

## تاب آوری اقتصادی خانواده مولفه‌ها و راهکارها

محمد جواد قاضوی  
محمد پادارلو

### چکیده:

در دنیا امروز زندگی تمام انسان‌ها با فشار روانی و مواجه شدن با شرایط ناگوار همراه است که این فشارها و استرس‌ها می‌توانند سلامت اشخاص را تهدید کرده و به خطر بیندازند و او را با مشکلات جدی رو به رو کنند و با وجود اینکه زندگی بشر پیشرفت کرده و در زمینه‌های مختلف از جمله تکنولوژی، صنعت، پزشکی و فناوری توسعه پیدا کرده است اما همچنان زندگی افراد و خانواده‌ها با این مشکلات و فشارها مواجه بوده و آمار طلاق و خودکشی در اکثر جوامع رو به افزایش است.

تاب آوری، مفهومی بسیط و گسترده است که در علم روانشناسی و مشاوره برای مواجهه دائمی با این موانع و مشکلات زندگی بکار برده می‌شود، بنابراین شناخت مولفه‌های تاب آوری و راهکاری افزایش آن در افراد و خانواده‌ها می‌تواند به آن‌ها در برون رفت از مشکلات زندگی و حل مسائل زندگی کمک کند. یک خانواده تاب آور در هنگام بروز مشکلات اقتصادی دارای باورهای قوی اعتقادی است و توانایی سازگاری و انطباق با شرایط جدید را دارد. چنین خانواده‌ای از مقاوت و انسجام بالایی برخوردار بوده و اعضای خانواده دارای روحیه همکاری خوبی با هم هستند.

پیش بینی مشکلات آینده و برنامه ریزی کردن برای آنها، و شناخت نقاط ضعف و قوت و همچنین شناخت منابع داخلی و خارجی برای کمک به حل مساله در هنگام بروز مشکل از ویژگی‌های خانواده‌های تاب آور می‌باشد.

پژوهش حاضر با هدف استخراج مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده انجام شد و با بررسی و تتبع در تحقیقات مربوط به تاب آوری، تاب آوری اقتصادی و تاب آوری خانواده، مولفه‌های تاب آوری بدست آمد. این مولفه‌ها مورد ارزیابی کارشناسان قرار گرفته‌اند و سرانجام ۲۰ مولفه مورد تایید قرار گرفت.

**واژه‌های کلیدی:** تاب آوری، اقتصاد، خانواده.

## مقدمه

در دنیا امروز زندگی تمام انسان‌ها با فشار روانی و مواجه شدن با شرایط ناگوار همراه است که این فشارها و استرس‌ها می‌توانند سلامت اشخاص را تهدید کرده و به خطر بیاندازند و او را با مشکلات جدی رو به رو کنند و با وجود اینکه زندگی بشر پیشرفت کرده و در زمینه‌های مختلف از جمله تکنولوژی، صنعت، پزشکی و فناوری توسعه پیدا کرده است اما همچنان زندگی افراد و خانواده‌ها با این مشکلات و فشارها مواجه بوده و آمار طلاق و خودکشی در اکثر جوامع رو به افزایش است.

۳۸

تاب آوری، مفهومی بسیط و گسترده است که در علم روانشناسی و مشاوره برای مواجهه دائمی با این موانع و مشکلات زندگی بکار برده می‌شود، بنابراین شناخت مولفه‌های تاب آوری و راهکاری افزایش آن در افراد و خانواده‌ها می‌تواند به آن‌ها در برون رفت از مشکلات زندگی و حل مسائل زندگی کمک کند. مسائل اقتصادی در جامعه امروزی از جمله اموری است که زندگی افراد و خانواده‌ها را دچار مشکل کرده و آنها را تحت فشار قرار داده است. بنابراین از جمله مواردی که تاب آوری در آن کاربرد دارد و می‌تواند راهگشا باشد در مسائل اقتصادی خانواده است. بنابراین شناخت مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده و راهکارهای افزایش آن مفید به نظر می‌رسد.

تا کنون پژوهش‌های زیادی در زمینه تاب آوری و تاب آوری خانواده نوشته شده است، نظیر مقاله «تاب آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی» نوشته سیامک سامانی، جوکار و صحراگرد (۱۳۸۶) که در آن با بررسی سازوکار اثر گذاری تاب آوری بر رضایت از زندگی با کاهش در هیجان منفی الگوی پیشنهادی این پژوهش این بود که تاب آوری به واسطه کاهش هیجان‌های منفی و افزایش سلامت روان رضایت بیشتر از زندگی را در پی داشته باشد و با بررسی به دو سوال ۱. آیا مشکلات هیجانی در رابطه تاب آوری بر رضایتمندی

از زندگی نقش متغیر واسطه ای دارد؟ ۲. در صورت واسطه بودن متغیر مشکلات هیجانی میزان اثر غیر مستقیم تاب آوری بر رضایت مندی از زندگی به واسطه این متغیر چقدر است؛ مقاله «مدل یابی عوامل موثر بر تاب آوری خانواده ایرانی» نوشته عباس موزیری، شفیع آبادی، اسمعیلی و یونسی (۱۳۹۹)، مقاله «تبیین مفهوم، ابعاد و مولفه‌های تاب آوری اقتصادی» نوشته محمدی، شاکری، تقوی و احمدی (۱۳۹۶).

اما با توجه به اهمیت تاب آوری اقتصادی خانواده، تاکنون پژوهشی در مورد این موضوع نوشته نشده است تا مولفه‌ها و راهکارهای آن را مورد بررسی قرار داده و تبیین کند. بنابراین پژوهش حاضر قصد دارد با مرور بر مباحث تاب آوری، تاب آوری خانواده و همچنین تاب آوری اقتصادی در کتب و مقالات مختلف، مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده را شناسایی کرده و پس از آن راهکارهایی را برای افزایش تاب آوری اقتصادی خانواده بیان کنیم.

معادل لاتین تاب آوری واژه « Resilience » بوده و به معنای توانایی بازیابی، بهبود سریع، تغییر، شناوری، کشسانی، و همچنین خاثیت فنی و ارتجاعی آمده است. (Merriam- Webster, 2006). همچنین به معنای قابلیت ارتجاع، جهندگی، برگشت پذیری، انعطاف پذیری و ترمیم پذیری نیز آمده است (بریگاگیو، ۲۰۰۴، ۴۳). بر اساس تحلیل محتوای انجام شده از حدود ۱۲۰ تعریف تاب آوری در رشته‌های مختلف، تفسیر مشترکی از رفتار سیستمهای تاب آور ارائه شده است که این رفتار را میتوان با کلماتی همانند، انطباق، بازیابی، عملکرد، جذب، حفظ، مقابله‌ف بازگشت، پاسخ و مقاومت بیان کرد (CARRI, 2013).

در فرهنگ لغت آکسفورد (۱۹۸۹) تاب آوری به این معانی آورده شده است: برگشتن به حالت نخستین یا به سر جای خود برگشتن، انعطاف پذیری،

توانایی بازگشت به شکل یا حالت اولیه بعد از ضربه خوردن، افرادی که بعد از یک دوره بحرانی و افسردگی بهبود یافته و به حالت اولیه خود برگردند. بنابراین تاب آوری از نظر لغوی به معنای انعطاف پذیری، بهبود و توانایی بازگشت به حالت اولیه بعد از مواجهه با شرایط بحرانی است.

در اینکه کلمه تاب آوری مربوط به کدام حوزه علمی است بحث وجود دارد. برخی آن را مربوط به حوزه بوم شناسی (اکولوژی) و برخی آن را متعلق به فیزیک می‌دانند (Leeuw, et al, 2000). مفهوم چند بعدی تاب آوری که مفهومی دارای استفاده رو به رشد است، ابتدا در مطالعات منطقه ای مفهوم سازی شد و هدف از آن توضیح تفاوت بین مناطق مختلف اقتصادی بود (Hill et al., 2011; Bristow and Healy 2013). این مفهوم در بسیاری از رشته‌های دانشگاهی کاربرد دارد، به همین خاطر تعاریف متعدد و گاه متفاوتی از آن ارائه شده است. این امر سبب شده تا مفهوم تاب آوری علیرغم کاربرد گسترده آن به مفهومی کاملاً پیچیده و گنگ تبدیل شود. به همین خاطر در حال حاضر تعریف مورد اجماعی در خصوص تاب آوری وجود ندارد. علیرغم اینکه تعاریف متعدد و متنوعی از تاب آوری بیان شده است، اما به دلیل کاربرد گسترده در علوم مختلف، هنوز تعریف جامعی از تاب آوری ارائه نشده است (CARRI, 2013).

اصطلاح تاب آوری در روانشناسی و مشاوره، برای توانایی فرد در مواجهه با موانع و مشکلات زندگی بکار می‌رود، و این مفهوم از دهه ۱۸۰۰ میلادی گسترش پیدا کرد. منشاء مفهوم تاب آوری از پژوهش‌های روانشناختی اولیه در مورد کودکانی بدست آمد که نسبت به موقعیت‌های ناخوشایند زندگی آسیب پذیر بودند. (محبوبه چمی و همکاران ۱۳۹۸) گارمزی و ماستن (۱۹۹۱) تاب آوری را یک فرایند، توانایی، یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز با شرایط تهدید کننده، تعریف کرده اند. به عبارت دیگر می‌توان گفت که تاب آوری توانمندی

فرد در برقراری تعادل زیستی- روانی، در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). علاوه بر این محققان معتقدند که تاب آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی است (کارمزی، ۱۹۹۱؛ ماستن، ۲۰۰۱). به اعتقاد کامپفر (۱۹۹۹) تاب آوری، بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر در شرایط بحران است و از این رو سازگاری موفق در زندگی را بدنبال دارد. او به این نکته اشاره میکند که سازگاری مثبت با زندگی، هم می‌تواند پیامد تاب آوری حساب شود و هم میتواند به عنوان پیش‌آیند، سطح بالاتری از تاب آوری را سبب شود. (سیامک سامانی و همکاران ۱۳۸۶) همچنین در تعریف دیگری از تاب آوری آمده است که تاب آوری به معنای توانایی جذب اثرات یک رویداد مخرب، به حداقل رساندن اثرات نامطلوب، پاسخ موثر پس از رویداد، حفظ و یا بازیابی عملکرد، و سازگاری به صورتی که با یادگیری برای مقابله با اثرات نامطلوب آینده آماده میشوند (CARRI, 2013).

بنابراین تاب آوری به معنای انعطاف‌پذیری و توانایی برگشت به حالت اولیه بعد از مواجه شدن با بحران و موانع زندگی و سازگاری مثبت با محیط زندگی می‌باشد.

حال این تاب آوری می‌تواند در عرصه‌های مختلف زندگی که شخص با مشکلات و موانعی مواجه می‌شود، معنا و بروز پیدا کند که یکی از آن عرصه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده است.

در مورد تاب آوری خانواده تعاریف متعددی ارائه شده است که در همه آنها سه اصل اساسی وجود دارد: وجود چالش، بحران، یا سختی عمده و بالقوه که عملکرد خانواده را به هم می‌زنند، توانایی خانواده برای استفاده از منابع درونی و بیرونی، و فرآیند پویای درگیر شدن با چالش‌ها و سازگاری (گازمن، ۲۰۱۱- موزیری، و دیگران، ۱۳۹۹، ص ۱۴۰۲). به عبارت دیگر تاب آوری خانواده یعنی



توانایی خانواده برای مقابله با چالش‌ها و سختی‌های زندگی و سازگاری و انطباق با شرایط زندگی بعد از مواجه شدن با مشکلات و سختی‌ها. با توجه به مطالعات برنوو همکاران (۲۰۰۳) کارپنتر و همکاران (۲۰۰۱)، مارتین (۲۰۱۲) و بریستو و هیلی (۲۰۱۳) میتوان گفت که یک اقتصاد تاب آور نیازمند دو چیز است: ۱. مقابله با اثرات منفی تکانه‌های (اختلالات اقتصادی) ۲. انطباق با شرایط اقتصادی بعد از بروز تکانه‌ها. بنابراین تاب آوری اقتصادی یعنی مقابله با اثرات منفی تکانه‌های اقتصادی و انطباق با شرایط اقتصادی بعد از بروز تکانه‌ها.

۴۲

با توجه به تعارف ارائه شده در مورد تاب آوری، تاب آوری اقتصادی و تاب آوری خانواده، میتوان تعریف اولیه‌ای را در مورد تاب آوری اقتصادی خانواده ارائه کرد و آن عبارت است از اینکه تاب آوری اقتصادی خانواده یعنی توانایی مقابله خانواده با اثرات منفی تکانه‌ها و مشکلات اقتصادی و سازگاری و انطباق خانواده با شرایط اقتصادی بعد از بروز تکانه‌ها و مشکلات. اما برای اینکه بتوانیم تعریف دقیق‌تر از تاب آوری اقتصادی خانواده ارائه کنیم، لازم است مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده را استخراج کرده و سپس با توجه به آن مولفه‌ها تعریف دقیقی از آن را بیان کنیم.

## روش

این تحقیق به روش توصیفی انجام شد و کلمات و بیانات محققان در مورد تاب آوری، تاب آوری خانواده و تاب آوری اقتصادی جمع آوری گردید و مورد بررسی قرار گرفت. پس از آن با توجه به مولفه‌هایی که برای تاب آوری، تاب آوری خانواده و تاب آوری اقتصادی بیان شده بود، مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده را جمع آوری کردیم. و آن‌ها را در قالب فرمی در اختیار ۱۰

نفر از کارشناسان قرار دادیم تا میزان ضرورت هر مولفه برای تاب آوری اقتصادی خانواده و هم چنین میزان تناسب هر مولفه با آن را بیان فرمایند. در بخش کمی تدوین مدل، از روش ارزیابی نظرات کارشناسان استفاده شد و در واقع «روایی محتوایی» مدل سنجیده شد. پس از آنکه مولفه‌های مفهوم مشخص و تحلیل شد می‌بایست شاخص‌ها و ملاک‌هایی فراهم شود تا مشخص شود استخراج و استنباط مدل از منابع مفهوم شناسی معتبر است. اصطلاح «روایی» اساساً نشان می‌دهد که هر ابزار به چه میزان می‌تواند همان چیزی را بسنجد که برای آن طراحی شده است (شولتز، ویتنی و زیکار، ۲۰۱۳، ص ۸۳). در این بخش طبق فرمهایی از کارشناسان خواسته شد تا نظرات کارشناسی خود را پیرامون مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده ابراز کنند و از آن‌ها دو سوال پرسیده شد، در سوال اول میزان ارتباط مولفه‌ها با تاب آوری اقتصادی و در سوال دوم میزان ضروری بودن مولفه‌ها از کارشناسان خواسته شد.

### یافته‌ها

#### مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده

با توجه به تتبعی که در مقالات و پژوهش‌های مرتبط با تاب آوری صورت گرفت، این مولفه‌ها برای تاب آوری اقتصادی خانواده بدست آمد. (۱) باورها و اعتقادات معنوی اعضای خانواده: نظام باورها که در بردارنده مولفه‌هایی نظیر خودباوری، باورهای مذهبی و مثبت اندیشی است تحمل مشکلات از جمله مشکلات اقتصادی را تسهیل می‌کند. اگر اعضای خانواده به خود باور داشته باشند که از پس مشکلات برمی‌آیند، می‌توانند خود را مدیریت کرده و آن را کنترل کنند، اگر اعضای خانواده باورهای دینی قوی داشته باشند و خود را به

نیروی ماورائیی متصل بدانند و به این اعتقاد داشته باشند که خداوند خالق و مدبّر جهان است و اوست که همه چیز را اداره کرده و توانایی انجام هر کاری را دارد، به او تکیه کرده و از او آرامش می‌گیرند. و با توکل به خدا در صدد حل آن مشکل بر می‌آیند. داشتن نگاه مثبت به چالش‌ها و مشکلات زندگی، خانواده را در برابر سختی‌ها و مشکلات اقتصادی تاب آور می‌کند. (عباس موزیری و همکاران ۱۳۹۹ ص ۱۴۰۶)

۲) سازگاری (oxford2008) و انطباق خانواده با شرایط جدید: خانواده‌ای می‌تواند در زمان مشکلات اقتصادی تاب آور باشد که بتواند خود را با شرایط جدیدش منطبق و سازگار کند و با آن کنار بیاید. اگر اعضای خانواده نتوانند خود را با شرایط جدیدشان سازگار کنند توانایی کنترل خود و مدیریت شرایط جدید را از دست داده و نمی‌توانند به درستی تصمیم بگیرند.

۳) توانایی حل مساله (براین و برون و تسکوب ۲۰۰۸) و تصمیم‌گیری: خانواده تاب آور باید بتواند در هنگام مشکلات اقتصادی، مشکل را شناسایی کرده و در صدد حل آن برآیند و با ارائه راهکارهای مختلف بهترین راهکار را انتخاب کرده و تصمیم بگیرند.

۴) توانایی تنظیم هیجان‌ات و کنترل خشم: معمولا افراد در هنگام بروز مشکل، خشمگین و ناراحت شده و توانایی تسلط بر خود را از دست می‌دهند و ممکن است کارهایی انجام دهند که موجب بدتر شدن مشکل گردد و نتوانند به درستی تصمیم بگیرند. افراد و خانواده‌های تاب آور در هنگام مشکلات می‌توانند خود و هیجان‌اتشان را کنترل کنند و نگذارند وجود مشکل باعث عصبانی شدن و به هم ریختگی آنان گردد. به همین خاطر بهتر می‌توانند جهات مختلف مساله را بررسی



کرده و راه حل‌های بهتری برای رفع آن پیدا کنند. (کر ۱۳۹۷ به نقل از عباس موزیری ص ۱۴۰۶)

۵) پیش بینی و آینده نگری: خانواده تاب آور، باید آینده نگر باشد و نسبت به مسائل و مشکلات اقتصادی که ممکن است بعداً برای آن‌ها ایجاد شود بیندیشد و آن‌ها را پیش بینی کند تا اگر چنانچه مشکلی بوجود آمد، در مقابل آن آمادگی داشته باشد و بهتر بتواند آن را کنترل کند. (تیمور محمدی و همکاران ۱۳۹۶)

۶) حکمرانی خوب: یکی از مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده، وجود مدیر مقتدر و حکمران خوب است که توانایی مدیریت خانواده و حل مساله در هنگام بروز مشکل را داشته باشد و با توجه به توان مدیریتی که دارد بتواند مشکلات را مدیریت کرده و با همفکری و تعامل اعضای خانواده بهترین تصمیم را بگیرد و اجرا کند. (بریگا گلیو و همکاران ۲۰۰۶)

۷) انسجام بالا (بنزیس و مک‌کریک ۲۰۰۹) و روحیه همکاری اعضای خانواده: هر چقدر اعضای خانواده از روحیه همکاری بالایی برخوردار باشند و با هم همدلی و همکاری داشته باشند بهتر می‌توانند در مقابل مشکلات اقتصادی مقابله کنند و از آن مشکل بیرون آیند.

۸) سلامت جسمی و روحی (بلک و لوبو ۲۰۰۸): اعضای خانواده باید دارای سلامت جسمی و همچنین روحی باشند تا بتوانند در هنگام مواجهه با مشکل خود را کنترل کرده و برای مقابله با آن بجنگند و باید بتوانند روحیه خود را در هنگام مواجهه با مشکل حفظ کنند تا تصمیمات بهتری اتخاذ کنند.

۹) داشتن تفریحات سالم (همان ۲۰۰۸): برای این که خانواده بتواند روحیه و سلامت خودش را حفظ کند، داشتن تفریح سالم و مناسب برای اعضای خانواده



ضروری است. در گیری بیش از اندازه اعضای خانواده و نداشتن تفریح و استراحت کافی سبب خستگی روحی و جسمی اعضا شده و عملکرد آنان در هنگام مواجه شدن با مشکل را ضعیف می‌کند.

۱۰) انعطاف پذیری: هر چقدر اعضای خانواده قدرت انعطاف پذیری بیشتری داشته باشند و بتوانند در شرایط مختلف خود را با آن وفق دهند، تاب آوری بیشتری در هنگام مواجه شدن با مشکل را دارند. ( محمدی و دیگران، ۱۳۹۶، ص ۱۰۱)

۱۱) بر خور داری از حمایت اجتماعی: اگر خانواده از حمایت اجتماعی خوبی برخوردار باشد و شغل و مسکن مناسب و همچنین تکیه گاه امنی در هنگام مواجه شدن با مشکلات داشته باشد، تاب آوری بیشتری در هنگام مقابله با مشکل خواهد داشت و بهتر می‌تواند مساله حل و فصل کند. (بنزیس و مکیشیک ۲۰۰۹)

۱۲) شناخت نقاط قوت و ضعف (ganor2003).

۱۳) شناخت منابع داخلی و خارجی و توانایی استفاده و بکار گیری آنها در هنگام بروز مشکل (همان ۲۰۰۳).

۱۴) افزونگی و داشتن جایگزین در هنگام مشکل اقتصادی (تیمور محمدی و همکاران ۱۳۹۶).

۱۵) بیش: خانواده دارای بیش می‌تواند با افزایش آگاهی نسبت به موضوع برای مشکلات راهکارهایی مناسب و به موقع ارائه دهد.

۱۶) داشتن خلاقیت: خانواده ای که دارای خلاقیت بالا باشد به راحتی می‌تواند برای مشکلات جایگزین مناسبی انتخاب کند و از منابع بی استفاده بهترین منابع را بکار گیرد.

۱۷) داشتن تفکر و تمرکز: خانواده ای که با مشکل اقتصادی روبه رو می‌شوند باید ساعت‌ها بنشینند و با تمرکز کافی به مشکل فکر کنند و برای حل آن چاره جویی کنند.

۱۸) توانایی تخلیه هیجان و تفکرات منفی: خانواده در کنار تفکر و امید به آینده باید بتوانند برای آرامش و تمرکز کافی و راحت هیجان‌های منفی را از خود دور کنند تا بتوانند نیمی از مشکل را برطرف کنند.

۱۹) داشتن مقاومت و استحکام بنیان خانواده: بدین صورت که خانواده ای که دارای ریشه ای محکم باشد با طوفان‌های مشکلات ضربه ای وارد نمی‌شود فقط ممکن است که شاخه ای از آن درخت بشکند خانواده هم هرچه امید و اعتقاد آن‌ها قوی تر باشد راحت تر می‌توانند با هم از این طوفان مشکل عبور کنند.

۲۰) الگوی مصرف: بدین صورت که خانواده باید بتواند برای زندگی خود یک الگوی مصرفی معین کند بدین صورت که از هزینه‌های اضافی جلوگیری کنند و اگر مشکل تاحدی هست که برای هزینه‌های ضروری هم با وجود صرفه جویی با مشکل روبه رو هستند باید در مرحله اول برای جبران هزینه‌های ضروری تلاش و کوشش کنند و در آمدی کسب کنند.

۲۱) نگاه‌های چندگانه از زاویه‌های مختلف به قضیه و قاب سازی مجدد: اگر خانواده با نگاه کردن به یک مشکل آن را دوباره با یک دید دیگر ببیند راحت تر



می‌تواند آن را حل کند و کمک اعضای خانواده و مشورت اعضا کمک بزرگی به قاب سازی مجدد می‌کند.

۲۲) کسب اطلاعات از روش‌های در آمد زدایی نوین: بدین صورت که خانواده ای که با کسب اطلاعات از منابع در آمدی در فضای مجازی و یا سرمایه گذاری در بازار سرمایه با تحقیق و با مطالعه می‌تواند کمک بزرگی برای حل مشکل داشته باشد و صرفاً یک راه را برای مشکلات خود نبیند.

تمام مولفه‌های بالا در قالب فرمی در اختیار ۱۰ نفر از کارشناسان که همگی از متخصصان روانشناسی بوده و دارای تحصیلات عالیه (مدرک تخصصی دکتری) بودند. در این فرم از کارشناسان خواسته شد تا نظرات تخصصی خود را پیرامون مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده بیان کنند و از آن‌ها دو سوال پرسیده شد، در سوال اول میزان ارتباط مولفه‌ها با تاب آوری اقتصادی (CVI) و در سوال دوم میزان ضروری بودن مولفه‌ها (CVR) از کارشناسان خواسته شد. از بین مولفه‌های فوق دو مولفه‌ی سلامت جسمی و روحی و همچنین نگاه‌های چندگانه از زاویه‌های مختلف به قضیه و قاب سازی مجدد نمره کافی را بدست نیاورد و حذف گردید و باقی مولفه‌ها نمره قابل قبول را بدست آوردند که در جدول ذیل به صورت خلاصه آورده شده است.



مؤلفه‌ها	۱. میزان ارتباط مؤلفه‌ها با ریا CVI	۲. میزان ضروری بودن مؤلفه‌ها CVR
باورها و اعتقادات معنوی اعضای خانواده	۱	۱
سازگاری و انطباق خانواده با شرایط جدید	۱	۱
توانایی حل مساله و تصمیم‌گیری	۱	۰/۸۰
توانایی تنظیم هیجانات و کنترل خشم	۰/۹۰	۱
پیش‌بینی و آینده‌نگری	۱	۰/۸۰
حکمرانی خوب	۰/۸۰	۰/۸۰
انسجام بالا و روحیه همکاری اعضای خانواده	۱	۱
سلامت جسمی و روحی	۰/۹۰	۰/۴۰
داشتن تفریحات سالم	۰/۹۰	۱
انعطاف‌پذیری	۱	۱
برخور داری از حمایت اجتماعی	۱	۱
شناخت نقاط قوت و ضعف	۱	۱
شناخت منابع داخلی و خارجی	۰/۸۰	۰/۸۰
افزونگی و داشتن جایگزین در هنگام مشکل اقتصادی	۰/۸۰	۱
بینش	۱	۱
داشتن خلاقیت	۱	۱
داشتن تفکر و تمرکز	۰/۸۰	۱
تخلیه هیجان و تفکرات منفی	۱	۱
داشتن مقاومت و استحکام بنیان خانواده	۱	۱

۱	۱	الگوی مصرف
۰/۶۰	۰/۷۰	نگاه‌های چندگانه از زاویه‌های مختلف به قضیه و قاب سازی مجدد
۱	۰/۹۰	کسب اطلاعات از روش‌های در آمد زدایی نوین

## نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف استخراج مولفه‌های تاب آوری اقتصادی خانواده انجام شد و با بررسی و تتبع در تحقیقات مربوط به تاب آوری، تاب آوری اقتصادی و تاب آوری خانواده، مولفه‌های تاب آوری بدست آمد. این مولفه‌ها مورد ارزیابی کارشناسان قرار گرفته‌اند و سرانجام ۲۰ مولفه مورد تایید قرار گرفت.

با توجه به مولفه‌هایی که برای تاب آوری اقتصادی خانواده بدست آمد، تاب آوری اقتصادی خانواده یعنی توانایی مقابله خانواده با اثرات منفی تکانه‌ها و مشکلات اقتصادی و سازگاری و انطباق خانواده با شرایط اقتصادی بعد از بروز تکانه‌ها و مشکلات، و قدرت حل مساله و تصمیم‌گیری در هنگام بروز مشکل اقتصادی به همراه ثبات و کنترل هیجانات و حفظ بنیان خانواده.

یک خانواده تاب آور در هنگام بروز مشکلات اقتصادی دارای باورهای قوی اعتقادی است و توانایی سازگاری و انطباق با شرایط جدید را دارد. چنین خانواده‌ای از مقاوت و انسجام بالایی برخوردار بوده و اعضای خانواده دارای روحیه همکاری خوبی با هم هستند.

پیش بینی مشکلات آینده و برنامه ریزی کردن برای آنها، و شناخت نقاط ضعف و قوت و همچنین شناخت منابع داخلی و خارجی برای کمک به حل مساله در هنگام بروز مشکل از ویژگی‌های خانواده‌های تاب آور می‌باشد.

نتیاج بدست آمده در پژوهش با پژوهش‌های وست و همکاران (۲۰۱۱)، گریف و همکاران (۲۰۱۱)، جانکر و گریف (۲۰۰۹)، بنزیس و مکیزیک (۲۰۰۹)، محمدی و دیگران (۱۳۹۶) و موزیری (۱۳۹۹) همسو بود.

موزیری در پژوهش خود بیان میدارد که نظام باورها که مولفه‌هایی نظیر خودباوری، باورهای مذهبی و مثبت‌اندیشی دارد تحمل مشکلات را تسهیل میکند. افرادی که باور دارند از پس مشکلات بر می‌آیند و می‌توانند آن را حل

