

## ارتباطات و تاب‌آوری اجتماعی:

### بازاندیشی در نقش خانواده، فرهنگ و رسانه در شرایط جنگ

#### سرمقاله

جنگ در ادبیات علوم اجتماعی صرفاً به عنوان یک تقابل نظامی یا رخداد ژئوپلیتیکی بین کشورهای درگیر تعریف نمی‌شود، بلکه پدیده‌ای چندبعدی و پیچیده است که علاوه بر تاثیرات نظامی، سیاسی، اقتصادی، فرهنگی تمامی لایه‌های حیات اجتماعی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. جنگ با خود مجموعه‌ای از دگرگونی‌های ساختاری در عرصه‌های اقتصادی، فرهنگی، روانی و ارتباطی به همراه می‌آورد و به همین دلیل تحلیل آن تنها در چارچوب محدود مطالعات نظامی یا امنیتی کفایت نمی‌کند.

در واقع جنگ را باید نوعی «وضعیت اجتماعی خاص» دانست که در آن روابط انسانی، الگوهای ارتباطی و ساختارهای نهادی جامعه دستخوش تغییر و بازتعریف می‌شوند. در چنین شرایطی مسئله روایت، ادراک اجتماعی و باز‌نمایی از جنگ در ذهنیت جمعی، اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند.

جنگ پیش از آنکه در میدان‌های نبرد تجربه شود، در ذهن و ادراک عمومی جامعه معنا و تجلی پیدا می‌کند. این ادراک عمدتاً از طریق فرایندهای ارتباطی در مدار انتقال پیام نزد مخاطبان شکل می‌گیرد؛ یعنی رسانه‌ها، شبکه‌های اجتماعی، گفت‌وگوهای روزمره و تعاملات اجتماعی در شکل‌دهی به برداشت عمومی از وضعیت جنگ و ابعاد آن و فرآیند بازنمایی این پدیده پیچیده و متعدد‌الابعاد در ذهنیت جمعی نقش دارند. بنابراین جنگ را می‌توان تا حد زیادی یک پدیده ارتباطی، فرهنگی، رسانه‌ای و جامعه‌شناختی نیز تلقی کرد.

جامعه‌شناسی ارتباطات نشان می‌دهد که در شرایط وقوع و گسترش بحران‌های بزرگ، جریان اطلاعات و ارتباطات به یکی از مهم‌ترین منابع قدرت اجتماعی و فرهنگی تبدیل می‌شود. کنترل، هدایت و مدیریت روایت‌ها، نحوه چارچوب‌بندی اخبار و مدیریت پیام‌های رسانه‌ای می‌تواند بر سطح امید، اضطراب و انسجام اجتماعی تأثیر بگذارد. از این رو در دوران جنگ، مدیریت ارتباطات عمومی به یکی از عناصر حیاتی برای حفظ ثبات اجتماعی تبدیل می‌شود. در کنار نظام فرهنگی و ارتباطی، نهاد خانواده نیز از جمله نخستین ساختارهایی است که پیامدهای جنگ را تجربه می‌کند. خانواده نه تنها محل زندگی و تعامل روزمره افراد است، بلکه یکی از مهم‌ترین فضاهای شکل‌گیری معنا، هویت و حمایت عاطفی محسوب می‌شود. در شرایط

بحرانی، خانواده می‌تواند به عنوان یک سپر دفاع اجتماعی عمل کرده و نقش مهمی در کاهش فشارهای روانی و اجتماعی ایفا کند.

با این حال، جنگ اغلب با مجموعه‌ای از فشارها و چالش‌های جدید برای خانواده‌ها همراه است. ناپایداری اقتصادی، افزایش نرخ بیکاری، بالاتر رفتن نرخ تورم و افزایش هزینه‌های زندگی، اختلال در فرصت‌های شغلی، نگرانی‌های امنیتی، مهاجرت یا جابه‌جایی‌های اجباری و تغییر در ساختار نقش‌های خانوادگی از جمله عواملی هستند که می‌توانند تعادل زندگی خانوادگی را تحت تأثیر قرار دهند.

یکی از پیامدهای مهم جنگ در سطح خانواده، تغییر در مناسبات خانوادگی، نقش‌ها و مسئولیت‌های اعضای آن است. در بسیاری از موارد، زنان و مادران نقش‌های اقتصادی و مدیریتی گسترده‌تری در خانواده بر عهده می‌گیرند و کودکان نیز ناخواسته با شرایطی مواجه می‌شوند که فراتر از ظرفیت‌های روانی و عاطفی آنان است. این تغییرات می‌تواند هم فرصت‌هایی برای بازتعریف نقش‌ها ایجاد کند و هم فشارهای جدیدی بر ساختار خانواده وارد آورد.

### تاب آوری اجتماعی و تاب آوری خانواده در زمان جنگ

مفهوم «تاب‌آوری اجتماعی» به یکی از مفاهیم محوری در تحلیل ابعاد، فرآیند، تاثیرات و پیامدهای جنگ به شمار می‌رود. تاب‌آوری اجتماعی به معنای توانایی یک نظام اجتماعی برای سازگاری با شرایط دشوار، حفظ کارکردهای اساسی و بازیابی تعادل و آرایه عملکرد موفق پس از بحران است. این مفهوم در سال‌های اخیر در حوزه‌های مختلف علوم اجتماعی، روان‌شناسی و مطالعات ارتباطی مورد توجه گسترده قرار گرفته است.

تاب‌آوری در سطح فردی به مهارت‌های روانی و شناختی افراد برای مواجهه با فشارهای زندگی اشاره دارد، اما در سطح اجتماعی به مجموعه‌ای از منابع فرهنگی، نهادی و ارتباطی مربوط می‌شود که به جامعه امکان می‌دهد در برابر بحران‌ها مقاومت کرده و خود را بازسازی کند.

در این میان، خانواده یکی از مهم‌ترین بسترهای شکل‌گیری تاب‌آوری اجتماعی و پیشران‌گذار از دوره بحران است. بسیاری از مهارت‌های مقابله با بحران، از جمله مدیریت هیجانات، حل مسئله، همکاری و حمایت متقابل، نخست در محیط خانواده آموخته می‌شوند. خانواده‌هایی که از انسجام عاطفی و ارتباطات مؤثر برخوردارند، معمولاً توانایی بیشتری برای عبور از شرایط دشوار دارند.

در سطح فرهنگی نیز جنگ می‌تواند موجب شکل‌گیری الگوهای جدیدی از همبستگی اجتماعی شود. در بسیاری از جوامع، تجربه بحران‌های بزرگ به تقویت حس همدلی، مشارکت اجتماعی

و مسئولیت‌پذیری جمعی منجر شده است. با این حال، در صورت مدیریت نامناسب، همین شرایط می‌تواند به افزایش اضطراب جمعی، بی‌اعتمادی و فرسایش سرمایه اجتماعی نیز بی‌انجامد.

رسانه‌ها در این میان نقشی دوگانه دارند. از یک سو رسانه‌ها می‌توانند با اطلاع‌رسانی واقعی و مسئولانه، ارایه تحلیل‌های دقیق و انتشار روایت‌های امیدبخش به تقویت انسجام اجتماعی کمک کنند؛ و از سوی دیگر در صورت انتشار اخبار جعلی، نادرست یا اغراق‌آمیز، ممکن است به تشدید ترس و نااطمینانی و ناپایداری در جامعه دامن بزنند.

گسترش شبکه‌های اجتماعی نیز ابعاد تازه‌ای به این مسئله افزوده است. در عصر رسانه‌های دیجیتال، شهروندان نه تنها مصرف‌کننده اطلاعات بلکه تولیدکننده و توزیع‌کننده آن نیز هستند. این وضعیت اگرچه امکان مشارکت اجتماعی گسترده‌تری فراهم می‌کند، اما هم‌زمان خطر گسترش شایعات و اطلاعات نادرست را نیز افزایش می‌دهد.

در چنین شرایطی، سواد رسانه‌ای خانواده‌ها اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند. خانواده‌ها باید بتوانند منابع خبری معتبر را از منابع جعلی تشخیص دهند، مصرف رسانه‌ای خود را مدیریت کنند و از تأثیرات روانی اخبار جعلی و نادرست و خشونت‌آمیز بر کودکان و نوجوانان و اعضای خانواده جلوگیری نمایند.

از سوی دیگر، ارتباطات درون‌خانوادگی در شرایط بحران اهمیت دوچندان می‌یابد. گفت‌وگوی صادقانه، حمایت عاطفی از یکدیگر، توجه به نیازهای روانی کودکان و مدیریت هیجانات جمعی در روابط خانوادگی از جمله عواملی هستند که می‌توانند به حفظ سلامت روانی-اجتماعی خانواده‌ها در شرایط جنگ کمک کنند.

در شرایط جنگ با رویکرد مدیریت دانش موضوعاتی چون تولید دانش کاربردی، ذخیره‌سازی، انتشار و کاربست آن عمل در سطوح و لایه‌های زندگی خانوادگی در هنگام بحران به یک ضرورت علمی و اجتماعی تبدیل می‌شود. جامعه برای عبور از شرایط پیچیده جنگ نیازمند دانشی است که بتواند تعادلی میان دانش نظری و مهارت‌های عملی پیوند برقرار کنند.

کتاب «خانواده در زمان جنگ؛ دانش، بینش و مهارت‌های تاب‌آوری» را می‌توان یکی از تلاش‌های ارزشمند در جهت پاسخگویی به تداوم زیست خانوادگی در روزگاران سخت و زندگی در شرایط بحران دانست. این اثر با رویکرد میان‌رشته‌ای تلاش کرده است ابعاد مختلف زندگی خانوادگی در شرایط جنگ را با نگاه مساله محور را مورد بررسی قرار دهد.

ساختار این کتاب در قالب ۳۳ فصل تنظیم شده و مجموعه‌ای از موضوعات مهم از جمله سلامت روان خانواده، مدیریت استرس، روابط والدین و فرزندان، تغذیه و آشپزی، اقتصاد خانواده در

شرایط جنگ، مهارت‌های زیستی در موقعیت‌های اضطراری، مراقبت از سالمندان و کودکان، و نقش فرهنگ و دین در تقویت امید اجتماعی را در بر می‌گیرد.

### چرا کتاب خانواده در زمان جنگ؟

جنگ پیش از آنکه یک رخداد نظامی باشد، تجربه‌ای عمیقاً انسانی است؛ تجربه‌ای که در لایه، لایه زندگی خانواده نفوذ می‌کند و امنیت، سلامت، روابط، باورها و زیست روزمره را تحت تأثیر قرار می‌دهد. آنچه خانواده را در برابر ناامنی‌ها، ناپایداری‌ها و ترس‌های بزرگ حفظ می‌کند، تنها پناه گرفتن در محیط امن یا دسترسی به امکانات مادی برای بقا نیست؛ بلکه مجموعه‌ای از دانش، بینش و مهارت‌های تاب‌آوری است که باید پیش از بحران آموخته شود و در دل بحران به کار بسته شود.

هدف از نگارش این کتاب ارائه یک اثر کاربردی و قابل استفاده برای تمام خانواده‌هایی است که ممکن است مستقیماً درگیر جنگ شوند یا در شرایط مشابه بحران‌های بزرگ نظیر سیل، خشکسالی فراگیر، وقوع زلزله و... قرار بگیرند. بر این اعتقاد هستیم که خانواده ایرانی، با پشتوانه فرهنگی، دینی و تاریخی خود، ظرفیت‌های عظیمی برای ایستادن در برابر سختی‌ها دارد؛ اما این ظرفیت‌ها زمانی شکوفا می‌شود که با آگاهی، آموزش، آمادگی و انسجام همراه باشد.

برای آنکه این اثر بتواند به نیازهای واقعی خانواده‌ها پاسخ دهد، مباحث آن با نگاه جامع و فراگیر تا حدودی سیصد و شصت درجه‌ای در قالب محورها و فصول سی و سه گانه تدوین شد. فصل‌هایی که طیفی گسترده از موضوعات روان‌شناختی، تربیتی، فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، آموزشی و جمعیتی را دربر می‌گیرد.

با وجود تنوع گسترده‌ی موضوعات، تلاش شده است که در تدوین کتاب ضمن حفظ ارتباطات عرضی مطالب، محتوا از پراکندگی دور مانده و از طریق دسته‌بندی در هشت محور کلان، ساختاری منسجم و قابل پیگیری برای خواننده ایجاد شود. این محورها بر اساس تجربه‌های پژوهشی و میدانی انتخاب شده‌اند و هر کدام بُعدی از تاب‌آوری خانوادگی را تبیین می‌کنند؛ از سلامت روان و روابط عاطفی گرفته تا مدیریت اقتصاد خانواده، مهارت‌های زیستی در جنگ، مراقبت از اعضای آسیب‌پذیر، نقش دین و فرهنگ، آموزش، هنر، سلامت جنسی، حرکات جمعیت نظیر زاد و ولد، مشارکت اجتماعی و حمایت‌های نهادی را پوشش می‌دهد. در تدوین و تألیف این اثر، تلاش شده است زبان کتاب به دور از پیچیدگی‌های نظری، اما دقیق، مستند و مبتنی بر یافته‌های علمی باشد تا هم یک منبع آموزشی برای سیاستگذاران،

برنامه‌ریزان و سازمان‌ها و موسسات دولتی، مردم نهاد و خیریه‌ای و بخش خصوصی، دانشگاهیان و متخصصان بوده و هم‌راهنمایی عملی برای خانواده‌ها و والدین به شمار آید اعتقاد بر آن است که آموزش تاب‌آوری خانوادگی نباید پس از وقوع بحران آغاز شود؛ بلکه خانواده باید پیش از وقوع جنگ، مهارت‌ها و نگرش‌های لازم را بیاموزد تا در روزهای سخت، سردرگم و درمانده نماند.

### هشت محور راهبردی و سی و سه پل عبور از بحران

فصل‌های سی و سه گانه کتاب «خانواده در زمان جنگ؛ دانش، بینش و مهارت‌های تاب‌آوری خانواده» با الهام از نماد پل تاریخی جهان شهر اصفهان، راهبرد سی و سه پل عبور از شرایط بحران در قالب یک گروه‌بندی موضوعی استاندارد، منطقی و عملیاتی ارائه می‌دهد که در ادامه به آن پرداخته می‌شود. همچنین در این کتاب مجموعه فصل‌ها در هشت محور کلان برای ساختار بندی محتوا در نظر گرفته شده است.

محور اول این اثر به مبانی نظری تاب‌آوری و سلامت روان خانواده در جنگ اشاره داشته و شامل فصل‌های اول «تاب‌آوری خانواده؛ مفهوم، دیدگاه‌ها و رویکردها»، دوم «مدیریت اضطراب و سلامت روان»، سوم «روابط درون خانواده و حل بحران عاطفی»، چهارم «کنیک‌ها، روش‌ها و مهارت‌های آرام‌بخشی در خانواده» و فصل یازدهم «سوگ و سوگواری خانوادگی در زمان جنگ» است.

در واقع این محور می‌گوید برای اینکه خانواده در جنگ فرونپاشد و حتی بتواند رشد کند، اول باید زیربنای نظری و روان‌شناختی تاب‌آوری و ابعاد آن را بشناسد و بداند که:

- تاب‌آوری چیست و در خانواده چگونه تعریف می‌شود؟
- چطور اضطراب و فشار روانی را مدیریت کنیم؟
- چگونه در دل تنش و فقدان، روابط عاطفی را حفظ و ترمیم کنیم؟
- چه تکنیک‌هایی برای آرام‌بخشی خود و اعضای خانواده در شرایط بحران داریم؟
- سوگ و فقدان در جنگ اجتناب‌ناپذیر است؛ هنر، سوگواری سالم و جمعی است، نه فروپاشی.

به عبارت ساده این محور «زیربنای نظری و روانی تاب‌آوری خانواده در جنگ؛ از تعریف تاب‌آوری تا مدیریت اضطراب، رابطه عاطفی، آرام‌سازی و سوگواری سالم» را مطرح می‌کند. محور دوم «مراقبت از اعضای آسیب‌پذیر و نیازمند خانواده در زمان جنگ» شامل فصل‌های پنجم «مراقبت از اعضای آسیب‌پذیر خانواده»، ششم «کودکان و نوجوانان»، هفتم «سالمندان»،

هشتم «خانواده و مراقبت از بیماران خاص و فصل نهم «اعتیاد، سوء مصرف مواد و مراقبت از معتادان» است.

این محور تأکید می‌کند که در جنگ، همه به یک اندازه آسیب‌پذیر نیستند. وظیفه اصلی خانواده این است که:

- نیازهای ویژه‌ی کودکان و نوجوانان را (ترس، سردرگمی، آموزش، بازی، امید) تشخیص داده و مدیریت کند
- سالمندان را از نظر جسمی، عاطفی و معنوی حمایت کند
- مراقبت از بیماران خاص و مزمن را متوقف نکند، حتی اگر جنگ نظم زندگی را به هم بریزد
- با اعتیاد و سوء مصرف مواد، هم به عنوان «مسئله» و هم به عنوان «بیماری نیازمند مراقبت» برخورد کند

پیام کلیدی این محور؛ تاب‌آوری خانواده در جنگ یعنی «محافظة فعال» از حلقه‌های ضعیف‌تر خانواده یعنی کودکان، نوجوانان، سالمندان، بیماران خاص و افراد گرفتار اعتیاد است. محور سوم این اثر «مدیریت زیست روزمره خانواده در جنگ» شامل فصل‌های سیزدهم «مدیریت اقتصاد خانواده»، چهاردهم «تغذیه و آشپزی در شرایط جنگ»، بیست و پنجم «اسکان موقت خانواده» و فصل سی و دوم «آمادگی برای ترک اضطراری محل سکونت در شرایط بحران» است.

محور سوم بر این نکته می‌کند که تاب‌آوری فقط مفاهیم روان‌شناختی نیست؛ در دل «زندگی روزمره» شکل می‌گیرد و در این شرایط خانواده باید یاد بگیرد که:

- با منابع مالی محدود، بدهی‌ها و کاهش درآمد، اقتصاد خانواده را مدیریت کند.
- با امکانات محدود، تغذیه‌ی نسبتاً سالم و کافی فراهم کند.
- برای اسکان موقت (کمپ‌ها، خانه‌ی اقوام، سکونت اضطراری) برنامه‌ی واقع‌بینانه داشته باشد.
- برای ترک اضطراری خان (فرار از منطقه درگیری یا آوارگی) از قبل برنامه، چک‌لیست و آمادگی داشته باشد.

مضمون غایی این محور راهبرد «مدیریت بقا و کیفیت زندگی روزمره» در جنگ را آموزش می‌دهد تا خانواده بتواند در اوج بی‌ثباتی، یک نظم حداقلی و احساس امنیت نسبی ایجاد کند. محور چهارم «فرهنگ، معنویت، دین و سبک زندگی مقاوم» شامل فصل‌های پانزدهم «نقش مناسب فرهنگی، فعالیت‌های معنوی و آیین‌های خانوادگی»، شانزدهم «دین و خانواده»،

هفدهم «خانواده و سیاست؛ تعارض دیدگاه‌های سیاسی»، دوازدهم «اطلاعات، رسانه و امنیت روانی خانواده» و فصل بیست‌ونهم «تبایدهای خانواده در زمان جنگ» است.

این محور بر «روح و فرهنگ خانواده مقاوم» با توجه به نکات ذیل تمرکز دارد:

- مناسک فرهنگی، آیین‌های خانوادگی، دعا، عزاداری، جشن‌های کوچک در دل بحران، همه مثل ستون‌های معنوی خانه عمل می‌کنند.

- دین می‌تواند منبع امید، معنا، اخلاق و همبستگی باشد، اگر درست فهم و اجرا شود.

- اختلافات و تعارض‌های سیاسی داخل خانواده، اگر مدیریت نشود، خود به بحران تبدیل می‌شود.

- بمباران خبری، شایعات و جنگ رسانه‌ای مستقیماً امنیت روانی خانواده را تهدید می‌کند؛ باید سواد رسانه‌ای و فیلتر اطلاعات داشت.

- «تبایدها» در جنگ (چه در رفتار، چه در مصرف رسانه، چه در تصمیم‌های پرخطر) مرزهایی هستند که رعایت نکردنشان تاب‌آوری را نابود می‌کند.

به طور کلی این محور می‌خواهد از خانواده «یک واحد فرهنگی- معنوی هشیار» بسازد که هم از دین و آیین‌های خود نیرو می‌گیرد و هم در برابر رسانه، شایعه و تعارض سیاسی، هوشمندانه و مراقب عمل می‌کند.

محور پنجم «آموزش، تربیت و مهارت‌افزایی خانواده‌محور» شامل فصل‌های هجدهم «تربیت بدنی و فعالیت‌های ورزشی»، نوزدهم «آموزش و فعالیت‌های آموزشی خانواده‌محور»، بیستم «آموزش‌های رسمی فرزندان از مدرسه تا دانشگاه» و فصل بیست‌ویکم «مهارت‌آموزی حرفه‌ای خانواده‌محور» است.

این محور می‌گوید که جنگ نباید «تعطیلی و توقف در رشد آدمی» باشد، بلکه باید:

- بدن و سلامت جسمی با فعالیت‌های ورزشی متناسب با شرایط حفظ شود.

- آموزش و یادگیری در خانه (خانواده‌محور) سازماندهی شود.

- آموزش رسمی کودکان، نوجوانان و دانشجویان تا حد ممکن تداوم یابد.

- خانواده از فرصت بحران برای مهارت‌آموزی حرفه‌ای (برای بزرگسالان و جوانان) هم

استفاده کند تا توان اقتصادی و شغلی بعد از جنگ تقویت شود.

این محور تأکید می‌کند که «تاب‌آوری مساوی با ادامه رشد و تربیت»؛ حتی در جنگ، باید بدن، ذهن و مهارت‌های اعضای خانواده را فعال نگه داشت و در مسیر شکوفایی آن گام برداشت.

محور ششم «هنر، روابط اجتماعی و سرمایه اجتماعی خانواده» شامل فصل‌های بیست و دوم «هنر و فعالیت‌های هنری»، بیست و سوم «روابط اجتماعی و سرمایه اجتماعی» و فصل بیست و چهارم «امدادرسانی خانواده به آسیب‌دیدگان جنگ» است. پیام کلیدی این محور در تاب‌آوری از جنس «زیبایی، ارتباط و همبستگی اجتماعی» نهفته است به گونه ای که:

- هنر(نقاشی، موسیقی، نوشتن، تئاتر، قصه‌گویی و...) به خانواده کمک می‌کند احساسات خود را بیان و تسکین دهد.
  - روابط اجتماعی سالم (خویشاوندی، همسایگی، مسجد، مدرسه، انجمن‌ها) شبکه حمایتی واقعی می‌سازد.
  - مشارکت خانواده در امدادرسانی به دیگران، هم به جامعه کمک می‌کند و هم خود خانواده را از انفعال، ترس و احساس بی‌فایده‌گی بیرون می‌آورد.
- «تاب‌آوری فقط در چهاردیواری خانه شکل نمی‌گیرد». پیام اصلی این محور؛ خانواده مقاوم، هنری زنده، روابط اجتماعی قوی و مشارکت در یاری دیگران دارد.
- محور هفتم «سلامت، جمعیت و پویایی‌های خانوادگی» و شامل فصول بیست و ششم «جمعیت، حرکات و تغییرات جمعیتی»، بیست و هفتم «سلامت جنسی و باروری» و فصل بیست و هشتم «زاد و ولد و فرزندآوری» است.
- پیام کلیدی محور هفتم این است که اگرچه جنگ ساختار جمعیت و حرکت‌های جمعیتی (مهاجرت، آوارگی، بی‌خانمانی و بی‌سرپرستی) را عمیقاً تغییر می‌دهد اما سلامت جنسی و باروری نباید در بحران به فراموشی سپرده شود. این محور خانواده را به تصمیم‌گیری آگاهانه درباره‌ی آینده خود و نسل بعدی دعوت می‌کند.
- محور هشتم «حمایت‌های نهادی و دوران پس از جنگ» شامل فصل‌های دهم «خدمات مددکاری اجتماعی، مشاوره و آسیب‌های خانواده»، سی‌ام «نقش سازمان‌های دولتی، مردم‌نهاد و بخش خصوصی»، سی‌ویکم «خانواده در دوران پس از جنگ» و جمع بندی نهایی است.
- پیام کلیدی این محور بر هسته اصلی و مفهومی آن متمرکز است؛ خانواده حلقه اتصال با «نهادهای بیرونی» در دوران پس از جنگ است. در این راستا باید تأکید کرد که:
- خانواده به تنهایی نمی‌تواند همه بار جنگ را تحمل کند؛ نیاز به مددکار اجتماعی، مشاور، خدمات حمایتی و مداخله حرفه‌ای دارد.
  - دولت، سازمان‌های مردم‌نهاد، خیریه‌ها و بخش خصوصی باید سیستم‌مند در خدمت تاب‌آوری خانواده باشند.

• پایان جنگ، الزاماً به معنای پایان آسیب نیست؛ بازسازی روانی، اقتصادی و اجتماعی خانواده در «دوران پس از جنگ» موضوعی مستقل است.

همچنین فصل پایانی، جمع‌بندی و تبدیل نظریه‌ها و توصیه‌ها به «پروتکل‌های اجرایی» یعنی چک‌لیست‌ها و راهنماهای عملی برای خانواده و سیاست‌گذار در هنگام کارزار است.

این محور نشان می‌دهد که تاب‌آوری خانواده، پروژه‌ای مشترک بین خانواده، متخصصان و نهادهای اجتماعی است و تا دوران پس از جنگ -نه فقط در زمان درگیری- ادامه دارد.

در پایان و با بهره‌گیری از محتوای این اثر باید گفت؛ خانواده پس از میدان و آوردگاه نبرد، نخستین جایی که آثار جنگ در آن احساس می‌شود، خانه‌ای که تا پیش از آن محل آرامش و ثبات بود، ممکن است با نگرانی، بی‌اطمینانی و فشارهای روانی روبه‌رو شود. بیشتر کودکان در این وضعیت پرسش‌های زیادی درباره آنچه در اطرافشان رخ می‌دهد مطرح می‌کنند و والدین ناچارند علاوه بر نگرانی‌های شخصی خود، ضمن پاسخ دادن به این پرسش‌ها از امنیت و آرامش فرزندان‌شان نیز مراقبت کنند. در این هنگام سالمندان و کودکان با احساس آسیب‌پذیری بیشتر احتیاج به توجه و حمایت مضاعف دارند. به این دلیل، خانواده در زمان جنگ نه تنها یک واحد اجتماعی، بلکه مهم‌ترین پناهگاه روانی و عاطفی انسان‌ها به شمار می‌آید.

اگر خانواده بتواند در شرایط بحران با حفظ انسجام خود راهبرد گفت‌وگو حمایت متقابل را ادامه دهد و با آگاهی بیشتری با مسائل روبه‌رو شود، بخش بزرگی از فشارهای روانی و اجتماعی کاهش می‌یابد. تجربه‌های تاریخی در بسیاری از کشورها نشان داده است جوامعی که خانواده‌های منسجم‌تر و آگاه‌تری دارند، در برابر بحران‌ها تاب‌آوری بیشتری نشان می‌دهند و سریع‌تر به مسیر عادی زندگی بازمی‌گردند.

در واقع خانواده در شرایط جنگ تنها یک محیط زندگی نیست؛ بلکه به نوعی «مرکز مدیریت زندگی» تبدیل می‌شود. تصمیم‌های مهمی مانند: نحوه مدیریت اضطراب، مراقبت از کودکان، برنامه‌ریزی اقتصادی، حفظ سلامت جسمی و روانی، چگونگی حفظ امید و معنای زندگی و باور به فردا، در فضای خانواده شکل می‌گیرد. به این دلیل، تقویت آگاهی و مهارت‌های خانواده‌ها نقش مهمی در کاهش آسیب‌ها و افزایش توان سازگاری در دوران بحران خواهد داشت.

کتاب «خانواده در زمان جنگ» با چنین نگاهی نوشته شده است تا نشان دهد خانواده‌ها می‌توانند حتی در شرایط دشوار جنگ نیز با آگاهی، تدبیر، همدلی، همکوشی، همیاری و برنامه‌ریزی، زندگی خود را مدیریت کنند و از پیوندهای عاطفی و انسانی شخصی و خانوادگی خود محافظت نمایند. هدف اصلی از پدید آوردن این اثر ایجاد ترس یا نگرانی نیست؛ بلکه

کمک به خانواده‌هاست تا با شناخت بهتر شرایط، احساس آمادگی بیشتری داشته باشند و با کسب توانمندی‌های لازم با آرامش و اطمینان بیشتری با مسائل روبه‌رو شوند. هدف از تدوین این کتاب ارائه مجموعه‌ای از دانسته‌ها، تجربه‌ها و راهکارهای عملی و ارتقا سواد و دانش و مهارت‌های تاب‌آوری خانواده‌ها در زمان جنگ است که به آنها کمک می‌کند در شرایط جنگ، زندگی روزمره خود را بهتر مدیریت کنند. موضوعات مختلفی که ممکن است خانواده‌ها در زمان جنگ با آنها روبه‌رو شوند، از جمله: مدیریت اضطراب و حفظ سلامت روان، مراقبت از کودکان، مدیریت اقتصاد خانواده، تغذیه، بهداشت، آموزش، روابط اجتماعی و حفظ نشاط و امید در زندگی روزمره... به زبانی ساده و قابل فهم در این کتاب بررسی و مورد توجه قرار گرفته‌اند و علاوه بر ارائه مطالب علمی، توجه ویژه‌ای به کاربردی بودن مطالب شده است. بسیاری از خانواده‌ها در شرایط بحران فرصت مطالعه متن‌های پیچیده و تخصصی را ندارند. به این دلیل تلاش شده است مطالب کتاب با زبانی ساده، روان و قابل فهم نوشته شود و ضمن توضیح مفاهیم، پیشنهادها و راهکارهایی ارائه نماید که در زندگی واقعی قابل اجرا باشند. در بخش‌های مختلف کتاب، «نکته‌های کاربردی» و پیشنهادهای عملی ارائه شده تا خوانندگان بتوانند از آنها در زندگی روزمره خود استفاده کنند. این کتاب برای گروه گسترده‌ای از مخاطبان نوشته شده است.

### مخاطبان کتاب

در درجه نخست، خانواده‌ها، پدران و مادران مهم‌ترین مخاطبان این کتاب هستند، زیرا آنها نقش اصلی را در هدایت و مدیریت فضای خانه و خانواده بر عهده دارند. والدین در زمان جنگ با مسئولیت‌های سنگینی روبه‌رو هستند، باید در اولویت نخست از امنیت و آرامش فرزندان خود مراقبت کنند، پاسخگوی پرسش‌ها و نگرانی‌های آنها باشند در عین حال تلاش کنند فضای خانه را تا حد ممکن آرام و پایدار نگهدارند. آگاهی و آمادگی والدین تأثیر بسیار مهمی در احساس امنیت کودکان و نوجوانان خواهد داشت.

نوجوانان و جوانان در کنار والدین نیز از مخاطبان این کتاب هستند. بسیاری از نوجوانان در شرایط جنگ با پرسش‌ها، نگرانی‌ها و گاهی احساسات پیچیده‌ای روبه‌رو می‌شوند. آشنایی آنها با شیوه‌های درست مواجهه با بحران به حفظ سلامت روانی آنها کمک می‌کند و نقش مثبت‌تری در حمایت از خانواده ایفا می‌نماید.

همچنین معلمان، مربیان، سیاست‌گذاران، برنامه‌ریزان و مشاوران خانواده، فعالان اجتماعی و فرهنگی خانواده‌محور و کارکنان نهادهای خدماتی و حمایتی می‌توانند از مطالب این کتاب

بهره‌مند شوند. افرادی که در مدارس، مراکز اجتماعی، مراکز مشاوره و سازمان‌های حمایتی فعالیت می‌کنند، اغلب در تماس مستقیم با خانواده‌ها هستند و شناخت بهتر نیازها و چالش‌های خانواده‌ها در زمان بحران برای ارائه حمایت مؤثرتر کمک می‌کند.

یکی دیگر از گروه‌های مخاطب این کتاب، افراد نیازمند مراقبت نظیر کودکان، معنادان، بیماران خاص و سالمندان و افرادی هستند که از سالمندان مراقبت می‌کنند. کودکان سالمندان در شرایط جنگ ممکن است نیازهای ویژه‌ای از نظر جسمی و روانی داشته باشند. توجه به این نیازها و برنامه‌ریزی برای مراقبت مناسب از آنها، بخش مهمی از مسئولیت‌های خانوادگی در زمان بحران به شمار می‌آید.

### اصول حاکم بر نگاشت کتاب

نگارش این کتاب بر چند اصل اساسی استوار بوده است. نخستین اصل، سادگی و قابل فهم بودن مطالب برای خوانندگان با سواد متوسط و خانواده‌هاست و تلاش شده از زبان پیچیده و اصطلاحات تخصصی تا حد ممکن پرهیز شود تا همه اعضای خانواده بتوانند از آن استفاده کنند تا خوانندگان کتاب هنگام مطالعه احساس کنند با متنی خودمانی و صمیمی روبه‌رو هستند، نه با یک متن دشوار دانشگاهی با ساختارهای خاص و ادبیات ویژه نگاشت‌های آکادمیک.

اصل دوم، تکیه بر دانش و پژوهش‌های علمی است. هرچند زبان کتاب ساده و عمومی است، اما مطالب آن بر اساس یافته‌های علمی در حوزه‌هایی مانند: روان‌شناسی بحران، سلامت روان، مطالعات خانواده، بهداشت و مدیریت اجتماعی نوشته شده است. استفاده از منابع معتبر علمی کمک می‌کند تا توصیه‌های ارائه شده از پشتوانه پژوهشی برخوردار باشند و خوانندگان بتوانند با اطمینان بیشتری از آنها استفاده کنند.

اصل سوم و نکته بسیار مهم، توجه به کاربردی بودن مطالب است. بسیاری از توصیه‌ها و راهبرهای ارائه شده در این کتاب به گونه‌ای طراحی شده‌اند که خانواده‌ها بتوانند آنها را در زندگی روزمره خود اجرا کنند. در بخش‌های مختلف کتاب راهکارهایی ارائه شده که نیازمند امکانات پیچیده یا شرایط خاص نباشند و در بیشتر خانواده‌ها قابل اجرا باشند.

از ویژگی‌های این اثر، توجه هم‌زمان به ابعاد نظری و کاربردی مسئله است. نویسندگان ضمن ارائه تحلیل‌های علمی درباره پیامدهای اجتماعی و روانی جنگ، مجموعه‌ای از توصیه‌ها و مهارت‌های عملی را نیز برای خانواده‌ها مطرح کرده‌اند.

از منظر جامعه‌شناسی ارتباطات، فصلی از این کتاب که به مدیریت مصرف رسانه، ارتباطات درون خانوادگی و نحوه گفت‌وگو با کودکان درباره جنگ می‌پردازد، اهمیت ویژه‌ای دارد. این

مباحث نشان می‌دهد که چگونه کیفیت ارتباطات درون خانواده می‌تواند در کاهش اضطراب و تقویت احساس امنیت روانی نقش داشته باشد.

کتاب همچنین بر نقش فرهنگ و سرمایه اجتماعی در تقویت تاب‌آوری خانواده‌ها تأکید می‌کند. ارزش‌هایی مانند همدلی، همیاری، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و امید جمعی و همیاری و تعاون اجتماعی می‌توانند در شرایط دشوار به منابعی برای بازسازی روانی و اجتماعی جامعه تبدیل شوند.

از منظر سیاست‌گذاری اجتماعی نیز توجه به خانواده در شرایط جنگ اهمیت فراوانی دارد. برنامه‌های حمایت اقتصادی، درمانی و بهداشتی و بازسازی منطق آسیب دیده، آموزش مهارت‌های زندگی، توسعه خدمات مشاوره‌ای و تقویت نهادهای اجتماعی می‌تواند به کاهش آسیب‌های ناشی از بحران و افراد و گره‌های آسیب دیده کمک کند.

درس‌ن پایدانی باید تأکید کرد اگرچه جنگ پدیده‌ای ویرانگر است، اما نحوه مواجهه جامعه با آن می‌تواند مسیر آینده اجتماعی را تعیین کند. جامعه‌ای که بتواند منابع فرهنگی، ارتباطی و اجتماعی خود را برای تقویت تاب‌آوری بسیج کند، قادر خواهد بود با آسیب‌های کمتری از بحران عبور کند.

در این میان، خانواده به عنوان نخستین و پایدارترین نهاد اجتماعی نقشی بی‌بدیل در حفظ انسجام جامعه دارد. تقویت روابط خانوادگی، ارتقای مهارت‌های ارتباطی و توجه به سلامت روان اعضای خانواده از جمله اقداماتی است که می‌تواند ظرفیت تاب‌آوری اجتماعی را افزایش دهد. از این رو، توجه علمی و پژوهشی به مسئله خانواده در شرایط بحران نه تنها یک ضرورت دانشگاهی، بلکه یک نیاز اجتماعی است. آثاری مانند کتاب «خانواده در زمان جنگ؛ دانش، بینش و مهارت‌های تاب‌آوری» می‌توانند گامی مهم در جهت توسعه این حوزه مطالعاتی و فراهم‌سازی منابع علمی برای جامعه با رویکرد کاربردی باشند.

### بازآفرینی ارتباطات و رسانه با محوریت خانواده در زمان جنگ

در پی تجربه‌های تاریخی جوامع انسانی، خانواده همواره نخستین سنگر اجتماعی در برابر بحران‌ها از جمله جنگ، ناامنی و فشارهای روانی بوده است. بر همین مبنا، پیوند میان سه حوزه خانواده، ارتباطات و فرهنگ را می‌توان یکی از بنیادی‌ترین محورهای فهم و مدیریت پیامدهای اجتماعی جنگ دانست. زمانی که شبکه‌های ارتباطی درون خانواده و میان خانواده‌ها تقویت شود، ظرفیت جامعه برای تاب‌آوری و بازسازی افزایش می‌یابد. این پیوند در واقع، بنیان

انتقال معنا، امید و همبستگی در شرایطی است که ساختارهای دیگر اجتماعی فرو می‌ریزند یا تضعیف می‌شوند.

بازآفرینی ارتباطات، به معنای بازنگری نقش رسانه‌ها و نظام ارتباطات انسانی در دوران جنگ و پس از آن است؛ دوره‌ای که جامعه نیازمند بازتعریف نظام‌های معنایی و ارزش‌های مشترک است. خانواده در این میان نه تنها یک واحد مصرف‌کننده پیام‌های رسانه‌ای، بلکه تولیدکننده فرهنگ استقامت و سازندگی است. رسانه‌ها زمانی می‌توانند کارکرد تقویت‌کننده تاب‌آوری جمعی داشته باشند که پیام و روایت آن‌ها در امتداد زیست واقعی خانواده‌ها و نیازهای ارتباطی آنان تنظیم شود. چنین رویکردی، بازآفرینی ارتباطات را از سطح تکنیکی به سطح فرهنگی ارتقا می‌دهد.

در روزگاران سخت ناشی از تهاجم دشمنان، انتظار آن است که سطح و عمق تاب‌آوری اجتماعی، فرهنگی و رسانه‌ای با محوریت «ارتباطات در نهاد خانواده» افزایش یابد. خانواده‌ها در این دوران نقش دوگانه‌ای دارند: از یک سو مخاطب و از سوی دیگر منشأ تولید معنا و اشاعه روایت‌های مقاومت به شمار می‌رود.

پساجنگ، مرحله‌ای است که بازسازی زیربنای اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی ایران باید بر شالوده‌ی ارتباطات انسانی یک ضرورت محسوب می‌شود. ارتباطاتی که در مناسبات جنگ شکل گرفته و آزموده شده‌اند در دوره بازسازی باید در مسیر شکوفایی قرار گیرد. تجربه ایران در جنگ جهانی دوم و دفاع هشت ساله و دوجنگ دوازده و چهل روزه در ماه‌های اخیر در جامعه ایران بیانگر آن است که بازآفرینی جامعه بدون نقش فعال خانواده در فرایند ارتباطی و رسانه‌ای ممکن نیست.

هدف این کتاب ارائه‌ی نسخه‌ای نهایی یا همه‌جانبه برای حل مشکلات خانواده در شرایط بحران نیست؛ زیرا ماهیت جنگ و چالش‌های آن در هر دوره و منطقه متفاوت است. با این حال، تأکید بر افزایش آگاهی، تقویت مهارت‌های ارتباطی و توان تصمیم‌سازی منطقی درون خانواده، مسیر تاب‌آوری را هموارتر می‌سازد. ارتقای سواد رسانه‌ای، آموزش ارتباطات درون‌خانوادگی و بازسازی فرهنگی خانواده‌ها در چارچوب ارزش‌های ملی و دینی می‌تواند ظرفیت حمایت متقابل و سازگاری را به مراتب افزایش دهد.

بنابراین، بازآفرینی ارتباطات و رسانه با محوریت خانواده باید به عنوان راهبردی ملی در مدیریت بحران‌های اجتماعی، مدنظر نهادهای علمی، فرهنگی و سیاست‌گذار و سازمان‌های دولتی، سازمان‌های مردم‌نهاد و خیریه‌ای خانواده محور قرار گیرد. اتخاذ این رویکرد، جامعه ایران را در مسیر تعالی و شکوفایی پس از جنگ قرار می‌دهد، ان چنان‌که خانواده ایرانی نه صرفاً

ملجاً آسیب‌ها تلقی شده، بلکه به موتور محرک و پیشران بازسازی فرهنگی و اجتماعی سرزمین آسیب دیده و زخم خورده از آتش جنگ مبدل شده و به مانند ققنوسی برخاسته از خاکستر ناشی از مصائب جنگ، پر پرواز یافته و سهم خود را در ساختن فردای پر امید و بالنده جامعه ایفا کند. در پرتو چنین نگاهی، رسانه و ارتباطات دیگر ابزار های بیرونی نیستند، بلکه جزئی از بافت زندگی مقاوم ایرانی-اسلامی خواهند بود.

با احیا کارکرد نظام خانواده، رسانه، فرهنگ و جامعه با مبنا قرار دادن ارزش های بنیادی چون حفظ انسجام و وحدت، امید استمرار حیات اجتماعی در برابر هر تهاجم و بحران تضمین می گردد. با چنین رویکردی می توان باز آفرینی را با سرعت . مطلوب در مسیر درست به پیش برد.

بر همین مبنا، پیوند میان سه ضلع خانواده، ارتباطات و رسانه را می توان یکی از مهم ترین محورهای فهم و مدیریت پیامدهای اجتماعی جنگ و پسا کارزار دانست. تقویت این پیوند نه تنها به افزایش تاب آوری خانواده ها کمک می کند، بلکه می تواند زمینه ساز حفظ انسجام اجتماعی و امید جمعی در مواجهه با بحران های بزرگ باشد

انتظار می رود در این روزگاران سخت و دشوار ناشی از تهاجم دشمنان به سرزمین ایرانی-اسلامی، سطح، عمق و ابعاد تاب آوری اجتماعی، فرهنگی و رسانه ای با محوریت «ارتباطات» در نهاد خانواده در دوران جنگ ارتقا یافته و هنگام پسا جنگ باز آفرینی اجتماعی، اقتصادی، اجتماعی و زیر ساختی کهن دیار ایران در مسیر تعالی، شکوفایی و توسعه با توجه به اندوخته ها و آموخته ها و تجارب تاریخی جنگ ها در ایران واقع شده در چهار راه حوادث جهانی، گام های بنیادین و راهبردی را بر داشت.

امید آن است که این کتاب بتواند گامی هر چند کوچک اما نقش آفرین در زیست خانواده به عنوان یک جهاد فرهنگی در جهت تقویت سرمایه روانی، فرهنگی و اجتماعی خانواده های این سرزمین باشد و به مدیران، معلمان، مشاوران، فعالان اجتماعی و تمام کسانی که دغدغه سلامت خانواده و جامعه را دارند کمک کند تا با برنامه ریزی مبتنی بر دانش مؤثرتر عمل کرده و در روزهایی که زندگی با نگرانی و ابهام همراه می شود، به خانواده ها کمک کند تا ضمن حفظ آرامش، پیوندهای عاطفی خود را تقویت کرده و با امید و همبستگی بیشتری مسیر زندگی تعالی آفرین را ادامه دهند. با امید به آنکه خانواده، در دشوارترین شرایط، بتواند نقطه آغاز، هدف و مقصد جریان امید و بازسازی زندگی باشد.

دکتر رضا اسماعیلی

جامعه شناس و استادیار دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان