

اسلام و پژوهش های روان شناختی

سال دوازدهم، شماره اول، پیاپی ۲۵، بهار و تابستان ۱۴۰۵ (ص ۱۱۱-۱۳۱)

مؤلفه های مفهومی تاب آوری همسران بر اساس منابع اسلامی

Conceptual Components of Spouses' Resilience Based on Islamic Sources

کهر سعید عبادی / دانشجوی دکتری مشاوره خانواده جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران.

محمدرضا جهانگیرزاده قمی / استادیار گروه روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، قم، ایران.

عبدالاحد اسلامی / استادیار گروه روان شناسی مؤسسه اخلاق و تربیت، قم، ایران.

✉ Saeid Ebadi / PhD Candidate in Family Counseling, Al-Mustafa International University, Qom, Iran.

sebadi2477@gmail.com

Mohammad Reza Jahangirzadeh Qomi / Assistant Professor, Department of Psychology, Imam Khomeini Educational and Research Institute, Qom, Iran.

jahangirzadeh@iki.ac.ir

Abdol Ahad Eslami / Assistant Professor, Department of Psychology, Ethics and Education Institute, Qom, Iran.

eslami.ahad@gmail.com

Abstract

The aim of this research was to develop the conceptual components of spouses' resilience based on Islamic sources and to examine their validity. Given the research objective, both qualitative and quantitative methods were employed. In the qualitative phase, a semantic analysis of the concept of resilience was first conducted, ultimately identifying eleven concepts related to resilience as entries in Islamic sources, along with eight concepts referring to spouses. For data analysis, the conventional and directed qualitative content analysis method of Hsieh and Shannon (2005) was used. Ultimately, eleven categories were obtained, which, through a further classification, led to the extraction of four major categories. In the quantitative phase, using a survey method, the "content validity" index of the components was assessed by 10 experts in the humanities and psychology through purposive sampling, and the conceptual

چکیده

هدف این پژوهش تدوین مؤلفه های مفهومی تاب آوری همسران بر اساس منابع اسلامی و بررسی میزان روایی آن بود. با توجه به هدف این پژوهش از دو روش کیفی و کمی استفاده شد. در بخش کیفی ابتدا در خصوص مفهوم تاب آوری تحلیل معنایی انجام شد و در نهایت یازده مفهوم مرتبط با تاب آوری به عنوان مدخل در منابع اسلامی، به علاوه هشت مفهوم مشیر به همسران شناسایی شد. برای تحلیل اطلاعات، از روش تحلیل محتوای کیفی عرفی و قراردادی سیه و شانون (۲۰۰۵) استفاده شد. در نهایت تعداد یازده مقوله به دست آمد که این مقوله ها در یک دسته بندی دیگر منجر به استخراج چهار مقوله عمده شد. در بخش کمی، با به کارگیری روش پیمایشی، شاخص «روایی محتوایی» مؤلفه ها از ۱۰ متخصص علوم انسانی و روان شناسی به روش نمونه گیری هدفمند سنجیده شد و مؤلفه های

components of spouses' resilience were developed. The findings of the research indicated that the conceptual components of spouses' resilience based on Islamic sources consist of four main categories and eleven subcategories, namely: transcendent attentions (remembrance and recollection of God, attention to otherworldly rewards, attention to spiritual role models), transcendent attitudes (attitude of trial/affliction, attitude of growth, viewing the spouse as a blessing), flexibility (recognizing and accepting the spouse's gender-based characteristics, adjusted expectations of the spouse), and relational emotions (interpersonal compatibility, empathy and mutual understanding between spouses, intimacy). The results of this research have provided a suitable foundation for developing a spouses' resilience questionnaire and designing its educational package.

Key words: Conceptual component, resilience, spouses' resilience, Islamic sources, content validity.

مفهومی تاب‌آوری همسران تدوین شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی دارای چهار مقوله اصلی و یازده زیرمقوله که عبارت‌اند از: توجهات متعالی (ذکر و یاد خدا، توجه به پاداش اخروی، توجه به الگوهای معنوی)، نگرش‌های متعالی (نگرش ابتلا، نگرش رشد، نعمت انگاری وجود همسر)، انعطاف‌پذیری (شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر، انتظارات تعدیل شده از همسر)، عواطف ارتباطی (سازگاری بین‌فردی، همدلی و درک متقابل همسران، صمیمیت) بود. نتایج حاصل از این پژوهش بستر مناسبی برای تدوین پرسش‌نامه تاب‌آوری همسران و طراحی بسته آموزشی آن فراهم کرده است.

کلیدواژه‌ها: مؤلفه مفهومی، تاب‌آوری، تاب‌آوری همسران، منابع اسلامی، روایی محتوایی.

مقدمه

خانواده بنیادی‌ترین نهاد اجتماعی و یکی از ارکان اساسی جامعه است. برای داشتن جامعه انسانی سالم باید سلامت روانی اعضای خانواده محقق شود و روابط مطلوب بین اعضای خانواده به‌خصوص زوجین برقرار شود (ریحانیان، قربان‌پور و رعدی افسوران، ۱۴۰۲). زوجین همواره در زندگی مشترک خود با حوادث و موقعیت‌های پراسترس و تنش‌زا روبه‌رو می‌شوند. شیوه تفسیر آنها از وقایع و موقعیت‌ها و برخورد با آن چالش‌ها و همچنین ارائه راه‌حل برای مشکلات از نظام باورها و عقاید و سایر ویژگی‌های شخصیتی آنها تأثیر می‌پذیرد. از سوی دیگر، به دلیل تفاوت‌های فردی، بروز اختلاف و تعارض میان زوجین امری رایج است (استیوبر، ۲۰۰۵). تاب‌آوری یکی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر تعارض‌های زناشویی است (کاکاوند، شیرمحمدی، جعفری و حاجی امید، ۱۳۹۹).

تاب‌آوری به قابلیت تطابق انسان در مواجهه با مشکلات زندگی و فشارهای جان‌کاه و غلبه یافتن بر آن تجارب اطلاق می‌شود. تاب‌آوری به جهت سازگاری مثبت علی‌رغم مشکلات زندگی منابع درونی و بیرونی را با هم یکپارچه می‌سازد و منجر به افزایش توانایی فردی برای برخورد با مشکلات می‌شود (اونگ، لیو و سینترون،^۱ ۲۰۲۳). توگید و فردریکسن^۲ (۲۰۰۴) تاب‌آوری را قابلیت انعطاف و تحمل در واکنش به تغییر خواسته‌های موقعیتی و توانایی بازگشت از تجربه‌های هیجانی منفی بیان کرده‌اند. تاب‌آوری در واقع نوعی مصون‌سازی در برابر مشکلات روانی اجتماعی است و کارکردهای مثبت زندگی را افزایش می‌دهد. فلچر و سرکار^۳ (۲۰۱۳) تاب‌آوری را سازگاری مثبت با شرایط نامناسب عنوان کرده‌اند. از آنجاکه پژوهشگران تاب‌آوری را توانایی غلبه بر مشکلات زندگی و قوی‌تر شدن فرد در نتیجه روبه‌رو شدن با این مشکلات می‌دانستند، معتقد بودند افراد تاب‌آور می‌توانند شرایط بهتری برای زندگی کردن فراهم آورند، مهارت‌های حل مسئله را گسترش دهند و در برابر استرس مقاوم‌تر عمل کنند (اگلن و ارول،^۴ ۲۰۱۵).

تاب‌آوری در مواجهه و سازگاری با ناملایمات زندگی زناشویی و آسیب‌پذیری‌های گوناگون در بین همسران، به آنها کمک می‌کند. تاب‌آوری در موقعیت‌های سخت و استرس‌زا به افراد کمک می‌کند و افراد را در برابر مشکلات زندگی محافظت می‌کند، لذا این عامل می‌تواند در سلامت روانی و مقاومت همسران در مواجهه با مشکلات و آسیب‌های مختلف زندگی نقش مؤثری ایفا کند (مهدی‌قلی، دوکانه‌ای فرد و جهانگیر، ۱۴۰۲)؛ چراکه یکی از عوامل قابل توجه در چگونگی رویارویی با چالش‌های زندگی در همسران، تاب‌آوری است. در زندگی زناشویی یکی از مهم‌ترین کاربردهای تاب‌آوری در شیوه برخورد با تعارضات زناشویی و چالش‌های زندگی است (رستگارنسب و حاجی‌لو، ۱۴۰۱). با افزایش تاب‌آوری، مهارت‌های اجتماعی افراد (از قبیل برقراری ارتباط، رفع موانع، توانایی برنامه‌ریزی، حل مسئله، مهارت رهبری) تقویت شده و فرد را قادر می‌سازد در مواجهه با شرایط دشوار، موفق و کامیاب شود (ایدلخانی و حیدری، ۱۳۹۶).

مفهوم تاب‌آوری از منظر دین هم مورد بررسی قرار گرفته است. طبق دیدگاه دینی تاب‌آوری علاوه بر اینکه بازگشت به شرایط اولیه و تداوم بخشیدن به آن پس از تجربه موقعیت تنیدگی‌زاست، استفاده بهینه از شرایط پیشین و رشد دادن وضعیت موجود نیز می‌باشد (خطیب، آذربایجانی، پسندیده، جان‌بزرگی و طباطبایی، ۱۴۰۱). در آموزه‌های دینی تاب‌آوری در نقطه مقابل «جزع» قرار دارد و

-
1. Ong, A. D., Liu, Z. & Cintron, D. W.
 2. Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L.
 3. Fletcher, D. & Sarkar, M.
 4. Ogelman, H. & Erol, A.

نزدیک‌ترین مفهوم به آن، تحت عنوان «صبر» از آن تعبیر می‌شود^۱ (کلینی، ۱۳۸۲، ج ۱، ص ۲۰). در برخی روایات نیز نسبت به تاب‌آوری همسران این‌گونه نقل شده است که مردی که بر بدخوبی همسرش صبر کند، خداوند اجر مصائب ایوب را به او می‌دهد، و زنی که بر بدخوبی شوهرش شکیبایی کند، خداوند ثواب آسیه را به او می‌دهد^۲ (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۱۰۰، ص ۲۴۷)، و در روایتی دیگر فرموده‌اند: «در بهشت درجه‌ای است که به آن دست نمی‌یابد، مگر پیشوای دادگر یا خویشاوندی که زیاد صلۀ رحم به‌جا آورد و یا فرد عیال‌وار صبور»^۳ (ابن‌بابویه، ۱۳۶۲، ج ۱، ص ۹۳)، و دیگر آموزه‌های اسلامی که دلالت بر اهمیت موضوع تاب‌آوری همسران دارد.

مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی از آن جهت اهمیت دارد که در واقع دین مبین اسلام ویژگی‌های همسران تاب‌آور را بیان کرده است و نحوه چگونگی حل مسائل و روش مقابله با آن را پیش روی خانواده‌ها و افراد آن قرار داده است؛ همان امری که روان‌شناسان مثبت‌نگر در زمینه خانواده قرن‌ها بعد بدان پی برده‌اند.

پژوهش‌های مختلفی در حوزه تاب‌آوری همسران انجام شده است. رستگارنسب و حاجی‌لو (۱۴۰۱) در پژوهش «پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس تاب‌آوری زوجین» نتیجه گرفتند که تاب‌آوری و مکانیزم‌های مربوط به آن در روابط میان زوجین مؤثر است. هیجان‌های مثبت و تعاملاتی که در پی آن می‌آید موجب صمیمیت زوج‌ها می‌شود، لذا افرادی که تاب‌آوری بالاتری دارند، کیفیت رابطه زناشویی مطلوب‌تری را نیز تجربه می‌کنند. زارع میرک‌آباد، قربان جهرمی، خادمی اشکذری و همکاران (۱۴۰۲) ضمن تدوین بسته شادکامی اسلامی به ارزیابی اثربخشی آن بر سازگاری زناشویی و تاب‌آوری زوجین دارای تعارض زناشویی پرداخته‌اند. بر اساس یافته‌های حاصل از این پژوهش، آموزش شادکامی اسلامی با بهره‌گیری از ایجاد ارتباط امن، حمایت‌کننده و همدلانه، آموزش مفهوم بخشش، توجه به پیامدهای مثبت صبر و شناسایی توانمندی و استعداد‌های ذاتی زوجین در دسترسی به شادکامی، می‌توان به‌عنوان روشی کارآمد در جهت بهبود سازگاری زناشویی و تاب‌آوری زوجین مورد استفاده قرار داد. مهدی‌قلی، دوکانه‌ای فرد و جهانگیر (۱۴۰۲) در پژوهشی تحت عنوان «اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر دل‌زدگی زناشویی و تاب‌آوری زوج‌های جوان»، نتیجه را این‌گونه تبیین کردند که در رویکرد درمانی هیجان‌مدار زوجین شیوه‌های غلبه بر بحران را به‌کار می‌گیرند تا راه‌حل‌های احتمالی را فرا گیرند و این‌چنین است که

۱. «الصَّبْرُ وَضِدُّ الْجَزَعِ»

۲. «مَنْ صَبَرَ عَلَى سُوءِ خَلْقِ امْرَأَتِهِ أَعْطَاهُ اللَّهُ مِنْ الْأَجْرِ مَا أَعْطَاهُ أَيُّوبُ عَلَيْهِ السَّلَامُ عَلَى بَلَاءِهِ وَمَنْ صَبَرَ عَلَى سُوءِ خَلْقِ زَوْجَتِهَا أَعْطَاهَا مِثْلَ ثَوَابِ آسِيَةَ بِنْتِ مُرَاجٍ»

۳. «إِنَّ فِي الْجَنَّةِ دَرَجَةً لَا يَنَالُهَا إِلَّا إِمَامٌ عَادِلٌ أَوْ ذُو رَحِمٍ وَصُولٌ أَوْ ذُو عِيَالٍ صَبُورٌ»

مهارت‌های بین فردیشان رشد می‌کند و می‌توانند در برابر مشکلات زناشویی، تاب‌آوری از خود نشان داده و کیفیت زندگی زناشویی بهتری را تجربه کنند. ابرویی (۱۴۰۲) به بررسی تأثیر آموزش بخشش درمانی در صمیمیت زناشویی و تاب‌آوری زوجین پرداخت. در نتایج یافته‌ها می‌توان گفت که کاهش خودانتقادگری می‌تواند منجر به بهبود تصویر از خود، عزت‌نفس و خودپنداره در نزد زوجین شود و این فرایند باعث می‌شود تا زوجین بتوانند مبتنی بر رضایت از خود، تاب‌آوری بالاتری را تجربه نمایند. محمدی (۱۴۰۲) در پژوهش خود به بررسی رابطه تاب‌آوری خانواده و سلامت اجتماعی با نگرش به طلاق زوجین شهر جاجریم پرداخت. با توجه به یافته‌های آماری تاب‌آوری خانواده و مؤلفه‌های اعتماد، تحمل عواطف منفی، معنویت در افراد و شایستگی؛ همچنین سلامت اجتماعی و مؤلفه‌های شکوفایی، همبستگی و مشارکت با نگرش به طلاق زوجین رابطه معنادار دارند. نقش میانجی تاب‌آوری خانواده در رابطه بین سلامت اجتماعی و نگرش به طلاق زوجین نیز مورد تأیید قرار گرفت؛ در نتیجه، توجه به تاب‌آوری خانواده و سلامت اجتماعی می‌تواند نگرش به طلاق را در زوجین کاهش دهد.

با وجود پژوهش‌های ارزشمند در حوزه تاب‌آوری، هیچ‌یک از مطالعات پیشین به‌طور جامع و نظام‌مند به تدوین مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر پایه منابع اسلامی نپرداخته‌اند. اغلب پژوهش‌ها صرفاً به‌صورت پراکنده و جزئی به موضوع تاب‌آوری زوجین یا به مؤلفه‌های مرتبط با تاب‌آوری همسران در چارچوب آموزه‌های اسلامی اشاره شده است؛ از این‌رو شناسایی و تبیین مؤلفه‌های تاب‌آوری در زوجین، به‌ویژه با توجه به غنای منابع اسلامی، از اهمیت بسزایی برخوردار است. در این راستا، فقدان یک چارچوب نظری منسجم که بتواند ابعاد مختلف تاب‌آوری همسران را در پرتو آموزه‌های اسلامی تبیین نماید، به شدت احساس می‌شود. بنابراین محقق در این پژوهش درصدد این است تا با بهره‌گیری از منابع اصیل اسلامی شامل قرآن کریم و روایات به تدوین مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی بپردازد.

روش پژوهش

در این پژوهش از دو روش کیفی و کمی استفاده شده است. در بخش کیفی از روش تحلیل محتوای کیفی^۱ برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شده است. به‌منظور استخراج مفاهیم ناظر به تاب‌آوری همسران در منابع اسلامی (قرآن و روایات) ابتدا در خصوص مفهوم تاب‌آوری در روان‌شناسی تحلیل معنایی انجام شد. بدین منظور نظریه‌های مختلف اندیشمندان روان‌شناسی در حوزه تاب‌آوری و

تاب‌آوری خانواده بررسی شد و مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران از قبیل ترمیم خود، ظرفیت تغییر، نیروی پایداری، افزایش ظرفیت اجتماعی، توانایی سازگاری موفق، اسناددهی مثبت، افزایش خودباوری، اصلاح اثرات منفی و ناگوار، تبدیل تهدید به فرصت، بازشکل‌دهی و مواجهه امیدوارانه استخراج شد؛ سپس با بررسی و تبیین واژه‌های عربی مرتبط و متناظر با تاب‌آوری در منابع اسلامی و همچنین پس از مشورت با اساتید متخصص در حوزه روان‌شناسی و علوم اسلامی، اصطلاحات عربی مرتبط با مفهوم تاب‌آوری انتخاب، تنظیم و اضافات آن حذف و پالایش شد. نتایج حاصل نشان داد که در این مرحله یازده مفهوم اولیه مرتبط با تاب‌آوری همسران که این مفاهیم عبارت‌اند از: صبر، حلم، استقامت، کظم غیظ، مدارا، رفق، وفق، تسلیم، رضا، جزع، غضب، به‌عنوان مدخل در منابع اسلامی شناسایی شد.

در مرحله جمع‌آوری داده‌ها، جست‌وجو در نرم‌افزار جامع الاحادیث و پایگاه جامع قرآنی نور بر اساس یازده مفهوم ناظر به تاب‌آوری به‌علاوه هشت مفهوم مرتبط با همسران شامل زوج، زوجه، بعل، اهل، عیال، أسرة، امرأة و نکاح انجام شد. به‌عبارت‌دیگر، هریک از مدخل‌های تاب‌آوری همراه با مدخل‌های حوزه همسران به‌طور ترکیبی مورد کاوش قرار گرفت. در مرحله اول نتایج حاصل از جست‌وجوی جملات توصیفی - تبیینی مرتبط با مفاهیم یازده‌گانه بالغ بر ۵۴۵۶ داده بود. در مرحله دوم آیات و روایات جمع‌آوری‌شده در هر مفهوم به‌صورت جداگانه، مورد بررسی قرار گرفت و از دو جهت میزان ارتباط با مفهوم مورد نظر و روایات مشابه غربال انجام شد. در مرحله سوم پس از غربال تعداد ۱۲۷۶ از مستندات حاکی از نشانه‌های تاب‌آوری که در تدوین مؤلفه‌های مفهومی نقش دارد، شناسایی و مابقی حذف شدند.

به‌منظور تحلیل مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی از روش تحلیل محتوای کیفی سیه و شانن^۱ (۲۰۰۵) به روش تحلیل محتوای عرفی و قراردادی استفاده شد. در این روش محقق بر اساس فهم خود از متن مورد مطالعه، شروع به نوشتن تحلیل می‌کند تا پیش‌زمینه‌هایی برای ظهور رمزا به وجود آید. این عمل موجب می‌شود که طرح‌ریزی رمزا از متن ظهور یابد و سپس بر اساس شباهت‌ها و تفاوت‌هایشان مقوله‌بندی شوند. این مقوله‌بندی از سازمان‌دهی و گروه‌بندی کردن رمزا به‌صورت خوشه‌های معنادار^۲ دسته‌بندی می‌شود. بسته به کیفیت ارتباط بین زیرمقوله‌ها، محقق می‌تواند با ترکیب و سازمان‌دهی این زیرمقوله‌ها، آنها را به شمار کمتری از دسته‌بندی (مقوله) تبدیل کند (ایمان و نوشادی، ۱۳۹۰). در مرحله رمزگذاری اولیه، پس از خواندن و بررسی ۱۲۷۶ گزاره دینی از

1. Hsieh, H. F. & Shannon, S. E.

2. Meaningful Clusters

منابع اسلامی و کنار هم قرار گرفتن داده‌های مشابه، جمله‌های اصلی آنها استخراج و به‌صورت کدهایی ثبت گردید. در این مرحله نهایتاً ۳۱۶ کد اولیه به‌دست آمد که به‌صورت گزاره‌های مفهومی اولیه مشخص شد؛ سپس بر اساس شباهت‌ها و تفاوت‌ها مقوله‌بندی صورت گرفت که در این مرحله تعداد ۱۵ مقوله به‌دست آمد؛ در نهایت این مقوله‌ها در یک دسته‌بندی دیگر منجر به استخراج ۴ مقوله عمده شد که مقولات اساسی تحقیق را شامل می‌شود. این مقولات عبارت بودند از: توجهات متعالی، نگرش‌های متعالی، انعطاف‌پذیری و عواطف ارتباطی.

در بخش کمی، از روش ارزیابی نظرات کارشناسان استفاده شد و در واقع «روایی محتوایی»^۱ مدل سنجیده شد. بدین منظور از تعداد ۱۰ کارشناس طبق فرم‌هایی در دو سؤال مجزا خواسته شد تا نظرات کارشناسی خود را پیرامون مدل ابراز کنند. در سؤال اول (CVR) تحت یک لیکرت سه‌درجه‌ای از کارشناسان خواسته شد میزان ضرورت هر یافته یا مؤلفه را با مدل تاب‌آوری همسران از ۱. «غیرضروری»؛ ۲. «مفید ولی غیرضروری»، ۳. «ضروری» مشخص کنند. در سؤال دوم (CVI) تحت یک لیکرت چهاردرجه‌ای از آنها خواسته شد تا مطابقت هر یافته یا مؤلفه‌ها را با مستندات دینی از ۱. «غیرمرتبط»؛ ۲. «نسبتاً مرتبط»؛ ۳. «مرتبط»؛ ۴. «کاملاً مرتبط» مشخص کنند.

جامعه پژوهش در مرحله کیفی، قرآن کریم و همه روایات موجود در نرم‌افزار جامع الاحادیث ۳/۵ که شامل کتب روایی شیعه و اهل سنت بودند.

جامعه آماری پژوهش در مرحله کمی را کارشناسان خبره‌ای که در فهم و استنباط منابع اسلامی و رشته روان‌شناسی آگاه و نسبتاً در یک سطح باشند، تشکیل می‌دهد (عباسی، ۱۳۹۷، ص ۱۳۳). بدین منظور کارشناسان این پژوهش متخصصان روان‌شناسی و اسلام در شهر قم بودند؛ افرادی که در تحصیلات آکادمیک روان‌شناسی دارای تحصیلات عالیه (مدرک تخصصی دکترا) و در تحصیلات حوزوی در سطوح خارج (تحصیلات سطح سوم و چهارم) مشغول یا فارغ‌التحصیل بودند.

جدول ۱: میزان تحصیلات کارشناسان پاسخ‌دهنده به فرم روایی محتوایی (N = ۱۰)

ویژگی	تعداد	درصد
سطح تحصیلات دانشگاهی	هیئت علمی	۳
	مدرک دکتری	۴۰
	دانشجوی دکتری	۳۰
سطح تحصیلات حوزوی	سطح چهار	۱۰۰

1. Content validity

برای بررسی روایی محتوایی به شکل کمی، از دو ضریب نسبی روایی محتوا (CVR) و شاخص روایی محتوا (CVI) استفاده می‌شود. CVI به صورت تجميع امتیازات موافق برای هر آیت‌م که امتیاز «مرتبط اما نیاز به بازبینی» و «کاملاً مرتبط» را کسب کرده‌اند تقسیم بر تعداد کل متخصصان محاسبه خواهد شد. برای تعیین CVR از متخصصان درخواست می‌شود تا هر آیت‌م را بر اساس طیف سه قسمتی «ضروری است»، «مفید است، ولی ضرورتی ندارد» و «ضرورتی ندارد» بررسی نماید؛ سپس پاسخ‌ها مطابق فرمول ذیل محاسبه می‌گردد:

$$CVR = \frac{n_E - \frac{N}{2}}{\frac{N}{2}}$$

در این رابطه NE تعداد متخصصانی است که به گزینه «ضروری» پاسخ داده‌اند و N تعداد کل متخصصان است. اگر مقدار محاسبه شده برای ۱۲ نفر از مقدار ۰/۵۵ بزرگ‌تر باشد، اعتبار محتوای آن آیت‌م پذیرفته می‌شود (حاجی‌زاده و اصغری، ۱۳۹۰). در این پژوهش نیز شاخص روایی محتوا برای هریک از مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران اندازه‌گیری و در صورت آوردن نمره لازم، در مدل نهایی انعکاس پیدا کرد.

طبق این محاسبه، در سؤال اول از ۱۵ مؤلفه، ۱۱ مؤلفه توسط کارشناسان تأیید و تعداد ۴ مؤلفه نمره کافی را نیاورده و حذف شدند. تمام یافته‌های مورد تأیید در سؤال اول، میزان ارتباط آنها با مدل تاب‌آوری همسران در سؤال دوم توسط کارشناسان تأیید شد. در جدول ذیل میزان شاخص روایی محتوایی هریک از سؤالات در هر یافته نمایش داده می‌شود.

جدول ۲: روایی‌سنجی مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران

مقوله‌های اصلی	زیرمقوله‌ها	CVR			CVI			محاسبه CVR	محاسبه CVI	تأیید/حذف
		ضروری	مفید ولی غیرضروری	غیرضروری	کاملاً مرتبط	مرتبط اما نیاز به بازبینی	غیرمرتبط			
توجهات متعالی	ذکر و یاد خدا	۹	۱		۶	۳	۱	۰/۸	۰/۹	تأیید
	توجه به پاداش اخروی	۹	۱		۷	۳		۰/۸	۱	تأیید
	توجه به الگوهای معنوی	۸	۲		۶	۴		۰/۶	۱	تأیید

مقوله‌های اصلی	زیرمقوله‌ها	CVR			CVI			محاسبه CVR	محاسبه CVI	تأیید/حذف
		ضروری	مفید ولی غیر ضروری	غیر ضروری	کاملاً مرتبط	مرتبط اما نیاز به بازبینی	غیر مرتبط			
نگرش‌های متعالی	نگرش ابتلا	۱۰			۶	۲	۲	۱	۰/۸	تأیید
	نگرش رشد	۸	۱	۱	۵	۳	۲	۰/۶	۰/۸	تأیید
	نعمت‌انگاری وجود همسر	۹	۱		۶	۴		۰/۸	۱	تأیید
	حکمت باوری	۲	۶	۲	۱	۵	۴	-۰/۶	۰/۶	حذف
انعطاف‌پذیری	شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر	۱۰			۵	۵		۱	۱	تأیید
	انتظارات تعدیل شده از همسر	۹	۱		۵	۴	۱	۰/۸	۰/۹	تأیید
	سازگاری بین فردی	۹	۱		۷	۳		۰/۸	۱	تأیید
	تنظیم انتظارات از همسر	۵	۴	۱	۳	۴	۳	۰	۰/۷	حذف
عواطف ارتباطی	همدلی و درک متقابل همسران	۸	۲		۷	۳		۰/۶	۱	تأیید
	صمیمیت	۹	۱		۴	۵	۱	۰/۸	۰/۹	تأیید
	رضامندی همسران	۳	۵	۲	۳	۳	۴	-۰/۴	۰/۶	حذف
	عبادت و دعا	۵	۴	۱	۴	۳	۳	۰	۰/۷	حذف

روش نمونه‌گیری در بخش کیفی و کمی، از نمونه‌گیری هدفمند^۱ استفاده شده است. نمونه‌گیری هدفمند در بخش کیفی، کلیه روایات تاب‌آوری در کتب روایی به‌علاوه عناوین مشیر به تاب‌آوری همسران بود. تعداد نمونه مورد مطالعه بر اساس اصل اشباع^۲ در حجم نمونه در نظر گرفته شد (گلپسر و استراوس،^۳ ۱۹۶۷). در بخش کمی نیز، تعداد ۱۰ متخصص اسلام و روان‌شناسی به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. این کارشناسان از چندین مرکز علمی دانشگاه قرآن و حدیث،

1. Purposive sampling
2. Saturation
3. Glaser, B. and Strauss, A.

دانشگاه جامعه المصطفی العالمیه، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، پژوهشگاه قرآن و حدیث، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام و مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت نبوی انتخاب شده‌اند.

یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش نشان داد که مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر اساس چهار مقوله اصلی و یازده زیرمقوله طراحی شده است. مقوله‌های اصلی و زیرمقوله‌های آنها عبارت‌اند از: توجهات متعالی (ذکر و یاد خدا، توجه به پاداش اخروی، توجه به الگوهای معنوی)، نگرش‌های متعالی (نگرش رشد، نگرش ابتلا، نعمت انگاری)، انعطاف‌پذیری (شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر، انتظارات تعدیل‌شده از همسر، سازگاری بین فردی)، عواطف ارتباطی (همدلی و درک متقابل همسران، صمیمیت). در ادامه هریک از زیرمقوله‌ها یا مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی در ذیل مقوله‌های اصلی به‌طور اجمال مورد بررسی قرار می‌گیرد.

ذکر و یاد خداوند متعال به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران، نشان می‌دهد که همسران تاب‌آور در شرایط سختی مانند اختلاف‌نظرها، فشارهای زندگی و دشواری‌ها، با امید و انگیزه بیشتری به حل مشکلات می‌پردازند. نمونه تاریخی حضرت آسیه علیها السلام، همسر فرعون، نشان‌دهنده این است که ارتباط معنوی با خداوند می‌تواند منبعی از قدرت و آرامش باشد.^۱ همچنین آموزه‌های قرآنی^۲ و احادیث پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله بر اهمیت صبر و نماز به‌عنوان ابزارهای معنوی برای مقابله با فشارهای زندگی زناشویی تأکید دارند. به عقیده مطهری (۱۳۸۹) زندگی بشر خواه ناخواه، همچنان که خوشی‌ها و شیرینی‌ها و کامیابی‌ها دارد، رنج‌ها، شکست‌ها و تلخی‌ها دارد. ایمان مذهبی در انسان‌ها نیروی مقاومت ایجاد می‌کند و تلخی‌ها را شیرین می‌کند.

توجه به پاداش اخروی، یعنی همسران تاب‌آوری که به پاداش‌های اخروی ایمان دارند، به‌جای تمرکز بر سختی‌های فعلی، به نتایج معنوی و اخروی صبر و تحمل خود می‌اندیشند. از سوی دیگر، این نگرش، آرامش درونی را تقویت می‌کند و به آنها کمک می‌کند تا تعارضات را با رویکردی سازنده و منطقی مدیریت کنند. علاوه بر این، باور به پاداش‌های اخروی، رفتارهای مثبت مانند گذشت، بخشش و فداکاری را در زندگی زناشویی تقویت می‌کند. در روایات نیز، صبر همسران در برابر بدخلقی و رفتارهای نامناسب یکدیگر به‌عنوان یک عمل معنوی ارزشمند معرفی شده است. برای مثال، صبر زن

۱. «رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ وَتَجَنِّيْ مِنْ فِرْعَوْنَ وَعَمَلِهِ وَتَجَنِّيْ مِنَ الْقَوْمِ الظَّالِمِينَ» (تحریم: ۱۱)

۲. «وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَأَنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ» (بقره: ۴۵)

۳. «وَكَانَ النَّبِيُّ ﷺ إِذَا أَصَابَتْ أَهْلَهُ خَصَاصَةٌ نَادَى أَهْلَهُ يَا أَهْلَاهُ صَلُّوا صَلُّوا» (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷، ص ۳۷): «عَنْ يُوسُفَ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ سَلَامٍ أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ إِذَا نَزَلَ بِأَهْلِهِ شِدَّةً أَمَرَهُمْ بِالصَّلَاةِ ثُمَّ قَرَأَ - وَأَمَرَ أَهْلَكَ بِالصَّلَاةِ وَأَصْطَبِرْ عَلَيْهَا» (شهید ثانی، ۱۴۰۷، ص ۵۰)

در برابر غیرت شوهر یا بدخلقی او، پاداشی برابر با هزار شهید و یک سال عبادت دارد.^۱ همچنین اطاعت از شوهر در شرایط دشوار، به‌ویژه زمانی که اختلاف‌نظرها وجود دارد، نیازمند تاب‌آوری است و در روایات چنین زنانی با همسر حضرت ایوب علیه السلام محشور می‌شوند.^۲

توجه به الگوهای معنوی به‌عنوان یکی دیگر از مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران به این مطلب اشاره دارد که توجه به رفتار و صفات اولیای دین، مانند ائمه معصومین علیهم السلام و پیامبران الهی، به‌عنوان الگوهای معنوی و الهی در همسران تاب‌آور وجود دارد که در نتیجه با تقویت ویژگی‌هایی مانند حلم، صبر و استقامت، در برابر چالش‌های زندگی مشترک مقاومت بیشتری از خود نشان دهند. این توجه معنوی نه تنها به بهبود کیفیت زندگی زناشویی کمک می‌کند، بلکه به رشد معنوی و فردی نیز منجر می‌شود. در روایتی از امام حسین علیه السلام آمده است که فضیلت‌هایی مانند حلم و بردباری حضرت علی علیه السلام به‌عنوان ویژگی‌های یک همسر نمونه معرفی شده است.^۳ واضح است که توجه به این صفات به همسران کمک می‌کند تا در شرایط بحرانی، به جای واکنش‌های احساسی، با آرامش و تفکر عمل کنند و تنش‌ها را کاهش دهند. همچنین پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله در روایتی فرمودند: «مردی که بر بدخلقی همسرش صبر کند، پاداش حضرت ایوب علیه السلام را دریافت می‌کند و زنی که بر بدخلقی شوهرش صبر کند، پاداش حضرت آسیه علیها السلام را خواهد داشت».^۴ در این روایت حضرت ایوب علیه السلام و حضرت آسیه علیها السلام به‌عنوان دو الگوی متعالی صبر و تاب‌آوری معرفی شده‌اند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله خود نیز، بدزبانی برخی از همسران خویش را تحمل می‌کرد، تا آنجا که دیگران از این همه تحمل رنج می‌بردند (مطهری، ۱۳۹۳). این روایات نیز نشان می‌دهد که توجه به اسوه‌های صبر و مقاومت به‌عنوان مؤلفه‌ای در مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران وجود دارد و کمک می‌کند تا زوجین با مشکلات زندگی مشترک به‌گونه‌ای سازنده برخورد کنند و رابطه خود را تقویت نمایند.

نگرش ابتلا به معنای درک و پذیرش مشکلات و سختی‌های زندگی به‌عنوان امتحانات و آزمون‌های الهی است. این نگرش در همسران تاب‌آور وجود دارد. برای همین چالش‌های زندگی

۱. «ثَلَاثٌ مِنَ النِّسَاءِ يَرْفَعُ اللَّهُ عَنْهُنَّ عَذَابَ الْقَبْرِ وَيَكُونُ مُحْشَرْنَ مَعَ فَاطِمَةَ بِنْتِ مُحَمَّدٍ علیها السلام - امْرَأَةٌ صَبَرَتْ عَلَى غَيْرَةِ زَوْجِهَا وَامْرَأَةٌ صَبَرَتْ عَلَى سُوءِ خُلُقِ زَوْجِهَا وَامْرَأَةٌ وَهَبَتْ صَدَاقَهَا لِزَوْجِهَا يُعْطَى اللَّهُ كُلُّ وَاحِدَةٍ مِنْهُنَّ ثَوَابُ أَلْفِ شَهِيدٍ وَيَكْتُبُ لِكُلِّ وَاحِدَةٍ مِنْهُنَّ عِبَادَةُ سَنَةٍ» (حر عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۲۱، ص ۲۸۵)

۲. «يَا حَوْلَاءُ وَالَّذِي بَعَثَنِي بِالْحَقِّ نَبِيًّا وَرَسُولًا كُلُّ امْرَأَةٍ صَبَرَتْ عَلَى زَوْجِهَا فِي الشَّدَةِ وَالرِّخَاءِ وَكَانَتْ مُطِيعَةً لَهُ وَلَأَمْرِهِ حَشَرَهَا اللَّهُ تَعَالَى مَعَ امْرَأَةِ أَيُّوبَ» (نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۱۴، ص ۲۴۲)

۳. «اتَّعَلَّمُونَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلی الله علیه و آله فَضَّلَهُ عَلَى جَعْفَرٍ وَحَمَزَةَ حِينَ قَالَ لِفَاطِمَةَ علیها السلام زَوْجُكِ خَيْرُ أَهْلِ بَيْتِي أَقْدَمُهُمْ سَلَامًا وَأَعْظَمُهُمْ جَلَمًا وَأَكْثَرُهُمْ عِلْمًا قَالُوا اللَّهُمَّ نَعَمْ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۳۳، ص ۱۷۳)

۴. «مَنْ صَبَرَ عَلَى سُوءِ خُلُقِ امْرَأَتِهِ أَعْطَاهُ اللَّهُ مِنَ الْأَجْرِ مَا أَعْطَاهُ أَيُّوبَ علیه السلام عَلَى بَلَاءِهِ وَمَنْ صَبَرَتْ عَلَى سُوءِ خُلُقِ زَوْجِهَا أَعْطَاهَا مِثْلَ ثَوَابِ أَسِيَّةَ بِنْتِ مُزَاجِمٍ» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۰۰، ص ۲۴۷)

مشترک را نه به‌عنوان مانع، بلکه به‌عنوان فرصتی برای رشد و تعالی در نظر می‌گیرند. در قرآن کریم آمده است: «قطعاً همه شما را با چیزی از ترس، گرسنگی و کاهش در مال‌ها و جان‌ها و میوه‌ها آزمایش می‌کنیم، و بشارت ده به استقامت‌کنندگان»^۱. این آیه نشان می‌دهد که مشکلات و ابتلائات جزئی از زندگی دنیوی هستند و صبر در برابر آنها می‌تواند به پاداش‌های بزرگ الهی منجر شود. در روایات نیز نگرش ابتلا به‌طور مکرر مورد تأکید قرار گرفته است. برای مثال، در روایتی از حضرت یونس^ع نقل شده است که ایشان بدخلقی همسرش را به‌عنوان یک آزمون الهی پذیرفت و با صبر و تحمل از آن عبور کرد.^۲

نگرش رشد در تاب‌آوری زناشویی به معنای درک این است که چالش‌ها و مشکلات می‌توانند فرصتی برای رشد شخصیتی و تقویت رابطه باشند. وقتی زوجین با مشکلات مواجه می‌شوند، این موقعیت‌ها آنها را وادار می‌کند تا به نقاط ضعف خود پی ببرند و برای بهبود آنها تلاش کنند. این فرآیند نه تنها به رشد فردی کمک می‌کند، بلکه ارزش‌هایی مانند بخشش، صبر و همدلی را نیز تقویت می‌کند. در قرآن کریم، خداوند به همسران حضرت نوح^ع و حضرت لوط^ع اشاره می‌کند که با وجود زندگی در کنار پیامبران، به آنها خیانت کردند.^۳ حضرت نوح^ع در مواجهه با بی‌احترامی و کفر همسرش، به‌جای نفرین و انتقام، صبر را انتخاب کرد (محمدی اشتهاردی، ۱۳۸۹، ج ۲، ص ۹۹). این انتخاب نشان‌دهنده عمق شخصیت و ارتباط عمیق او با خداوند است و همسرانی که به رشد معنوی بالایی رسیده باشند می‌توانند این‌گونه در برابر ناملایمات صبر کنند.

نعمت انگاری وجود همسر، یعنی نگرش به وجود همسر به‌عنوان نعمت الهی که یکی از مؤلفه‌های تاب‌آوری در زندگی زناشویی است. در آموزه‌های دینی، به‌ویژه در رساله حقوق امام سجاد^ع، بر این موضوع تأکید شده است که همسر مایه آرامش و انس است و این نعمتی است که خداوند به انسان ارزانی داشته است، پس باید به این نعمت الهی احترام گذاشت و با او مدارا کرد.^۴ این نگرش باعث می‌شود زوجین به‌جای تمرکز بر کاستی‌ها و مشکلات، به ارزش‌ها و نقاط قوت یکدیگر توجه کنند.

۱. «وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ» (بقره: ۱۵۵)

۲. «إِنَّ قَوْمًا دَخَلُوا عَلَى يُونُسَ النَّبِيِّ ﷺ فَأَضَافَهُمْ، فَكَانَ يَدْخُلُ وَيُخْرَجُ إِلَى مَنَزِلِهِ فَيُؤَذِّيه أَمْرَأَتُهُ وَتَسْتَطِيلُ عَلَيْهِ وَهُوَ سَاكِتٌ، فَتَعَجَّبُوا مِنْ ذَلِكَ. فَقَالَ: لَا تَعْجَبُوا، فَإِنِّي سَأَلْتُ اللَّهَ تَعَالَى وَقُلْتُ: مَا أَنْتَ مُعَاقِبٌ لِي بِهِ فِي الْآخِرَةِ فَعَجَّلَهُ لِي فِي الدُّنْيَا، فَقَالَ: إِنَّ عَقُوبَتَكَ بِنْتُ فُلَانٍ تَزَوَّجُ بِهَا، تَزَوَّجْتَ بِهَا وَأَنَا صَابِرٌ عَلَى مَا تَرَوْنَ مِنْهَا فَفِي الصَّبْرِ عَلَى ذَلِكَ رِيَاضَةُ النَّفْسِ وَكَسْرُ الْغَضَبِ وَتَحْسِينُ الْخُلُقِ» (غزالی، ۱۳۹۳، ج ۲، ص ۵۱)

۳. «ضَرَبَ اللَّهُ مَثَلًا لِلَّذِينَ كَفَرُوا أَمْرَأَتَ نُوحَ وَأَمْرَأَتَ لُوطَ كَانَتَا تَحْتَ عَبْدَيْنِ مِنْ عِبَادِنَا صَالِحِينَ فَخَانَتَاهُمَا فَلَمْ يُغْنِيَا عَنْهُمَا مِنَ اللَّهِ شَيْئًا وَقِيلَ ادْخُلَا النَّارَ مَعَ الدَّاهِلِينَ» (تحریم: ۱۰)

۴. «وَأَمَّا حَقُّ الزَّوْجَةِ فَإِنَّ تَعْلَمَ أَنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ جَمَّلَهَا لَكَ سَكَنًا وَأَنَسًا فَتَعْلَمَ أَنَّ ذَلِكَ نِعْمَةٌ مِنَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ عَلَيْكَ فَتَكْرِمُهَا وَتَرْفُقَ بِهَا» (ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۲، ص ۶۲۱ ح ۳۲۱۴)

وقتی زوجین وجود یکدیگر را به‌عنوان نعمتی الهی در نظر می‌گیرند، حس شکرگزاری و قدردانی در آنها تقویت می‌شود. این نگرش نه تنها باعث افزایش محبت و انس در زندگی می‌شود، بلکه به آنها انگیزه می‌دهد تا برای حفظ و تقویت این نعمت تلاش کنند. امام سجاده^ع در رساله حقوق، احترام و مدارا با همسر را به‌عنوان وظیفه‌ای الهی برمی‌شمارد و این نشان‌دهنده اهمیت قدردانی از نعمت وجود همسر است. این نگاه مثبت، به زوجین کمک می‌کند تا در مواقع بحرانی، کمتر به کمبودها توجه کنند و بیشتر بر حفظ رابطه خود تمرکز نمایند.

شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر: زنان و مردان به دلیل تفاوت‌های زیستی و فیزیولوژیکی، ویژگی‌های جنسیتی متفاوتی دارند که بر نحوه مواجهه آنها با مشکلات تأثیر می‌گذارد. زنان معمولاً احساسات و عواطف را عمیق‌تر تجربه می‌کنند و در مواقع بحران تمایل بیشتری به جست‌وجوی حمایت از اطرافیان دارند. از سوی دیگر، مردان به‌طور طبیعی تمایل دارند که مشکلات را به‌صورت منطقی و تحلیلی حل کنند که این ویژگی به آنها کمک می‌کند تا به سرعت تصمیم‌گیری کنند و راه‌حل‌های عملی بیابند. بنابراین مردان تاب‌آور درک می‌کنند که همسرانشان در مواقع بحران ممکن است به شدت نیازمند حمایت عاطفی باشند و با همدلی و درک این نیاز، به آنها احساس امنیت می‌دهند. زنان تاب‌آور نیز از همسران خود به‌عنوان منبع حمایت عاطفی استفاده می‌کنند و این تکیه‌گاه به مردان احساس مسئولیت و ارزشمندی می‌بخشد. مطهری (۱۳۸۹) تفاوت‌های زن و مرد را قانون خلقت می‌داند که پیوند خانوادگی زن و مرد را محکم‌تر می‌کند و این اختلافات شبیه اختلافات میان اعضای بدن است که تفاوت قائل شدن بین آنها ناشی از تبعیض نیست، بلکه برای تناسب بهتر آنها با یکدیگر است. در روایتی از حضرت ابراهیم^ع، ایشان از بداخلاقی همسرش ساره به خداوند شکوه می‌برد، خداوند به او وحی می‌کند که زن مانند دنده‌ای کج است که اگر بخواهی آن را راست کنی، می‌شکند، اما اگر آن را به حال خود رها کنی، می‌توانی از آن استفاده کنی؛ از این رو نسبت به او صبر پیشه کن.^۱ این روایت نشان می‌دهد که تلاش برای تغییر ویژگی‌های ذاتی همسر ممکن است به نتیجه معکوس منجر شود و مشکلات بیشتری ایجاد کند. بنابراین همسران تاب‌آور به‌جای تلاش برای تغییر همسر خود، سعی می‌کنند فضایی امن و حمایتگر ایجاد کنند تا همسرشان بتواند احساسات خود را آزادانه ابراز کند.

انتظارات تعدیل‌شده از همسر به معنای تنظیم و سازمان‌دهی خواسته‌ها و نیازهای زوجین در چارچوب توانایی‌ها و محدودیت‌های واقعی یکدیگر است. این نگرش که در همسران تاب‌آور وجود دارد به آنها کمک

۱. «قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ع: إِنَّ إِبْرَاهِيمَ ع شَكَاَ إِلَى اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ مَا يَلْقَى مِنْ سُوءِ خُلُقِ سَارَةَ فَأَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَيْهِ إِنَّمَا مَثَلُ الْمَرْأَةِ مَثَلُ الضِّلَعِ الْمُعْجُجِ إِنْ أَقْمَتَهُ كَسَرَتْهُ وَإِنْ تَرَكْتَهُ اسْتَمْتَعْتَ بِرِصْبٍ عَلَيْهَا» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۵۱۳)

می‌کند به جای فشار آوردن به یکدیگر برای انجام کارهایی که فراتر از توانایی‌های جسمی یا روانی طرف مقابل است، انتظارات خود را با واقعیت‌های زندگی تطبیق دهند. پیامبر اکرم ﷺ در روایتی می‌فرماید: «هر زنی که با شوهرش مدارا نکند و او را بر آنچه قدرت ندارد وادارد، خداوند از او هیچ حسنه‌ای نپذیرد و خدا را خشمگین ملاقات کند».^۱ این روایت به‌وضوح نشان می‌دهد که وادار کردن همسر به انجام کارهایی که خارج از توان اوست، نه تنها خلاف تاب‌آوری است، بلکه می‌تواند به رابطه زناشویی آسیب برساند.

سازگاری بین‌فردی به توانایی همسران در تعامل مثبت و مؤثر با یکدیگر اشاره دارد. این سازگاری، شامل نرمی، مدارا و رفق در رفتار است. همسران تاب‌آور که از سازگاری بین‌فردی بالایی برخوردارند، می‌توانند به راحتی با یکدیگر ارتباط برقرار کنند، اختلافات را مدیریت نمایند و در شرایط دشوار، از یکدیگر حمایت کنند. این توانایی، نه تنها به کاهش تنش‌ها و استرس‌ها کمک می‌کند، بلکه به ایجاد رابطه‌ای پایدار و مقاوم در برابر مشکلات منجر می‌شود. پیامبر اکرم ﷺ در روایتی می‌فرماید: «ملایمت مایه میمنت است و خشونت مایه شومی، و هرگاه خداوند برای اهل خانه‌ای نیکی خواهد، آنها را با ملایمت قرین کند؛ زیرا ملایمت در هرچه باشد آن را زینت دهد و خشونت در هرچه باشد آن را خوار کند».^۲ در این حدیث اشاره می‌کند که رفتارهای محبت‌آمیز و نرم‌خویی، نه تنها به بهبود روابط خانوادگی کمک می‌کند، بلکه به عنوان عاملی برای جلب رحمت الهی نیز محسوب می‌شود. همسران تاب‌آور با ملایمت و مدارا با یکدیگر رفتار می‌کنند؛ بنابراین می‌توانند در برابر چالش‌های زندگی، تاب‌آوری بیشتری از خود نشان دهند.

همدلی و درک متقابل همسران: همدلی به معنای درک احساسات و شرایط یکدیگر، به‌ویژه در لحظات دشوار و آسیب‌زاست و نقش مهمی در تقویت ارتباطات عاطفی و ایجاد فضایی حمایت‌گرانه ایفا می‌کند. در آموزه‌های دینی نیز بر اهمیت همدلی و حمایت عاطفی تأکید شده است. در حدیثی از پیامبر اکرم ﷺ، مردی از رفتار همسرش که در مواقع غم و اندوه به او دل‌داری می‌داد و او را به توکل بر خداوند تشویق می‌کرد، تعریف می‌کند. پیامبر ﷺ این رفتار را ستوده و می‌فرماید: «خداوند کارگزارانی دارد و این زن یکی از آنان است و او نصف اجر شهید را خواهد برد».^۳ این حدیث نشان می‌دهد که همدلی و حمایت

۱. «أَيُّمَا امْرَأَةٍ لَمْ تَرْفُقْ بِرَوْحِهَا وَحَمَلَتْهُ عَلَى مَا لَا يَقْدِرُ عَلَيْهِ وَمَا لَا يُطِيقُ لَمْ تُقْبَلْ مِنْهَا حَسَنَةٌ وَتَلَقَّى اللَّهَ وَهُوَ عَلَيْهَا غَضَبَانُ» (طبرسی، ۱۳۷۰، ج ۱، ص ۲۱۴)

۲. «الرَّفْقُ يُنْمِ الْخَيْرُ شَوْمٌ، وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِأَهْلِ بَيْتٍ خَيْرًا أَدْخَلَ عَلَيْهِمْ بَابَ الرَّفْقِ، فَإِنَّ الرَّفْقَ لَمْ يَكُنْ فِي شَيْءٍ إِلَّا زَانَهُ، وَإِنَّ الْخُرْقَ لَمْ يَكُنْ فِي شَيْءٍ إِلَّا شَانَهُ» (پاینده، ۱۳۸۳، ص ۵۰۹، ح ۱۶۹۸)

۳. «وَجَاءَ رَجُلٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ فَقَالَ إِنَّ لِي زَوْجَةً إِذَا دَخَلْتُ تَلَقَّيْتَنِي وَإِذَا خَرَجْتُ شَبَعْتَنِي وَإِذَا رَأَيْتَنِي مَهْمُومًا قَالَتْ مَا يَهْمُكَ إِنْ كُنْتُ تَهْتِمُ لِرُزْقِكَ فَقَدْ تَكْفُلُ لَكَ بِهِ غَيْرُكَ وَإِنْ كُنْتُ تَهْتِمُ بِأَمْرِ آخِرَتِكَ فَزَادَكَ اللَّهُ هَمًّا فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ إِنَّ لِلَّهِ عَمَلًا وَهَذِهِ مِنْ عَمَلِهِ لَهَا نِصْفُ أَجْرِ الشَّهِيدِ» (ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۳، ص ۳۸۹)

عاطفی در زندگی زناشویی نه تنها به کاهش غم و اندوه کمک می‌کند، بلکه به عنوان عملی ارزشمند نزد خداوند محسوب می‌شود. لذا همسران تاب‌آور در شرایط دشوار، با درک متقابل و رفتارهای محبت‌آمیز از یکدیگر حمایت می‌کنند و زندگی مشترک خود را بر پایه محبت، صبر و درک متقابل بنا می‌کنند. صمیمیت به نزدیکی عاطفی و ارتباط عمیق قلبی بین زوجین تاب‌آور اشاره دارد. زوجینی که در رابطه‌ای صمیمی و حمایت‌گرانه قرار دارند، بهتر می‌توانند احساسات خود را بیان کنند، مشکلات را به طور مشترک بررسی نمایند و راه‌حل‌هایی برای غلبه بر چالش‌ها بیابند. پیامبر اکرم ﷺ در حدیثی می‌فرماید: «بهترین مردم از لحاظ ایمان، خوش‌خوترین و مهربان‌ترین آنها به خانواده‌شان هستند، و من مهربان‌ترین شما به خانواده‌ام هستم»^۱. این حدیث بیانگر آن است که صمیمیت و رفتار محبت‌آمیز در خانواده، نه تنها به تقویت پیوندهای عاطفی کمک می‌کند، بلکه به عنوان نشانه‌ای از ایمان و خوش‌خلقی نیز محسوب می‌شود. همسرانی که با نرمی و محبت با یکدیگر تعامل می‌کنند، می‌توانند در مواجهه با مشکلات، آرامش و تعادل خود را حفظ کنند و از این طریق، تاب‌آوری خود را در برابر چالش‌ها افزایش دهند.

جدول ۳: روایی محتوایی مؤلفه‌های مفهومی نهایی تاب‌آوری همسران

مقوله‌های اصلی	زیرمقوله‌ها	CVR	CVI
توجهات متعالی	ذکر و یاد خدا	۰/۸	۰/۹
	توجه به پاداش اخروی	۰/۸	۱
	توجه به الگوهای معنوی	۰/۶	۱
نگرش‌های متعالی	نگرش ابتلا	۱	۰/۸
	نگرش رشد	۰/۶	۰/۸
	نعمت انگاری وجود همسر	۰/۸	۱
انعطاف‌پذیری	شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر	۱	۱
	انتظارات تعدیل‌شده از همسر	۰/۸	۰/۹
	سازگاری بین فردی	۰/۸	۱
عواطف ارتباطی	همدلی و درک متقابل همسران	۰/۶	۱
	صمیمیت	۰/۸	۰/۹

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تدوین مؤلفه‌های مفهومی تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی انجام شد. یافته‌های پژوهش، چهار مقوله اصلی و یازده زیرمقوله یا مؤلفه برای تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی که عبارت‌اند از: توجهات متعالی (ذکر و یاد خدا، توجه به پاداش اخروی، توجه به الگوهای

۱. «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ أَحْسَنُ النَّاسِ إِيْمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا وَالْأَفْقَهُمْ بِأَهْلِهِ وَأَنَا أَلْفَقَكُمْ بِأَهْلِي» (حر عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۲، ص ۱۵۳)

معنوی)، نگرش‌های متعالی (نگرش ابتلا، نگرش رشد، نعمت انگاری وجود همسر)، انعطاف‌پذیری (شناخت و پذیرش ویژگی‌های جنسیتی همسر، انتظارات تعدیل‌شده از همسر، سازگاری بین‌فردی)، عواطف ارتباطی (همدلی و درک متقابل همسران، صمیمیت) را نشان داد.

برای نخستین بار مک‌کوبین^۱ (۱۹۹۶، به نقل از: صیدی و باقریان، ۱۳۹۰) مدل تاب‌آوری سازگاری و انطباق خانواده را ارائه کردند که نمایانگر نگاهی از زاویه دید تاب‌آوری به کارکرد خانواده است. این مدل بر کشف و آزمون عوامل تاب‌آوری در خانواده‌ها تأکید می‌کند و دو مرحله دارد: ۱. سازگاری؛ 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. عوامل استرس‌زا در مرحله سازگاری مطرح است، و استرس‌ها و نیازهای جدید ناشی از استرس‌های اولیه است. انطباق با عوامل استرس‌زای جدید برای تاب‌آوری خانواده حیاتی است. بعد از هر حادثه استرس‌زا باید انطباق‌ها و الگوهای عملکردی جدید خلق کرد (سیکسی،^۲ ۲۰۰۵، به نقل از: زهراکار، کرمی و بزرگ‌منش، ۱۳۹۳). مدل مک‌کوبین و همکاران بیشتر بر فرآیندهای سازگاری و انطباق خانواده‌ها تأکید دارد و به عوامل استرس‌زا و منابع موجود در خانواده پرداخته و به‌صورت علمی و تجربی، روش‌های مدیریت استرس را بررسی می‌کند. این مدل به‌طور عمده بر جنبه‌های روان‌شناختی و اجتماعی تاب‌آوری تمرکز دارد و از دیدگاه‌های علمی و تجربی برای تحلیل چالش‌های خانواده‌ها استفاده می‌کند. در مقابل، مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی، نه تنها به جنبه‌های روان‌شناختی توجه دارد، بلکه بر ارزش‌های معنوی و دینی نیز تأکید می‌کند. به همسران یادآوری می‌کند که مشکلات و چالش‌های زندگی زناشویی، بخشی از امتحانات الهی هستند و با صبر، همدلی و تکیه بر اصول دینی، می‌توانند به رشد و تعالی دست یابند.

مدل دیگری که در حوزه تاب‌آوری خانواده شناخته شده است، مدل فرایندهای تاب‌آوری خانواده فروما والش^۳ (۲۰۱۶) است. این مدل به تاب‌آوری خانواده به‌عنوان یک فرآیند پویا نگاه می‌کند و بر این باور است که تاب‌آوری نتیجه تعامل میان عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی است. در این مدل،

1. McCubbin, H. I.

2. Sixby, K.

3. Walsh, F.

مؤلفه‌هایی مانند معنادهی به بحران، ارتباطات مثبت و توانایی خانواده در بازسازی خود پس از بحران، نقش کلیدی دارند. والش بر اهمیت انعطاف‌پذیری، حمایت عاطفی و معنادهی مشترک به بحران‌ها تأکید می‌کند (زهراکار، کرمی، و بزرگ‌منش، ۱۳۹۳). در مقایسه با مؤلفه‌های اسلامی، مدل والش نیز به مؤلفه‌های معنوی اشاره می‌کند، اما این معنویت بیشتر به معنای معنادهی انسانی و روان‌شناختی است و کمتر به ابعاد الهی و دینی پرداخته می‌شود؛ درحالی‌که در مؤلفه‌های اسلامی، معنویت به‌طور مستقیم با ارتباط با خداوند و توکل به او گره خورده است. به‌عنوان مثال، ذکر و یاد خداوند به‌عنوان منبعی از آرامش و تاب‌آوری معرفی می‌شود؛ درحالی‌که در مدل والش، معنویت بیشتر به احساس پیوند و انسجام خانوادگی مرتبط است.

مدل بحران‌های خانواده ABCX هیل^۱ و نسخه توسعه‌یافته آن، یعنی مدل دوگانه ABCX، از دیگر مدل‌های معروف تاب‌آوری خانواده هستند. این مدل‌ها بر این اساس بنا شده‌اند که واکنش خانواده به بحران، به تعامل میان چهار مؤلفه بستگی دارد: A (رویداد استرس‌زا)، B (منابع خانواده)، C (معنادهی خانواده به بحران) و X (پیامد بحران). مدل دوگانه ABCX با افزودن مؤلفه‌های جدید، به بررسی تأثیرات بلندمدت بحران‌ها و فرآیندهای سازگاری خانواده می‌پردازد (بودین و گرین‌برگ، ۲۰۱۰). این مدل‌ها تأکید دارند که تاب‌آوری خانواده به توانایی آنها در استفاده از منابع و معنادهی به بحران‌ها بستگی دارد. در مقایسه با مدل اسلامی، مدل ABCX نیز، به نقش منابع و معنادهی اشاره می‌کند، اما این منابع عمدتاً شامل حمایت اجتماعی، اقتصادی و روان‌شناختی هستند و معنادهی نیز بیشتر به‌عنوان یک فرآیند شناختی در نظر گرفته می‌شود؛ درحالی‌که در مؤلفه‌های اسلامی، منابع معنوی و دینی، مانند ذکر و یاد خداوند متعال و توجه به پاداش‌های اخروی، به‌عنوان منابع اصلی تاب‌آوری معرفی شده‌اند. علاوه بر این، به‌طور خاص به نقش توجه به الگوهای الهی و ارزش‌های دینی در تقویت تاب‌آوری اشاره دارد که در مدل‌های ABCX و دوگانه ABCX چنین مفاهیمی کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند.

از میان مدل‌های تاب‌آوری در پژوهش‌های ایرانی می‌توان به پژوهش شاهمیری (۱۳۹۶) اشاره کرد. الگوی تاب‌آوری با رویکرد اسلامی که توسط شاهمیری تدوین شده، بر اساس تحلیل آموزه‌های دینی، به بررسی ابعاد مختلف تاب‌آوری می‌پردازد و شامل مؤلفه‌ها، عوامل، تکنیک‌ها و ویژگی‌های افراد تاب‌آور است. این مدل بر پنج مؤلفه اصلی شامل پذیرش ناخوشایند، پایداری و اقدام، حفظ آرامش همراه با کراهت باطنی، عدم گفتار و کردار ناشایست، و انگیزه الهی تأکید دارد. همچنین ده عامل برای

1. Hill ABCX Family Crisis Model
2. Bowden, V. R. & Greenberg, C. S.

تاب‌آوری در این مدل شناسایی شده است که شامل ایمان و یقین، شناخت زندگی دنیوی، عوامل مقایسه‌ای، امید، خیرباوری، ذکر و یاد خدا، اعتمادبه‌نفس، توکل، حزم (دوراندیشی) و اراده قوی است. در نهایت، هفت ویژگی برای افراد تاب‌آور که عبارت‌اند از: عدم کسالت، عدم ملالت، عدم شکایت، اراده انجام کارهای خیر، تواضع و فروتنی، حلم و زهد استخراج شد.

یکی از شباهت‌های اصلی مدل شاهمیری و پژوهش حاضر، توجه به ابعاد معنوی و دینی است. هر دو به‌وضوح بر اهمیت ایمان و ارتباط با خداوند تأکید دارند. در مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی، مؤلفه‌هایی مانند ذکر و یاد خداوند، توجه به پاداش‌های اخروی و الگوگیری از اولیای الهی به‌عنوان منابع اصلی تاب‌آوری معرفی شده‌اند. به‌طور مشابه، مدل شاهمیری نیز بر ایمان و یقین به خداوند، شناخت زندگی دنیوی، ذکر و یاد خدا و توکل به‌عنوان عوامل کلیدی تاب‌آوری تأکید می‌کند. این شباهت نشان‌دهنده این است که هر دو پژوهش به معنویت به‌عنوان یک منبع مهم برای تاب‌آوری در زندگی زناشویی توجه دارند، اما از جمله تفاوت‌های این دو پژوهش می‌توان گفت که الگوی تاب‌آوری با رویکرد اسلامی شاهمیری بیشتر بر ابعاد فردی و شخصی تاب‌آوری تأکید دارد و به ویژگی‌ها و عوامل مؤثر بر تاب‌آوری فردی می‌پردازد؛ درحالی‌که مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی، بر روابط زناشویی و تعاملات میان همسران تمرکز دارد و به بررسی چگونگی تاب‌آوری در زندگی مشترک می‌پردازد. همچنین در مدل شاهمیری، مؤلفه‌ها و ویژگی‌ها بیشتر به جنبه‌های فردی و اخلاقی مربوط می‌شوند؛ درحالی‌که در مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران، مؤلفه‌هایی مانند همدلی، درک متقابل و انتظارات تعدیل‌شده به‌طور خاص بر تعاملات زناشویی تأکید دارند.

موزیری (۱۳۹۹) در پژوهشی تحت عنوان «تدوین و اعتبارسنجی مدل تاب‌آوری خانواده ایرانی با مصاحبه کیفی با ۱۳ زوج داوطلب»، به پنج مقوله اصلی ویژگی‌های شخصیتی (انطباق‌پذیری، تعهد، صبوری، سخت‌کوشی) نظام باورها (خودباوری، باورهای مذهبی، مثبت‌اندیشی) مهارت‌ها (تنظیم هیجان، مسئله‌گشایی) ساختار خانواده (صمیمیت، همکاری، توافق، چشم‌انداز) و منابع بیرونی (حمایت اجتماعی، امنیت شغلی و مالی) دست یافت. در مدل موزیری، ویژگی‌هایی چون انطباق‌پذیری و سخت‌کوشی نیز به‌عنوان مؤلفه‌های مهم تاب‌آوری مطرح می‌شوند که به‌طور مشابه، مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران نیز به ویژگی‌های فردی مانند همدلی و درک متقابل تأکید دارد. این شباهت نشان‌دهنده اهمیت ویژگی‌های شخصیتی در تقویت تاب‌آوری در هر دو تحقیق دارد. در نهایت مدل موزیری بیشتر بر جنبه‌های روان‌شناختی و اجتماعی تأکید دارد؛ درحالی‌که مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی به ارزش‌های دینی و معنوی به‌عنوان مؤلفه‌های کلیدی تاب‌آوری توجه می‌کند.

مدل فرایندی تاب‌آوری داداشی، لزگی و خطیب (۱۴۰۳) بر پنج بعد اصلی استوار است: موقعیت‌های تاب‌آوری، عوامل زمینه‌ساز تاب‌آوری، مؤلفه‌های تاب‌آوری، راهکارهای تاب‌آوری و پیامدهای تاب‌آوری. در بعد سوم، مؤلفه‌های تاب‌آوری در این مدل شامل شجاعت، خودمهارگری، انعطاف‌پذیری، پایداری، پذیرش و خردورزی است. دو مؤلفه انعطاف‌پذیری و پذیرش که در مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران نیز به نوعی به آنها اشاره شده است، در زمینه روابط زناشویی و تعاملات بین زوج‌ها اهمیت دارند. به عبارت دیگر، مؤلفه‌های تاب‌آوری همسران بر تعاملات و روابط بین‌فردی تأکید دارد، اما مدل داداشی بیشتر بر ابعاد فردی و شخصی تاب‌آوری متمرکز است. درحالی‌که مدل‌های دیگر تاب‌آوری اغلب به صورت کلی به توانایی افراد در مقابله با مشکلات می‌پردازند، این پژوهش به طور خاص بر روابط زناشویی و تعاملات میان همسران تمرکز دارد.

محدودیت‌ها و پیشنهادها

در این پژوهش، غربال روایات بر اساس ضعف کتاب و ضعف سند انجام نشده است. غربال بدین دو جهت دقت در پژوهش را بیشتر خواهد کرد. بر اساس یافته‌های این پژوهش، پیشنهاد می‌شود بسته آموزشی برای ارتقای تاب‌آوری همسران بر اساس منابع اسلامی و مبتنی بر مؤلفه‌های استخراج‌شده طراحی گردد؛ همچنین پرسش‌نامه‌ای در زمینه تاب‌آوری همسران با اتکا به منابع اسلامی تدوین شود.

منابع

قرآن کریم.

ابروی، بهروز (۱۴۰۲). تأثیر آموزش بخشش درمانی در صمیمیت زناشویی و تاب‌آوری زوجین. *کنفرانس ملی حقوق، علوم اجتماعی و انسانی، روان‌شناسی و مشاوره*.

ابن ابی الحدید، عبدالحمید بن هبة الله (۱۴۰۴ق). *شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید*. قم: کتابخانه عمومی حضرت آیت‌الله مرعشی نجفی.

ابن بابویه، محمد بن علی (شیخ صدوق) (۱۳۶۲ الف). *الخصال*. تحقیق: علی‌اکبر غفاری. قم: الجامعة المدرسین. ایدلخانی، شیرین و حیدری، حسن (۱۳۹۶). سنجش اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر سلامت روان و کیفیت زندگی همسران جانبازان. *روان‌شناسی نظامی*، ۷(۲۷)، ۶۷-۸۰.

ایمان، محمدتقی و نوشادی، محمودرضا (۱۳۹۰). تحلیل محتوای کیفی. *پژوهش*، ۳(۲)، ۱۵-۴۴.

پاینده، ابوالقاسم (۱۳۸۳). *نهج الفصاحه*. تهران: دنیای دانش.

حاجی‌زاده، ابراهیم و اصغری، محمد (۱۳۹۰). *روش‌های و تحلیل‌های آماری با نگاه به روش تحقیق در علوم زیستی و بهداشتی*. تهران: جهاد دانشگاهی.

حر عاملی، محمد بن حسن (۱۴۰۹ق). *وسائل الشیعه*. قم: مؤسسه آل البيت ع.

خطیب، سیدمهدی؛ آذربایجانی، مسعود؛ پسندیده، عباس؛ جان‌بزرگی، مسعود و رسول‌زاده طباطبایی، سیدکاظم (۱۴۰۱). تدوین الگوی مفهومی مقابله دینی با استرس بر اساس آموزه‌های قرآن کریم: نظریه داده بنیاد. *روان‌شناسی فرهنگی*، ۱(۱)، ۴۶-۷۵.

- داداشی، مهدی؛ لزگی، علینقی و خطیب، سیدمهدی (۱۴۰۳). مدل مفهومی تاب‌آوری دینی بر اساس آموزه‌های اسلامی: نظریه داده بنیاد. *روان‌شناسی فرهنگی*، ۸(۱)، ۴۸-۲۶.
- دماری، بهزاد؛ مسعودی فرید، حبیب‌اله؛ حاجبی، احمد؛ درخشان‌نیا، فریبا و احسانی چیمه، الهام (۱۴۰۱). روند شاخص‌ها، عوامل مؤثر و مداخلات طلاق در ایران. *روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)*، ۲۸(۱)، ص ۸۹-۷۶.
- رستگارنسب، میترا و حاجی‌لو، مریم (۱۴۰۱). پیش‌بینی کیفیت رابطه زناشویی بر اساس تاب‌آوری زوجین. *دستاوردهای نوین در مطالعات علوم انسانی*، ۵(۵۳)، ۱۰۷-۱۲۷.
- ریحانیان، فاطمه؛ قربان‌پور لقمجانی، امیر و رعدی افسوران، نقی (۱۴۰۲). نقش میانجی تاب‌آوری و بخشودگی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی با تعارضات زناشویی. *پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده*، ۱۱(۳۰)، ۷۸-۵۷.
- زارع میرک‌آباد، اعظم؛ قربان جهرمی، رضا؛ خادمی اشکذری، ملوک و شیوندی چلیچه، کامران (۱۴۰۲). تدوین بسته آموزش شادکامی اسلامی: ارزیابی اثربخشی آن بر سازگاری زناشویی و تاب‌آوری زوجین دارای تعارض زناشویی. *پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۱۴(۴)، ۱۹۱-۱۹۰.
- زهراکار، کیانوش؛ کرمی، خبات و بزرگ‌منش، کاملیا (۱۳۹۳). ارزیابی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس «تاب‌آوری خانواده» سیکسبسی. *اندازه‌گیری تربیتی*، ۵(۱۸)، ۱۵۶-۱۳۳.
- شاهمیری، سیدمهدی (۱۳۹۶). *الگوی تاب‌آوری با رویکرد اسلامی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد راهنمایی و مشاوره. مؤسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت.
- شجاعی، محمدصادق؛ جان‌بزرگی، مسعود؛ عسگری، علی؛ غروی‌راد، سیدمحمد و پسندیده، عباس (۱۳۹۳). کاربرد نظریه حوزه‌های معنایی در مطالعات واژگانی ساختار شخصیت بر پایه منابع اسلامی. *مطالعات اسلام و روان‌شناسی*، ۸(۱۵)، ۳۸۷-۳۸۷.
- صیدی، محمدسجاد؛ پورابراهیم، تقی؛ باقریان، فاطمه و منصور، لادن (۱۳۹۰). رابطه بین معنویت خانواده با تاب‌آوری آن با واسطه‌گری کیفیت ارتباط در خانواده. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۲(۵)، ۷۹-۶۳.
- عاملی جیبی، زین‌الدین بن نورالدین علی بن احمد (شهید ثانی) (۱۴۰۷ق). *مُسْكُنُ الْفَوَادِ عِنْدَ فَقْدِ الْأَحْبَةِ وَالْأَوْلَادِ*. قم: آل‌البیت.
- صیدی، محمدسجاد؛ پورابراهیم، تقی؛ باقریان، فاطمه و منصور، لادن (۱۳۹۰). رابطه بین معنویت خانواده با تاب‌آوری آن، با واسطه‌گری کیفیت ارتباط در خانواده. *روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۲(۵)، ۷۹-۶۳.
- طبرسی، حسن بن فضل (۱۳۷۰). *مکارم الاخلاق*. قم: الشریف الرضی.
- عباسی، مهدی (۱۳۹۷). *تدوین مدل مفهومی و طرح‌نمای درمانی لذت‌بری سعادت‌نگر بر اساس منابع اسلامی در نشانگان افسردگی*. پایان‌نامه دکتری روان‌شناسی. مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- غزالی، ابوحامد محمد بن محمد (۱۳۹۳). *احیاء علوم الدین*. تهران: فردوس.
- کاکاوند، علیرضا؛ شیرمحمدی، فرهاد؛ جعفری، عسل و حاجی‌امیدی، سمیرا (۱۳۹۹). نقش میانجی ناگویی هیجانی و اضطراب ناشی از کرونا در ارتباط بین تاب‌آوری با تعارضات زناشویی. *مطالعات روان‌شناختی*، ۴(۱۶)، ۱۵۹-۱۴۳.
- کلینی، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق). *الکافی (ط - الاسلامیه)*. تهران: دار الکتب الاسلامیه.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ق). *بحار الانوار (ط - بیروت)*. بیروت: دار احیاء التراث العربی.
- محمدی اشتهااردی، محمد (۱۳۸۹). *داستان دوستان*. قم: بوستان کتاب.
- محمدی، معصومه (۱۴۰۲). *رابطه تاب‌آوری خانواده و سلامت اجتماعی با نگرش به طلاق زوجین شهر جاجرمد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی. دانشگاه پیام نور مرکز بجنورد.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۹). *سرشت و سرنوشت*. تهران: دانشگاه امام صادق.
- مطهری، مرتضی (۱۳۹۳). *سیری در سیره نبوی*. تهران: صدرا.
- موزیری، عباس (۱۳۹۹). *تدوین و اعتبارسنجی مدل تاب‌آوری خانواده ایرانی*. رساله دکتری مشاوره. دانشگاه علامه طباطبائی.
- مهدی‌قلی، محمدرضا؛ دوکانه‌ای فرد، فریده و جهانگیر، پانته‌آ (۱۴۰۲). اثربخشی زوج‌درمانی هیجان‌مدار بر دل‌زدگی زناشویی و تاب‌آوری زوجین جوان. *خانواده درمانی کاربردی*، ۴(۲)، ۵۹-۴۷.
- نوری، حسین بن محمدتقی (۱۴۰۸ق). *مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل*. قم: مؤسسه آل‌البیت.

- Bowden, V. R. (2010). *Children and Their Families: The Continuum of Care*. Wolters Kluwer Lippincott Williams & Wilkins.
- Elo, Satu & Kyngas, Helvi. (2008). The qualitative content analysis process. *Journal of advanced nursing*, 62(1), 107-115.
- Fletcher, D. & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience. *European psychologist*.
- Glaser, Barney G. & Strauss, Anselm L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Chicago :Aldire.
- Harris, K. I. (2016). Heroes of resiliency and reciprocity: teachers' supporting role for reconceptualizing superhero play in early childhood settings. *astoral Care in Education*, 34(4), 202-217.
- Hsieh, Hsiu-Fang & Shannon, Sarah E. (2005). Three approaches to qualitative content analysis. *Qualitative health research*, 15(9), 1277-1288.
- Ogelman, H. G. & Erol, A. (2015). Examination of the predicting effect of the resiliency levels of parents on the resiliency levels of preschool children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 186, 461-466.
- Ong, A. D., Liu, Z. & Cintron, D. W. (2023). Five challenges for hope and resilience research. *Current Opinion in Psychology*, 49, 101538.
- Steuber, K. R. (2005). Adult attachment, conflict style and relationship satisfaction: comprehensive model. Unpublished master 's thesis, Del aware university
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of qualitative research*. Sage publications
- Theron, L. C. & Theron, A. M. (2014). Education services and resilience rocesses: Resilient Black South African students' experiences. *Children and Youth Services Review*, 47, 297-306.
- Trier, Jost. (1931). *Der deutsche Wortschatz im Sinnbezirk des Verstandes: Von d. Anfängen bis zum Beginn d. 13. Jh.* Carl Winter.
- Tugade, M. M. & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*, 86(2), 320.
- vander Plas, M. L. E. (2008). Automatic lexico-semantic acquisition for question answering.
- Walsh, F. (2016). Family resilience: A developmental systems framework. *European journal of developmental psychology*, 13(3), 313-324.
- Weisgerber, Leo. (1954). *Von den Kräften der deutschen Sprache. 2, Vom Weltbild der deutschen Sprache: Halbbd. 2. Die sprachliche Erschließung der Welt*. Schwann