

عوامل مؤثر در ارتقای تاب آوری خانواده‌های کارکنان نیروی دریایی

در مأموریت‌های طولانی مدت نداجا

(مورد مطالعه: ناوگروه ۸۶)

یحیی نامجو^۱

چکیده

تاب آوری یکی از مهم‌ترین و اساسی‌ترین ویژگی‌هایی است که از طریق مبارزه با مشکلات و تسلیم نشدن در برابر آنها شکل گرفته، تقویت شده و خانواده‌ها را از بحران‌ها و سختی‌ها عبور و باعث رشد و شکوفایی آنها می‌شود، چرا که در دنیایی که ما همواره با تغییرات سریع و گاهی مشکل ساز روبه‌رو می‌شویم، ظرفیت تاب آور بودن بسیار مهم و علاوه بر انسجام مجدد و کارکرد مطلوب، یک فرآیند تعاملی بین فرد، خانواده و اجتماع است. هدف پژوهش حاضر شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقای تاب آوری خانواده‌های کارکنان نیروی دریایی در مأموریت‌های بلندمدت نداجا است. حجم نمونه تحقیق حاضر را همسران کارکنان نیروی دریایی اعزامی به مأموریت ناوگروه ۸۶ نداجا تشکیل داده اند که به صورت گلوله برفی تا حد تحصیل اشباع نظری انتخاب شده اند. نوع تحقیق کاربردی و روش انجام آن تحلیل محتوا است، تجزیه و تحلیل اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از روش کدگذاری و نرم افزار مکس کیودا عوامل مؤثر در ارتقای تاب آوری خانواده‌های کارکنان اعزامی به مأموریت ۳۶۰ نداجا را در دو دسته سازمانی و فردی شناسایی که به تشریح در مقاله آورده شده است.

واژگان کلیدی: تاب آوری، عوامل فردی، عوامل سازمانی، ناوگروه ۸۶

مقدمه

در تعریف لغوی تاب‌آوری باید بیان داشت این واژه از کلمه لاتین “resilire” گرفته شده و فرهنگ لغت انگلیسی آکسفورد تاب‌آوری را به شرح زیر تعریف کرده است به حالت نخستین برگشتن یا به سر جای خود برگشتن؛ انعطاف‌پذیری، توانایی بازگشت به شکل یا حالت اولیه بعد از خم شدن یا سانحه؛ افرادی که پس از طی دوره‌های بحران یا افسردگی بهبود یابند و به حالت اولیه خود بازگردند و خوش‌بین، آسان‌گیر و سرزنده باشند (لغت نامه انگلیسی آکسفورد، ۲۰۱۲). همچنین در فرهنگ دانشنامه کارا این مفهوم با واژه‌های «انعطاف‌پذیری (شخص، رفتار)»، «بهبودپذیری»، «ترمیم‌پذیری (شخص، بدن، جراحت)» و «پایداری»، «دیرپایی»، «نستوهی»، «کشسانی»، «برگشت‌پذیری»، «خاصیت ارتجاعی»، «حالت فنری» مورد اشاره قرار گرفته است (خرم‌شاهی، ۲۰۱۷).

تاب‌آوری سازه‌ای است در زمینه روانشناسی مثبت، که این روزها مورد توجه پژوهشگران و درمانگران قرار گرفته است. این مفهوم نوظهور که به معنای مقاومتِ موفقیت‌آمیز در برابر موقعیت‌های چالش‌انگیز است و نقش مهمی در سازگاری فرد ایفا می‌کند و یک عامل مهم برای حل مشکلات و غلبه بر آن‌هاست، در واقع تاب‌آوری در هر موقعیتی برای فرد نیروی کمکی و مشکل‌گشاست و قدرت تحمل فرد در برابر مشکلات را بالا می‌برد و توان تفکر منطقی و حل مسئله را به صورت مثبت در فرد افزایش می‌دهد (بنزیس، مکیژیک و جمشیدیان قلعه شاهی، ۱۳۹۱). تاب‌آوری در هر سن و سطحی رخ می‌دهد و سازه‌ای شناختی است که قابل آموزش است (داداشی، کرمی و حاجی آقازاد، ۱۴۰۰). مسئله فقط آسیب‌پذیری و تاب‌آوری فرد نیست، مهم تراز آن نظام خانواده است که در سازگاری و تاب‌آوری نهایی تأثیرگذار است. حتی افرادی که به طور مستقیم تحت تأثیر بحران قرار نمی‌گیرند، به واسطه پاسخ‌های خانواده و تبعات آن روی سایر روابط از آن متأثر می‌شوند. اینکه یک خانواده چطور با تجربه‌های مختل‌کننده مواجه شده و آن را کنترل می‌کند، سپر استرس می‌شود، خود را دوباره سازماندهی می‌کند و به حیات خود ادامه می‌دهد، بر انطباق مستقیم و بلندمدت همه اعضای خانواده و روی پاماندن و سلامت واحد خانواده تأثیر می‌گذارد (شرام، ۲۰۱۲). توجه و تأکید صاحب‌نظران بر آموختنی بودن مهارت‌های گوناگون مربوط به تاب‌آوری، آموزش در حیطه تاب‌آوری به خانواده‌های

نظامی، کمک می‌کند تا ضمن شناخت بهتر از افکار، باورها، نگرش‌ها و احساسات خود، به راهبردها و توانمندی‌های لازم برای تاب‌آوری و ایمنی روانی دست یابند (دی بیپر، ۲۰۰۶). بنابراین تاب‌آوری علاوه بر این که انسجام مجدد و کارکرد مطلوب به دنبال حوادث و چالش‌های استرس‌زای زندگی است، یک فرآیند تعاملی بین فرد، خانواده و اجتماع است. در کل تاب‌آوری از طریق مبارزه با مشکلات و تسلیم نشدن در برابر آنها شکل می‌گیرد و قوی می‌شود و هر چه فرد پایداری بیشتری نشان دهد و عوامل محافظ را جذب کند این نیرو در فرد قویتر می‌شود؛ چرا که در دنیایی که ما همواره با تغییرات سریع و گاهی مشکل ساز روبه‌رو می‌شویم، ظرفیت تاب‌آور بودن بسیار مهم است. خانواده کارکنان نیروی دریایی با توجه به مأموریت نیروی دریایی راهبردی ارتش ج.ا.ا. که باید با اتکال به توانمندی‌ها و ظرفیت‌های بومی خود از منافع ج.ا.ا. ایران در آب‌های ساحلی، سرزمینی، فلات قاره و آب‌های آزاد دنیا حراست کند. و در راستای تحقق این مأموریت و اجرای فرمان فرماندهی معظم کل قوا^(مدظله‌العالی) مبنی بر حضور فعالانه و مقتدرانه در آب‌های آزاد برای امنیت‌آفرینی، نیروی دریایی ارتش ج.ا.ا. ایران از سالیان گذشته دریانوردی در آب‌های بین‌المللی شروع کرده است. در ادامه همین مأموریت‌ها در سال ۱۴۰۱ مأموریت بزرگ ناوگروه ۸۶ را طرح‌ریزی و با اجرای موفقیت‌آمیز آن توانست پیرامون کره زمین را بدون سانحه و آسیب دریانوردی نماید در این مأموریت در مدت ۲۳۲ روز (حدود ۸ ماه) در حالی که همسران آنها مشغول انجام وظیفه در راستای افتخارآفرینی برای ایران اسلامی بودند، همه مسئولیت‌های زندگی را بر دوش کشیده و با ایفای نقش پدری در کنار نقش مادری و تاب‌آوری عملی در طول مأموریت کمک شایانی به این افتخارآفرینی داشتند. با توجه به ضرورت برخورداری خانواده‌های کارکنان نیروی دریایی از تاب‌آوری بالا که معمولاً در شرایط سخت و طاقت‌فرسای جسمی و روحی و در معرض اختلالات روانی و فرسودگی شغلی قرار دارند، شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقای تاب‌آوری آنان در راستای تقویت توانمندی، سازگاری بیشتر با شرایط و معنابخشی به زندگی آنان به عنوان هدف این پژوهش در دستور کار قرار گرفت. چرا که خانواده‌های این کارکنان دریادل، مانند هر نظام بشری، معمولاً در برابر تغییر و رای یک حیطه قابل قبول و رایج مشخص مقاومت می‌کنند. مطالعات به طور مشابه نشان می‌دهند که توانایی سازگاری و تغییرپذیری،

موفقیت طولانی مدت در خانواده‌ها را پیش‌بینی می‌کند (هستینک و تاونت ۲۰۰۲). از سوی دیگر عادات و امور رزومه، احساس انسجام را در طول زمان حفظ می‌کنند و از طریق سنت‌ها و انتظارات مشترک، گذشته و حال و آینده را به هم پیوند می‌دهند.

ادبیات و مبانی نظری پژوهش

تاب‌آوری، توانمندی تحت شرایط تن‌زا و همچنین در طول بحران و مصائب تعریف می‌شود. تاب‌آوری، فرایندی پویاست که دربرگیرنده سازگاری مثبت دریافتی از شرایط مصیبت بار و ناگوار است. در واقع تاب‌آوری، صرفاً مقاومت منفعل در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست، بلکه فرد تاب‌آور، مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامون خود است. تاب‌آوری قابلیت فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی - معنوی در مقابل خطر می‌باشد؛ یعنی نوعی ترمیم خود که با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی همراه است. گرچه باورهای اولیه در خصوص تاب‌آوری، آن را صفتی ذاتی در نظر گرفته و افراد تاب‌آور را غیر آسیب‌پذیر و با ویژگی‌های منحصر به فرد می‌پنداشتند؛ اما نتایج تحقیقات در سال‌های اخیر نشان داده که تاب‌آوری توانمندی ذاتی نبوده و قابل دستیابی است و زمانی حاصل می‌شود که عوامل حفاظتی مناسب به رغم وجود عوامل خطرزا در زندگی افراد تاب‌آور حضور داشته باشد (زارعان و همکاران، ۱۴۰۰). والینتین و فینار (۱۹۹۴) تاب‌آوری خانواده را توانایی خانواده برای بازگشت‌پذیری، بقا، غلبه بر دشواری‌ها و بهتر شدن تعریف می‌کند. سازمان بین‌المللی تاب‌آوری خانواده (۱۹۹۶) تاب‌آوری را در سطوح مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی مفهوم‌سازی می‌کند که هر سطح واحد مستقلی است، اما دارای وابستگی متقابل می‌باشد. در همین راستا هالی و دیهان (۱۹۹۶) بر اهمیت تاب‌آوری در سطح خانواده تأکید می‌کنند و معتقدند تاب‌آوری خانواده یک سازه رشدی است و در واقع مسیری است که خانواده در طی زمان طی می‌کند، همان‌طور که خود را در مواجهه با استرس سازگار می‌کند و شکوفا می‌نماید. والش (۲۰۰۳) چارچوبی برای تاب‌آوری خانواده رشد داد که عامل‌های اصلی لازم برای عملکرد بهینه خانواده در طی ناپایداری‌ها و بحران‌های مرتبط با رویدادها را در برمی‌گیرد. والش (۲۰۰۳) بر اساس تحقیقات خود سه حوزه اصلی شامل سیستم باور خانوادگی، الگوی

سازمان‌دهی و فرایندهای ارتباط - حل مسئله را در تاب‌آوری خانواده معرفی می‌نماید که در ادامه این سه حوزه بررسی می‌شود.

سیستم باور خانوادگی، نقش باورهای خانواده در میزان مقاومت و تاب‌آوری در برابر سختی‌ها را مورد تأکید قرار می‌دهد. این حوزه شامل سه بخش است:

الف) توانایی خانواده در ایجاد باورهای همسان و معنایی درباره سختی و دشواری، عامل مهمی برای سازگاری با بحران‌هاست، که با ارزش‌های مشترک، احساس انسجام، ارزیابی بحران، استرس و جبران مرتبط است.

ب) چشم‌انداز مثبت: اثر باورهای خانواده در متغیرهای خوش‌بینی، پیش‌قدمی فعالانه، پافشاری، پردلی (دلیری)، تمرکز بر نقاط قوت و احتمال تسلط بالقوه را بر تاب‌آوری خانواده نشان می‌دهد.

ج) تعالی و معنویت: باورهای خانواده در زمینه ارزش بالاتر، معنویت، ایمان، مراسم مذهبی و دگرگونی و تغییر را مورد تأکید قرار می‌دهد. زیرا والش (۲۰۰۳) تأکید می‌نماید که تشریفات مذهبی و مراسم‌ها به سازگاری خانواده کمک می‌کند.

الگوی سازمان به ویژگی‌هایی از ساختار خانواده اشاره دارد که می‌تواند در تاب‌آوری خانواده نقش داشته باشد. این بعد شامل سه مؤلفه است: الف) انعطاف‌پذیری: منظور از انعطاف‌پذیری این است که خانواده بعد از مواجهه با چالش یا خطر قادر به تغییر و دوباره سازمان‌دهی خود برای دستیابی به حالت تعادل است. ب) پیوند و وابستگی: برای رسیدن به تغییر یا تطبیق یافتن با بحران‌ها، به احساسی از یکی بودن و انسجام در خانواده نیاز است. پیوند و وابستگی اشاره دارد به حمایت متقابل، احترام به نیازهای شخصی، مدیریت قوی، احیای مجدد روابط نزدیک و آشتی مجدد وقتی روابط دچار اشکال می‌شود (کوهن و دیگران، ۲۰۰۲). ج) منابع اقتصادی/اجتماعی: شامل خویشاوندی گسترش یافته و حمایت اجتماعی، شبکه‌های ارتباطی و امنیت مالی می‌باشد. تحقیقات نشان می‌دهد که خانواده‌هایی که شبکه‌های اجتماعی/دوستانه سالمی دارند و از منابع اقتصادی کافی برخوردارند، اغلب قادر به پایداری بیشتری هستند (بوچانان، ۲۰۰۸).

بر طبق نظر والش (۲۰۰۳) سومین حوزه اصلی تأثیرگذار در تاب‌آوری خانواده، فرایندهای ارتباطی و حل مسئله است. فرایندهای حل مسئله و ارتباطی می‌تواند نقش

مهمی در تاب‌آوری خانواده داشته باشد. این حوزه شامل سه بعد می‌باشد: الف) وضوح و شفافیت: قدرت روشن‌سازی مسئله، مشخص کردن تغییراتی که ممکن است در مسئله رخ دهد و مشارکت بازاعضای خانواده در حل مسائل، ممکن است به رفتارهای سازگارانۀ تری منجر شود. بنابراین این بعد شامل روشنی، پیام‌های یک‌دست و توضیح موقعیت مبهم است.

ب) تجلی هیجانی باز: به توانایی خانواده در بیان دامنۀ هیجانات، همدلی دوطرفه و شوخ‌طبعی اشاره می‌کند.

ج) حل مسئله جمعی: استفاده از روش همکارانه برای حل مسئله می‌تواند احساسی از اعتبار در فرآیند تصمیم‌گیری را در بین اعضای خانواده ایجاد نماید. این بعد شامل بارش ذهنی خلاقانه، تصمیم‌گیری مشترک، حل تضاد سازنده، موضع فعال برای پیشگیری از مسائل و بحران‌ها و آماده شدن برای چالش‌های بعدی می‌باشد. (والش، ۲۰۰۳)

عوامل مؤثر در ارتقای تاب‌آوری خانواده

عوامل فردی

افراد قوی زیربنای خانواده‌های حمایتگر و با دوام هستند (شورای ملی علوم، ۲۰۰۷). عوامل فردی که در زیرارائه می‌دهیم کمک‌کننده‌های مهمی برای تاب‌آوری خانواده هستند. مکان کنترل: مکان کنترل ادراکات فردی در رابطه با مسئولیت‌های اساسی زندگی است. افرادی که مکان کنترل درونی دارند معتقدند که آنها سرنوشت خود را کنترل می‌کنند، از قدرت تغییر موقعیت خود برخوردارند و شرایط را خودشان به وجود می‌آورند. افراد به منظور سازگاری مؤثر با عوامل استرس‌زا باید باور کنند که می‌توانند بر حوادث نامطلوب اثرگذار باشند و فعالانه به حوادث ناگوار واکنش نشان دهند. افرادی که مکان کنترل درونی داشتند، کمتر تحت تأثیر بحران قرار می‌گرفتند و احساس اختیار و قدرتمندی بیشتری داشتند. آنها مسئولیت موقعیت‌های خود را به عهده می‌گرفتند و مایل بودند تلاش لازم جهت ایجاد تغییرات مثبت را انجام دهند (جوبای و ریکارفت، ۲۰۰۴).

نظام‌های اعتقادی: یافته‌های فعلی این عقیده را تأیید می‌کند که بسیاری از نظام‌های اعتقادی مختلف می‌توانند نقش عوامل محافظ را در فرایند تاب‌آوری داشته باشند (آماتیا و همکاران، ۲۰۰۶)؛ برای مثال در پژوهشی که عوامل محافظ در پیشرفت‌های تحصیلی بررسی شده بود؛ نتایج دال بر این بود که در تمام سطوح اجتماعی - اقتصادی، دانشجویانی که موفقیت‌های خوبی داشتند متعلق به خانواده‌هایی بودند که در الگوهای اعتقادی آنها نگرش مثبت به زندگی، حس قوی هدفمندی و سطوح بالای کارایی شخصی وجود داشت (آماتیا و همکاران، ۲۰۰۶). معنویت به عنوان عاملی شناسایی شده است که می‌تواند کنار آمدن با مسائل را افزایش دهد و حس معنا و هدفمندی را در طول موقعیت‌های نامطلوب زندگی شکوفا کند (جوبای و ریکرافت، ۲۰۰۴). خودکارآمدی: خودکارآمدی در رابطه با مفهوم عزت نفس است و به قضاوت فرد نسبت به توانایی خود در موفق شدن در هدفی خاص، اشاره دارد (بندورا، ۱۹۹۴) متکی به نفس بودن، توانایی فکر کردن و عمل کردن مستقل و با اعتماد به نفس بودن از عوامل محافظ ارزشمند فرد به شمار می‌آیند (پلاس و همکاران ۲۰۰۲).

مهارت‌های کنار آمدن مؤثر: شیوه واکنش افراد نسبت به حوادث نامطلوب زندگی، اثر مستقیمی بر فرایند تاب‌آوری دارد. کنار آمدن پاسخی است که هنگام به ستوه آمدن یا کافی نبودن منابع موجود، توسط فرد ارزیابی می‌شود (مک کوبین و مک کوبین، ۱۹۹۳). مهارت‌های کنار آمدن مؤثر والدین، فشار مالی را خنثی کرد و خطر رشد ضعیف شناختی و مشکلات رفتاری را کاهش داد (لیود و رزمن ۲۰۰۵).

تحصیلات، مهارت‌ها و آموزش: افزایش مهارت‌ها و آموزش به طور مؤثری باعث انعطاف‌پذیری فرد در حل مشکلات و افزایش عملکرد خانواده می‌شود.

سلامتی: تاب‌آوری خانواده زمانی ارتقا می‌یابد که هر کدام از اعضا در وضعیت سلامت روانی و جسمی خوبی قرار داشته باشند.

عوامل خانوادگی: اثر تاب‌آوری هر یک از اعضای خانواده برای تاب‌آوری کل خانواده بسیار مهم است. خانواده ممکن است با عوامل استرس‌زای مشابه یا عوامل استرس‌زایی که هر فرد به طور جداگانه تجربه می‌کند، روبه‌رو شود. به هر حال عوامل محافظ که تاب‌آوری را در خانواده پرورش می‌دهند، متفاوت هستند.

پایداری رابطه صمیمی والدین: در خانواده‌هایی که هر دو والدین وجود دارند، رابطه پایداری و با کیفیت میان زوج، محیطی سالم برای کودکان فراهم می‌کند و رشد سالم را ارتقا می‌بخشد. رابطه ایمن و عاشقانه پدر و مادر، تعاملات اجتماعی مناسب را تثبیت کرد و نقش یک محیط یادگیری مثبت را برای کودکان داشت.

به هم پیوستگی خانواده: پلاس و همکاران (۲۰۰۲) تشخیص دادند که الگوی تعاملی گرم، صمیمی و به هم پیوسته خانواده، یکی از مهمترین عوامل محافظ برای خانواده‌هایی است که یکی از والدین از افسردگی رنج می‌برد. وقتی خانواده‌ها با هم، با سختی‌ها روبه‌رو می‌شدند، احتمال بیشتری داشت که به اهداف خود برسند. تاب‌آوری را می‌توان از طریق همکاری، حمایت متقابل و تعهد اعضای خانواده به یکدیگر برای رویارویی با بحران‌ها، تقویت کرد (والش، ۲۰۰۳).

تعامل حمایتی والد-کودک: روابط مثبت والد-کودک و دلبستگی ایمن آنها، به ایجاد پیامدهای مثبت برای کودکان در موقعیت‌های پرخطر، کمک می‌کند. ثابت شده است والدینی که در فعالیت‌های مداوم و مشترک با فرزندان خود شرکت می‌کنند از فرزند خود در برابر مشکلات رفتاری خارجی و بزهکاری نوجوانی حمایت می‌کنند.

حمایت اجتماعی: حمایت اجتماعی به تعاملات بین فردی در شبکه اجتماعی خانواده اشاره دارد، که حمایت هیجانی، کمک یا اطلاعات واقعی و ملموس را فراهم می‌کند. زمانی که حمایت اجتماعی عملی شود و به مرحله دریافت برسد، برای خانواده سودمند واقع می‌شود. ارتباطات اطمینان بخش با دیگران، به طور قابل توجهی تاب‌آوری را افزایش می‌دهد (استیوارت، ۱۹۹۳).

درآمد ثابت و کافی: درآمد کم و مشکلات مالی، از طریق اثر بر عملکرد روانی والدین و رفتار تربیتی آنها، به طور غیرمستقیم بر عملکرد کودکان کم و سن و سال تأثیر می‌گذارد. به عبارت دیگر ثروت، نقش یک عامل محافظ را در مواجهه با سختی‌های دیگر ایفا می‌کند (جکسون و همکاران، ۲۰۰۰).

مسکن مناسب: یکی از متداولترین خطرات برای خانواده‌ها، مسکن نامناسب است. وجود مسکن مناسب و محیط خانه امن، ضمن ایجاد اطمینان خاطر، سبب افزایش تاب‌آوری در برابر سایر مسائل و مشکلات در زندگی می‌شود (آرتنر و همکاران، ۲۰۰۴).

عوامل محافظ اجتماع: خانواده‌ها نه تنها تحت تأثیر خصوصیات اعضا و تعاملات خود هستند، بلکه تحت تأثیر محیط فیزیکی و اجتماع خود نیز هستند. بهره بردن از عوامل محافظ در اجتماع برای تاب‌آوری خانواده سودمند می‌باشد.

شرکت در اجتماع: شرکت در اجتماع باعث می‌شود افراد خانواده‌ها به شبکه‌های اجتماعی بزرگتر و اطلاعات بیشتر در رابطه با خدمات درمانی، آموزش و منابع، دسترسی پیدا کنند، شرکت در فعالیتهای محله‌ای و مجامع معنوی به خانواده‌ها، حس تعلق و شناخت برای اجتماعشان را می‌دهد. مشارکت اجتماعی موجب همراهی، پیدا کردن الگو، حفظ هویت و امتیازاتی در رابطه با کمک به دیگران، می‌شود (مشایخ و همکاران، ۱۳۹۰).

مشاوران حامی: مشاوران اجتماع محور نقش سرمایه‌های محافظ را دارند که تاب‌آوری اعضای خانواده را بهبود می‌بخشند. وقتی مشاوران بزرگسال، به کودکان دارای ناتوانایی یادگیری، ابراز اطمینان کردند این کودکان در مقایسه با کودکانی که مشاور نداشتند به مراتب وفق‌پذیری و سازگاری بهتری داشتند، افرادی که با ویژگی‌های تاب‌آور شناسایی شدند، بخشی از قابلیت‌های خود را به رابطه معنی‌دار و مهم با یک مشاور مانند معلم یا مربی که از تلاش‌های آنها پشتیبانی و آنها را تشویق می‌کرد، نسبت دادند.

محله‌های ایمن: خانواده‌هایی که در آنها میزان بالای جرم و جنایت و خشونت وجود دارد و فاقد زیر بنا هستند. با عنوان خانواده‌هایی توصیف می‌شوند که «با مسمومیت اجتماعی دست و پنجه نرم می‌کنند و در مقایسه با خانواده‌هایی که در محله‌های ایمن سکونت دارند در شرایط نامساعدی به سر می‌برند، فقر محله‌ای با مدرسه‌های کم، نبود خدمات اولیه و خطرات بهداشت محیطی، همراه است. این مسئله توانایی خانواده‌ها را در برآوردن نیازهای اصلی خود، به چالش می‌طلبد و از این طریق خانواده را در معرض خطر بالایی قرار می‌دهد (موزیدی و همکاران، ۱۳۹۹).

دسترسی به مراکز مراقبت بهداشتی با کیفیت: عدم توانایی خانواده‌ها در بهره بردن از مزایای مربوط به خدمات بهداشتی، استرس خانواده و عدم ایمنی اقتصادی را افزایش داد و در حین حال سلامت عمومی خانواده کاهش یافت. برعکس استفاده مؤثر از خدمات

درمانی موجود و خدمات سلامت روان، باعث حفاظت از خانواده‌هایی شد که در معرض خطر زیاد قرار داشتند و تاب‌آوری آنها تقویت شد (سیمون و همکاران، ۲۰۰۵).

مأموریت ناوگروه ۸۶

نیروی دریایی ارتش ج.ا.ا. نیرویی راهبردی است که مأموریت دارد با اتکای به توانمندی‌ها و ظرفیت‌های بومی خود از منافع ج.ا.ا. ایران در آب‌های ساحلی، سرزمینی، فلات قاره و آب‌های آزاد دنیا حراست کند. در راستای تحقق این مأموریت و اجرای فرمان فرماندهی معظم کل قوا^(مدظله‌العالی) مبنی بر حضور فعالانه و مقتدرانه در آب‌های آزاد برای امنیت‌آفرینی، ناوگروه ۸۶ ارتش مأموریت بزرگ ۳۶۰ را طرح‌ریزی کرد و با اجرای موفقیت‌آمیز آن توانست پیرامون کره زمین را بدون سانحه و آسیب پیمایش نماید. در این مأموریت یک گروه ۳۵۰ نفری در مدت ۲۳۲ روز حدود ۶۵ هزار کیلومتر را با موفقیت طی کردند.

این رویداد افتخارآمیز در تاریخ دریانوردی کشورمان بی‌سابقه بوده است و در دنیا نیز کشورهای معدودی از تجربه و توانایی انجام آن برخوردارند. به فضل الهی اجرای این مأموریت ارزشمند عرصه تجلی خودباوری، دانایی و توانایی و تحقق آرمان و باور «ما می‌توانیم» در عمل بوده است و توانسته قدرت ایمان، اراده و اعتماد به نفس را در حرکت به سوی خودکفایی بارور سازد. همچنان که این موفقیت توانست به نیروی دریایی هویتی جدید ببخشد، اعتبار حرفه‌ای و وجهه بین‌المللی آن را ارتقا دهد، احساس افتخار و هویت ملی و سازمانی را در میان کارکنان نداجا و مردم ایران تقویت کند و موجب ارتقای آمادگی رزمی و دفاعی کشور در عرصه دریایی شود.

در میان ابعاد گوناگون علمی، نظامی، سیاسی، حقوقی و بین‌المللی این رویداد جنبه مدیریت و رهبری آن نقش بسیار مهم و تعیین‌کننده‌ای در تحقق این دستاورد ارزشمند و کم‌نظیر داشته است. درنوردیدن سه اقیانوس، گذر از آب‌راه‌ها، تنگه‌ها و دریاها، رویارویی با عوارض دریایی گوناگون و دشوار، و دل به دریا زدن در مسیرهای دور و ناشناخته نیازمند دانش، تجربه، هنر و تدبیر مدیریتی، رهبری و فرماندهی است که توانسته این رویداد بزرگ و بی‌سابقه را طرح‌ریزی، برنامه‌ریزی، سازماندهی، تأمین منابع، هدایت و کنترل کند.

چنین مأموریت بزرگی پیش از هر چیز بر اساس طرح‌ریزی و برنامه‌ریزی آگاهانه و مدبرانه‌ای انجام شده است. این کار حاصل مطالعه‌ای جامع و بلندمدت برای تجزیه

و تحلیل این مأموریت توسط کارشناسان و نخبگان نداجا در تخصص های گوناگون بوده است که بر اساس آن بتوان هدف گذاری ها و مسیریابی هایی درست و مؤثر انجام داد و پیش بینی های کامل و همه جانبه ای از انواع نیازمندی ها، اقتضائات و سناریوها و راه کنش های مختلف برای رویارویی مؤثر با رویدادها و شرایط گوناگون احتمالی در طول اجرای مأموریت انجام شود.

سازماندهی و هماهنگی اجرای این مأموریت حاصل همکاری هم افزای میان ستادهای فرماندهی و تخصصی و رده های اجرایی و عملیاتی در سطوح و بخش های مختلف ارتش و نداجا بوده است. تشکیل قرارگاه راهبردی و ارتباط مستمر فرماندهان و مسئولین با ناوگروه نقش مهم و تعیین کننده ای در اجرای هماهنگ و سامان مند این مأموریت داشته است.

علاوه بر این، اجرای این مأموریت بزرگ، پیچیده و بلندمدت به منابع، امکانات و تجهیزات گوناگون و فراوانی هم نیاز داشته است. تأمین مخارج مالی و نیازمندی های آمادی و پشتیبانی فنی و قطعاتی (از جمله سوخت، غذا و آب، اقلام بهداشتی و قطعات یدکی) حین اجرای مأموریت با رویکرد انبارمحور و بدون وابستگی و دسترسی به ساحل و همچنین تأمین نقشه ها، تجهیزات کمک ناوبری، نرم افزارهای هواشناسی، اقیانوس شناسی و... در کنار الزام به انجام تعمیرات نوبه ای دستگاه ها و تجهیزات در حین اجرای مأموریت جزو چالش ها و الزامات مهم مربوط به بسیج منابع و امکانات مورد نیاز برای اجرای این مأموریت بوده است.

افزون بر این، یکی از مهم ترین الزامات و عوامل کلیدی موفقیت این مأموریت مدیریت منابع انسانی آن بوده است. نیاز به پیش بینی، آماده سازی و اعزام کارکنان زبده و توانمند با ترکیب مناسب عملیاتی، فنی، بهداشت دریایی، امنیتی و معنوی از یک سو و ضرورت برخورداری همه اعضای این ناوگروه از آمادگی و سلامت جسمی، روحی، ذهنی و روانی از سوی دیگر گزینش و آموزش نیروها را به موضوعی حیاتی تبدیل کرده بوده است. برخورداری از انگیزه های قوی ملی، دینی و تکلیف گرایانه، حضور داوطلبانه، و سپری کردن پایش های جسمانی، روانی و دانشی و همچنین دوره های آموزشی تکمیلی توانسته این پیش نیاز کلیدی برای اجرای موفقیت آمیز این مأموریت را فراهم سازد.

همانند هر مأموریت نظامی دیگری در اجرای این مأموریت دشوار و طولانی نیز عامل فرماندهی، هدایت و رهبری ناوگروه مهم‌ترین پیشران موفقیت آن بوده است. وجود رهبری و فرماندهی کارآمد و مدبر و برخوردار از دانش و تجربه مدیریت و رهبری در این مأموریت باعث شده این افتخار ملی و سازمانی رقم بخورد. این هدایت و رهبری از طریق سیستم فرماندهی و کنترل شبکه محور به صورت همزمان متمرکز (کارگروه فرماندهی ستادی) و غیرمتمرکز (در شناورهای مجری مأموریت) انجام شده است. مواجهه مؤثر با مخاطرات و نااطمینانی مسیر، ایجاد هم‌افزایی و همدلی در میان کارکنان، دلگرمی و حمایت از کارکنان و خانواده‌های آنان، الهام بخشی به کارکنان و ارتقای تاب‌آوری آنها در این مأموریت طاقت فرسا، آموزش و انتقال تجربه به کارکنان جوان، انجام رای‌زنی‌ها و تعاملات با کشورهای مسیر ناوگروه، و مقابله با کارشکنی‌ها و مانع تراشی‌های برخی کشورها در طول مسیر جزء مهم‌ترین مسائلی بوده که با تدبیر و هدایت مدبرانه فرماندهان و رهبران این ناوگروه مدیریت شده است.

از نظر کارکرد کنترلی مدیریت نیز انجام کنترل‌های پیش‌گیرانه پیش از آغاز مأموریت موجب جلوگیری از بروز برخی موانع و مشکلات در اجرای آن شده است. در حین مأموریت نیز اعمال کنترل‌های غیرمتمرکز در محل اجرای مأموریت و تعامل مستمر با قرارگاه مرکزی فرماندهی موجب تسریع و تسهیل در شناسایی و رفع مسائل و موانع گوناگون شده است. ارزیابی پایانی مأموریت اجرا شده نیز نشان می‌دهد عملکرد ناوگروه با اهداف و استانداردهای تعیین شده سازگاری داشته و حتی در مواردی هم فراتر از انتظار و اهداف مورد نظر عمل کرده است (نصری، ۱۴۰۳).

بی‌گمان رقم خوردن این دستاورد افتخارآمیز ملی در کنار کاربست دانش و تجربه مدیریتی، رهبری و فرماندهی، نتیجه همراهی و نقش‌آفرینی خانواده‌های محترم کارکنان اعزامی به مأموریت ۳۶۰ بوده است و می‌تواند تجارب و درس‌آموخته‌های بسیاری در حوزه‌های مختلف مدیریتی داشته باشد. تبیین این دانش و تجربیات می‌تواند زمینه‌ساز بهره‌برداری مؤثر از آنها شود و زمینه‌ای برای انجام کارهای مشابه و بزرگ‌تر فراهم سازد.

روش شناسی پژوهش

جامعه آماری عبارتست از مجموعه ای از افراد یا واحدها که حداقل دارای یک صفت مشترک باشند. معمولاً در هر پژوهش جامعه مورد بررسی یک جامعه آماری است که پژوهشگر مایل است درباره صفت (صفت ها) متغیر واحدهای آن به مطالعه بپردازد (سرمد، بازرگان و حجاری، ۱۳۸۵: ۱۷۶). جامعه آماری این پژوهش را همسران کارکنان اعزامی به مأموریت ناوگروه ۸۶ نداجا ساکن در مناطق چهارگانه نیروی دریایی و ستاد نداجا به تعداد ۳۲۵ نفر تشکیل داده اند.

نمونه گیری در پژوهش های کیفی بسیار متفاوت از پژوهش های کمی است. زیرا هدف آن به جای تعمیم یافته ها کسب درک عمیق از پدیده مورد بررسی است (کرنی^۱، ۲۰۰۷). از آنجا که پژوهش کیفی راه های رسیدن به محتوای ذهنی افراد است و نمی توان آن را از طریق روش های سخت و دقیق کمی انجام داد، ابزارها و روش های آن نیز بسیار متفاوت است. در پژوهش کمی تأکید بسیار زیادی بر انتخاب تصادفی و شانس برابر برای همه اعضای جامعه مورد پژوهش وجود دارد اما در پژوهش کیفی نمونه پژوهش انتخاب یا دعوت می شوند (بلوم و کرابتری^۲، ۲۰۰۶). نمونه ها باید به گونه ای انتخاب شوند که بیشترین میزان اطلاعات را بر اساس هدف و سوال پژوهش فراهم آورند. به چنین شیوه ای نمونه گیری هدفمند^۳ گفته می شود. نمونه گیری هدفمند به معنای انتخاب هدف دار واحدهای پژوهش برای کسب دانش یا اطلاعات است و شامل انتخاب واحدها یا نمونه های مورد پژوهش بر اساس هدف پژوهش است (هالووی و ویلر^۴، ۲۰۱۰). بنابراین در این پژوهش از روش نمونه گیری هدفمند به شیوه گلوله برفی تا حد تحصیل اشباع نظری استفاده شد؛ بدین ترتیب که ابتدا با توجه به شناخت محقق و در نظر گرفتن اهداف پژوهش، از خبرگان منتخبی که شایستگی پاسخ به سوال های مطرح شده را داشتند، مصاحبه به عمل آمد و سپس آنها خبرگان دیگری را معرفی کردند تا نمونه گیری ادامه یابد.

1. Kearney

2. Dicicco-Bloom and Crabtree

3. Purposive sampling

4. Holloway and Wheeler

تحقیق را می‌توان با توجه به ملاک هدف تحقیق به سه دسته بنیادی، کاربردی و تحقیق و توسعه و بر اساس نحوه گردآوری داده‌ها به دو روش آزمایشی و توصیفی (غیرآزمایشی) تقسیم کرد (سرمد، بازرگان و حجازی، ۱۳۸۶: ۷۹).

از نظر هدف تحقیق با توجه به این که پژوهش حاضر به دنبال شناسایی عوامل مؤثر در ارتقای تاب آوری خانواده‌های کارکنان ناوگروه نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت دریایی است در حیطه تحقیقات کاربردی و توسعه‌ای طبقه‌بندی می‌گردد.

از نظر نحوه گردآوری داده‌ها، این پژوهش از پژوهش‌های کیفی از نوع تحلیل محتوا است. در پژوهش‌های کیفی، پژوهشگر از طریق روش‌ها و رویه‌های تفسیر، از نظر مشارکت‌کنندگان و در بستر نهادی و اجتماعی خاص آنها به درک پدیده‌ها نائل می‌شود. تحقیق کیفی به جای اندازه‌گیری و ارزیابی پدیده‌ها با معنای آنها سروکار دارد. در پژوهش کیفی داده‌ها نه به صورت عدد و رقم، بلکه به شکل واژگان و جملات هستند که هدف آن شناخت و درک تجارب افراد از رویدادها و وقایع در بستری خاص است (اشتراس و کوربین، ۱۹۹۰). دلایلی که منجر به انتخاب روش پژوهشی کیفی - اکتشافی شده است به شرح زیر می‌باشد:

هدف پژوهش حاضر شناسایی عوامل مؤثر در ارتقای تاب آوری خانواده‌های کارکنان ناوگروه نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت دریایی است. که در راستای نیل به این هدف، پژوهشگر نیازمند بررسی و مطالعه عمیق مفاهیم، روش‌ها، و کارکردهای مرتبط با استفاده از روش کیفی است.

در مجموع با توجه به اینکه این پژوهش از نوع کیفی و اکتشافی است، در پاسخ به سوال پژوهش از رویکرد کیفی (مصاحبه منظم) و در نهایت برای (اعتبار سنجی مفاهیم ارائه شده) از روش معیار مقبولیت استفاده شد.

این تحقیق به لحاظ نوع داده‌های تحقیق و پردازش اطلاعات نیز در زمره پژوهش‌های کیفی قرار می‌گیرد. در این روش، متن ادبیات تحقیق تحلیل خواهد شد. در ادامه نتیجه حاصل از تحلیل مصاحبه‌های پژوهش در ارتباط با سوال تحقیق بعد از کنار گذاشتن کدهای مشابه و مشترک مشخص خواهد شد.

بسیاری از اندیشمندان بر این عقیده اند، در صورتی که روش مصاحبه به خوبی و طبق موازین علمی و اصولی انجام شود، از جمله بهترین روش های جمع آوری اطلاعات است که می تواند داده های قابل اعتمادی را به دست دهد. مصاحبه عمیق که از جمله تکنیک های مورد توجه در پژوهش حاضر است، عبارت است از فرآیند گفت و گوی میان مصاحبه گر و مصاحبه شونده. مصاحبه عمیق یک گفت و گوی دو نفره است که هرچه دایره موضوع مورد بحث محدودتر باشد، بحث به سوی تخصصی شدن به پیش می رود. مصاحبه ابزاری متداول برای جمع آوری اطلاعات از طریق تعامل مستقیم کلامی میان مصاحبه گر و مصاحبه شونده است (بدیعی و قندی، ۱۳۸۷).

تمام مصاحبه ها در این پژوهش به صورت حضوری انجام شد. قبل از انجام مصاحبه ها، به منظور افزایش اشرافیت مصاحبه شوندگان در ارتباط با موضوع پژوهش طی تماس تلفنی توضیحات مورد نیاز در ارتباط با مسئله پژوهش ارائه و در صورت درخواست مصاحبه شوندگان، طرح مسئله پژوهش نیز ارسال، تا مصاحبه شوندگان، با شناخت و آمادگی بیشتر در مصاحبه شرکت نمایند. زمان مصاحبه نیز بر اساس شرایط هریک از مصاحبه شوندگان متغیر بود. در پژوهش پیش رو از مصاحبه بیست و دوم به بعد احساس شد پاسخ افراد مصاحبه شونده تکراری است و با این حال مصاحبه ها تا مصاحبه بیست و نهم به منظور حصول اطمینان ادامه یافت (هرچند از ابتدا انجام بیست و پنج مصاحبه مورد نظر بود). پس از انجام مصاحبه ها، مصاحبه ها پیاده، کدگذاری و تحلیل گردید. بر این اساس تمامی مصاحبه ها ضبط شده، پیاده سازی شد و مورد تحلیل محتوایی قرار گرفت. سعی شد عبارات و کلماتی که بیشتر مؤید رابطه تاب آوری همسران کارکنان ناوگروه ۸۶ در مأموریت های طولانی مدت دریایی همسرانشان بود، مشخص شده و دسته بندی شوند. به این شیوه که مفاهیم مشابه در دسته های واحد قرار گرفته و یک مقوله واحد برای هر دسته تعریف گردد.

در تحلیل مصاحبه ها از رویکرد استقرایی استفاده شد، بدین ترتیب که بدون داشتن هیچ چارچوب مفهومی مصاحبه ها به صورت باز و آزاد مورد تحلیل قرار گرفت. داده های کیفی فراهم شده در دو مرحله شامل کدگذاری باز و محوری تحلیل شد. لازم به ذکر است که کد انتخابی همان عبارت «عوامل مؤثر در ارتقای تاب آوری خانواده های کارکنان ناوگروه

نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت دریایی» بود. تحلیل مصاحبه‌ها پس از انجام هر مصاحبه صورت گرفت. به این ترتیب که با کسب اجازه از هر مصاحبه‌شونده، صدای مکالمه ضبط و مکالمات ضبط‌شده پس از هر مصاحبه بر روی کاغذ پیاده می‌گردید. سپس فایل پیاده شده به طور جداگانه مجدداً با تأکید بر نکات مهم و مورد نظر در ارتقای تاب‌آوری خانواده‌های کارکنان ناوگروه نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت دریایی مورد بررسی قرار گرفت. در این مرحله در حقیقت مجموعه‌ای از کدهای باز شناسایی شد که از منظر خبرگان، عنوان شده بود. البته به طور طبیعی بین برخی از کدها همپوشانی وجود داشت. با تحلیل چند باره رفت و برگشت‌های پی‌درپی، غربالگری کدها انجام شد به نحوی که در پایان مجموعه‌ای از کدهای باز شناسایی گردید که هر یک بر موضوعی خاص تأکید داشتند. شایان ذکر است که مصاحبه‌شوندگان، در خلال مصاحبه، هم به صورت تصادفی و عینی به عوامل مؤثر در تاب‌آوری خانواده‌ها در مأموریت‌های دریایی مرتبط با موضوع پژوهش اشاره می‌کردند و هم به مسائل و تجربیاتی اشاره می‌کردند که به طور غیرمستقیم به راهکار خاصی اشاره داشت. پس از شناسایی کدهای باز مرحله خوشه‌بندی و طبقه‌بندی کدهای باز انجام شد؛ به این ترتیب که با بررسی چندباره کدهای باز و کنار هم گذاشتن کدهای مشابه، که مطلب یا موضوع خاصی را مورد اشاره قرار می‌دادند، طبقات اولیه از کدهای محوری شناسایی شد. در این مرحله نیز با حساسیت بسیار طبقات شناسایی شده مورد ارزیابی فراگرفت، به نحوی که تمامی کدهای باز مرتبط به هر کد انتخابی، ارتباط مفهومی مستقیمی با عنوان کد محوری داشتند. در ادامه مقوله‌های محوری احصا شده در ارتباط با سوال اول پژوهش آورده شده است.

جدول ۱- مقوله‌های استخراج شده از کدگذاری باز مصاحبه‌های پژوهش در ارتباط با عوامل مؤثر در ارتقای تاب‌آوری خانواده‌های کارکنان ناوگروه نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت دریایی

ردیف	واحد معنا	کد
۱	زمانی که ناوگروه اعزام شد، فرماندهی خیلی به خانواده‌ها رسیدگی کرد و در مناسبت‌های مختلف مانند شب یلدا، عید مبعث، عید نوروز و غیره جشن‌هایی را ترتیب داد و از خانواده‌ها دعوت می‌شد. این امر موجب تسکین خانواده‌ها می‌شد.	برگزاری مراسم جشن و دورهمی برای خانواده‌ها (کد ۱)

ردیف	واحد معنا	کد
۲	برای من افتخار است کنار رزمنده‌ای زندگی می‌کنم که از مرزهای ایران محافظت می‌کند. وقتی آنها در این مأموریت توانستند پرچم ایران را در اقیانوس‌ها به اهتزاز در آورند.	افتخار به شغل همسر (کد ۲)
۳	در زمان دلتنگی، با بچه‌ها صحبت می‌کنم و خوبی‌های پدر را یادآوری می‌کنم تا آرام شوم). همسر هر حرفی بزند، انجام می‌دهد؛ او بسیار صبور، مؤمن و خانواده‌دوست است. خانواده، خط قرمز اوست. وقتی می‌بینم همسر این ویژگی‌ها را دارد، احساس می‌کنم کل نیروی دریایی این عرق و علاقه را دارند. همسر بسیار به شهدا عرق دارند و عاشق رهبر و وطنشان می‌باشند).	یادآوری‌های خوبی‌های مرد خانواده (کد ۳)
۴	نیروی دریایی یک جهاد است و کسی بخواهد به آن بپیوندد، اگر دنبال مادیات و مزیت است، باید به دنبال گزینه‌های دیگری برود اما اگر حفظ و حراست و جان فشانی از این مملکت را می‌پسندد و می‌خواهد برای خدا کار کند، با افتخار وارد نیروی دریایی شود. یا اگر خانمی می‌خواهد همسر به نیروی دریایی شود، بداند که این انتخاب، او را شیرزن بار می‌آورد چون فراز و نشیب‌ها و ناملایماتی دارد. به قول رهبر عزیزمان نصف این جهاد، برای همسران این افراد است پس باید صبور باشند. وقتی می‌خواهی همسر نیروی دریایی شوی، باید به تعهد خودت ایمان داشته باشی و بدانی در چه جایگاه بلندی متعهد می‌شوی.	افتخار به شغل همسر (کد ۴)
۵	وقتی از نبودش در تعطیلات نوروز گفتم و بغض کردم و گفتم جای خالی بود، او برای آنکه مرا آرام کند گفت اینجا خیلی به ما خوش گذشته و طوری می‌گفت که ما را خوشحال کند. در واقع طرف همدیگر را خوشحال می‌کنیم و هرگز دلتنگی را به زبان نمی‌آوریم که هیچ‌کدام ناراحت نشویم.	ارتباط با همسر و اطمینان خاطر از سلامت وی (کد ۵)
۶	در ابتدا عشق و دوست داشتن است که به این زندگی ادامه می‌دهد. برخی می‌گویند بندر سخت و گرم است و چطور تحمل می‌کنی و همیشه جواب من این است که چرا جنبه مثبت نیروی دریایی و امنیت کشورمان را نمی‌بینی و فقط جنبه منفی آن را نگاه می‌کنی. به خاطر امثال همسر است که اگر در خانه تنها باشم، خیالم راحت است که همسران من و دوستانش، امنیتمان را حفظ می‌کنند.	داشتن دید مثبت و افتخار به شغل همسر (کد ۶)
۷	مسئولین خیلی زحمت کشیدند و خیلی راضی هستم مثلاً معین در کارهایی مثل خرابی کولر، قطع برق و غیره کمک کردند.	حمایت‌های مادی و معنوی پایگاه‌های معین (کد ۷)
۸	همسر مرتب تماس می‌گرفت و اطلاع می‌داد و می‌گفت مأموریت سنگین است. به آیه الکرسی‌هایی که برایش می‌خواندم اعتقاد بسیاری داشت و همیشه می‌گفت سه آیه الکرسی برای من و یکی برای ناو بخوان.	قران و ادعیه (کد ۸)
	همین که به مهمانی‌ها دعوت شدید، خیلی مایه دلگرمی بود. امیر وظیفه هوای دخترم را داشت چند روز همسر تماس نگرفته بود و دخترم نگران بود و مرتب می‌پرسید که چرا زنگ نزدند و گفتند ما از رادار هوای آنها را داریم.	-سرکشی فرمانده پایگاه (کد ۹) -ارتباط ف پایگاه و اطمینان دهی از سلامت ناوگروه (کد ۱۰)

ردیف	واحد معنا	کد
۹	از مهمانی‌ها راضی بودیم همین که کارت هدیه به بچه‌ها می‌دادند و پول توجیبی بچه‌ها بود. از مسئولین هم راضی بودیم خانم براهینی هم بندری هستند. هر وقت مهمانی می‌خواستیم برویم، با هم می‌رفتیم. البته خانم بدیعی هم برای ما سرویس می‌فرستادند. حداقل هر ماه برای خانواده‌ها مهمانی و مراسم ارکستر و تقدیر و تشکر برگزار می‌شد. هر ماه از اسفند حدود ۳-۴ میلیون تومان برایمان واریز می‌شد و برای تولد بچه‌ها هم ۵۰۰ تا یک میلیون تومان و سالگرد ازدواج و تولد همسرها هم یک میلیون تومان هدیه می‌دهند.	برگزاری مهمانی برای خانواده‌ها (کد ۱۱) - اهدا کارت هدیه به بچه‌ها (کد ۱۲) - واریزی نقدی به حساب خانواده‌ها (کد ۱۳) - هدایای تولد بچه‌ها (کد ۱۴) - هدایای سالگرد ازدواج (کد ۱۵)
۱۰	این سال‌ها از مسئولین راضی بودم و امیر قربانی هم خیلی به خانواده‌ها بها می‌دادند. مراسم عصرانه در پارک ساحلی و سفر مشهد هم برای خانواده‌ها گذشتند. ماهی یک بار و حتی دو سه بار هم مهمانی بوده است. مراسمات شب عید و شب یلدا و غیره هم رسیدگی به خانواده‌ها را داشتند.	- اهتمام ف پایگاه به خانواده‌ها (کد ۱۶) - مراسم‌های خانوادگی (کد ۱۷) - سفر زیارتی مشهد (کد ۱۸)
۱۱	پرچم ایران را که به برزیل بردند و به اهتزاز درآوردند خیلی خوشحال شدم و از شدت شادی گریه کردم وقتی عکس را دیدم. این که اولین بار رفتند آن جانماز خواندند و ماه رمضان هم روزه بودند، بسیار جالب بود.	- اخبار غرورآفرینی ناوگروه (کد ۱۹)
۱۲	همسر من همیشه می‌گوید این جا همه چیز خوب است و از نظر تغذیه و غیره خوب رسیدگی می‌کنند...	- اطمینان‌دهی همسران از وضعیت کار و معیشت ناوگروه (کد ۲۰)
۱۳	علاوه بر این که هر صبح آیه الکرسی می‌خواندم، همیشه شب‌ها دعا می‌کردم که همه سالم و سلامت باشند و هیچ خطری نداشته باشند. یک آیه قرآن هست که هر بار همسر من به مأموریت می‌رفت، برای حفاظت از کشتی و سرنشینان به او می‌دادم که همراه خودش ببرد.	قران و ادعیه (کد ۲۱)
۱۴	درست است که تحمل این شرایط سخت است اما باید تحمل می‌کردیم. از طرفی چون کار بزرگی بود حس خوبی هم داشت.	افتخار به بزرگی مأموریت (کد ۲۲)
۱۵	دوستان خیلی خوبی اطراف ما هستند. خانم بدیعی و پورغلام هم آشنا هستند.	پایگاه معین (کد ۲۳)
۱۶	به خاطر خدمت به وطن که بزرگ‌ترین لذت است.	افتخار به مأموریت (کد ۲۴)
۱۷	بزرگ‌ترین مشکل من گرفتن انسولین به خاطر کمبود آن است، اما دفتر معین و چند نفر از دوستان و حتی فرمانده منطقه به زحمت افتادند و دارو را گرفتند. این دلگرمی‌ها هست که آدم راحت می‌شود فقط دلتنگی کمی سخت است.	حمایت‌های پایگاه معین (کد ۲۵)

ردیف	واحد معنا	کد
۱۸	برخی می گویند چه طور تحمل می کنید. خواهرم هم می گوید تو اعتماد به نفس خیلی بالایی داری، اما من سعی می کنم مثبت فکر کنم و این مثبت اندیشی، خیلی مواقع هم کمکم می کند.	مثبت اندیشی (کد ۲۶)
۱۹	الان که شما گفتید این ها افتخار آفرینی می کنند، حتی من به ذوق و وجد آمدم که همسرانمان، این شغل عالی را دارند.	افتخار به شغل همسر (کد ۲۷)
۲۰	آیه الکرسی خیلی حس آرامش می دهد. مسئله ای بود که می ترسیدم و دائم آیه الکرسی می خواندم و موفق شدم. هر جا مشکلی ایجاد شود ۵ بار آیه الکرسی می خوانم و آرام می شدم.	قرآن و ادعیه (کد ۲۸)
۲۱	با تمام سختی های این کار اما اگر آدم عاشق وطن باشد، می شود از بسیاری از مسائل و سختی ها چشم پوشی کرد همان طور که اگر عاشق همسرت باشی، خیلی از مشکلات را به خاطر او تحمل می کنی. همین عشق را در نگاه بالاتر برای وطن هم می شود گفت. این عشق یک نیروی قوی و محکمی است.	عشق به همسر و وطن (کد ۲۹)
۲۲	هر وقت بیشتر دلتنگ می شدم، به خدا، اهل بیت و ائمه اطهار توسل می کردم چون خودم مداح هستم و وقتی مجلس روضه می روم، آرام می شوم.	توسل به ائمه اطهار (کد ۳۰)
۲۳	بله امیر زحمت کشیدند و به منزل ما آمدند و برای بچه ها کادو آوردند.	سرکشی فرمانده پایگاه (کد ۳۱)
۲۴	امیر همین که به خانه ما آمدند، ما خوشحال شدیم و انگار باری را از روی دوش ما برداشتند و خستگی از تن ما در رفت.	سرکشی فرمانده پایگاه (کد ۳۲)
۲۵	ما چند تا از خانم ها باهم هماهنگ می شدیم و خانمی را به عنوان مربی می آوردیم تا به ما قرائت قرآن همراه با تفسیر را آموزش دهد. بعد هم سفره ای به عنوان سفره صلوات می انداختیم و آن را نذر شوهرهایمان می کردیم که در مأموریت سالم و موفق باشند. بعضی اوقات هم به نیت ائمه، نذری درست می کردیم. ذکر صلوات و خواندن قرآن و حدیث کساء هم داشتیم. به این ترتیب، وقتی صبح ها بچه هایمان در مدرسه بودند، یک روز در میان، این کارها را انجام می دادیم و الان هم حتی کلاس های تجوید و این موارد را گذرانده ایم و خیلی برایمان پربار بوده است و احساس می کنم این مدیریت زمان است که هم بار معنوی برایمان داشته و هم آموزش خوبی دیده ایم. این بار هم که مأموریتش طولانی شد، این کارها بیشتر ادامه پیدا کرد.	-برگزاری جلسات خانگی دعا و... (کد ۳۳)
۲۶	تمام امید من این است که زنگ می زند و سالم است و صدایش را می شنوم، انرژی می گیرم و به دنبال کارهایم می روم.	ارتباط تلفنی با همسر (کد ۳۴)
۲۷	هر روز قرآن می خوانم. هر صبح هم که برای رفتن به محل کار، از خانه بیرون می روم و زمانی که به خانه می گردم، همیشه برای همسرم و همراهانش آیه الکرسی می خوانم. هر لحظه هم که یادش می افتم، باز آیه الکرسی می خوانم.	قرآن و ادعیه (کد ۳۵)

ردیف	واحد معنا	کد
۲۸	باعث افتخار است واقعاً. حس اقتدار و افتخار دارم که همسر نیروی دریایی هستم. مخصوصاً جایی که می‌بینم در تلویزیون در مورد نیروی دریایی صحبت می‌شود، خیلی به خودم می‌بالم نه فقط همسر خودم بلکه به طور کل از نیروی دریایی. واقعاً خیلی افتخار می‌کنم که همسر نیروی دریایی هستم.	افتخار به شغل همسر (کد ۳۶)
۲۹	گاهی وقت‌ها یک سری دعاها را می‌خواندم. ماه رمضان هم که بود، با آن خیلی سرگرم شدم؛ اما ماه رمضان هم تمام شد و همسرم نیامد. بعد کلاس گواهینامه داشتم، بعد پشت سر هم عروسی داشتیم و به آن هم دلگرم بودم که چند روز یک بار عروسی کسی باشد و برویم و حال و هوای من عوض شود. گاهی هم به عکس هاش نگاه می‌کردم و با او صحبت می‌کردم و مواقعی که دلم می‌گرفت یک سری اتفاقات را می‌نوشتیم.	ادعیه و توسل به ائمه اطهار (کد ۳۷)
۳۰	بله حسش که خیلی خوب و ناب است. وقتی همسرت رکورددار باشد، باعث افتخار یک کشور شود، آن هم کشوری مثل ایران در مقابل این همه دشمنی.	افتخار به شغل همسر (کد ۳۸)
۳۱	دفتر معین خیلی کمک کردند برای ایزوگام خانه. خانه ما چکه می‌کرد و دردسر داشت. این هم بود. دعوت کردم و فرماندهی منطقه، آقای قربانی آمدند واقعاً دستشان درد نکند و دستشان را می‌بوسم جای پدرم خیلی مرد باشرف و محترمی بودند. برق خانه مشکل داشت.	حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۳۹)
۳۲	خوبی هم این که همسر آدم کار مهمی انجام می‌دهد و یک کشور را سربلند می‌کند و زندگیش را محکم می‌گیرد و نمی‌گذارد از هم بپاشد. همین موجب می‌شود که آدم‌ها قوی‌تر شوند.	افتخار به شغل همسر (کد ۴۰)
۳۳	اگر واقعاً کسی عشق به زندگی و همسرش داشته باشد و بخواهد پشتوانه‌ای برای خودش، همسرش و فرزندانش باشد، باید همه چیز را با جان و دل بخری.	عشق به زندگی و همسر (کد ۴۱)
۳۴	خانم بدیعی هم خیلی در این همکاری کرد هم از ایشان و هم از فرمانده قبلی جناب قربانی و همین‌طور الآن از جناب امیر وظیفه تشکر می‌کنم چون وقتی خانه‌ی ما را موربانه زد، چند بار تیم‌های از طرف بیمارستان برای سم‌پاشی فرستادند و به ما هم جای اسکان دادند و تقریباً ۴ روز در محل اسکان چمران اسکان بودیم تا کار سم‌پاشی تمام شود.	حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۴۲)
۳۵	دو بار مزاحم خانم بدیعی شدم و انصافاً خداوند پدر و خواهرشان را رحمت کند که برای ما کم نگذاشتند و مشکلات ما را به گوش رؤسای بالا رساندند مثلاً همین چند وقت پیش، مشکلی برای مرخصی دخترم پیش آمده بود و امیر وظیفه واقعاً برای دخترم سنگ تمام گذاشتند و دستشان درد نکند. هم امیر ایرانی و هم امیر وظیفه، خانواده‌هایشان اینجا بوده‌اند و درک می‌کنند.	- حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۴۳) - سرکشی و رسیدگی فرمانده منطقه (کد ۴۴)
۳۶	واقعاً از امیر وظیفه و امیر قربانی شخصاً تشکر می‌کنم چون به دل خانواده‌ها رسیدگی کردند. طرف اگر حرفی را یا ناراضی می‌زد الآن با رضایت کامل است؛ مثلاً می‌گوید امیر منطقه فلان کار را برای ما انجام داده است.	سرکشی و رسیدگی منطقه (کد ۴۵)

ردیف	واحد معنا	کد
۳۷	همین مستند و کلیپ هایی که همسرانمان برای تبریک عید ساخته بودند، آنقدر به ما خانواده ها روحیه داد و همین که برای یک لحظه آنها را دیدم، فکر کردیم که در کنار ما هستند.	- کلیپ های و تصاویر ارسالی از ناوگروه (کد ۴۶)
۳۸	بلکه همان طوری که شوهرم با عشق رفته من هم اینجا با عشق بالای سربچه ها مانده ام، اما واقعاً خیلی سخت است... اگر شهرک ما امنیت نداشت، من خانم با داشتن دو فرزند دختر، چگونه می توانستم دوام بیاورم. اگر امنیت نداشت من مادر که دخترم را صبح تا ظهر سر کار می فرستم، چقدر قلبم می لرزید که بچه ام به سلامت برگردد.	- عشق به همسر و خانواده (کد ۴۷) - امنیت کوی سازمانی (کد ۴۸)
۳۹	خانم بدیعی و همکاران محترم گاهی پیش ما می آمدند و زحمت ما را می کشیدند و از لحاظ روحی هم ما را حمایت می کردند. در این هشت ماه، مراسم گرفتند و ما را این طرف و آن طرف بردند. از لحاظ مالی هم گاهی به ما کمک می کردند. اینها چیز کمی نیست.	- حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۴۹)
۴۰	یک گروه دفتر معین داریم و بعد دیدم که آنجا پیام گذاشتند که حال همسرانتان خوب است و به خاطر موقعیت جغرافیایی، نمی توانند تماس بگیرند. گفتم خدای مهربان شکرت. همیشه موقع اذان دعا می کردم و زیاد اشک می ریختم.	- حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۵۰)
۴۱	در هفته ی اول و دوم و ماه اول خیلی سخت بود اما با کمک خانم بدیعی و پورغلام و دفتر معین و فرمانده منطقه که قبلاً امیر قربانی بودند و الآن امیر وظیفه است، برای ضیافت شام و ناهار دعوت می شدیم. ما در این شهر غریب و تنها بودیم و در این شهر که هوا گرم بود، سرگرمی نداشتیم. عقیدتی هم یک سفر زیارتی برای مشهد گذاشتند که به خاطر دخترم که کلاس ششم بود، نتوانستیم برویم. واقعاً هر مشکلی برای ماشین و منزل و غیره بود، از دفتر معین تماس می گرفتند و کمک می کردند و اگر آنها نبودند، واقعاً سخت بود.	حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۵۱) ضیافت و مهمانی برپا خانواده ها (کد ۵۲)
۴۲	هر مشکلی هم بود مثل خراب شدن ماشین و غیره، به دفتر معین زنگ می زدم. در شهرک همه ما با هم مثل یک خانواده بزرگ هستیم و همدیگر را درک می کنیم.	حمایت مادی و معنوی پایگاه معین (کد ۵۳)
۴۳	این شهرک امنیت خوبی داشت و با این اغتشاش بود و سه ماه اول جرأت نداشتیم به شهر برویم، بچه ها را به مدرسه می فرستادیم ولی اینجا با خیال راحت در امنیت هستیم. دو فرمانده هم به فکر ما بودند. ضیافت برپا می کردند و هر وقت هم کاری داشتیم، حتی نیمه های شب، با دفتر معین تماس می گرفتم و خیلی به ما دلگرمی می دادند.	- امنیت شهرک مسکونی (کد ۵۴) - حمایت مادی و معنوی (کد ۵۵) - پایگاه معین مراسم و مهمانی های خانوادگی (کد ۵۶)
۴۴	با صبوری، در واقع به خاطر همسر صبوری پیشه کردیم؛ زیرا این زندگی را واقعاً دوست دارم و باید آن را حفظ می کردم.	عشق به همسر و صبر (کد ۵۷)

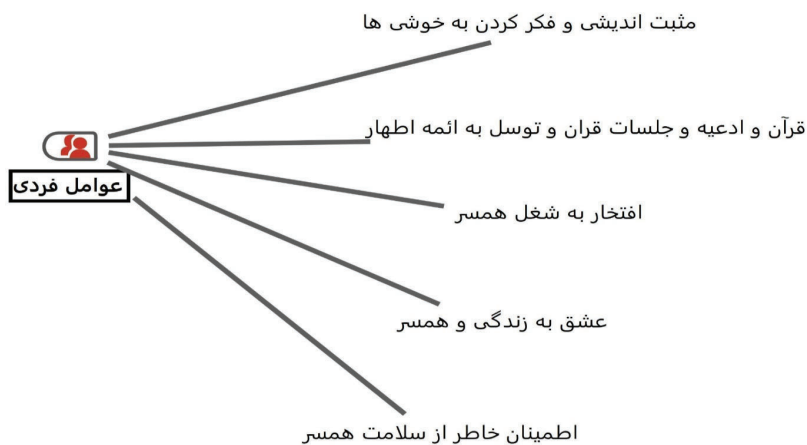
ردیف	واحد معنا	کد
۴۵	خیلی خوب بود و خیلی به ما رسیدگی کردند و هر ماه ما را دعوت می‌کردند و بالاخره همان جمعی که با هم داشتیم و همان شامی که دور هم می‌خوردیم و سخنرانی‌هایی که برایمان می‌کردند، خیلی به ما روحیه می‌داد. بچه‌ها هم سرود سلام فرمانده را می‌خواندند و فرمانده به آنها کادو می‌داد و بچه‌ها ذوق می‌کردند. یک خاطره خیلی خوبی هم که برای ما رقم زدند این بود که ما را به سفر مشهد مقدس بردند و واقعاً همین جا از آنها ممنون هستیم که برایمان سنگ تمام گذاشتند.	-مهمانی‌های و دورهمی‌های خانوادگی (کد ۵۸) -سفر مشهد (کد ۵۹) -حمایت‌ها و سرکشی‌های فرماندهان (کد ۶۰)
۴۶	همسرم صبوری که خودش داشت را به ما هم یاد داد و اگرچه همه‌ی زنان، سختی‌ها را می‌فهمند، اما من هم با یادگیری از همسرم صبور شدم.	صبر و عشق به همسر (کد ۶۱)
۴۷	برخی مواقع گریه می‌کنم ولی تحمل می‌کنم. بیشتر وقت‌ها با سرگرم شدن با بچه‌ها، استفاده از گوشی همراه یا دیدن تلویزیون اوقات خود را می‌گذراندم.	-امورات بچه‌ها (کد ۶۲) (-ارتباط تلفنی (کد ۶۳) -رسانه ملی (کد ۶۴)

جدول ۲- ترکیب کدگذاری محوری ادبیات و مصاحبه‌های پژوهش در ارتباط عوامل مؤثر بر ارتقای تاب‌آوری خانواده‌های کارکنان نداجا در مأموریت‌های دریایی

کد انتخابی	کد محور	شماره کدهای مشابه (کدهای باز)	فراوانی
جدول شماره ۲- کدگذاری محوری اطلاعات پژوهش در ارتباط با عوامل ارتقای تاب‌آوری خانواده کارکنان نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت			
عوامل سازمانی	برگزاری مراسم جشن و دورهمی برای خانواده‌ها	کدهای ۱-۱۱-۱۷-۵۲-۵۶-۵۸-۶۹	۷
	هدایای نقدی (تولد فرزندان- سالگرد ازدواج- واریزی به حساب)	کدهای ۱۲-۱۳-۱۴-۱۵	۴
	سرکشی فرمانده منطقه دریایی	کدهای ۹-۱۰-۱۶-۳۱-۳۲-۴۴-۴۵-۶۰	۸
	حمایت‌ها و پشتیبانی‌های پایگاه‌های معین	کدهای ۷-۲۳-۲۵-۳۹-۴۲-۴۳-۴۹-۵۰-۵۱-۵۳-۵۵-۵۶	۱۲
	امنیت شهرک مسکونی	کدهای ۴۲-۵۸	۲
	سفر زیارتی مشهد مقدس	کدهای ۱۸-۵۹	۲

کد انتخابی	کد محور	شماره کدهای مشابه (کدهای باز)	فراوانی
جدول شماره ۲- کدگذاری محوری اطلاعات پژوهش در ارتباط با عوامل ارتقای تاب‌آوری خانواده کارکنان نداجا در مأموریت‌های طولانی مدت			
عوامل فردی	افتخار به شغل همسر	کدهای ۲-۴-۲۴-۲۷-۳۶-۳۸-۴۰	۷
	قرآن و ادعیه و جلسات قرآن و توسل به ائمه اطهار	کدهای ۸-۲۱-۲۸-۳۰-۳۵-۳۷-۲۳	۷
	مثبت‌اندیشی و فکر کردن به خوشی‌ها	کدهای ۶-۳-۲۶	۳
	عشق به زندگی و همسر	کدهای ۲۹-۴۱-۴۷-۵۷-۶۱	۵
	اطمینان خاطر از سلامت همسر	کدهای ۲۰-۳۴-۱۹-۴۶-۶۳	۵

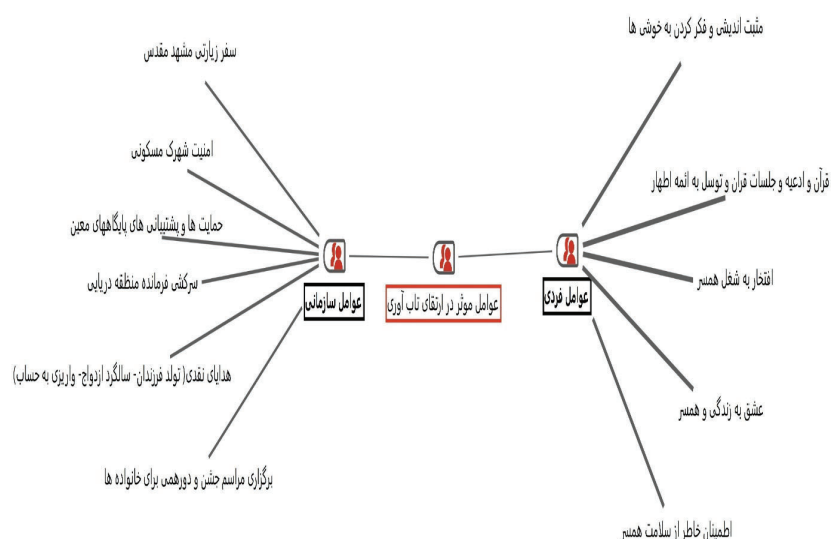
نمودار ۱ عوامل فردی مؤثر در تاب‌آوری



نمودار ۲ عوامل سازمانی مؤثر در تاب‌آوری خانواده‌ها



نمودار ۳- عوامل فردی و سازمانی مؤثر در تاب‌آوری خانواده‌ها



نتیجه‌گیری

تاب‌آوری به معنای مقاومت موفقیت‌آمیز در برابر موقعیت‌های چالش‌انگیز است و نقش مهمی در سازگاری فرد ایفا می‌کند و یک عامل مهم برای حل مشکلات و غلبه بر آنهاست. در واقع، تاب‌آوری در هر موقعیتی برای فرد نیروی کمکی و مشکل‌گشاست؛ قدرت تحمل فرد در برابر مشکلات را بالا می‌برد و توان تفکر منطقی و حل مسئله را به صورت مثبت در فرد افزایش می‌دهد. خانواده کارکنان نیروی دریایی با توجه به مأموریت

نیروی دریایی راهبردی ارتش ج.ا.ا. که باید با اتکای به توانمندی‌ها و ظرفیت‌های بومی خود از منافع ج.ا.ایران در آب‌های ساحلی، سرزمینی، فلات قاره و آب‌های آزاد دنیا حراست کند و در راستای تحقق این مأموریت و اجرای فرمان فرماندهی معظم کل قوا (مدظله‌العالی) مبنی بر حضور فعالانه و مقتدرانه در آب‌های آزاد برای امنیت‌آفرینی، نیروی دریایی ارتش ج.ا.ایران از سالیان گذشته دریانوردی در آب‌های بین‌المللی شروع کرده است. در ادامه همین مأموریت‌ها در سال ۱۴۰۱ مأموریت بزرگ ناوگروه ۸۶ را طرح‌ریزی و با اجرای موفقیت‌آمیز آن توانست پیرامون کره زمین را بدون سانحه و آسیب دریانوردی نماید در این مأموریت در مدت ۲۳۲ روز (حدود ۸ ماه) در حالی که کارکنان نیروی دریایی راهبردی مشغول انجام وظیفه در راستای افتخارآفرینی برای ایران اسلامی بودند، همسران آنها همه مسئولیت‌های زندگی را بر دوش کشیده و با ایفای نقش پدری در کنار نقش مادری و تاب‌آوری عملی در طول مأموریت کمک شایانی به این افتخارآفرینی داشتند. با توجه به ضرورت برخورداری خانواده‌های کارکنان نیروی دریایی از تاب‌آوری بالا که معمولاً در شرایط سخت و طاقت‌فرسای جسمی و روحی و در معرض اختلالات روانی و فرسودگی شغلی قرار دارند، شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقای تاب‌آوری آنان در راستای تقویت توانمندی، سازگاری بیشتر با شرایط و معنا بخشی به زندگی آنان به عنوان هدف پژوهش در دستور کار قرار گرفت. چرا که خانواده‌های این کارکنان دریادل، مانند هر نظام بشری، معمولاً در برابر تغییر و رای یک حیطه قابل قبول و رایج مشخص مقاومت می‌کنند. در راستای نیل به هدف پژوهش، محققین بعد از مطالعه ادبیات تحقیق، اقدام به مصاحبه با همسران کارکنان اعزامی به مأموریت ناوگروه ۸۶ نمودند. تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصله بیانگر آن است که:

مهمترین عوامل سازمانی مؤثر در ارتقای تاب‌آوری خانواده‌ها در مأموریت‌های دریایی به ترتیب اولویت عبارتند از:

- * حمایت‌ها و پشتیبانی‌های پایگاه‌های معین
- * سرکشی فرماندهان مناطق چهارگانه دریایی
- * برگزاری مراسم جشن و دورهمی برای خانواده‌ها
- * هدایای نقدی (تولد فرزندان - سالگرد ازدواج - واریزی به حساب)
- * امنیت شهرک مسکونی

- * سفر زیارتی مشهد مقدس
- مهمترین عوامل فردی مؤثر در ارتقای تاب‌آوری خانواده‌ها در مأموریت‌های دریایی به ترتیب اولویت عبارتند از:
- * افتخار به شغل همسر
- * قرآن و ادعیه و جلسات قرآن و توسل به ائمه اطهار
- * عشق به زندگی و همسر
- * اطمینان خاطر از سلامت همسر
- * مثبت‌اندیشی و فکر کردن به خوشی‌ها
- در ادامه عوامل مؤثر بر ارتقای تاب‌آوری خانواده‌های نداجا در مأموریت ۸۶ نداجا در قالب نمودار آورده شده است.



منابع

- حسینی، فریده و مسعود حسین چاری (۱۳۹۲)، بررسی شواهد مرتبط با روایی و پایایی مقیاس تاب‌آوری خانواده، فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی خانواده، تابستان ۱۳۹۲، شماره ۹.
- داداشی، مهدی و رضا کرمی‌نیا و یاسر حاجی آقائزاد (۱۴۰۰)، بررسی اثربخشی آموزش تاب‌آوری خانواده بر مؤلفه‌های تاب‌آوری خانواده والدین نظامی. فصلنامه سرمایه انسانی دفاعی، تابستان ۱۴۰۰، شماره ۲.
- زارعان، قدرت اله و حسین سلیمی بجستانی و کیومرث فرحبخش و عبدالله معتمدی (۱۴۰۰)، تدوین و اعتباریابی الگوی تاب‌آوری خانواده مبتنی بر تجربیات زیسته خانواده‌ها، نشریه فرهنگی تربیتی زنان و خانواده، تابستان ۱۴۰۰، شماره ۵۵.
- کارن بنزیس، ریچل مک‌کیزیک و پروین جمشیدیان قلعه شاهی (۱۳۹۱)، پرورش تاب‌آوری خانواده: مروری بر عوامل کلیدی محافظ، فصلنامه دانش روان‌شناختی، شهریور ۱۳۹۱، شماره ۲.
- مشایخ، مریم و احمد برجعلی و علی دلاور و عبدالله شفیع آبادی (۱۳۹۰)، مدل یابی تاب‌آوری خانواده جانباز بر اساس متغیرهای شناختی-هیجانی، نشریه روانشناسی نظامی، زمستان ۱۳۹۰، شماره ۸.
- موزیری، عباس و عبدالله شفیع آبادی و معصومه اسمعیلی و جلیل یونسی (۱۳۹۹)، مدل یابی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری خانواده ایرانی، نشریه علوم روانشناختی، زمستان (بهمن)، سال ۱۳۹۹، شماره ۹۵.
- نصری، قدیر (۱۴۰۳)، آموزه‌ها و دستاوردهای استراتژیک مأموریت ناوگروه ۸۶، تهران: انتشارات مرکز مطالعات خاورمیانه.
- Amatea, E.S., Smith-Adock, S. & Villares, E. (2006) From family deficit to family strength: viewing families' contributions to children's learning from a family resilience perspective. Professional School Counseling, 9, 177-189.
- Bandura, A. (1994) Self-efficacy. In: Encyclopedia of Human Behavior (ed. V.S. Ramachaudran), pp. 71-81. Academic Press, New York, NY.
- Buchanann, T. (2008). Family resilience as a predictor of better adjustment among
- Cohen, O., Slonim, I., Finzi, R., amp; Leichtentritt, R. D. (2002). Family resilience: Israeli.
- De Beer A. The effects of resilience training as a component of
- Dictionary OOE. Oxford: Oxford University Press; ۲۰۱۲ [Available from: <http://www.oxforddictionaries.com/definition/english/resilience>.
- Hastings RP, Taunt HM. Positive perceptions in families of children with developmental disabilities. American journal on mental retardation. 2002.
- Hawley, D. R., amp; DeHaan, L. (996). Toward a definition of family resilience: Integrating life-span and family perspectives. Family Process, 35, 283-298
- international adoptees. Doctoral dissertation, Faculty of the Graduate School , The

- Khorramshahi B. Culture-efficient encyclopedia. Tehran: Shabahang Publications, Negah and Moein 2017
- Lloyd, C.M. & Rosman, E. (2005) Exploring mental health outcomes for low-income mothers of children with special needs: implications for policy and practice. *Infants & Young Children*, 18, 186-199
- McCubbin, M.A. & McCubbin, H.I. (1993) Families coping with illness: the resiliency model of family stress, adjustment and adaptation. In: *Families, Health and Illness* (eds C.B. Danielson, B. Hamel-Bissell & P. Winstead-Fry), pp. 21-63. CV Mosby, St. Louis, MO
- mothers, perspectives. *The American Journal of Family Therapy*, 30, 73- 87
- Stewart, M.J. (1993) *Integrating Social Support in Nursing*. Sage Publications , Newbury Park, CA. Thomas, A. & Chess, S. (1977) Temperament and the parent child interaction. *Pediatric Annals*, 6, 574-582.
- strengths-focussed training on team performance: a case study in the food and beverages manufacturing industry: University of South Africa; 2006.
- University of Texas at Arlington
- Valentine, L., amp; Feinauer, L. L. (993). Resilience factors associated with female survivors of childhood sexual abuse. *American Journal of Family Therapy* 21, 216-224
- Walsh F. Crisis, trauma, and challenge: A relational resilience approach for healing, transformation, and growth. *Smith College Studies in Social Work*, 2003
- Walsh, F. (2003) Family resilience: a framework for clinical practice. *Family Process*, 42, 1-18