

# Recognizing the Cognitive Mechanisms of Resilience: Philosophical Approach

Hasan Zarei Matin<sup>1</sup>, Mohammad Vanaki Farahani<sup>2</sup>

Seyed Hossein Akhavan Alavi<sup>3</sup>, Mehdi Zakeri<sup>4</sup>, Behzad Mohammadian<sup>5</sup>

<sup>1</sup> Professor, Department of Organizational Behavior, Faculty of Management and Accounting, Farabi Colleges, University of Tehran, Qom, Iran. Corresponding Author, Email: [Matin@ut.ac.ir](mailto:Matin@ut.ac.ir)

<sup>2</sup> PhD in Public Administration, Faculty of Management and Accounting, Farabi Colleges, University of Tehran, Qom, Iran. Email: [Farahani.Vanaki@ut.ac.ir](mailto:Farahani.Vanaki@ut.ac.ir)

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of Organizational Behavior, Faculty of Management and Accounting, Farabi Colleges, University of Tehran, Qom, Iran. Email: [H.Akhavan@ut.ac.ir](mailto:H.Akhavan@ut.ac.ir)

<sup>4</sup> Associate Professor, Department of Philosophy, Faculty of Theology and Philosophy, Farabi Colleges, University of Tehran, Qom, Iran. Email: [Zaker@ut.ac.ir](mailto:Zaker@ut.ac.ir)

<sup>5</sup> Assistant Professor, Department of Organizational Behavior, Faculty of Management and Accounting, Farabi Colleges, University of Tehran, Qom, Iran. Email: [B.Mohammadian@ut.ac.ir](mailto:B.Mohammadian@ut.ac.ir)

## Abstract

**Purpose:** Resilience is a complex, broad, and multidimensional concept that encompasses various aspects and components; therefore, it can be studied from multiple perspectives and with diverse approaches at different individual, organizational, and social levels. One of the approaches that has recently received serious and widespread attention in studying resilience is the cognitive approach; at the same time, given the great breadth and diversity in the definitions and quality of cognitive elements and processes, there are still many scientific research gaps in the field of theories, patterns, and mental models of resilience. The present study aims to identify the mechanisms and cognitive factors affecting resilience with a philosophical approach and to arrive at a model to describe and explain the relationships between the cognitive dimensions and elements of resilience, to help develop and deepen the theoretical foundations of resilience, and make philosophical teachings in the field of resilience more practical.

**Design/Methodology/Approach:** This study was conducted in two stages using a mixed method and an inductive approach. In the first step, which is based on the content analysis of the texts and the background of the subject, the main cognitive-philosophical components of resilience were extracted, and the conceptual model of the research was formed based on the study of philosophical sources. Next, using the PRISMA process, 27 reference articles were selected for systematic review, and the cognitive elements and components of resilience were extracted based on the content analysis of the selected texts. The selected cognitive elements were categorized based on the three stages of content analysis, and the central and comprehensive cognitive components of resilience were extracted. In the second stage of the

research, using structural-interpretive equations, the comprehensive components of the leveling and the cognitive model of resilience were obtained.

**Finding:** The research findings show that the 6 cognitive-philosophical dimensions of resilience, including attitude towards existence, attitude towards life, attitude towards man (self), attitude towards man (other), attitude towards suffering and hardships, and cognitive characteristics and capabilities, are the most important dimensions that form the cognitive components of resilience in an interconnected cognitive system at 4 levels. MICMAC analysis also shows that among the cognitive dimensions of resilience, the dimension of "attitude to existence" is the main dimension that has the greatest impact on other dimensions (independent variable), and the dimension of "attitude to suffering and hardship" is the dimension that receives the greatest impact from other dimensions (dependent variable) and there is no autonomous variable.

**Discussion and Conclusion:** Examining resilience from a cognitive perspective requires a holistic view of the problem, and any change in any of the cognitive dimensions changes other cognitive dimensions and the entire cognitive mechanisms of resilience; changes that may be beyond our prediction and control. In fact, the model obtained is a multi-level, complex and dynamic model that should not be judged on the importance of components based on their levels and, for example, the dimension of looking at suffering and hardship, which is at level one, may affect the dimension of looking at existence, which is at level four, to such an extent that it fundamentally transforms the individual's worldview. Meaning is a central theme in resilience from a cognitive-philosophical perspective, and finding meaning in existence and finding meaning in life are two important components of meaning. The difference in philosophical views regarding meaning is not about the importance of meaning from a cognitive perspective, but rather about the approach that exists in relation to human meaning-seeking and meaning-creation, whether we should seek to find meaning or create meaning. Also, the element of identity is a key theme in resilience from a cognitive perspective that is directly related to the concepts of authenticity and essence.

**Keywords:** Resilience, Cognition, Attitudes, Cognitive model.

**Citation:** Vanaki Farahani, M., Zarei Matin, H., Zakeri, M., Akhavan Alavi, S.H., & Mohammadian, B. (2025). Recognizing the Cognitive Mechanisms of Resilience: Philosophical Approach. *Psychological Research in Management*, 11(3), 151-182. (In Persian)

Received: April 03, 2025

Revised: June 10, 2025

Accepted: June 15, 2025

Published Online: October 06, 2025

P- ISSN: 2476-4833

E- ISSN: 2588-7084

Article Type: Research Paper

<https://doi.org/10.22034/jom.2025.2066559.1373>



©Author(s). Published by Hazrat-e Masoumeh University. This article is an open access article licensed under the [Creative Commons Attribution 4.0 International \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

## بازشناسی سازوکارهای شناختی تاب‌آوری:

### رویکرد فلسفی\*

حسن زارعی متین<sup>۱</sup>، محمد ونکی فراهانی<sup>۲</sup>، سید حسین اخوان علوی<sup>۳</sup>، مهدی ذاکری<sup>۴</sup>، بهزاد محمدیان<sup>۵</sup>

<sup>۱</sup> استاد، گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت و حسابداری، دانشکده‌گان فارابی دانشگاه تهران، قم، ایران. رایانامه نویسنده مسئول:

Matin@ut.ac.ir

<sup>۲</sup> دکتری مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت و حسابداری، دانشکده‌گان فارابی دانشگاه تهران، قم، ایران. رایانامه: Farahani.Vanaki@ut.ac.ir

<sup>۳</sup> استادیار، گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت و حسابداری، دانشکده‌گان فارابی دانشگاه تهران، قم، ایران. رایانامه: H.Akhavan@ut.ac.ir

<sup>۴</sup> دانشیار، گروه فلسفه، دانشکده الهیات و فلسفه، دانشکده‌گان فارابی دانشگاه تهران، قم، ایران. رایانامه: Zaker@ut.ac.ir

<sup>۵</sup> استادیار، گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت و حسابداری، دانشکده‌گان فارابی دانشگاه تهران، قم، ایران. رایانامه: Mohammadian@ut.ac.ir

### چکیده

هنوز خلأهای علمی-پژوهشی زیادی در زمینه نظریه‌ها، الگوها و مدل‌های شناختی تاب‌آوری وجود دارد. هدف پژوهش حاضر بازشناسی سازوکارها و عوامل شناختی مؤثر بر تاب‌آوری با رویکردی فلسفی و رسیدن به مدلی برای توصیف و تبیین روابط بین ابعاد و عناصر شناختی تاب‌آوری است. این پژوهش با روش ترکیبی و رویکرد استقرایی در دو مرحله انجام شده است که در گام اول آن که مبتنی بر تحلیل محتوای متون و پیشینه موضوع است، عناصر و مؤلفه‌های شناختی تاب‌آوری استخراج شده‌اند و در مرحله دوم، با استفاده از معادلات ساختاری-تفسیری، مدل شناختی تاب‌آوری به دست آمده است. نتایج تحلیل MICMAC نشان می‌دهد از بین ابعاد شناختی تاب‌آوری، بُعد «نگاه به هستی» اصلی‌ترین بُعدی است که بیشترین تأثیر را بر سایر ابعاد دارد (متغیر مستقل) و بُعد نگاه به دشواری‌ها و ناملایمات بُعدی است که بیشترین تأثیر را از سایر ابعاد می‌پذیرد (متغیر وابسته) و هیچ متغیر خودمختاری وجود ندارد و از این رو، بررسی تاب‌آوری از منظر شناختی نیازمند نگاه کل‌نگر به مسئله است و هر تغییری در هر یک از ابعاد شناختی، ابعاد دیگر شناختی و کل سازوکارهای شناختی تاب‌آوری را دچار تغییر می‌کند؛ تغییراتی که ممکن است خارج از پیش‌بینی و کنترل ما باشند.

**کلیدواژه‌گان:** تاب‌آوری، شناخت، نگرش‌ها، مدل شناختی.

**استناد:** زارعی متین، حسن، ونکی فراهانی، محمد، اخوان علوی، سیدحسین، ذاکری، مهدی و محمدیان، بهزاد (۱۴۰۴). بازشناسی سازوکارهای شناختی تاب‌آوری: رویکرد فلسفی. پژوهش‌های روانشناختی در مدیریت، ۱۱(۳)، ۱۵۱-۱۸۲.

## مقدمه

تاب‌آوری، به معنای توانایی فرد برای سازگاری و بازیابی خود در مواجهه با ناملایمات و شرایط نامطلوب، به دلیل اینکه به فرد کمک می‌کند تا از چالش‌های مختلف ارتباطی، شغلی، مالی، احساسی، معنوی و ... به تعادل بازگردد و حتی رشد شخصی را تجربه کند، نقشی عمده در به‌زیستی و سلامت روانی فرد دارد (پین هیرو و همکاران، ۱۴۰۳). اینکه این توانایی‌ها چه ابعاد و کیفیاتی دارند، موضوع پژوهش‌های بسیار در زمینه تاب‌آوری بوده است و جنبه‌های شناختی تاب‌آوری به طور ویژه مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته‌اند (Alrofiai et al., 2020; Baker et al., 2021; Brady & Jayawickreme, 2025; Flood & Keegan, 2022; Tedeschi & Moore, 2021).

بررسی تاب‌آوری فردی در سطح سازمان با رویکردی شناختی-فلسفی به این دلیل مهم است که از یک سو، بسیاری از مباحث کلیدی مطرح در حوزه سازمان و رفتار سازمانی از جمله رفاه و به‌زیستی، رضایتمندی شغلی، رشد و توسعه فردی و سازمانی، انعطاف‌پذیری و سازمان‌های با قابلیت اطمینان زیاد، به طور مستقیم و مؤثر با تاب‌آوری در رابطه دوسویه هستند و تاب‌آوری هم به عنوان یک نتیجه و هم به عنوان یک عامل تعیین‌کننده در بسیاری از شاخص‌ها و نتایج فردی و سازمانی مطرح است (پین هیرو و همکاران، ۱۴۰۳) و از سوی دیگر، استفاده از رویکردهای فلسفی-شناختی در مطالعات مدیریت و سازمان و به ویژه در مطالعات رفتار سازمانی دارای پیشینه طولانی بوده و اهمیتی روزافزون یافته است؛ برای مثال، دیکسن و دوگان<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) نظریه‌های مدیریت و سازمان را در چارچوب مکاتب و نگرش‌های فلسفی بررسی کرده‌اند. به عقیده این صاحب‌نظران، این تمایلات یا گرایش‌های فلسفی درباره انسان و هستی هستند و جهان‌بینی‌های متفاوت و رویکردها و رفتارهای متفاوت را پایه‌ریزی می‌کنند؛ بنا بر نظریه‌های ژولی<sup>۲</sup> (۲۰۱۶) نیز در واقع کارکنان و مدیران سازمان‌ها از منظرهای شناختی متفاوتی به جهان و انسان‌ها نگاه می‌کنند. آن‌ها بر اساس منطق شناختی که دارند، نقشه شناختی جهانی پیرامونشان را شکل می‌دهند که این تفاوت‌های شناختی عامل تعیین‌کننده در الگوهای مختلف رفتاری هستند. بارل و مورگان<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) نیز تفاوت‌هایی را که در نگرش‌های فلسفی هستی‌شناسانه و انسان‌شناسانه اندیشمندان در طول تاریخ علم وجود داشته‌اند، در کنار تفاوت‌ها در معرفت‌شناسی و روش‌شناسی، مبنای تمام اختلاف دیدگاه‌ها در حوزه‌های مختلف علوم اجتماعی از جمله در علم مدیریت و سازمان می‌دانند. در سالیان اخیر، پیشرفت‌های علوم شناختی زمینه توسعه مطالعات سازمانی با رویکردهای شناختی را بیش از پیش فراهم آورده و سبب شده‌اند تا پژوهش‌هایی که موضوع‌های رفتار سازمانی و از جمله تاب‌آوری را بررسی می‌کنند، نگاهی عمیق‌تر به مباحث و نظریه‌های مرتبط علمی داشته باشند. در عین حال، چندوجهی

<sup>1</sup> Dixon & Dogan

<sup>2</sup> Joullié

<sup>3</sup> Burrell & Morgan

بودن مفهوم شناخت و تنوع معنا و کاربرد آن در حوزه‌های مختلف علوم باعث شده است تا در پژوهش‌های تاب‌آوری که با رویکرد شناختی انجام شده‌اند، همچنان ابهاماتی در زمینه عوامل و سازوکارهای شناختی تاب‌آوری، سطوح اهمیت و تأثیرگذاری و روابط بین آن‌ها وجود داشته باشد و می‌توان گفت ما با نوعی ابهام و اختلاط نظری (Yao & Hsieh, 2019) و عدم وجود یک چارچوب نظری واضح در زمینه سازوکارهای شناختی تاب‌آوری مواجه هستیم (Parsons et al., 2016).

اهمیت جنبه‌های شناختی تاب‌آوری فردی و خلأ و ابهام نظری در خصوص سازوکارها و مدل‌های شناختی تاب‌آوری زمینه‌ساز انجام این پژوهش با هدف پاسخ به این پرسش بوده است: «عوامل شناختی مؤثر بر تاب‌آوری فردی چه هستند؟» ایده اصلی این پژوهش نگاه کل‌نگر و همه‌جانبه به تاب‌آوری و به ویژه توجه به جنبه‌های شناختی آن است. سعی ما ارائه مدل شناختی تاب‌آوری با استفاده از معادلات ساختاری-تفسیری بوده است تا از این طریق به توسعه و تعمیق مبانی نظری تاب‌آوری و کاربردی‌تر کردن پژوهش‌های مرتبط با آن کمک کنیم. با توجه به اینکه در بررسی سازوکارهای شناختی تاب‌آوری، نگرش‌های اساسی انسانی بررسی شده‌اند که طبق تعریف در قلمرو فلسفه قرار می‌گیرند (خوشدل و مؤیدی، ۱۴۰۲؛ پور آقا و همکاران، ۱۳۹۶)، این پژوهش رویکردی فلسفی دارد. در بخش نتایج و پیشنهادها، به طور ویژه، امکان استفاده از نتایج این پژوهش برای توسعه مدل مهارت‌محور تاب‌آوری در سازمان مطرح شده است.

## مبانی نظری

### تعریف مفاهیم

با وجود عدم توافق در نحوه تعریف آن، پذیرفته شده است که تاب‌آوری شامل سازگاری مثبت پس از یک رویداد استرس‌زا یا نامطلوب است. در سطح شناختی، ناملايمات معمولاً به عنوان یک ناسازگاری درک شده، بین موقعیتی که یک فرد با آن مواجه می‌شود و تصویری مطلوب از واقعیت که توسط اهداف، نیازها، سرمایه‌گذاری‌ها و آرزوهای او برای آینده مشخص می‌شود، مفهوم‌سازی می‌شود (Flood & Keegan, 2022). در تعریف روان‌پزشکی و فیزیولوژیک، شناخت عبارت است از «عمل یا فریند ذهنی کسب دانش و درک از طریق اندیشه، تجربه و حواس» که تمام جنبه‌های کارکردها و فرایندهای فکری مانند ادراک، توجه، فکر، تخیل، هوش، شکل‌گیری دانش، حافظه و حافظه کاری، قضاوت و ارزیابی، استدلال و محاسبات، حل مسئله و تصمیم‌گیری و درک را در بر می‌گیرد (Yao & Hsieh, 2019). اما در تعریف عام‌تر که در روان‌شناسی و روان‌درمانی و البته در حوزه رفتار سازمانی بیشتر استفاده می‌شود، شناخت یعنی «مجموعه‌ای از نگرش‌ها، افکار، اعتقادات، انتظارات و رویدادهای ذهنی دیگر» (Mussel, 2025). از منظر فلسفی،

مفهوم «علم و شناخت» یکی از روشن‌ترین و بدیهی‌ترین مفاهیم است و نه فقط نیازمند تعریف نیست که اساساً تعریف آن امکان ندارد، زیرا مفهومی روشن‌تر از آن وجود ندارد که معرف آن واقع شود (عالمی و همکاران، ۱۴۰۲). در رفتار سازمانی رایبیز-جاج<sup>۱</sup> که از معتبرترین منابع رفتار سازمانی است، بحث شناخت در سرفصل نگرش‌ها مورد توجه قرار گرفته است؛ به این ترتیب که برای نگرش‌ها سه جزء شناختی، احساسی و رفتاری معرفی شده‌اند که با هم در تعامل هستند. عنصر شناختی دربردارنده بخش نظری یا اعتقادی یک نگرش است که جهت‌گیری عاطفی و رفتاری فرد به آن وابسته است و البته برعکس؛ زیرا اساساً شناخت، عاطفه و رفتار در هم تنیده‌اند و حتی در برخی از مواقع (برای مثال، وضعیت نا هماهنگی شناختی<sup>۲</sup>) شناخت‌های فرد از رفتار او پیروی می‌کنند. موضوع سوگیری‌های شناختی نیز در چارچوب نگرش‌ها مورد توجه قرار گرفته است. همچنین، پژوهش‌های حوزه رفتار سازمانی که به موضوع «ادراک فردی» توجه کرده‌اند نیز به‌نوعی پس‌زمینه شناختی دارند؛ برای مثال، «تأثیر عدالت سازمانی ادراک‌شده بر رضایتمندی شغلی» یا «رابطه حمایت سازمانی ادراک‌شده با انگیزش شغلی» (رایبیز و جاج، ۱۳۸۹).

## پیشینه پژوهش

بررسی پیشینه موضوع نیز نشان‌دهنده تنوع تعاریف و کاربرد مفاهیم کلیدی در رویکردهای شناختی به تاب‌آوری است. برای مثال، در پژوهش‌های انجام‌شده مرتبط با موضوع در ایران، داداشی حاجی و همکاران (۱۴۰۳) در پژوهشی در حوزه رفتار سازمانی با موضوع «کاربردهای تاب‌آوری شناختی در مقابله با استرس»، تأثیر استرس بر کارکردهای شناختی نیروهای نظامی را به صورت موردی مطالعه کرده‌اند و نقش انعطاف‌پذیری شناختی را در این زمینه برجسته دانسته‌اند. آرون و همکاران (۱۴۰۱) در پژوهشی در حوزه رفتار سازمانی و با موضوع «رابطه تاب‌آوری شناختی و خلاقیت»، متغیرهای تأثیرگذار بر خلاقیت دانشجویان یک دانشگاه نظامی را بررسی و نتیجه‌گیری کردند ارتقای تاب‌آوری شناختی از طریق حفظ و پرورش مهارت‌های ذهنی مانند ذهن آگاهی و تفکر خلاق با کارکردهای شناختی از جمله تصویرسازی، تفکر قیاسی و خلاقیت دانشجویان رابطه‌ای مثبت و معنادار دارد. کمالی نیا و همکاران (۱۴۰۲) در پژوهشی در حوزه روان‌شناسی، مدل‌سازی تاب‌آوری را بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی، تمایز‌یافتگی و تنظیم شناختی هیجان و با استفاده از معادلات ساختاری-تفسیری، در جامعه نمونه پرستاران بررسی کردند و نتیجه گرفتند به منظور ارتقای تاب‌آوری این قشر لازم است به متغیرهای شناختی، هیجانی، عاطفی آن‌ها توجه ویژه شود.

<sup>1</sup> Robbins-Judge

<sup>2</sup> Cognitive Disonance

در پژوهش‌های انجام‌شده مرتبط با موضوع در خارج از کشور نیز تنوع مفاهیم در رویکردهای شناختی به تاب‌آوری بارز است. برای نمونه، پارسونز<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۶) در مقاله‌ای با عنوان «مدل شناختی تاب‌آوری روان‌شناختی»، تلاش کردند تا با استفاده از یک رویکرد شناختی، روابط بین ناملايمات، استرس و تاب‌آوری را بررسی کنند. این پژوهشگران به طور ویژه روی ویژگی‌های شخصیتی-شناختی تمرکز کرده‌اند و پیش‌بینی می‌کنند افرادی با توانمندی تقویت‌شده شناختی برای هدایت سوگیری‌ها، ارزیابی‌ها و عملکرد شناختی، در طیفی وسیع از موقعیت‌ها تاب‌آوری بیشتری را نشان می‌دهند و عقیده دارند تمرکز بر ویژگی‌های شخصیتی-شناختی، بررسی مکانیسم‌های شناختی زیربنایی تأثیرگذار بر تاب‌آوری را تسهیل می‌کند. یائو و هسیه<sup>۲</sup> (۲۰۱۹) در پژوهشی با هدف «بررسی مکانیسم‌های شناختی-عصبی تاب‌آوری» سعی کردند تا با ادغام یافته‌های عصبی-شناختی در حوزه تاب‌آوری، تأثیر مکانیسم‌های شناختی بر تاب‌آوری را بررسی کنند. به عقیده آن‌ها، تاب‌آوری یک فرایند توسعه‌یافته پویا برای انطباق و غلبه بر نتایج منفی در طول زمان است. آن‌ها عوامل شناختی را به طور کلی و ارزیابی مجدد شناختی و انعطاف‌پذیری شناختی را به طور خاص، مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر سازگاری افراد با تجربیات نامطلوب و تاب‌آوری معرفی کرده‌اند. آلروفیا<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۰) در مقاله‌ای با موضوع «تاب‌آوری و واقع‌گرایی» با رویکردی فلسفی، تأثیر عوامل شناختی-فلسفی بر تاب‌آوری را بررسی کرده‌اند و با اشاره به اینکه اساساً معنابخشی و جایگزینی افکار منفی با افکار مثبت - به عنوان ارزیابی مجدد شناختی - می‌تواند در طول رویدادهای ناخوشایند زندگی از تاب‌آوری حمایت کند بر این پرسش متمرکز شده‌اند که در مواجهه با مسائل کلانی که می‌توانند بر کل زندگی سایه بیندازند، چگونه دیدگاه‌های غیرمذهبی فلسفی (مانند اگزیستانسیالیسم) می‌توانند از تاب‌آوری حمایت کنند. آن‌ها در نتیجه‌گیری پژوهش خود به این موضوع اشاره کردند که حتی افراد آشکارا غیرمذهبی نیز در ارزیابی‌های شناختی خود، برخی از مفاهیم را از اندیشه‌های معنوی و دینی قرض می‌گیرند و دوباره به کار می‌برند؛ آن‌ها این موضوع را نوعی ارزیابی مجدد شناختی و سازگاری شناختی در راستای برآوردن نیاز شدید ما به این می‌دانند که مایل هستیم در نهایت احساس کنیم اوضاع درست پیش رفته است. تدسکی و مور<sup>۴</sup> (۲۰۲۱) در مقاله‌ای با موضوع «فلسفه‌درمانی و تاب‌آوری» به نتایج مثبت استفاده از عناصر شناختی مبتنی بر رویکرد فلسفی اگزیستانسیال بر مداخلات مبتنی بر فرایندهای روان‌درمانی رشد بعد از تنش‌های روحی-روانی اشاره کرده‌اند. باکر<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی با موضوع «مدل مهارت‌محور تاب‌آوری فردی» عوامل سازنده تاب‌آوری فردی در محیط‌های سازمانی را از نظر محتوایی و فرایندی بررسی کرده‌اند.

<sup>1</sup> Parsons

<sup>2</sup> Yao & Hsieh

<sup>3</sup> Alrofiati

<sup>4</sup> Tedeschi & Moore

<sup>5</sup> Baker

آن‌ها آموزش تاب‌آوری را یکی از بهترین راه‌ها برای رسیدن به سلامت روان و به‌زیستی کارکنان می‌دانند و در عین حال، عدم استفاده مناسب از نظریه‌های روان‌شناسی و برنامه‌های روان‌درمانی مبتنی بر تاب‌آوری را یکی از ضعف‌های بزرگ برنامه‌های آموزشی سازمان‌ها برای حصول به‌زیستی کارکنان می‌دانند. پژوهشگران مدل مهارت‌محور آموزش تاب‌آوری خود را بر نظریه‌های روان‌شناسی عمومی و روان‌درمانی مثبت‌گرا مبتنی کرده‌اند. رویکردهای آموزشی رایج در زمینه تاب‌آوری به دلیل داشتن پایه ضعیف در مدل‌های نظری و در نتیجه عدم انسجام در مفهوم‌سازی آن‌ها مورد انتقاد این پژوهشگران قرار گرفته‌اند و بر نیاز به مطالعات جامع و چندبُعدی که مبتنی بر پژوهش‌های سیستماتیک تاب‌آوری با محوریت سازوکارهای شناختی هستند، تأکید شده است. برادی و جایاویکر<sup>۱</sup> (۲۰۲۵) در مقاله‌ای با موضوع «رویکرد فلسفی به تاب‌آوری» این موضوع را بررسی می‌کنند که با وجود اینکه تاب‌آوری و رشد پس از سانحه موضوع کلیدی پژوهش‌های روان‌شناسان در بیش از دو دهه اخیر بوده است، تا به امروز هم‌پوشانی کمی بین پژوهش‌های روان‌شناختی در رابطه با تاب‌آوری و تفکر فلسفی درباره ایده‌های مشابه وجود داشته است. این پژوهشگران ضمن ابراز تأسف از اینکه پژوهش‌های روان‌شناختی کمتر از منابع فلسفی به‌درستی استفاده کرده‌اند، سعی می‌کنند تا نشان دهند چگونه تفکر فلسفی می‌تواند به برخی از چالش‌های روان‌شناسی توجه داشته باشد و در نتیجه پژوهش‌های روان‌شناختی مربوط به تاب‌آوری را در یک پایه نظری محکم‌تر قرار دهد.

تعریفی که در این پژوهش از شناخت مدنظر ما است، عمدتاً معطوف به مجموعه افکار<sup>۲</sup>، باورها<sup>۳</sup> و نگرش‌های<sup>۴</sup> فردی است که به موضوع‌های کلیدی و اساسی مانند هستی و وجود، انسان و زندگی انسانی و رنج مربوط می‌شوند و در سطح بالای هرم شناختی، یعنی همان سطح فراشناخت<sup>۵</sup>، به‌نوعی جهان‌بینی فرد را شکل می‌دهند و در واقع جنبه فلسفی دارند (خوشدل و مؤیدی، ۱۴۰۲؛ پور آقا و همکاران، ۱۳۹۶). وجه متمایز و نوآوری این پژوهش، نسبت به پژوهش‌هایی که تا کنون با رویکرد شناختی به تاب‌آوری انجام شده‌اند، نگاه جامع و سیستمی به ابعاد شناختی-فلسفی کلیدی مرتبط با تاب‌آوری و تبیین روابط بین این ابعاد در قالب ارائه یک مدل توصیفی-تفسیری است.

## روش پژوهش

هدف پژوهش حاضر شناسایی سازوکارها و عوامل شناختی مؤثر بر تاب‌آوری و تبیین رابطه این عوامل با رویکردی فلسفی و بر اساس مدل مفهومی ارائه‌شده در شکل ۱ بوده است که به صورت گام‌به‌گام بر اساس مطالعه و تحلیل

<sup>1</sup> Brady & Jayawickreme

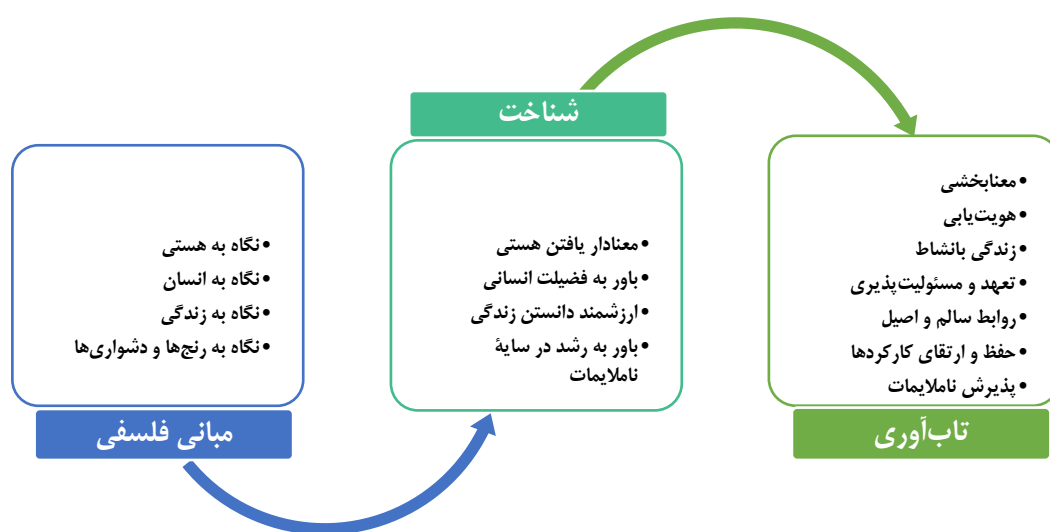
<sup>2</sup> Thoughts

<sup>3</sup> Beliefs

<sup>4</sup> Attitudes

<sup>5</sup> Meta Cognition

پیشینه موضوع و شکل‌گیری روابط علی بین عناصر اصلی پژوهش در ذهن پژوهشگر به دست آمده است (Naeem et al., 2023). پژوهش در دو فاز کیفی و کمی-کیفی انجام شده است و از این رو، از نظر روش‌شناسی پژوهش، می‌توان روش این پژوهش را آمیخته با رویکرد استقرایی دانست. در فاز اول، به منظور شناسایی پیشایندهای شناختی تاب‌آوری، ابتدا عناصر و مؤلفه‌های شناختی تاب‌آوری بر مبنای ادبیات موضوع و با استفاده از روش تحلیل مضمون استخراج شدند. در فاز دوم، پس از مشخص شدن ابعاد شناختی تاب‌آوری، به منظور تبیین و ترسیم روابط بین این ابعاد و استخراج مدل، از روش مدل‌سازی ساختاری تفسیری استفاده شد.



شکل ۱) مدل مفهومی پژوهش

به منظور شناسایی و تعیین ابعاد و عناصر شناختی تاب‌آوری، در گام اول، جست‌وجو در پایگاه‌های داده معتبر WOS، Scopus، Sience Direct، و Google Scholar با کلیدواژه‌های «تاب‌آوری / تاب‌آور»، «شناخت / شناختی» و «Resilien\*» و «Cogniti\*» و به صورت ترکیبی از این کلیدواژه‌ها، در عنوان و کلیدواژه‌ها انجام شد. از میان نتایج جست‌وجو در مرحله قبلی، بر اساس فلوچارت پریسما (شکل ۲)، ۲۷ مقاله برای بررسی نهایی انتخاب شدند. سپس، بر اساس مستندات منتخب، عناصر و مؤلفه‌های شناختی تاب‌آوری استخراج شدند. این عناصر و مؤلفه‌ها با استفاده از روش تحلیل تم براون-کلارک<sup>۱</sup> کدگذاری شدند؛ به این ترتیب که هر عنصر به عنوان یک کد یا مضمون پایه شناخته شد که بر این اساس، پس از حذف کدهای مشابه و تکراری و غیرمرتبط با جنبه‌های شناختی، ۶۱ مضمون یا کد اولیه به دست آمدند و سپس با توجه به مفهوم هر کد، آن‌ها را دسته‌بندی کردیم و تعداد ۱۹ مضمون محوری استخراج شدند و در نهایت، با گروه‌بندی این مضامین محوری، ۷ مضمون فراگیر یا همان ابعاد شناختی تاب‌آوری به

<sup>۱</sup> Brawn-Klarck

دست آمدند. به منظور اعتبارسنجی نتایج به دست آمده، بر اساس روش ارزیابی پیشنهادی کینگ<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۹) در روش تحلیل مضمون، از روش کدگذاری دومرحله‌ای با فاصله زمانی مناسب استفاده شده است. استفاده از این شیوه فرایندی رایج برای ارزیابی و کنترل کیفیت تحلیل‌های مضمون است. این امر مشابه محاسبه آماری قابلیت اطمینان درونی است که در تحلیل محتوای کمی یا مشاهده ساختاریافته صورت می‌گیرد. هدف کدگذاری دومرحله‌ای، در بیشتر موارد، اثبات روایی و پایایی تحلیل مضمون نیست، بلکه کمک به پژوهشگر است تا به طور انتقادی درباره ساختار مضامین پیشنهادی خود و تصمیم‌هایی که درباره کدگذاری گرفته است، فکر کند. این موضوع زمانی برجسته‌تر می‌شود که مفروضات و انتظارات تحلیلگر باعث شود به بخشی خاص از داده‌ها توجه یا از بخش‌های دیگر صرف‌نظر کند. بنابراین، کدگذاری دومرحله‌ای تا حد زیادی به عنوان راهی برای اجتناب از عدم عینیت تحلیلگر به کار می‌رود. درصد اعتبار کدگذاری از رابطه زیر ۸۵/۹۱ درصد به دست آمده که درصد توافق قابل قبولی است (بالای ۶۰ درصد):

$$PAO = \frac{2M}{N1 + N2}$$

PAO = درصد توافق دو مرحله

N1 = تعداد کدهای مرحله اول = ۷۳

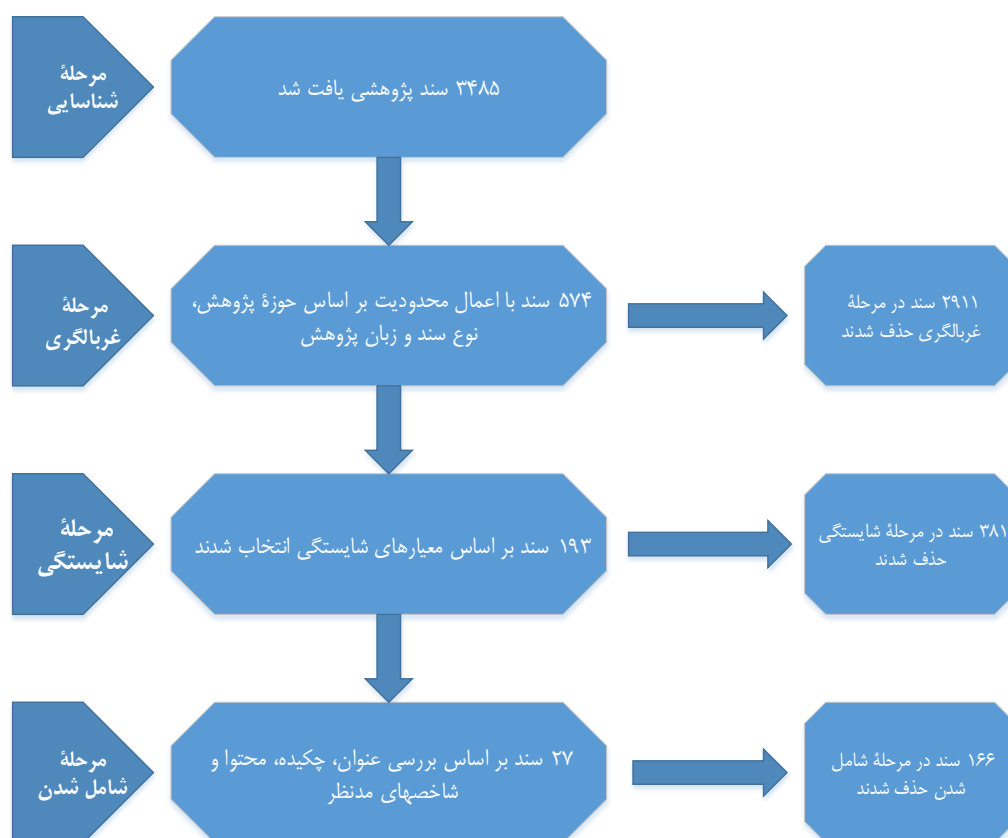
N2 = تعداد کدهای مرحله دوم = ۶۹

M = تعداد کدهای مشترک = ۶۱

$$PAO = 2 * \frac{61}{73 + 69} = 85.91\%$$

در فاز دوم پژوهش، بر اساس نتایج فاز اول و با استفاده از مدل‌سازی ساختاری-تفسیری، الگوی شناختی تاب‌آوری استخراج شده است. روش ساختاری-تفسیری یک روش سیستماتیک و ساختاریافته برای ایجاد و فهم روابط میان عناصر یک سیستم پیچیده است که طی یک فرایند تعاملی که در آن مجموعه‌ای از عناصر مختلف و به هم مرتبط در یک مدل نظام‌مند جامع ساختاردهی می‌شوند و در واقع به ایجاد و جهت دادن به روابط پیچیده میان عناصر یک سیستم کمک می‌کند. این روش تفسیری است، زیرا قضاوت گروهی از افراد تعیین می‌کند آیا روابطی میان این عناصر وجود دارد یا خیر و ساختاری است، زیرا اساس روابط یک ساختار سراسری و از مجموعه‌ای پیچیده از متغیرها استخراج شده است (Amini & Alimohammadlou, 2021).

<sup>1</sup> King



شکل ۲) فرایند پرسیما برای انتخاب مقاله‌ها

## یافته‌ها

در جدول ۱ یافته‌های مرحله اول پژوهش ارائه شده است که شامل مرور مقاله‌های منتخب و استخراج عناصر شناختی تاب‌آوری است.

جدول ۱) عناصر شناختی تاب‌آوری بر اساس منابع منتخب

ردیف	مقاله‌های مرجع	عناصر شناختی مؤثر بر تاب‌آوری
۱	یائو و هسیه (۲۰۱۹)	مدل ذهنی از جهان (جهان‌بینی)، ارزیابی شناختی مجدد، انعطاف‌پذیری شناختی، سازگاری مثبت شناختی، نحوه ادراک ناملايمات، نحوه ادراک در خصوص میزان غیرمنتظره بودن ناملايمات، نحوه ادراک در خصوص شدت ناملايمات، خودشناسی مثبت (عزت نفس)، خوش‌بینی، کنترل شناختی، ذهن آگاهی، انتظارات ذهنی، ادراک اضطراب، یکپارچگی و انسجام شناختی-عاطفی، ناهماهنگی/تضاد شناختی، ایمن‌شدگی شناختی

ردیف	مقاله‌های مرجع	عناصر شناختی مؤثر بر تاب‌آوری
۲	ریچاردسون <sup>۱</sup> (۲۰۰۲)	دیدگاه مثبت، عزت نفس، مهارت‌های حل مسئله، مهارت‌های تفکر انتقادی، شناخت مرزهای توانایی و انتظارات، ارزش‌های مثبت (مراقبت، صداقت، مسئولیت و درستکاری)، شایستگی‌های اجتماعی و هویت مثبت (عزت نفس، احساس هدف و کنترل درونی)، خوش‌بینی، ایمان، استقلال، تعالی‌طلبی، امیدواری
۳	باکر و همکاران (۲۰۲۱)	انعطاف‌پذیری شناختی-عاطفی، توانایی شناختی ارزیابی نامالیمات، توانایی شناختی ارزیابی خود و توانایی‌های خود در مواجهه با نامالیمات، نحوه ارزیابی نامالیمات و موقعیت استرس‌زا، نحوه ادراک از توانایی‌های خود، کنترل شناختی، مدیریت ارزیابی شناختی منفی، مدل ذهنی رشد، توانایی تشخیص و تغییر الگوهای فکری غیرمفید/مضر، درک مسئولیت فردی در قبال تغییر و رشد، توسعه خودآگاهی و شناخت خود، ارزش‌های فردی رشدمحور، خوش‌بینی، تفکر انعطاف‌پذیر، تفکر حل مسئله، مراقبه و ذهن‌آگاهی، ارزیابی مجدد موقعیت استرس‌زا، یافتن معنای مثبت در موقعیت‌های تهدیدکننده و استرس‌زا، شفقت نسبت به خود، آگاهی و ارتباط با احساسات مثبت در لحظه، ارزیابی وضعیت (استرس‌زا/تهدیدزا) به عنوان شرایط گذرا و موقت، ادراک مثبت از روابط اجتماعی، توسعه الگوهای سازگارتر و متعادل‌تر تفکر، عزت نفس، توانایی کنترل ادراک‌شده، سبک‌های تفکر مثبت، توانایی شناسایی سوگیری‌های شناختی، توانایی بازسازی شناختی، تعدیل انتظارات و توقعات
۴	پارسونز و همکاران (۲۰۱۶)	باور به عاملیت شخصی و قدرت کنترل و تأثیرگذاری (اختیار و آزادی انتخاب و اراده)، استقلال فکری، خودکارآمدی، خودکنترلی شناختی، انعطاف‌پذیری شناختی، ذهنیت رشدمحور، تعهد به یافتن هدف در زندگی، باور به رشددهندگی نامالیمات زندگی، تفسیر و ادراک مثبت فرد از نامالیمات و موقعیت‌های استرس‌زا، سوگیری‌های شناختی خودکار، نگرش‌های منفی درباره خود، جهان و آینده، استقلال شناختی
۵	فدر <sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۹)	کنترل شناختی، خودکارآمدی، خوش‌بینی، ارزیابی مجدد شناختی، خودتنظیمی شناختی، باور به کنترل داشتن بر نامالیمات، عقاید دینی و معنویت، باور به معناداری زندگی، داشتن هدف، ادراک حمایت اجتماعی، توانایی حل مسئله
۶	متل <sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۹)	سوگیری‌های شناختی، تحریف‌های شناختی، عدم انعطاف‌پذیری شناختی، تمایل به نشخوار فکری، باورهای منفی درباره دیگران

<sup>1</sup> Richardson

<sup>2</sup> Feder

<sup>3</sup> Metel

ردیف	مقاله‌های مرجع	عناصر شناختی مؤثر بر تاب‌آوری
۷	ریف و جورمن <sup>۱</sup> (۲۰۱۹)	انتظارات، ایمن‌شدگی شناختی، طرحواره‌ها، خودپنداره‌ها
۸	هیدالگو و مارتینز <sup>۲</sup> (۲۰۲۰)	باور به شکرگزاری از هستی، پذیرش همه‌جانبه زندگی، معنادار دانستن زندگی، ذهن آگاهی، اراده یافتن معنا، خودشناسی، شناخت کرامت انسانی، شناخت و پذیرش محدودیت‌های انسانی، ارزش‌های نگرشی، مهارت‌های شناختی، بازسازی شناختی، ذهنیت رشدمحور
۹	گاتام <sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۰)	کنترل افکار خودکار منفی، مدیتیشن ذهن آگاهی، اصلاح نگرش منفی نسبت به زندگی و جهان
۱۰	روسو-نتزر و امیلی <sup>۴</sup> (۲۰۲۱)	معنابخشی، مواجهه درست با ناسازگاری‌های شناختی، دانش شناختی، پرهیز از جزم‌اندیشی، انعطاف‌پذیری شناختی، پذیرش بی‌قیدوشرط خود و هستی به عنوان یک کل، درک درست دیگران، باور به آزادی اراده و انتخاب، یافتن معنا برای زندگی در هر شرایطی، اراده به معنا، پذیرش (خود، دیگران، جهان و زندگی)، خودتعالی‌بخشی، بازسازی شناختی، خوش‌بینی تراژدیک، یافتن فلسفه بهینه برای زندگی، باور به مبارزه و تسلیم نشدن در قبال سختی‌ها، داشتن روابط مبتنی بر اعتماد متقابل، داشتن دوستی معنادار و دوستان صمیمی، منطقی بودن، مواجهه با مصایب بدون فاجعه‌آمیز دانستن آن‌ها یا افزودن وحشت به آن‌ها، پذیرش بی‌قیدوشرط خود، نگاه کل‌نگر به زندگی بشری و هستی
۱۱	هاینریش <sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۱)	نگرش‌ها، طرحواره‌ها، ذهن آگاهی، ارزش‌ها، عزت نفس، معنابخشی، ادراک در خصوص داشتن زندگی خوب و خوب و درست زندگی کردن در عمر سپری‌شده، باورهای مرکزی/اصلی، ذهنیت رشدمحور، بینش کل‌نگر درباره زندگی، جهان‌بینی فارغ از محدودیت و تعصب
۱۲	ونگ <sup>۶</sup> (۲۰۲۰)	باور به شکوفایی در سایه رنج‌ها، دیدن زندگی و هستی به عنوان یک کل، ذهنیت رشدمحور، دغدغه معنا، باور به رستگاری در سایه رنج، ایمان به خدا یا قدرت برتر، شجاعت وجودی، شادی بالغ، نگاه کل‌نگر به زندگی و دیدن زندگی همان‌گونه که هست، هماهنگی شناختی درونی، خوش‌بینی تراژیک
۱۳	آروفیا و همکاران (۲۰۲۰)	یافتن معنا، انعطاف‌پذیری شناختی، ارزیابی مجدد شناختی، نگرش مذهبی، نگرش معنوی، هویت فردی، نگرش مبتنی بر عدم قطعیت و عدم اطمینان

<sup>1</sup> Rief & Joormann

<sup>2</sup> Hidalgo & Martínez

<sup>3</sup> Gautam

<sup>4</sup> Russo-Netzer & Ameli

<sup>5</sup> Heidenreich

<sup>6</sup> Wong

ردیف	عناصر شناختی مؤثر بر تاب‌آوری	مقاله‌های مرجع	شماره
۱۴	خوش‌بینی تراژیک، خوش‌بینی قهرمانانه، تأیید معنای ذاتی ارزش زندگی، ایمان به خدا یا قدرت برتر، خودتعالی‌بخشی، نوع‌دوستی و خدمت به دیگران، امید	لانگ <sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱)	
۱۵	باور به معنای زندگی، نگاه مثبت معنادار به زندگی، معنویت، باورهای مذهبی	ژانگ <sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۴)	
۱۶	جهان‌بینی معنامحور، باور به معنای زندگی، رضایتمندی درونی، شادی بالغ	بالوگ <sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۱)	
۱۷	جهان‌بینی (جهان مفروض، معنای کلی)، معنابخشی، مثبت‌اندیشی، شادی بالغ، خشنودی و رضایتمندی درونی، رنجوری بانشاط، باور به رنج شفابخش، مثبت‌اندیشی واقع‌گرایانه، باور به یافتن معنا در رنج، یافتن معنا در تناهی و مرگ، نیک‌روانی/روان سالم	پلتوماکی <sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۲۳)	
۱۸	باورهای فراشناختی، انعطاف‌پذیری شناختی	وستبرگ <sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۴)	
۱۹	ارزیابی مجدد شناختی، انعطاف‌پذیری شناختی، تفکر مثبت‌گرا، فراشناخت، توسعه منابع شناختی، سوگیری‌های شناختی، تنظیم هیجان، تنظیم شناختی	هان <sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۲۳)	
۲۰	حمایت سازمانی ادراک‌شده	پو <sup>۷</sup> و همکاران (۲۰۲۴)	
۲۱	هویت فردی، هویت اجتماعی، هویت آموزشی	ماتیاس گارسیا <sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۲۳)	

<sup>1</sup> Leung

<sup>2</sup> Zhang

<sup>3</sup> Balogh

<sup>4</sup> Peltomäki

<sup>5</sup> Vestberg

<sup>6</sup> Han

<sup>7</sup> Pu

<sup>8</sup> Matías-García

ردیف	مقاله‌های مرجع	عناصر شناختی مؤثر بر تاب‌آوری
۲۲	هالتگ <sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۲)	حمایت خانواده، حمایت دوستان، حمایت ادراک‌شده اجتماعی
۲۳	راحییم <sup>۲</sup> (۲۰۲۱)	رضایتمندی، تعهد مذهبی، خوش‌بینی، هدف‌دار بودن
۲۴	ما <sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۰)	مهارت‌های شناختی، مهارت‌های حل مسئله، مهارت‌های اجتماعی
۲۵	برک ویل <sup>۴</sup> و همکاران (۲۰۲۱)	هویت معنادار، عزت نفس، خودکارآمدی، پیوستگی و انسجام هویتی، ادراک/احس تمایز مثبت
۲۶	دانکل <sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۱)	شناخت اجتماعی
۲۷	رابینز (۲۰۲۱)	معناگرایی، پذیرش کلی زندگی، جهت‌گیری معنوی، رضایت از زندگی، نگرش مثبت به زندگی، پذیرش خود، روابط مثبت و معنادار، احساس استقلال و اختیار، احساس کنترل بر محیط، داشتن هدف، ذهنیت رشدمحور، درک کارآمد از واقعیت، پذیرش خود و دیگران، ذهن‌آگاهی، پذیرش خود و تحمل دیگران، عزت نفس، باورها و رفتار منطقی‌تر، چگونگی توصیف و نگاه به دنیا و زندگی، خوش‌بینی، امید

در جدول ۲ خلاصه مراحل سه‌گانه تحلیل مضمون ارائه شده است.

<sup>1</sup> Hölzge

<sup>2</sup> Rahiem

<sup>3</sup> Ma

<sup>4</sup> Breakwell

<sup>5</sup> Dunkel

## جدول ۲) خلاصهٔ مراحل سه گانهٔ تحلیل مضمون

مضامین پایه	مضامین محوری	مضامین فراگیر
۱. جهان‌بینی، ۲. معنادار دانستن آفرینش، ۳. نگاه کل‌نگر به هستی، ۴. ایمان به خدا یا قدرت برتر، ۵. رازآلود دانستن هستی، ۶. باورهای دینی	۱. معنادار دانستن آفرینش ۲. نگاه کل‌نگر به هستی ۳. باور به ژرفناکی و پیچیدگی هستی	۱. نگاه به هستی
۷. معنادار دانستن زندگی، ۸. نگاه کل‌نگر به زندگی، ۹. ارزشمند دانستن زندگی، ۱۰. خوش‌بینی و نگاه مثبت به زندگی، ۱۱. پذیرش بی‌قیدوشرط زندگی به عنوان یک کل، ۱۲. باور به اینکه زندگی موهبتی بی‌بدیل است.	۴. معنادار دانستن زندگی ۵. نگاه کل‌نگر به زندگی ۶. ارزشمند دانستن زندگی	۲. نگاه به زندگی
۱۳. باور به هویت انسانی، ۱۴. احساس هویت فردی، ۱۵. باور به حفظ اصالت	۷. باور به هویت انسانی ۸. باور به آزادی و اختیار انسانی ۹. باور به مسئولیت انسانی ۱۰. پذیرش ناتوانایی‌های بشری	۳. نگاه به انسان/خود
۱۶. باور به کرامت انسانی، ۱۷. باور به مسئولیت بشری، ۱۸. باور به آزادی اراده و عاملیت انسان، ۱۹. شناخت و پذیرش محدودیت‌های انسانی (به ویژه توانایی‌های شناختی)		
۲۰. نوع‌دوستی، ۲۱. روابط اجتماعی معنادار، ۲۲. اصالت و صداقت در روابط، ۲۳. ادراک حمایت اجتماعی، ۲۴. شناخت اجتماعی	۱۱. نوع‌دوستی ۱۲. باور به روابط معنادار و اصیل	۴. نگاه به انسان/دیگری
۲۵. معنادار دانستن رنج‌ها و دشواری‌ها، ۲۶. باور به رشد و رستگاری در سایهٔ رنج‌ها، ۲۷. شادی بالغ، ۲۸. خوش‌بینی تراژیک، ۲۹. خارج کردن وحشت از دل تراژدی‌ها	۱۳. معنادار دانستن رنج‌ها و نامایمات ۱۴. باور به رشددهندگی دشواری‌ها	۵. نگاه به نامایمات و دشواری‌ها

مضامین پایه	مضامین محوری	مضامین فراگیر
	۱۵. خوش‌بینی تراژیک	
۳۰. ذهنیت رشد‌محور، ۳۱. عزت نفس، ۳۲. خودباوری، ۳۳. امیدواری	۱۶. صفات تاب‌آورانه	۶. ویژگی‌ها و مهارت‌های تاب‌آوری
۳۴. شجاعت وجودی، ۳۵. نگرش معنوی، ۳۶. نیک‌روانی، ۳۷. رضایتمندی درونی	۱۷. مهارت‌های تاب‌آورانه	
۳۸. استقلال فکری، ۳۹. خودشناسی، ۴۰. ذهن‌آگاهی، ۴۱. پذیرش بی‌قیدوشرط خود، ۴۲. شفقت نسبت به خود، ۴۳. دانش شناختی، ۴۴. توسعه منابع شناختی، ۴۵. نداشتن تعصب و جزم‌اندیشی، ۴۶. نگرش متعادل به مسائل، ۴۷. تعادل در انتظارات و توقعات، ۴۸. نگرش مبتنی بر عدم قطعیت و عدم اطمینان، ۴۹. انعطاف‌پذیری شناختی، ۵۰. ارزیابی مجدد شناختی، ۵۱. انسجام و هماهنگی شناختی، ۵۲. کنترل شناختی، ۵۳. خودتنظیمی شناختی، ۵۴. بازسازی شناختی		
۵۵. طرحواره‌ها، ۵۶. خودپنداره‌ها، ۵۷. باورهای فراشناختی، ۵۸. سوگیری‌های شناختی، ۵۹. ناهماهنگی/تضاد شناختی، ۶۰. ایمن‌شدگی شناختی، ۶۱. سندرم شناختی-توجهی	۱۸. مضامین شناختی	۷. مضامین و فرایندهای شناختی
	۱۹. فرایندهای شناختی	

### مضامین فراگیر: عوامل شناختی-نگرشی تاب‌آوری

با توجه به هدف پژوهش، در انجام مراحل تحلیل مضمون، تفکیک مضامین پایه بر اساس مضامین محوری مدنظر نبوده و انجام نشده است و صرفاً روی رسیدن به مضامین محوری و سپس مضامین فراگیر تمرکز شده است که در واقع مبنای کار ما در فاز بعدی قرار گرفته‌اند. همچنین، برخی از مضامین نیز در قالب «مضامین و فرایندهای شناختی» دسته‌بندی شدند که با توجه به هدف پژوهش به عنوان یک بُعد شناختی مؤثر در تاب‌آوری در مرحله بعد استفاده نشده‌اند و صرفاً برای روشن شدن وضعیت مضامین پایه در این دسته‌بندی قرار داده شده‌اند. به منظور تبیین دقیق‌تر این ابعاد در اینجا آن‌ها را تعریف می‌کنیم و توضیح می‌دهیم.

۱. نگاه به هستی: مجموعه نگرش‌ها و باورهای فرد در خصوص آفرینش و جهان هستی است که در ذیل «هستی‌شناسی»<sup>۱</sup> به مفهوم فلسفی آن قرار می‌گیرد و در معنای گسترده خود باورها و نگاه به انسان و زندگی بشری را نیز در بر می‌گیرد. پارسونز و همکاران (۲۰۱۶) شرایط ناکارآمد شناختی را ناشی از افکار منفی درباره خود، جهان و آینده و عامل اصلی آسیب‌پذیری عاطفی معرفی می‌کند که در نهایت منجر به کاهش تاب‌آوری فرد می‌شوند و به عقیده یائو و هسیه (۲۰۱۹)، همه باورها و نگرش‌های انسان به یک مدل ذهنی شخصی از جهان هستی بستگی دارند.

۲. نگاه به زندگی: مجموعه نگرش‌ها و باورهای فرد در خصوص زندگی انسان در این جهان است. اینکه حیات و زندگی انسان در این کره خاکی چه هدف و غایتی می‌تواند داشته باشد و آیا زندگی معنایی دارد که باید آن را کشف کرد یا بی‌معناست و باید معنایی برای آن ساخت، پرسش‌هایی هستند که پاسخ‌های آن‌ها می‌تواند در چگونگی مواجهه فرد با مسائل بسیار تعیین‌کننده باشد. ویکتور فرانکل<sup>۲</sup> که بنیان‌گذار معنادرمانی<sup>۳</sup> (در حوزه روان‌درمانی) است، در اثر شاخص خود «انسان در جستجوی معنا» به نقل از نیچه<sup>۴</sup> این نکته را برجسته می‌کند: «هر کس که چرایی زندگی را دریافته باشد، با هر چگونگی خواهد ساخت» (فرانکل، ۱۴۰۲) و این واقعیتی است که باور به هدف‌دار و معنادار بودن زندگی، باور به ارزش ذاتی حیات فارغ از چگونگی زندگی، نگاه کل‌نگر به زندگی و دیدن همه اجزای آن در کنار هم و در ارتباط با یکدیگر و تعامل با دیگر اجزای هستی، می‌تواند ضمن تقویت حس قدردانی و شکرگزاری، تاب‌آوری فردی را تقویت کند. معنای زندگی ملاکی برای ارزش نهادن بر رنج‌هاست. معنای زندگی قالبی برای تفکر و قطب‌نمایی برای تصمیم‌هاست. معنای زندگی آن چیزی است که در هر لحظه تعیین می‌کند در مقابل رنج و درد باید منفعل بود و عقب نشست یا قوی بود و با امید به آینده ادامه داد. «چرایی» و «معنای زندگی» برای هر شخص منحصر به فرد است و می‌تواند از لحظه‌ای به لحظه دیگر متغیر باشد.

۳. نگاه به انسان/خود: مجموعه نگرش‌ها و باورهای فرد در خصوص هویت و ذات انسانی است. آیا انسان موجودی است که در سیر تکاملی تدریجی و بی‌هدف کل هستی حرکت کرده و به اینجا رسیده است یا اینکه از ابتدا هدفی از خلقت او در کار بوده، هرچند این هدف در سیر تکاملی کل هستی محقق شده باشد؟ ارتباط انسان با سایر اجزای هستی چیست؟ آیا انسان موجودی مختار است یا مجبور؟ بسیاری از اندیشمندان این پرسش‌ها را در ساحت «هستی‌شناسی» ارزیابی کرده‌اند (Dixon & Dogan, 2003) و برخی نیز به صورت ویژه‌تر در قلمرو «انسان‌شناسی»<sup>۵</sup> آن را بررسی کرده‌اند، اما در واقع تفکیک این حوزه‌ها و دسته‌بندی مفاهیم در قالب‌های خاص به دلیل ارتباط پیچیده

<sup>1</sup> Ontology

<sup>2</sup> Viktor Frankl

<sup>3</sup> Logo Therapy

<sup>4</sup> Friedrich Wilhelm Nietzsche (1884-1900)

<sup>5</sup> Anthropology

آن‌ها با هم ممکن نیست و در تعبیر معروف هایدگر از انسان با عنوان «دازاین»<sup>۱</sup>، در اثر فاخر او «هستی و زمان»<sup>۲</sup> ادراک انسانی از حقیقت خودش و هستی از هم جدا نیست (هایدگر، ۱۴۰۳). تفکیکی هم که ما در اینجا بین این ابعاد انجام داده‌ایم به منظور تبیین دقیق‌تر اجزای هر یک از این ابعاد است. در هر صورت، باور به اینکه انسان دارای ذات و هویتی انسانی است که با هدف از خلقت او - به هر ترتیبی - پیوند خورده است، باور به کرامت انسانی که بالاترین مخلوقات است، باور به آزادی اراده و اختیار انسان در انتخاب بهترین راه و مسئولیت او در قبال انسان بودن خود و آزادی انسانی‌اش و باور به اینکه انسان با همه توانایی‌های عملی و شناختی‌اش، همچنان موجودی ناتوان از شناخت حقیقت و راز هستی است، آمیزه‌ای از عزت نفس و شجاعت وجودی توأم با تواضع و دوری از ساده‌انگاری و جزم‌اندیشی در مواجهه با مسائل به انسان می‌بخشد که بر تاب‌آوری او در مواجهه با مشکلات و ناملایمات اثرگذار است. دو عنصر آزادی و مسئولیت انسانی به ویژه در اندیشه اگزیستانسیال مورد توجه قرار گرفته‌اند و در این راستا، باکر و همکاران (۲۰۲۱) بر مسئولیت فردی در تقویت ویژگی‌ها و مهارت‌های تاب‌آوری تأکید دارند. ژولی (۲۰۱۶) نیز تأثیر این دو مفهوم را در ادبیات سازمان و مدیریت، به ویژه در آثار «چستر بارنارد»<sup>۳</sup> و مباحث استقلال و خودمختاری سازمانی برجسته می‌داند.

۴. نگاه به انسان/دیگری: منظور از دیگری هر انسان دیگری غیر از خود فرد است، اعم از یک دوست، خانواده، گروه، سازمان یا جامعه. تفکیک بین نگاه به خود و نگاه به دیگری برگرفته از نگاه پدیدارشناسانه روان‌درمانی اگزیستانسیال به مفهوم بنیادی بودن در جهان است. بر این اساس، وجود منحصر به فرد هر انسانی در هستی برآیند سه شناخت یا نگرش مجزاست: «جهان طبیعی اطراف»<sup>۴</sup>، «جهان تعاملی با دیگران»<sup>۵</sup> و «جهان ذهنی و پدیدارشناختی خود»<sup>۶</sup>. از منظر معنابخشی، معانی شخصی تمایل به ماهیت رابطه‌ای دارند و افراد در متن روابط اجتماعی سیستم‌های معانی خود را می‌سازند و آزمایش می‌کنند. ما معانی جزئی و کلی زندگی و هستی را در یک بافتار فرهنگی-اجتماعی درک می‌کنیم (Peltomäki, 2023). دیگران از این نظر مهم هستند که از طرفی، انسان‌ها به افراد دیگری نیاز دارند تا با آن‌ها همدلی و تعامل داشته باشند و از آن‌ها بیاموزند و از سوی دیگر، این نگرانی وجود دارد که در این تعاملات هویت فرد به خطر افتد؛ زیرا فرد خود را به شکل افراطی از دریچه نگاه دیگران قضاوت می‌کند و مدام خود را با قواعد و ساختارهای اجتماعی تطبیق می‌دهد (Farber, 2010). دیگران از منظر «من آینه‌سان»<sup>۷</sup> نیز اهمیت زیادی در

<sup>1</sup> Dasein (واژه آلمانی)

<sup>2</sup> Sein und Zeit - (واژه آلمانی) - Being and Time

<sup>3</sup> Chester Barnard (1886-1961)

<sup>4</sup> Umwelt (واژه آلمانی)

<sup>5</sup> Mitwelt (واژه آلمانی)

<sup>6</sup> Eigenwelt (واژه آلمانی)

<sup>7</sup> looking glass self

شناسایی هویت فردی دارند؛ زیرا فرد هویت خود را در تعامل با دیگران و در آینه نگاه و نظر آن‌ها می‌یابد. در واقع، تعاملات اصیل اجتماعی بر مبنای حفظ هویت و نوع دوستی که ریشه در نگرش‌های انسانی-اجتماعی دارد، یکی از ارکان مهم تاب‌آوری است. حفظ اصالت و هویت در تعاملات اجتماعی به ویژه در اندیشه اگزیستانسیالیسم تأکید قرار گرفته است.

**۵. نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها:** از آنجا که اساساً تاب‌آوری در مواجهه با ناملایمات و رنج‌ها مصداق پیدا می‌کند و هیچ شاخص واحد عینی برای ارزیابی شدت ناملایمات وجود ندارد (زیرا به طور ذهنی توسط سیستم شناختی مشاهده‌گر ارزیابی می‌شود)، چگونگی ارزیابی فرد از تجربیات منفی، در وهله اول، می‌تواند تأثیری عمیق بر چگونگی سازگاری با وقایع بعدی داشته باشد (Yao & Hsieh, 2019). در واقع، ارزیابی منفی فرد از شرایط، هنگام مواجهه با ناملایمات، بر پاسخ‌های فیزیولوژیکی و عاطفی او تأثیر منفی می‌گذارد و گاهی او را درگیر افکار منفی خودشکسته‌کننده‌تر می‌کند که توانایی درک‌شده او برای مقابله با شرایط یا همان تاب‌آوری او را تضعیف می‌کنند (Baker et al., 2021). خوش‌بینی که در روان‌شناسی مثبت‌گرا بر آن تأکید می‌شود، با تمایل به توضیح رویدادهای منفی به عنوان موقتی، خاص همان موقعیت، متغیر و غیرشخصی همراه است. این الگوهای فکری مخالف تحریف‌های شناختی هستند که معمولاً توسط بدبین‌ها استفاده می‌شوند که تمایل دارند رویدادهای منفی را دائمی، فراگیر، غیرقابل کنترل و شخصی توضیح دهند. آنا<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۹)، با طرح این مسئله که انتظارات زیرمجموعه شناخت‌ها هستند، پیش‌بینی و ادراک ما در خصوص شرایط نامطلوب را بر آمادگی ذهنی و واکنش ما نسبت به ناملایمات بسیار مؤثر می‌دانند. به عقیده روسو-نتزر و امیلی (۲۰۲۱)، تلاش برای اجتناب از تلخی‌ها و دشواری‌ها و نگاه اغراق‌آمیز به رنج‌ها و ناملایمات همان نگرشی است که آفت تاب‌آوری است. ونگ (۲۰۲۰) در نظریه خود تحت عنوان «روان‌شناسی مثبت‌گرای وجودی»<sup>۲</sup>، بر چگونگی فراتر رفتن و تبدیل رنج به عنوان پایه و اساس سلامت روان و به‌زیستی و مسیری برای پرورش قابلیت‌های روحی و وجودی خود برای دستیابی به رشد و شکوفایی شخصی تأکید دارد. به عقیده وی، رنج می‌تواند به شادی عمیق‌تر، هماهنگی درونی یا شادی مبتنی بر آرامش (شادی بالغ یا رشدیافته)، قدردانی وجودی، رفتار نوع‌دوستانه و احساس «خوش‌بینی تراژیک»<sup>۳</sup> منجر شود؛ مفهومی که به معنای بیرون کشیدن ترس از دل رنج‌ها و مصیبت‌هاست.

**۶. ویژگی‌ها و توانمندی‌های شناختی:** این بُعد تاب‌آوری در واقع بر دو دیدگاه اساسی و تا حدی متضاد مبتنی است؛ دیدگاهی که بر ذاتی بودن صفات و خلیات به عنوان نقاط قوت یا ضعف بالفعل استوار است که در نظریه‌های

<sup>1</sup> Anna

<sup>2</sup> Existential positive psychology

<sup>3</sup> Tragic Optimism

رفتارگرایی برجسته است و حتی علوم اعصاب نیز تا حد زیادی از آن حمایت می‌کند و می‌توان گفت در ساحت فلسفی به نوعی جبرگرایی گرایش پیدا می‌کند. در مقابل، دیدگاهی است که قائل به اکتسابی بودن صفات و خلیات به عنوان ظرفیت‌هایی بالقوه است که به عنوان توانمندی می‌توان آن‌ها را تقویت کرد یا در صورت لزوم آن‌ها را تضعیف و خنثی کرد. عمده رویکردهای شناختی به روان‌درمانی، از جمله رفتار درمانی شناختی و فراشناخت‌درمانی بر این فرض مبتنی هستند و از منظر فلسفی نیز این دیدگاه به عاملیت و اختیار انسان گرایش دارد. از آنجا که بحث جبر و اختیار که به موضوع عاملیت انسان مربوط است، بحثی پیچیده است و طرفداران هر یک از این جریان‌ها استدلال‌ها و شواهد خود را دارند، این بُعد در مدل شناختی ما در جایگاهی قرار دارد که به نوعی هم بر سایر ابعاد تأثیر می‌گذارد و هم از آن‌ها تأثیر می‌پذیرد. برای مثال، «انعطاف‌پذیری شناختی» را می‌توان یک ویژگی شناختی بسیار مؤثر بر تاب‌آوری دانست که تا حد زیادی یک مختصات یا صفت ذاتی است و در عین حال، امکان تقویت آن به عنوان یک توانمندی شناختی نیز وجود دارد (Yao & Hsieh, 2019).

در جدول ۳ ماتریس دستیابی اولیه ارائه شده است.

جدول ۳) ماتریس دستیابی اولیه

ابعاد	نگاه به هستی	نگاه به زندگی	نگاه به انسان/خود	نگاه به انسان/دیگران	نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها	ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی	قدرت نفوذ
نگاه به هستی	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۶
نگاه به زندگی	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۵
نگاه به انسان/خود	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۵
نگاه به انسان/دیگران	۰	۱	۱	۱	۱	۱	۵
نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها	۰	۱	۰	۰	۱	۱	۳
ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی	۱	۱	۱	۱	۱	۱	۶

ابعاد	نگاه به هستی	نگاه به زندگی	نگاه به انسان/خود	نگاه به انسان/دیگران	نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها	ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی	قدرت نفوذ
وابستگی	۲	۶	۵	۵	۶	۶	

در **جدول ۴** سطوح هر یک از ابعاد شناختی تاب‌آوری ارائه شده است.

جدول ۴) تعیین روابط و سطوح ابعاد شناختی تاب‌آوری

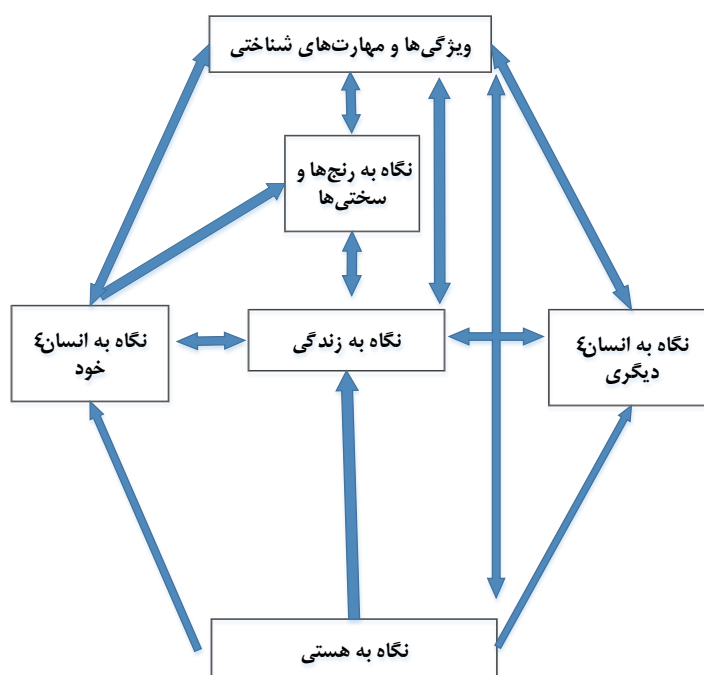
ابعاد	مجموعه ورودی	مجموعه خروجی	مجموعه مشترک	تعداد اشتراک	سطح
۱- نگاه به هستی	۱ و ۶	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و	۱ و ۶	۲	۴
۲- نگاه به زندگی	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و	۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۵	۳
۳- نگاه به انسان/خود	۱، ۲، ۳، ۴ و ۶	۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۲، ۳، ۴ و ۶	۴	۳
۴- نگاه به انسان/دیگری	۱، ۲، ۳، ۴ و ۶	۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۲، ۳، ۴ و ۶	۴	۳
۵- نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۲، ۵ و ۶	۲، ۵ و ۶	۳	۲
۶- ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۱، ۲، ۳، ۴، ۵ و ۶	۶	۱

### ترسیم مدل توصیفی-تفسیری ابعاد شناختی تاب‌آوری

بر اساس داده‌های **جدول ۴**، مدل ساختاری تفسیری عوامل شناختی تاب‌آوری در ۴ سطح ترسیم شده است. سطح ۴ که دارای بالاترین سطح تأثیرگذاری و کمترین وابستگی است، بُعد نگاه به هستی است. در واقع، این بُعد بنیان شناختی فرد در سایر سطوح را پایه‌ریزی می‌کند. در عین حال، رابطه دوسویه این بُعد با ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی به این معناست که ویژگی‌های ذاتی شناختی فرد و مهارت‌های شناختی او ممکن است در عین تأثیرپذیری از این بُعد، بر آن تأثیرگذار نیز باشند. در سطح سوم، نگاه به زندگی، نگاه به خود و نگاه به دیگری قرار دارند که

ضمن تأثیرگذاری بر نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها، از آن تأثیرپذیر نیز هستند. در سطح دوم، نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها قرار دارد و در نهایت، در سطح اول، ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی قرار دارند. نکته جالب توجه این است که ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی به دلیل اینکه از همه ابعاد تأثیر می‌پذیرند و به‌نوعی هدف ما رسیدن به ویژگی‌ها و مهارت‌های تاب‌آورانه است، در این سطح قرار دارند. در عین حال، اگر به تاب‌آوری از منظر صفات نگاه کنیم، می‌توان ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی را در سطح چهار لحاظ کرد که قبلاً در این باره توضیح داده شد.

شکل ۳ مدل نهایی پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۳) مدل توصیفی-تفسیری عوامل شناختی تاب‌آوری

## تحلیل MICMAC

هدف بررسی و تحلیل میزان نفوذ و وابستگی هر یک از ابعاد شناختی است. در این تحلیل، مؤلفه‌ها به چهار دسته کلی تقسیم می‌شوند و هر کدام تفسیر خودشان را دارند.

دسته اول «مؤلفه‌های خودمختار» هستند؛ این دسته از مؤلفه‌ها درجه وابستگی و همچنین نفوذ ضعیفی دارند. مؤلفه‌هایی که در این دسته قرار می‌گیرند، تقریباً به صورت جدا از کل سیستم عمل می‌کنند. این مؤلفه‌ها اثر چندانی روی سایر مؤلفه‌ها ندارند و در واقع ارتباط این مؤلفه‌ها با دیگر مؤلفه‌ها بسیار محدود و ناچیز است. دسته دوم «مؤلفه‌های وابسته» هستند که اگرچه درجه نفوذ ضعیفی دارند، از سطح وابستگی بالاتری نسبت به سایر مؤلفه‌ها

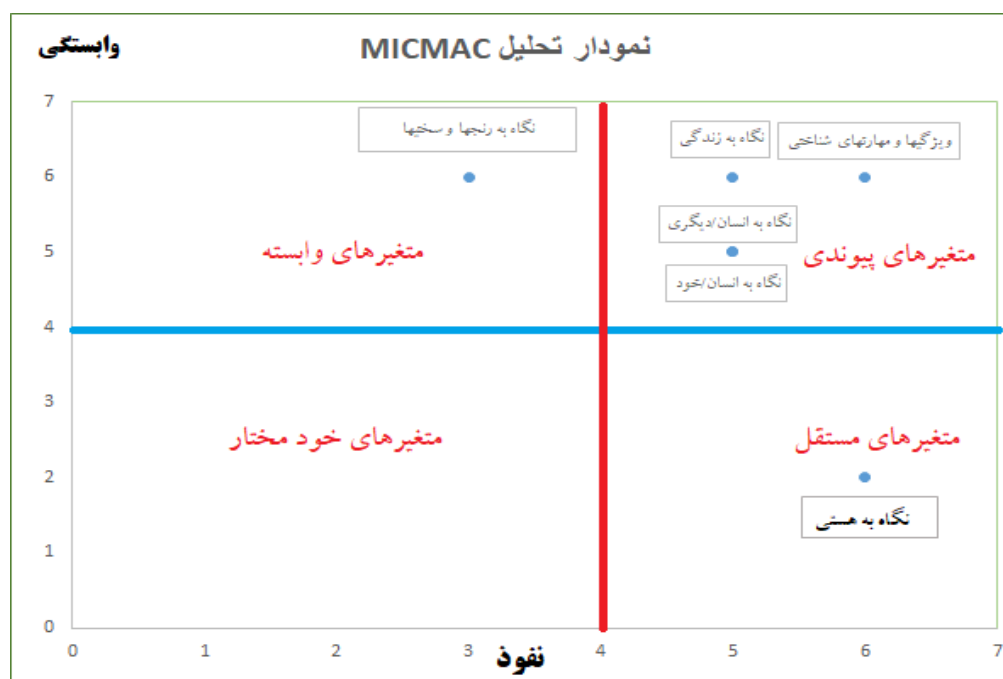
برخوردار هستند. دسته سوم شامل «مؤلفه‌های پیوندی» هستند که نیروی نفوذ و همچنین درجه وابستگی قدرتمندی دارند. این مؤلفه‌ها در حقیقت مؤلفه‌هایی هستند که بی ثبات هستند؛ به این معنا که انجام هرگونه اقدامی در رابطه با این مؤلفه‌ها، علاوه بر اینکه مستقیماً بر سایر مؤلفه‌ها اثر می‌گذارد، می‌تواند در قالب بازخورد از سایر مؤلفه‌ها بر خود مؤلفه نیز اثرگذار باشد. دسته چهارم «مؤلفه‌های مستقل» هستند که نیروی نفوذ قوی دارند، اما نیروی وابستگی آن‌ها ضعیف است. این مؤلفه‌ها در واقع مؤلفه‌های کلیدی هستند و با ایجاد تغییر در آن‌ها می‌توان بر بقیه مؤلفه‌ها تأثیر گذاشت. پس از تعیین قدرت نفوذ و قدرت وابستگی مؤلفه‌ها، می‌توان تمامی مؤلفه‌ها را در یکی از خوشه‌های چهارگانه روش MICMAC قرار داد (رضایی و همکاران، ۱۳۹۹).

جدول ۵ ماتریس ضرایب نفوذ و وابستگی را نشان می‌دهد.

جدول ۵) ماتریس ضریب نفوذ و وابستگی

نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر	نگاه به نگاهی دیگر
هستی	زندگی	انسان/خود	انسان/دیگری	دشواری‌ها	ویژگی‌ها	مهارت‌های شناختی
۶	۵	۵	۵	۳	۶	۶
۲	۶	۵	۵	۶	۶	۶

همان‌طور که تحلیل MICMAC (نمودار ۱) نشان می‌دهد، از بین عوامل ۶ گانه هیچ عاملی جزو متغیرهای خودمختار نیست. نگاه به هستی متغیری مستقل است که بیشترین تأثیر را بر سایر عوامل دارد و در عین حال، فقط از عامل صفات و ویژگی‌های شناختی تأثیر می‌پذیرد. در واقع، نوع نگاه به هستی سنگ بنای شناختی تاب‌آوری است که در چگونگی نگاه ما به سایر مسائل نقش تعیین‌کننده و قطعی دارد. عوامل نگاه به زندگی، نگاه به انسان/خود و دیگری، ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی در دسته متغیرهای پیوندی قرار دارند که ارتباطاتی متقابل با هم و سایر اجزا دارند. عامل نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها در دسته متغیرهای وابسته قرار دارد که به این معناست که بیشترین اثرپذیری را در کنار عامل ویژگی‌ها و مهارت‌های شناختی دارد، اما نسبت به آن تأثیرگذاری کمتری روی سایر عوامل دارد.



نمودار (۱) تحلیل MICMAC

## بحث و نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج مراحل اول و دوم پژوهش، نکات و پیشنهادهایی به شرح زیر قابل طرح هستند:

۱. همان‌طور که از تعریف مدل برمی‌آید و همانند هر مدلی، مدل به‌دست‌آمده بیانی ساده و خلاصه‌شده از نظام ارتباطی بین عوامل شناختی موثر بر تاب‌آوری است که برای درک و فهم بهتر ارتباط بین این عناصر استخراج و ارائه شده است و از این رو، در عین حال که این مدل می‌تواند به دانش نظری و درک بهتر ما در این زمینه کمک کند، نباید باعث ساده‌انگاری یا سطحی‌نگری ما در خصوص سازوکارهای شناختی تاب‌آوری شود؛ زیرا اساساً تاب‌آوری مفهومی پویا و زمانمند است و امکان نمایش کامل پیچیدگی ارتباط این عناصر و سازوکارهای مربوط از طریق این مدل وجود ندارد. برای مثال، اگر چه در تحلیل MICMAC، عنصر نگاه به هستی عاملی مستقل و نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها عنصری وابسته ارزیابی شده است، همان‌گونه که از نتایج پژوهش یائو و هسیه (۲۰۱۹) و فدر و همکاران (۲۰۱۹) نیز قابل استنتاج است، نحوه‌ی رویارویی با دشواری‌ها و ناملايمات که متأثر از نوع نگاه به رنج‌ها و دشواری‌هاست، می‌تواند در طی زمان و در تعاملی پویا، نتایجی برای فرد در پی داشته باشد که حتی نگاه او به هستی و زندگی و انسان را نیز تغییر می‌دهد.

۲. آنچنان که از مدل و تحلیل میک‌مک به دست می‌آید، بررسی تاب‌آوری از منظر شناختی، چه در مقام پژوهشگر و چه در جایگاه مشاور و درمانگر، باید مبتنی بر رویکردی کل‌نگر و سیستمی باشد تا علاوه بر جنبه‌های فیزیولوژیک مرتبط با روان‌پزشکی، علوم اعصاب و روان‌شناسی، به ابعاد فلسفی-شناختی نیز به طور جدی توجه شود. این دیدگاه

سیستمی با نتایج پژوهش‌های باکر و همکاران (۲۰۲۱)، فدر و همکاران (۲۰۱۹)، یائو و هسیه (۲۰۱۹) و پارسونز و همکاران (۲۰۱۶) هم‌سویی دارد که ابعاد شناختی تاب‌آوری را علاوه بر ابعاد فیزیولوژیک، از منظر نگرش‌ها و جهان‌بینی کلی فرد نیازمند توجه می‌دانند.

۳. نتایج تحلیل محتوای متون (مرحله اول پژوهش) متضمن یک ایده محوری است و آن هم تأکید بر آزادی و مسئولیت انسانی در قبال نگرش‌های اوست. به عبارتی، اگرچه نقش صفات و شخصیت ذاتی افراد در بازنمایی عناصر شناختی تاب‌آوری تأیید می‌شود، این واقعیت که تنها چیزی که هیچ کس هیچ‌گاه نمی‌تواند از انسان بگیرد، آزادی ذهن او در انتخاب نگرش‌های اوست، به نحوی بارز نمود یافته است. این دیدگاه به ویژه در دیدگاه‌های پژوهشگرانی برجسته است که با رویکردی فلسفی ابعاد شناختی تاب‌آوری را بررسی کرده‌اند، مانند پژوهش‌های ونگ (۲۰۲۰)، آلروفیا و همکاران (۲۰۲۰)، روسو-نتزر و امیلی (۲۰۲۱)، پلتوماکی و همکاران (۲۰۲۳)، برادی و جایویکرم (۲۰۲۵).

۴. بنا بر نتایج مرحله دوم پژوهش و آنچه در بندهای ۱ تا ۳ به آن اشاره شد، بر اساس نگاه کل‌نگر و سیستمی به مقوله شناخت، هر تغییری در بخشی از نگرش‌های انسانی و عناصر شناختی او می‌تواند کل ساحت شناخت و نگرش، و به قول اندیشمندان اگزیستانسیال، کل «شیوه وجودی» او را تحت تأثیر و تغییر قرار دهد؛ تغییری که از نظر پیامدهای مثبت یا منفی ممکن است کاملاً غیرقابل پیش‌بینی و خارج از کنترل باشد. این دیدگاه با نتایج پژوهش‌های ونگ (۲۰۲۰)، آلروفیا و همکاران (۲۰۲۰)، روسو-نتزر و امیلی (۲۰۲۱)، پلتوماکی و همکاران (۲۰۲۳)، برادی و جایویکرم (۲۰۲۵) هم‌سویی دارد که با الهام از فلسفه اگزیستانسیالیسم، تاب‌آوری را مطالعه کرده‌اند و در عین حال، با پژوهش‌های گاتام و همکاران (۲۰۲۰) و باکر و همکاران (۲۰۲۱) که تا حدی سعی در آموزش‌های تاب‌آوری قاعده‌مند مبتنی بر روان‌شناسی مثبت‌گرا دارند، از نظر اینکه پیامدهای نهایی چنین آموزش‌هایی در چارچوب کل‌نگر و سیستمی مدنظر قرار نگرفته‌اند، مغایرت دارد.

۵. «معنا» محوری‌ترین عنصر در میان همه عوامل شناختی-نگرشی اساسی است و می‌توان معنادار دانستن هستی، معنادار دانستن زندگی بشری، معنادار دانستن وجود خود، معنا در ارتباطات انسانی و معنادار دانستن رنج‌ها و دشواری‌ها را ارکان اصلی تاب‌آوری-شناختی دانست و اساساً «معنا» مفهومی زیربنایی در تمامی اندیشه‌های اساسی و فلسفه بشری است. این تحلیل با یافته‌های فدر و همکاران (۲۰۱۹)، هیدالوگ و مارتینز (۲۰۲۰)، ونگ (۲۰۲۰)، آلروفیا و همکاران (۲۰۲۰)، روسو-نتزر و امیلی (۲۰۲۱)، هاینریش و همکاران (۲۰۲۱)، لانگ و همکاران (۲۰۲۱)، برک ویل و همکاران (۲۰۲۱)، رابینز و همکاران (۲۰۲۱)، بالوگ و همکاران (۲۰۲۱) و پلتوماکی و همکاران (۲۰۲۳) هم‌سویی دارد که همگی بر عنصر معنا، معنابخشی و معناجویی به عنوان یکی از ارکان تاب‌آوری تأکید کرده‌اند. تفاوت بارزی که در این چارچوب به چشم می‌آید در تصدیق «جست‌وجوی معنا» به عنوان یکی از ویژگی‌های اساسی انسان نیست، بلکه در رهیافت جست‌وجوی معناست؛ یافتن معنای هستی و زندگی و قائل بودن به هویت و جوهره انسانی

یا فاقد معنا یافتن آن‌ها و تلاش برای ساختن و بافتن معنا برای آن‌ها، آن‌گونه که برخی از اندیشمندان اگزیستانسیالیست به آن قائل هستند.

۶. همان‌گونه که از تحلیل مضمون متون در مرحله اول پژوهش به دست آمده است، عناصر نگاه به هستی، نگاه به انسان/خود، نگاه به انسان/دیگری، نگاه به زندگی و نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها، مهم‌ترین مؤلفه‌های شناختی تاب‌آوری هستند که بر اساس نتایج مرحله دوم، «نگاه به هستی» مهم‌ترین رکن شناختی است که بیشترین تأثیرگذاری را بر سایر مؤلفه‌های شناختی دارد و در واقع پی‌ریزی‌کننده جهان‌بینی فرد است و چنانچه تاب‌آوری از مسیر تغییر نگرش مدنظر باشد، توجه به این بُعد شناختی باید در اولویت باشد. معنادار و هدف‌دار دانستن هستی و آفرینش، نگاه کل‌نگر به هستی، ایمان به خالق یا قدرت برتر و پیچیده و رازآلود دانستن هستی، اصلی‌ترین اجزای شکل‌دهنده نگاه به هستی هستند. باور به پیچیدگی و رازآلودگی هستی از این نظر مهم است که این نگرش ممکن است حتی فارغ از درک معنا و هدف آفرینش و حتی باور به خالق هستی به معنای مذهبی آن باشد و در کنار نگاه به انسان به عنوان موجودی محدود و اینکه خرد بشری در طی قرن‌ها به تدریج تکامل یافته اما این تکامل هنوز کامل نشده و هنوز ادامه دارد و انسان موجودی است که «هنوز در حال شدن است»، می‌تواند زمینه‌ساز پذیرش این دیدگاه باشد که ما پاسخ همه پرسش‌ها را در اختیار نداریم یا همه چیز را نمی‌دانیم و باید شجاعت پذیرش این واقعیت را داشته باشیم. این شجاعت همان «شجاعت وجودی»<sup>۱</sup> است که می‌تواند انسان را از غرور و تعصب ناشی از توهم دانستن همه چیز یا پوچی ناشی از نبودن هیچ‌گونه پاسخ قطعی در قبال پرسش‌های اساسی هستی‌شناسانه برهاند و حتی انسان را به «قهرمان پوچی»<sup>۲</sup> مبدل کند. این نتیجه‌گیری با پژوهش‌های پلنوماکی و همکاران (۲۰۲۳) و برادی و جایاویکرم (۲۰۲۵) هم‌سوئی دارد.

۷. با توجه به یافته‌های مرحله دوم پژوهش، نگاه به رنج‌ها و دشواری‌ها عنصر شناختی است که بیشترین تأثیر را از سایر عوامل می‌پذیرد و کمترین تأثیر را بر آن‌ها دارد؛ در عین حال، باید توجه داشت از آنجا که اساساً تاب‌آوری در مواجهه با دشواری‌ها و ناملایمات تعریف می‌شود و مفهومی پویا و زمانمند است، نگرش به دشواری‌ها و ناملایمات نیز که در رابطه‌ای دوسویه متأثر از نحوه مواجهه با رنج‌ها و دشواری‌هاست، می‌تواند در طی زمان دچار تغییر شود. در واقع، این پویایی و زمانمندی و بستگی داشتن به موقعیت، همان‌گونه که درباره خودتاب‌آوری صدق می‌کند و نمی‌توان تاب‌آوری را حتی برای یک فرد تاب‌آور (بر اساس معیارهای سنجش تاب‌آوری) همیشه و در همه موقعیت‌ها و کامل دانست، درباره نگرش‌ها و عناصر شناختی مرتبط با تاب‌آوری نیز مصداق دارد. به ویژه اینکه در اینجا، نگاه صفر و یک یا همه یا هیچ کاملاً اشتباه است و همانند بسیاری از ویژگی‌ها یا توانمندی‌ها، در ارزیابی بُعد شناختی و

<sup>۱</sup> Existential Courage

<sup>۲</sup> اشاره به این مفهوم بر اساس کتاب «افسانه سیزیف - ۱۹۴۲»، اثر نویسنده فرانسوی «آلبر کامو، ۱۹۱۳-۱۹۶۰»

نگرشی تاب‌آوری نیز ما با طیفی از نگرش‌ها و باورها مواجه هستیم که ممکن است در موقعیت‌ها و زمان‌های متفاوت دچار تغییر شوند. این نتیجه‌گیری با پژوهش‌های پارسونز و همکاران (۲۰۱۶)، یائو و هسیه (۲۰۱۹) و هان و همکاران (۲۰۲۳) هم‌سوایی دارد.

۸. از نظر کاربردی، یافته‌های این پژوهش می‌تواند مکمل مدل مهارت‌محور تاب‌آوری باکر و همکاران (۲۰۲۱) در سازمان باشد که بر اساس آن، سه حوزه افکار، احساسات و تعادل رفتاری برای توسعه مهارت‌های تاب‌آوری کارکنان سازمان با استفاده از آموزش‌های مهارت‌محور مدنظر قرار گرفته‌اند. بر اساس این مدل، در بُعد افکار، خوش‌بینی و انعطاف‌پذیری شناختی محور آموزش‌هاست، منتها این خوش‌بینی یا انعطاف‌پذیری شناختی توصیه‌شده فاقد مبانی شناختی و نگرشی عمیق است و دقیقاً مشخص نیست چه ابعاد شناختی و مرتبط با چه نگرش‌هایی باید در این آموزش‌ها مدنظر قرار گیرند و از این رو، به منظور نظام‌مند کردن و تعمیق آموزش‌ها، می‌توان در لایه عمیق‌تر، نگرش‌ها و عناصر شناختی محوری تاب‌آوری را که در این پژوهش به آن‌ها رسیدیم، مدنظر قرار داد. همچنین، در مدل شناختی تاب‌آوری روان‌شناختی پارسونز و همکاران (۲۰۱۶)، «شناخت فعال»<sup>۱</sup> و «سوگیری‌های پردازش اطلاعات»<sup>۲</sup> صرفاً تابع عوامل فیزیولوژیک و ساختار و کارکردهای سیستم عصبی نیستند، بلکه آنچه این پژوهشگران از آن به عنوان «طوفان شناختی»<sup>۳</sup> نام می‌برند، در واقع تا حد زیادی برخاسته از عمق لایه‌های شناختی و نگرش‌های اساسی در سطح فراشناخت است که مدل ما می‌تواند در تحلیل واکنش‌های فردی (آسیب‌شناسی) و حتی تجویز و درمان، مکمل مدل شناختی آن‌ها باشد. یائو و هسیه (۲۰۱۹) نیز در پژوهش خود با موضوع مکانیسم‌های شناختی-عصبی تاب‌آوری از مدل ارزیابی شناختی تاب‌آوری استفاده کرده‌اند که اگرچه رویکرد این پژوهش نگاه فیزیولوژیک به مقوله شناخت است، بنا بر توضیحات آن‌ها، ارزیابی شناختی از ناملايمات بسیار پیچیده است و کاملاً تحت تأثیر سطوح بالاتر و حتی ناشناخته‌تری از شناخت قرار دارد، تا حدی که همه این‌ها را وابسته به مدل ذهنی فرد از جهان وابسته می‌دانند و از این رو، مدل و نتایج پژوهش ما می‌تواند توضیح و تفسیری برای این مدل ذهنی از جهان باشد.

۹. پیشنهاد می‌شود نتایج این پژوهش و مدل ارائه‌شده برای کاربردی در محیط سازمانی و در قالب آموزش‌های سازمانی تاب‌آور محور توسعه یابد.

۱۰. پیشنهاد می‌شود با توجه به توسعه رویکردهای فلسفی به روان‌شناسی و علم سازمان و مدیریت و پس‌زمینه فلسفی این پژوهش، پژوهش‌های تکمیلی بر مبنای روش و نتایج این پژوهش و با برجسته کردن و محوریت اندیشه‌ها و مکاتب فلسفی خاص مانند اسلام و اگزیستانسیالیسم انجام شوند.

<sup>1</sup> Active Cognition

<sup>2</sup> Information processing biases

<sup>3</sup> Cognitive Storm

## سپاسگزاری

از اساتید محترم دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران و پژوهشگران و مدرسان مرکز آموزشی-پژوهشی ابن‌سینا، به ویژه جناب آقای دکتر محمد کاظم‌زاده و سرکار خانم دکتر میترا صادقی‌تبار که در مراحل پژوهش از آموزش‌ها و راهنمایی‌های ایشان بهره‌مند شدم، صمیمانه سپاسگزارم.

## تعارض منافع

هیچ‌گونه تعارض منافی در انتشار این مقاله وجود ندارد.

## منابع فارسی

۱. آروند، حمید، محمدی، فاتح، و انگزی، احداالله (۱۴۰۱). رابطه میان تاب‌آوری شناختی و اخلاقی دانشجویان یک دانشگاه نظامی. *ابتکار و اخلاقیات در علوم انسانی*، ۱۲(۱)، ۹۷-۱۲۶.  
[HTTPS://WWW.MAGIRAN.COM/PAPER/2491228](https://www.magiran.com/paper/2491228)
۲. پور آقا، مریم، قائدی، یحیی، پیلگرن، آن، و ضرغامی، سعید (۱۳۹۶). تشابه و تمایز مشاوره فلسفی با رویکرد عقلانی-عاطفی آلبرت ایس. *فصلنامه مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۲۸(۱۴)، ۲۱-۴۸.  
[HTTPS://DOI.ORG/10.22111/JEPS.2017.3599](https://doi.org/10.22111/JEPS.2017.3599)
۳. پین هیرو، رومولو، فریگوتو، ماریالورا، و یانگ، میشل (۱۴۰۳). *به سوی سازمان‌ها و جوامع تاب‌آور* (محمد ونکی فراهانی، مترجم، چاپ اول). تهران: انتشارات شرکت برق منطقه‌ای تهران.
۴. خوشدل، مریم، و مؤیدی، علی (۱۴۰۲). تبیین جهان‌بینی فلسفی و هنر بر اساس آرای صدرا. *فصلنامه تأملات فلسفی*، ۱۵(۳۵)، ۳۳۵-۳۶۵.  
[HTTPS://DOI.ORG/10.30470/PHM.2024.2015628.2468](https://doi.org/10.30470/PHM.2024.2015628.2468)
۵. داداشی حاجی، مهدی، اکبرزاده، علیرضا، میرزایی، مهدی، و قنبری، وحید (۱۴۰۳). کاربردهای تاب‌آوری شناختی کارکنان نظامی در برابر استرس روانی - مطالعه مروری. *مدیریت سرمایه انسانی دفاعی*، ۴(۳)، ۱۳۸-۱۶۹.  
[HTTPS://DOI.ORG/10.22034/jdhcm.2024.2045484.1125](https://doi.org/10.22034/jdhcm.2024.2045484.1125)
۶. رایبیز، استیفن، و جاج، تیموتی (۱۳۸۹). *رفتار سازمانی* (حمید زارع، مترجم، چاپ ششم). تهران: انتشارات نص.
۷. رضایی، یوسف، حاجی کریمی، عباسعلی، سید جوادین، سید رضا، و قلی پور، طهمورث (۱۳۹۹). طراحی مدل ساختاری تفسیری عوامل سازمانی توسعه رهبری اثربخش. *فصلنامه پژوهش‌های مدیریت عمومی*، ۱۳(۴۹)، ۸۳-۱۰۹.  
<https://doi.org/10.22111/jmr.2020.31771.4805>
۸. عالمی، انبیا، احسانی، عاصف، و غفاری، احمد (۱۴۰۲). بررسی تطبیقی هویت و ویژگی‌های شناخت از منظر ملاصدرا و روان‌شناسی شناختی. *دوفصلنامه حکمت اسرا*، ۱۵(۲)، ۱۷۳-۲۱۴.  
<https://doi.org/10.181922/0ac71645c4fb1ad68590490f20b68e5b>
۹. فرانکل، ویکتور (۱۴۰۲). *انسان در جستجوی معنا* (کیومرث پارسای، مترجم، چاپ هفتم). تهران: انتشارات تمدن علمی.
۱۰. کمالی نیا، محسن، زهراکار، کیانوش، و عربزاده، مهدی (۱۴۰۲). تدوین مدل معادلات ساختاری-تفسیری تاب‌آوری بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی. *مجله پزشکی دانشگاه اراک*، ۲۷(۲)، ۸۲-۹۸.  
<https://doi.org/10.61186/jams.28.2.72>
۱۱. هایدگر، مارتین (۱۴۰۳). *هستی و زمان* (سیاوش جمادی، مترجم، چاپ دوازدهم). تهران: انتشارات ققنوس.

## References

1. Alami, A., Ehsani, A., & Ghaffari, A. (2023). A comparative study of identity and characteristics of cognition from the perspective of Mulla Sadra and cognitive psychology. *Bi-Quarterly Hekmat Asra*, 15(2), 173-214. <https://doi.org/10.181922/0ac71645c4fb1ad68590490f20b68e5b> (In Persian)
2. Alrofiai, F., Bellingham, J., & Gibson, P.S. (2020). Realism and resilience: An inquiry into the helpfulness of adopting an existential outlook. *Psychological Reports*, 123(6), 2173-2195. <https://doi.org/10.1177/0033294119862979>
3. Amini, A., & Alimohammadlou, M. (2021). Toward equation structural modeling: an integration of interpretive structural modeling and structural equation modeling. *Journal of Management Analytics*, 8(4), 693-714. <https://doi.org/10.1080/23270012.2021.1881927>
4. Anna, G.J., Julia, R., Julia, W., Lea, R., & Winfried, R. (2019). Placebo mechanisms in depression: An experimental investigation of the impact of expectations on sadness in female participants. *Journal of Affective Disorders*, 256, 658-667. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.070>
5. Arvand, H., Mohammadi, F., & Angzi, A. (2022). The relationship between cognitive resilience and creativity of students of a military university. *Innovation and Creativity in Humanities*, 12(1), 97-126, [HTTPS://WWW.MAGIRAN.COM/P2491228](https://WWW.MAGIRAN.COM/P2491228) (In Persian)
6. Baker, F.R., Baker, K.L., Burrell, J., & Psychology, O. (2021). Introducing the skills-based model of personal resilience: Drawing on content and process factors to build resilience in the workplace. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 94(2), 458-481. <https://doi.org/10.1111/joop.12340>
7. Balogh, L., Tanaka, M., Torok, N., Vecsei, L., & Taguchi, S. (2021). Crosstalk between existential phenomenological psychotherapy and neurological sciences in mood and anxiety disorders. *Biomedicines*, 9(4). [HTTPS://DOI.ORG/10.3390/BIOMEDICINES9040340](https://DOI.ORG/10.3390/BIOMEDICINES9040340)
8. Brady, M., & Jayawickreme, E. (2025). A philosophical approach to improving empirical research on posttraumatic growth. *Philosophical Psychology*, 38(2), 796-819. <https://doi.org/10.1080/09515089.2023.2213251>
9. Breakwell, G.M. (2021). Identity resilience: its origins in identity processes and its role in coping with threat. *Contemporary Social Science*, 16(5), 573-588. <https://doi.org/10.1080/21582041.2021.1999488>
10. Burrell, G., & Morgan, G. (2019). *Sociological paradigms and organisational analysis: Elements of the sociology of corporate life*: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315609751>
11. Dadashi, M., Akbarzadeh, A., Mirzaei, M., & Ghanbari, V. (2014). Applications of cognitive resilience of military personnel against psychological stress - a review study. *Defense Human Capital Management*, 4(3), 138-169. [HTTPS://DOI.ORG/10.22034/jdhcm.2024.2045484.1125](https://DOI.ORG/10.22034/jdhcm.2024.2045484.1125) (In Persian)

12. Dixon, J., & Dogan, R. (2003). A philosophical analysis of management: improving praxis. *Journal of Management Development*, 22(6), 458-482. <https://doi.org/10.1108/02621710310478477>
13. Dunkel, C.S., van der Linden, D., Kawamoto, T., & Oshio, A. (2021). The general factor of personality as ego-resiliency. *Front Psychol*, 12, 741462. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.741462>
14. Farber, D.R. (2010). *The rise and fall of modern American conservatism: A short history*: Princeton University Press.
15. Feder, A., Fred-Torres, S., Southwick, S.M., & Charney, D.S. (2019). The biology of human resilience: opportunities for enhancing resilience across the life span. *Biol Psychiatry*, 86(6), 443-453. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2019.07.012>
16. Flood, A., & Keegan, R.J. (2022). Cognitive resilience to psychological stress in military personnel. *Front Psychol*, 13, 809003. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.809003>
17. Frankl, V. (2023). *Man's search for meaning* (K. Parsay, Trans, 7<sup>th</sup> Ed.). Tehran: Tamadon Elmi Publications. (In Persian)
18. Gautam, M., Tripathi, A., Deshmukh, D., & Gaur, M. (2020). Cognitive behavioral therapy for depression. *Indian J Psychiatry*, 62(Suppl 2), S223-S229. [https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\\_772\\_19](https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_772_19)
19. Han, F., Duan, R., Huang, B., & Wang, Q. (2023). Psychological resilience and cognitive reappraisal mediate the effects of coping style on the mental health of children. *Front Psychol*, 14, 1110642. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1110642>
20. Heidegger, M. (2024). *Being and time* (S. Jamadi, Trans., 12<sup>th</sup> Ed.). Tehran: Qoqnoos Publications. (In Persian)
21. Heidenreich, T., Noyon, A., Worrell, M., & Menzies, R. (2021). Existential approaches and cognitive Behavior therapy: challenges and potential. *Int J Cogn Ther*, 14(1), 209-234. <https://doi.org/10.1007/s41811-020-00096-1>
22. Hidalgo-Andrade, P., & Martínez-Rodríguez, S. (2020). Development of a cognitive-existential intervention to decrease compassion fatigue in formal caregivers. *Interdisciplinaria Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 37(2), 239-251. <https://doi.org/10.16888/interd.2020.37.2.15>
23. Höltege, J., Theron, L., & Ungar, M. (2022). A multisystemic perspective on the temporal interplay between adolescent depression and resilience-supporting individual and social resources. *Journal of Affective Disorders*, 297, 225-232. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.030>
24. Joullié, J.-E. (2016). The philosophical foundations of management thought. *Learning & Education*, 15(1), 157-179. <https://doi.org/10.5465/amle.2012.0393>
25. King, N., Horrocks, C., & Brooks, J. (2019). *Interviews in qualitative research* (2<sup>nd</sup> Ed.). Sage Publications Ltd.

26. Kamalinia, M., Zaharakar, K., & Arabzadeh, M. (2013). Development of a structural-interpretative equation model of resilience based on cognitive flexibility. *Arak University Medical Journal*, 27(2), 82-98. <https://doi.org/10.61186/jams.28.2.72> (In Persian)
27. Khoshdel, M., & Moayedi, A. (2023). Explanation of philosophical worldview and art based on Sadra's views. *Philosophical Reflections Quarterly*, 15(35), 335-365. <https://doi.org/10.30470/phm.2024.2015628.2468> (In Persian)
28. Leung, M.M., Arslan, G., & Wong, P.T.P. (2021). Tragic optimism as a buffer against COVID-19 suffering and the psychometric properties of a brief version of the life attitudes scale. *Front Psychol*, 12, 646843. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646843>
29. Ma, L., Zhang, Y., Huang, C., & Cui, Z. (2020). Resilience-oriented cognitive behavioral interventions for depressive symptoms in children and adolescents: A meta-analytic review. *J Affect Disord*, 270, 150-164. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.051>
30. Matías-García, J.A., Santamaría, A., Cubero, M., & Cubero-Pérez, R. (2023). From current to possible selves: Self-descriptions of resilient post-compulsory secondary education Spanish students at risk of social exclusion. *Children and Youth Services Review*, 155. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107257>
31. Mętel, D., Arciszewska, A., Daren, A., Frydecka, D., Cechnicki, A., & Gawęda, Ł.J. (2019). Resilience and cognitive biases mediate the relationship between early exposure to traumatic life events and depressive symptoms in young adults. *Journal of Affective Disorders*, 254, 26-33. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.008>
32. Mussel, P. (2025). The structure of self-related core beliefs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 129(3), 618-648. <https://doi.org/10.1037/pspp0000553>
33. Naeem, M., Ozuem, W., Howell, K., & Ranfagni, S. (2023). A step-by-step process of thematic analysis to develop a conceptual model in qualitative research. *International Journal of Qualitative Methods*, 22. <https://doi.org/10.1177/16094069231205789>
34. Parsons, S., Kruijt, A.-W., & Fox, E. (2016). A cognitive model of psychological resilience. *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(3), 296-310. <https://doi.org/10.5127/jep.053415>
35. Peltomäki, I.J. (2023). Meaningfulness, death, and suffering: Philosophy of meaning in life in the light of finitude. *Hu Arenas*. <https://doi.org/10.1007/s42087-023-00376-0>
36. Pinheiro, R., Friguto, M.L., & Young, M. (2024). *Towards resilient organizations and societies* (M.V. Farahani, Trans., 1<sup>th</sup> Ed.). Tehran: Tehran Regional Power Company Publications. (In Persian)
37. Pour Agha, M., Ghaedi, Y., Pilgern, A., & Zarghami, S. (2017). Similarities and differences between philosophical counseling and Albert Ellis' rational-emotive approach. *Quarterly of Educational Psychology Studies*, 28(14), 21-48. <https://doi.org/10.1007/s42087-023-00376-0> (In Persian)
38. Pu, J., Wang, W., Li, G., Xie, Z., Fan, X., Zhan, N., . . . , & Huang, H. (2024). Psychological resilience and intention to stay among nurses: the mediating role of perceived organizational support. *Front Psychol*, 15, 1407206. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1407206>

39. Rahiem, M.D.H. (2021). Remaining motivated despite the limitations: University students' learning propensity during the COVID-19 pandemic. *Child Youth Serv Rev.*, 120, 105802. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105.802>
40. Rezaei, Y., Haji Karimi, A.A., Seyed Javadin, S.R., & Gholipour, T. (2020). Designing an interpretive structural model of organizational factors for developing effective leadership. *Journal of Public Management Research*, 13(49), 83-109. <https://doi.org/10.22111/jmr.2020.31771.4805> (In Persian)
41. Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
42. Rief, W., & Joormann, J. (2019). Revisiting the cognitive model of depression: the role of expectations. *Clinical Psychology in Europe*, 1(1). <https://doi.org/10.32872/cpe.v1i1.32605>
43. Robbins, B.D. (2021). The joyful life: An existential-humanistic approach to positive psychology in the time of a pandemic. *Front Psychol*, 12, 648600. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.648600>
44. Robbins, S., & Judge, T. (2010). *Organizational behavior* (H. Zare, Trans., 6<sup>th</sup> Ed.). Tehran: Nass Publications. (In Persian)
45. Russo-Netzer, P., & Ameli, M. (2021). Optimal sense-making and resilience in times of pandemic: Integrating rationality and meaning in psychotherapy. *Front Psychol*, 12, 645926. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.645926>
46. Tedeschi, R.G., & Moore, B.A. (2021). Posttraumatic growth as an integrative therapeutic philosophy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 31(2), 180-194. <https://doi.org/10.1037/int0000250>
47. Vestberg, T., Lebedev, A.V., Jacobsen, H.B., Lekander, M., Sparding, T., Landen, M., . . . , & Petrovic, P. (2024). Cognitive flexibility is associated with sickness resilience. *Front Psychol*, 15, 1253152. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1253152>
48. Wong, P.T. (2020). Existential positive psychology and integrative meaning therapy. *International Review of Psychiatry*, 32(7-8), 565-578. 0954-0261. <https://doi.org/10.1080/09540261.2020.1814703>
49. Yao, Z.-F., & Hsieh, Sh. (2019). Neurocognitive mechanism of human resilience: A conceptual framework and empirical review. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(24), 5123. <https://doi.org/10.3390/ijerph16245123>
50. Zhang, J., Xu, F., Zhou, Y., Wu, J., Li, Y., & Qing, W. (2024). Association between frailty and meaning in life of older adults in nursing home: the mediating effect of psychological resilience. *Front Psychol*, 15, 1365817. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1365817>