد، که در مرحله کدگذاری محوری و براساس شباهت موضوعی در ۱۵

جدول ۲: مقوله‌های اصلی و فرعی مدل تاب‌آوری خانواده ایرانی

۱- شخصیت	۱- انطباق‌پذیری	۲- تعهد	۳- صبوری	۴- سخت‌کوشی
۲- نظام باورها	۱- خودباوری	۲- باورهای مذهبی	۳- مثبت‌اندیشی	
۳- مهارت‌ها	۱- تنظیم هیجان	۲- مسئله‌گشایی		
۴- ساختار	۱- صمیمیت	۲- همکاری	۳- توافق	۴- چشم‌انداز
۵- منابع بیرونی	۱- حمایت اجتماعی	۲- امنیت شغلی و مالی		

شخصیت

هزار تا راه کار می اومد توی ذهنم...» (۱: ۱)

انطباق پذیری

«روحیه جستجوگری دارم که در شرایط سخت دنبال اینم و جستجو می کنم که الان چه عاملی باعث می شه بتونم این شرایطو بگذرونم...» (۲: ۲)

«تلاش می کنیم یه مقدار انعطافی که لازمه برای بودن در کنار اون آدمها داشته باشیم...» (۲: ۷)

تعهد

«مثلاً فکر اینو نکردم که زندگیمو ترک کنم... چون صاحب دو تا بچه بودم روی اونها هم یه مسئولیتی داشتم.» (۲: ۳)

«فکری که می کنم حرفی که می زنم یا پیمانی که می بندم هر جوری که بتونم رو حرفم هستم...» (۲: ۸)

صبوری

«بیش از حد صبور بودم. همین باعث شد یه بار دیگه به زندگی برگردم.» (۲: ۳)

«... این باور درونی منه که شما همیشه باید زمان بدی تا یه سری از مسائل برای همه روشن بشه.» (۱: ۱۰)

سخت کوشی

«اون تلاش و کوشش من. شاید در شبانه روز ۲۱ ساعت تلاش منو چه زمان بیماری و چه قبل از بیماری می دید.» (۱: ۴)

«واقعیتش اینه که شاید پشتکار زیادی داشته باشم... خودم احساس می کنم پشتکار زیاد.» (۲: ۷)

نظام باورها

خودباوری

«از کلمه من نمی تونم متفردم و این غرور همیشه کمک کرده هر راهی رو حالا چه تحصیلی باشد چه زندگی باشد چه حالا رشته هایی که خواستم ادامه بدم.» (۲: ۴)

«خودم باور کرده بودم که می تونم مشکلاتمو حل کنم. یعنی حتی از خودم می پرسیدم چطور می تونم مشکلمو حل کنم [که]

باورهای مذهبی

«می گفتم حتماً حکمت و صلاحی داره. شاید خدا می خواد ما رو امتحان کنه... همه چی دست خداست. هر چی قسمت باشه. خدا هر چه صلاح بدونه... معمولاً روضه می داشتم. ختم قرآن می گرفتم.» (۲: ۱)

«ما خانواده مذهبی هستیم... من خیلی به دعا اعتقاد دارم و همیشه هر جا گرفتاری داشته باشم متوسل می شم به خدا و قرآن و دعا...» (۲: ۴)

مثبت اندیشی

«اینها همه یه تجربه است باعث می شه آدم پخته بشه. سختی ها را تحمل می کنه و تجربه به دست می آره.» (۱: ۸)

«یه نظریه من همیشه در زندگی ام داشتم [و آن اینه که] در اتفاق های بد یه نیت مثبتی وجود داره... سعی کنیم اون چیزیه که دوست داریم نگاه کنیم...» (۱: ۴)

مهارت ها

تنظیم هیجان

«... کارهایی که حالمو خوب می کنه. [مثلاً] یوگا می رم، سینما می رم، کتاب می خونم. موقعی که حالم خوب نیس بستنی شکلاتی دوست دارم بخورم یا بستنی یخی و یه فیلم خنده دار خوب ببینم.» (۲: ۵)

«زود عصبانی نمی شم. کنترل [می کنم] خودمو... قبلاً خیلی کنترلمو زود از دست می دادم...» (۲: ۹)

مسئله گشایی

«... اگر آدمها بتونند با هم حرف بزنن و مسائل و مشکلاتشان را با هم بیان کنن خیلی مسائلشان برطرف می شه...» (۲: ۷)

«اول اومدیم مشکلیو که بین مون بود پذیرفتیم، پذیرفتیم که چنین مشکلی داریم. بعد برای حلش راه کارهایی به هم دادیم. گفتیم مثلاً بیاییم این کارو بکنیم... بیشتر ریشه یابی [کردیم تا] تونستیم

مشکلو حل کنیم...» (۱: ۱۱)

منابع بیرونی

حمایت اجتماعی

«یکی دوتا دوست صمیمی داشتیم که حمایت عاطفی می‌کردن... همین که یکی بود بتونم این احساساتو باهاش شیر کنم خوب بود.» (۲: ۶)

«...اون مشاور خدا خیرش بده. خانم دکتر ع. می‌گفت هر موقع کلافه شدی، بیا پیش من... از بهداشت تشکر می‌کنم که حداقل یه نفرو مثل اون اونجا گذاشتن...» (۲: ۹)

امنیت شغلی و مالی

«مورد خیلی خاصی بود. جدا از این که چطور پول جور کنیم...» (۲: ۱).

«من نسبت به کسانی که دور و برم می‌بینم فکر می‌کنم یک رفاه نسبی دارم...» (۲: ۵)

بحث و نتیجه‌گیری

تحلیل داده‌های کیفی ما را به پنج مقوله شخصیت، نظام باورها، مهارت‌ها، ساختار خانواده، و حمایت اجتماعی مؤثر بر تاب‌آوری خانواده رساند. صیانت از خانواده در برابر نامالایمت‌ها و بحران‌ها ضرورت انکارناپذیری است که سلامت انسان‌ها و جامعه در گرو آن است. خانواده از تک‌تک افرادی تشکیل شده که ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌ها، و باورهای ویژه‌ای دارند و آنها را با خود به خانواده می‌آورند که بی‌شک بر کیفیت زندگی خانواده مؤثرند. این یافته که افراد تاب‌آور ویژگی‌های شخصیتی متفاوتی دارند همسو با سایر پژوهش‌هاست.^{۱۳}

زوج‌های تاب‌آور انطباق‌پذیرند، و توانایی یادگیری و سازگاری با شرایط را دارند.^{۱۴} انطباق‌پذیری با عنوان جهش یا تغییرات انطباقی برای مقابله با چالش‌ها در نظریه‌ی والش آمده است.^{۱۱}

به علاوه، خانواده‌های تاب‌آور متعهد و سخت‌کوش هستند. تعهد به خانواده به انطباق خانواده با فقدان کمک می‌کند.^{۱۵} کوباسا می‌نویسد سخت‌کوشی از سه مؤلفه به هم وابسته تعهد، کنترل، و مبارزه‌طلبی تشکیل شده است. این سازه هنگام مواجهه فرد با شرایط و حوادث پراسترس بر تفسیر و برداشت او برای سازش بهتر

ساختار خانواده

صمیمیت

«با اخلاقم با زبانم شوهرمو کشیدم سمت خودم... مثلاً بیشتر محبت می‌کردم. می‌گن مرده و محبت دیگه. بهش محبت می‌کردم...» (۲: ۳)

«حواسش خیلی به من جمع بود. چقدر برایش مهم بودم که از دستش نرم. چقدر برایش مهم بودم که حتی مثلاً در بحث‌های صمیمانه اینو ابراز کرد...» (۱: ۱۰)

همکاری

«بینید همسر من آدم همراهیه. این ویژگیش خیلی مشخص و بارزه که به شدت آدم همراهیه...» (۲: ۷).

«من هم کار مردونه انجام می‌دادم و هم کار زنونه... کارهای خانه و خریدها با من بود...» (۲: ۱۰)

توافق

«در ۸ یا ۹ ماه اول زندگی با صحبت‌هایی که با هم داشتیم و سعی کردیم تعاریف مشترکی از زندگی بسازیم... احساس می‌کنم چیزی که ما رو کنار هم نگه داشته فهم مشترکه» (۱: ۴).

«...همدیگرو درک می‌کنیم به جای این که بخوایم همدیگرو قضاوت کنیم...» (۲: ۴).

چشم‌انداز

«... آینده باعث می‌شه شما خانواده‌ات رو منسجم‌تر کنی و علاقه بیشتری داشته باشی که استحکام بیشتری به خانواده‌ات بدی.» (۱: ۱۰)

«ایشون با اون آرامشش با حرف‌هایی که از آینده می‌زد منو آروم می‌کرد.» (۱: ۱۲).

اثر می‌گذارد.^{۱۶}

صبر یک فضیلت اخلاقی است که به استقامت، شکیبایی، و خویشتن‌داری در برابر موقعیت‌های دشوار اشاره می‌کند.^{۱۷} خانواده‌های تاب‌آور خواسته‌های خود را به تأخیر می‌اندازند و در چالش‌ها شکیبیا هستند.

مقوله دوم نظام باورهاست. شناخت درمانگران مدعی‌اند صرف‌نظر از رویداد، آنچه واکنش ما را نسبت به آن تعیین می‌کند افکار ماست. باورهای خانواده‌های تاب‌آور دربرگیرنده خودباوری، مثبت‌اندیشی، و باورهای مذهبی است.

خودباوری به معنای داشتن احساس کارآمدی، عزت‌نفس، حس مثبت به خود، و اعتماد به توانمندی‌های خود در مواجهه با سختی‌هاست.^{۱۸} تجربه‌های قبلی به آنان می‌آموزد چقدر از پس مشکلات برمی‌آیند.^{۱۸} در ضمن، این قبیل خانواده‌ها ذهنیت خوش‌بینانه دارند، و انتظار پیامدهای خوب را می‌کشند. اسنادر سه نوع خوش‌بینی سهل‌گیری درمورد گذشته، قدردانی از زمان حال، و فرصت‌طلبی برای آینده را معرفی می‌کند که در تاب‌آورها مشاهده می‌شود.^{۱۹}

نمی‌توان انکار کرد که مذهب یا یک نظام ارزشی اخلاقی در بسیاری از خانواده‌های قوی وجود دارد، که آنان را در برابر مشکلات مقاوم می‌کند و تحمل آنها را معنادار جلوه می‌دهد.^{۱۹}

مقوله سوم در خانواده‌های تاب‌آور مهارت‌هاست. تنظیم هیجان به تلاش‌هایی که افراد برای اثرگذاری بر هیجان‌های خود انجام می‌دهند، زمان‌هایی که آنها را تجربه می‌کنند، و نحوه تجربه و ابراز آنها اشاره دارد.^{۲۰} نتوانی در تنظیم هیجان بستر انواع مشکلات اجتماعی، بین‌فردی، تحصیلی، شغلی، و سلامتی را فراهم می‌کند. مدیریت بحران فرآیندهای خاصی است که افراد با کمک آنها به مقابله با بحران و کنترل آثار ویرانگرش می‌پردازند.^{۲۱} رفتارهای خودمراقبتی و تفریح را برای حفظ روحیه و انگیزه انجام می‌دهند.^{۲۲}

مسئله‌گشایی مهارت ضروری دیگر حین مواجهه با بحران است. حل مسئله فرآیند شناخت مسئله، تأمل درباره راه‌حل، کاربست و ارزیابی آنهاست. خانواده‌های تاب‌آور به جای فرار از مشکلات، با آنها مواجه می‌شوند و سعی می‌کنند راه‌حل مطلوب را

بیابند.^{۲۰، ۲۱، ۲۲}

مقوله چهارم ساختار خانواده‌های تاب‌آور است که بر شالوده همکاری و شفافیت نقش‌ها شکل گرفته است. ساختار خانواده مشابه بُعد فرآیندهای سازمانی و شفافیت نیز معادل فرآیندهای ارتباطی / مسئله‌گشایی در مدل والش می‌بینیم.^{۱۱} خانواده‌های تاب‌آور با همکاری و انعطاف‌پذیری خود پس از هر بحران یا چالش متناسب با شرایط جدید تغییر می‌کنند و بر ساختارهای خشک و نقش‌های سستی تأکید نمی‌کنند. در این قبیل خانواده‌ها اغلب افراد برای پذیرش نقش‌های دیگران حتی اگر در حوزه وظایف و اختیارات آنان نباشد پیش‌قدم می‌شوند و متناسب با شرایط جدید تغییر دیدگاه یا رویه می‌دهند.^{۲۲، ۲۳، ۲۴}

صمیمیت بُعد دیگر است. خانواده فارغ از ارتباط اعضا، دوامش نیازمند پیوند عاطفی، عشق، محبت، و دلسوزی است که کانون خانواده را گرم می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد جو عاطفی و رابطه قوی زناشویی تاب‌آوری را در برابر بحران‌ها افزایش می‌دهد.^{۲۵-۳۱} بسیاری از خانواده‌هایی که با آنان مصاحبه شد با وجود سختی‌هایی که در زندگی زناشویی تجربه کرده بودند تاریخچه غنی از رابطه زناشویی و خانوادگی داشتند و عمیقاً باور داشتند زندگی زناشویی آنان ارزش تحمل سختی‌ها را داشته است. می‌توان این مفهوم را معادل رضایت زناشویی دانست. رضایت زناشویی تاب‌آوری خانواده را پیش‌بینی می‌کند.^{۳۲} پیوند عاطفی و گذشته غنی باعث تقویت حس همبستگی خانواده می‌شود طوری که آنان برای خانواده خود ارزش و اولویت بیشتری قائل می‌شوند و به انسجام بیشتری می‌رسند. اغلب ترجیح می‌دهند با خانواده باشند، و در مشکلات به کمک‌های خانواده دلگرم‌ترند.^{۳۳، ۳۴، ۳۵} به علاوه، توافق بیشتری در خانواده‌های تاب‌آور مشاهده می‌شود. توافق به معنای ارزش‌ها و ادراک‌های همسو و اختلاف‌نظرهای مخرب کم است و به عبارت دیگر زندگی زناشویی به اندازه‌ای عمیق‌تر می‌شود که انتظارات زن و شوهر شبیه یکدیگر باشد.^{۳۲}

هم‌چنین، خانواده‌های تاب‌آور چشم‌انداز مشترک دارند. چشم‌انداز به معنای اهداف و برنامه‌های مشترکی است که زن و شوهر را به هم گره می‌زند.^{۳۶} گاتمن و گاتمن مفهوم چشم‌انداز مثبت را یکی از مؤلفه‌های کلیدی روابط سالم و بادوام می‌دانند. زن و شوهر با تقسیم اهداف مشترک‌شان با یکدیگر نه تنها صمیمیت و

آمده است^{۳۷،۱۵}.

در پایان، باید گفت که مدل خانواده تاب‌آور ایرانی مدل یکپارچه‌نگر و بومی است که پژوهش‌های متعدد داخلی و خارجی از ابعاد پنج‌گانه آن حمایت می‌کند. می‌توان بر اساس ابعاد این مدل، برنامه‌های آموزش و ارتقای تاب‌آوری تدوین کرد و ضمن ارزیابی نقاط آسیب‌پذیر زوج‌ها، تاب‌آوری آنان را در برابر مشکلات و چالش‌های روزافزون افزایش داد.

تشکر و سپاسگزاری

از ۱۳ زوج ارجمندی که در پژوهش شرکت کردند سپاسگزاری می‌کنیم. هرچند گهگاه یادآوری مشکلات سخت و غم‌انگیز بود، آنان مسئولانه، و با صداقت و صبوری به همه پرسش‌ها پاسخ دادند. مقاله حاضر از رساله دکترای نویسنده مسئول استخراج شده که با حمایت معاونت پژوهشی دانشگاه علامه طباطبائی انجام شده است.

نزدیکی خود را افزایش می‌دهند، بلکه هر قدر که برای دستیابی به اهداف مشترکشان تلاش کنند رابطه غنی‌تری خواهند داشت^{۳۵}. یکی از یافته‌های چشم‌گیر پژوهش حضور پررنگ فرزندان در چشم‌انداز زوج‌هاست. زوج‌های متعدد بیان کردند که حضور فرزندان در سختی‌ها به آنان دلگرمی می‌دهد. یکی از دغدغه‌های زوج‌ها این بود که سعی می‌کردند الگوی خوبی برای تحمل سختی‌ها برای فرزندان‌شان باشند. سرمایه دیگر خانواده برنامه‌های آنان برای آینده است. انسان‌ها با امید برای تغییر وضع کنونی و دستیابی به وضع بهتر تلاش می‌کنند. نظیر این مفاهیم را می‌توان در مفاهیم چشم‌انداز یا دید مثبت مدل والش دید^{۱۱}.

مقوله آخر منابع بیرونی است. منظور از منابع بیرونی دلگرمی خانواده به حضور و دسترسی به حمایت‌هاست. خانواده، دوستان، شغل، و جامعه منبع حمایت‌اند. خانواده‌هایی که دسترسی بیشتری به منابع حمایتی دارند توان بالاتری در برابر بحران‌ها از خود نشان می‌دهند. این مؤلفه در مدل استرس، سازگاری، و انطباق خانواده مک‌کوبین و پترسون نیز با عنوان منابع خانواده و حمایت اجتماعی

References

- Nazari, A. M. An Introduction to Couple Therapy and Family Therapy. Tehran: Elm, 2013. [In Persian]
- Minuchin, S. Family and Family Therapy. Translated by Sanai B. Tehran: Amir Kabir, 1974. [In Persian]
- Sadeghi, M., FatehiZadeh, M., Ahmadi, A., et al. Developing a Model of Healthy Family Based on Family Specialists' Opinion (A Qualitative Research). Family Counseling and Psychotherapy 2015; 5(16): 141-170. [In Persian]
- Silliman, B. The resiliency paradigm: A critical tool for practitioners. Human Development and Family Life Bulletin 1998; 4(1): 4-5.
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., Ruiz. P. Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences. Translated by Rezaei F. Tehran: Arhmand, 2015. [In Persian]
- Movallali, G., Pirzadi, H. Resilience and Hearing Impairment. Rehabilitation Medicine 2015; 4(2): 144-158. [In Persian]
- Sixbey, M. T. Development of the family resilience assessment scale to identify family resilience constructs. Doctoral dissertation, School of Counselor Education, University of Florida 2005.
- Gazman, J. D. Family resilience and Filipino immigrant families: Navigating the adolescence life-stage. MA Thesis of Science in Family Relations and Applied Nutrition. The University of Guelph 2011.
- Seyedi, M. S., Bagherian, F. Predicting Family Hardiness by Family Leisure and Home Religious Rituals with the Mediating Role of Family Communication Quality. Family Counseling and Psychotherapy 2011; 1(2): 226-242. [In Persian]
- Zahrakar, K., Karami, Kh., Bozorgmanesh, K. Evaluate the psychometric properties of the Sixbey. Educational Measurement 2015; 5(18): 133-155. [In Persian]
- Walsh, F. Applying a Family Resilience Framework in Training, Practice, and Research: Mastering the Art of the Possible. Family Process 2016; 55(4): 616-632.
- Cheraghi, M. Styles of Relationship with In-laws Among Iranian Couples and Designing and Exploring the Effectiveness of Culturally based Interventions on Marital Adjustment and Quality of Relationships with In-laws. PhD Thesis, Shahid Beheshti University. 2015.
- Nodjoumi, S., Bahrami, H., The role of personality traits in predicting military student's resilience. Ebnesina 2014; 15(3): 35-42. [In Persian]
- Alizadeh: H. (2014). Psychological Resilience: Mental Welfare and Behavioral Disorders. Tehran: Arasbaran. [In Persian]
- Greeff, A., P.; Vansteenwegen, A., Herbiest, T. Indicators of Family Resilience after the Death of a Child.

- Omega 2011, 63(4): 343-358.
16. Besharat, M. A. Relationship Between Hardness and Interpersonal Problems. *Psychological Studies* 2010; 5(4): 85-105. [In Persian]
 17. Zare, H., Farmani, A., The Role of Patience Components in Predicting Learning Approaches with the Mediating role of Cognitive Flexibility. *Educational Psychology* 2017; 13(45): 1-20. [In Persian]
 18. Lennon, S. L., Heaman, M. Factors associated with family resilience during pregnancy among inner-city women. *Midwifery* 2015; 31: 957-964.
 19. Hamdami M, Hakim Javadi M, Gholamali Lavasani M, et al. Comparison of Family Resilience and Emotional Maturity between Dependent and Non-Dependent Men. *mejds*. 2017; 7 :13. Online Available at <https://jdisabilstud.ir/article-1-630-fa.html>. [In Persian]
 20. Chew, J., Haase, A. M. Psychometric properties of the Family Resilience Assessment Scale: A Singaporean perspective. *Epilepsy & Behavior* 2016; 61: 112-119.
 21. HosseiniAlmadani, A. Resilience: Individual, Family, and Social. Tehran: Danjeh, 2016. [In Persian]
 22. Openshaw, K. P. The Relationship between Family Functioning, Family Resilience, and Quality of Life Among Vocational Rehabilitation Clients. PhD Dissertation, Utah State University 2011.
 23. Gross, J. Richards, J., Oliver, P. Emotion Regulation in Everyday Life In: Snyder, D. K., Simpson, J. A., Hughes, J. N., Emotion regulation in couples and families: pathways to dysfunction and health. New York: American Psychological Association, 2007.
 24. Skodol, A. E. The Resilient Personality. In John W. Reich, Alex J. Zautra, and John Stuart Hall (Eds.), *Handbook of Adult Resilience* (pp. 112-125). New York: Guilford 2010.
 25. Mahdavi, M. H., Haghayegh, S. A. Efficacy of Group Training of Problem Solving on Resilience, Life Satisfaction, and Coping Strategy of Families of Substance Abuse Disorder. *Rouyeshe Ravanshenasi Journal* 2017; 6(3): 163-190. [In Persian]
 26. O'Dougherty W. M., Fopma-Loy, J., Fischer, S. Multidimensional assessment of resilience in mothers who are child sexual abuse survivors. *Child Abuse & Neglect* 2005; 29: 1173-1193.
 27. Kiani, N., Arefi, M. The path analysis model of relations between family cohesion and flexibility, resilience, and mental health of university students. *Family Counseling and Psychotherapy* 2015; 5(3): 22-49. [In Persian]
 28. Ebadatpour, B., Navvabinejad, Sh., Shafiabadi, A., Falsafinejad, M. R. Formulation of a Pattern for Marital Burn out Based on Family Function, Individual Resilience and Spiritual Beliefs. *Journal of Psychological Models and Methods* 2013; 3(13): 29-45. [In Persian]
 29. Saberi Fard, F., Hajiarbabi, F. The relationship between family emotional climate with emotional self-regulation and resilience in university's students. *Shenakht Journal of Psychology and Psychiatry* 2019; 6(1): 49-63. [In Persian]
 30. Salari Salajegheh, Z., Khezri Moghaddam, N., Mousavi Nasab, M. H. The Mediating Role of Resiliency in Relationship Between Family Communication Patterns and Achievement Motivation. *Developmental Psychology* 2018; 14(35): 87-96. [In Persian]
 31. Seyedi, M. S., Farahmand, S., Amini, M., et al. Relationship between Family Communication Pattern and Personality Traits with Psychological Well Bing in Multiple Sclerosis Patients. *Journal of Psychological Models and Methods* 2013; 3(11): 17-38. [In Persian]
 32. Khandandel, S., Kavianfar, H. Role of trust in interpersonal relationships and family hardiness in marital satisfaction in working couples. *Family Pathology, Counseling and Enrichment Journal* 2015, 1(1): 14-31. [In Persian]
 33. Vahedi, N., Mooziri, A., Bahmani, B. The Relationship of Parent-Child Relation and Resilience in University Students. 2012; Iran, Gilan, 6th University Students Mental Health Congress. [In Persian]
 34. Hashemi, Z., Joukar, B. A Causal Modeling of Emotional Resilience: Parent and peer Attachment, Cognitive Emotion Regulation and Coping Strategies. *Psychological Studies* 2013; 9(1): 9-37. [In Persian]
 35. Gottman, J. M., Silver, N. *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Translated by GharacheDaghi M. Tehran: Asim, 1999. [In Persian]
 36. Gottman, J., and Gottman, J. *10 Principles for Doing Effective Couple Therapy*. New York: W. W. Norton, 2015.
 37. Boland, H., Entezari, M., Saadat, S. The Relationship between perceived social support from family and psychological resilience with academic self-efficacy among University student. *Educational Strategies in Medical Sciences* 2017; 10(2): 115-122. [In Persian]

Abdollah Shafiabadi¹, Abbas Mooziri^{2*}, Masumeh Esmaili¹, Jalil Younesi³

¹ Professor, Counseling Department, Counseling Department, Education and Psychology Faculty, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

² Ph.D Candidate, Counseling Department, Education and Psychology Faculty, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

³ Associated Professor, Psychometry Department, Education and Psychology Faculty, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Developing A Model of Iranian Family Resilience: A Qualitative Research

Received: 27 Feb. 2020 ; Accepted: 16 Jul. 2020

Abstract

Background: Family faces different hardships and challenges that are such stressful that can destroy it. No doubt that we need to protect and last family. So, this research aims at developing a local model for family resilience.

Methods: To do so, at primer level 13 couples who qualified the criteria, were selected through purpose-focused, available, and voluntary sampling method. In order to identify local elements of family resilience the families experienced a crisis in their marriage, and obtained high scores in Connor-Davidson Resilience Scale (CD- RISC), Sixbey Family Resilience Surrey (SFRS), and Family Assessment Device (FAD) were voluntarily interviewed. Qualitative Grounded method was used to collect information.

Results: In analyzing transcripts of interviews with couples, 168 and 15 categories were obtained respectively from open coding and axial coding based on topic similarity. As a result, a model of family resilience was constructed including 5 dimensions: Personality, Belief System, Skills, Family Structure, and Social Resource.

Conclusion: The developed Iranian model is integrative, and it can be used for designing interventions to increase family resilience and patience toward problems.

Keywords: Positive Psychology, Healthy Family, Family Resilience.

***Corresponding Author:**
Ph.D Candidate, Counseling Department, Education and Psychology Faculty, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

Tel: 02156461514
E-mail: mooziriabbas@gmail.com