هادیانه
مهربانی با زنان

■ پیامبر اکرم(ص) می‌فرمایند: خدای بزرگ، به زنان مهربان‌تر از مردان است و هیچ مردی، زنی از محارم خود را خوشحال نمی‌کند، مگر آنکه خداوند متعال او را در قیامت شاد می‌کند.
(کافی، ج ۶، ص ۶)

کاشانه
گروه سبک زندگی
پرونده
زنان و تربیت نسل تاب‌آور

مدیرمسئول: **محمد جواد اخوان**
سردبیر: **غلامرضا صادقیان**
دبیر ویژه‌نامه: **حسین گل‌محمدی**
همکاران تحریریه: **نیره ساری، نیره محمودی**
محبوبه قربانی
چاپ: **همشهری**

ابوالقاسم عیسی‌مراد، روان‌شناس و عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبایی:

تربیت نسل شکیبا در گرو روحیه تاب‌آوری مادران است

محبوبه قربانی

دکتر ابوالقاسم عیسی‌مراد، روان‌شناس و عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبایی می‌گوید: برای اینکه فرزندان تاب‌آوری داشته باشند، والدین، به ویژه مادران، باید خودشان این توانمندی را در اختیار داشته باشند. مادران ایرانی با نقش کلیدی در خانواده، هنگامی که صبر، شکیبایی و تاب‌آوری بالایی از خود نشان دهند، به طور طبیعی این مهارت‌ها را به فرزندان منتقل می‌کنند و زمینه رشد نسلی مقاوم و پایدار را فراهم می‌سازند.

■■■

■ **اهمیت تاب‌آوری والدین**

عیسی‌مراد درباره اهمیت تاب‌آوری در والدین می‌گوید: «اگر والدین تاب‌آوری پایینی داشته باشند، نمی‌توانند مهارت‌های مقابله با سختی‌ها را به فرزندان منتقل کنند و این باعث می‌شود نسل جدید هم نتواند خوب با محیط و جامعه کنار بیاید. بعضی رفتارها مثل زود عصبانی شدن یا ناتوانی در حفظ آرامش، ممکن است غیرمستقیم از والدین به فرزندان منتقل شود، اما وقتی تاب‌آوری بالا باشد، همه چیز فرق می‌کند و باعث می‌شود افراد بهتر با زندگی و مشکلاتش کنار بیایند. یادگیری مهارت‌های زندگی و تمرین تاب‌آوری به والدین کمک می‌کند تأثیر بهتری در تربیت فرزندان داشته باشند و نسل بعد هم قوی‌تر و مقاوم‌تر شود.»

این روان‌شناس درباره جایگاه تاب‌آوری در فرهنگ ما افزود: «تاب‌آوری در فرهنگ ما اهمیت بالایی دارد اما گاهی به عنوان یک کمبود فرهنگی دیده می‌شود. وقتی افراد توانایی خود در مقابله با مشکلات را ببینند و تقویت کنند، انرژی و قدرت بیشتری پیدا می‌کنند. این موضوع باید در تمام اقشار جامعه، از نخبگان تا مردم عادی، تشویق و تقویت شود.»

این روان‌شناس می‌گوید: «برای اینکه فرزندان تاب‌آوری داشته باشیم، والدین، به ویژه مادران، باید خودشان این توانمندی را در اختیار داشته باشند. مادران ایرانی با نقش کلیدی در خانواده، هنگامی که صبر، شکیبایی و تاب‌آوری بالایی از خود نشان دهند، به طور طبیعی این مهارت‌ها را به فرزندان منتقل می‌کنند و زمینه رشد نسلی مقاوم و پایدار را فراهم می‌سازند. این تجربه در مادران قدیمی ایرانی بیشتر دیده می‌شود، اما مادران نسل جدید باید با روش‌های تربیتی متفاوت، فناوری و فضای مجازی، مهارت‌های خود را به شکل دیگری تقویت کنند، بنابراین برای آموزش تاب‌آوری باید وضعیت و نیازهای هر نسل را بررسی کنیم تا نتیجه بهتری دیده شود چراکه الگوهای سنتی فرزند پروری در حال تغییر است و رسانه‌ها، فضای مجازی و حتی هوش مصنوعی تأثیر زیادی بر کودکان و نوجوانان دارند، بنابراین مادران امروز باید دانش و مهارت‌های خود را با شرایط جدید هماهنگ کنند تا اثرگذاری شان بر نسل جدید قوی‌تر شود.»

■ **تاب‌آوری، نه فقط برای بحران‌های بزرگ**

عیسی‌مراد همچنین معتقد است، تاب‌آوری تنها برای بحران‌های بزرگ مانند جنگ و زلزله نیست، بلکه سبک زندگی روزمره، مهارت‌های زندگی و توانایی مدیریت مشکلات کوچک نیز نشان‌دهنده تاب‌آوری است. انسان‌های تاب‌آور می‌توانند حوادث کوچک را تبدیل به مسائل بزرگ نکنند و با تمرکز و صبر، زندگی خود را مدیریت کنند.

این روان‌شناس سرلوحه تاب‌آوری را صبر می‌داند و می‌افزاید: «بدون صبر، تاب‌آوری معنا ندارد. با تمرین صبر و مواجهه تدریجی با مشکلات، می‌توان تاب‌آوری خود را بالا برد، در حوادث زود برآشفته نشد و با آرامش و فکر، واکنش مناسب داشت.»

وی می‌گوید: «در تاب‌آوری هم عوامل ژنتیکی و روان‌شناختی نقش دارند و هم یادگیری و تربیت می‌تواند آن را تقویت کند. علاوه بر این، معنویت و باورهای دینی واقعی و عقلانی هم تاب‌آوری افراد را بالا می‌برد و صبر و امید آنها را افزایش می‌دهد.»

■ **تأثیر معنویت بر تاب‌آوری**

عیسی‌مراد درباره نقش معنویت در تقویت تاب‌آوری توضیح می‌دهد: «معنویت عمیق و دینی، برخلاف معنویت صرفاً انسانی یا اومانیستی، از دنیا شروع می‌شود اما به آخرت و باقیات ختم می‌شود. این شناخت باعث می‌شود انسان مهارت‌های جدی زندگی، فضیلت‌های اخلاقی، صبر، عدالت‌محوری و کنترل خشم را به دست آورد و تاب‌آوری خود را بالا ببرد.»

او می‌گوید: «وقتی انسان به زندگی خود معنا بدهد و از باورهای دینی و زندگی بزرگان الهام بگیرد، معنویت در او شکل می‌گیرد و تاب‌آوری‌اش افزایش می‌یابد. باورهای دینی و اخلاقی واقعی به ما کمک می‌کنند در مشکلات صبور باشیم، امید خود را حفظ کنیم و زندگی‌مان معنادار شود. معنویت اصیل باعث می‌شود فراتر از مسائل مادی به زندگی نگاه کنیم و بدانیم اعمال‌مان مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. این آگاهی رفتار، افکار و احساسات ما را شکل می‌دهد و در مواجهه با مشکلات آرامش بیشتری به ما می‌دهد. معنویت و دین به انسان انگیزه و تحرک می‌دهند و نشان می‌دهند برای چه چیزی حرکت می‌کنیم.»

زندگی و رفتار حضرت زهرا(س) و حضرت زینب(س) نشان می‌دهد چگونه می‌توان به حوادث و سختی‌ها معنا و ارزش داد. نگاه مثبت و معنا دادن به مشکلات همان چیزی است که امروز به نام «درمان مثبت» شناخته می‌شود. در دوران دفاع مقدس هم کسانی که معنای عمیق به دفاع و مقاومت می‌دادند، تاب‌آوری بیشتری داشتند و حتی در جانبازی و شهادت‌شان معنا و ارزش بیشتری پیدا می‌کرد

طرح: فیروزه مظفری

■ **الگوگیری از زندگی اهل بیت(ع)**

این روان‌شناس در ادامه گفت: «زندگی معصومین، مانند حضرت رسول(ص)، حضرت علی(ع) و حضرت زهرا(س) نمونه‌های بارز تاب‌آوری و صبر هستند. این افراد در سختی‌ها با صبر و تمرکز عمل کردند و می‌توانیم از رفتار و زندگی آنها الگو بگیریم. الگوهای سنتی و سیره اهل بیت(ع)، نمونه‌های واقعی و قابل الگوبرداری هستند. مطالعه داستان‌های قرآنی و زندگی آنها، به ویژه رفتار زنان در جنگ‌های صدر اسلام، می‌تواند درس‌های مهمی در تاب‌آوری و صبر به ما بدهد.»

■ **تاب‌آوری و نگاه مثبت در سختی‌ها**

عیسی‌مراد در توضیح درمان مثبت در روان‌شناسی با نگاه مثبت به مشکلات اظهار داشت: «زندگی و رفتار حضرت زهرا(س) و حضرت زینب(س) نشان می‌دهد چگونه می‌توان به حوادث و سختی‌ها معنا و ارزش داد. نگاه مثبت و معنا دادن به مشکلات همان چیزی است که امروز به نام «درمان مثبت» شناخته می‌شود. در دوران دفاع مقدس هم کسانی که معنای عمیق به دفاع و مقاومت می‌دادند، تاب‌آوری بیشتری داشتند و حتی در جانبازی و شهادت‌شان معنا و ارزش بیشتری پیدا می‌کرد.»

■ **رویکردهای روان‌شناسی معاصر به فراشناخت‌ها**

او درباره رویکردهای علمی و روان‌شناسی روز دنیا به فراشناخت‌ها می‌گوید: «روان‌شناسی معاصر، به ویژه موج چهارم، به فراشناخت‌ها توجه زیادی دارد، یعنی تمرکز بر خودآگاهی، معنا دادن به زندگی و درک بهتر تجربیات شخصی. این رویکردها کمک می‌کنند مهارت‌های شهودی و حسی خود را تقویت کنیم و زندگی را بهتر بفهمیم.» این روان‌شناس درباره چگونگی عملیاتی کردن تاب‌آوری در زندگی روزمره گفت: «با فهم درست دین و معنویت و اجرای اصول اخلاقی و معنوی، مهارت‌های سازگارانه و تاب‌آوری خود را می‌توان تقویت کرد. این رویکرد نه تنها تاب‌آوری بلکه صدها مهارت و توانایی دیگر برای مدیریت زندگی را نیز به همراه دارد.»

■ **معنویت و مدیریت مشکلات روانی**

او می‌گوید: «وقتی جایگاه معنوی در زندگی ما قوی باشد، اضطراب، ترس، افسردگی و خلأ وجودی درونی کاهش می‌یابد. معنویت به انسان کمک می‌کند تصمیم‌گیری‌های بهتر، تمرکز بیشتر و آرامش بیشتری در مواجهه با سختی‌ها داشته باشد.»

این روان‌شناس اشاره می‌کند: «تحقیقات علمی، از جمله مطالعات در حوزه سلامت معنوی، نشان می‌دهد معنویت و دین باعث افزایش مهارت‌های سازگارانه، عزت نفس، اعتمادبه‌نفس، صبر، شکر، توکل و تاب‌آوری می‌شوند. وقتی چارچوب‌های دینی و معنوی درک و عملیاتی شوند، توانایی انسان‌ها برای مقابله با مشکلات زندگی به شکل چشمگیری افزایش می‌یابد.»

■ **تجربه دفاع مقدس و نقش ایمان**

عیسی‌مراد در پایان می‌گوید: «در دوران دفاع مقدس کسانی که اعتقاد و باور عمیق داشتند، تاب‌آوری بیشتری از کسانی داشتند که دچار شک و ابهام بودند. این موضوع نشان می‌دهد سلامت معنوی و باورهای دینی، به ویژه وقتی اخلاقمدار باشند، می‌توانند تاب‌آوری انسان‌ها را در بحران‌ها افزایش دهند.»

راضیه میرعلی ملک، پژوهشگر حوزه زنان و خانواده:

صبر، مدیریت بحران و معنویت ۳ رکن اصلی تاب‌آوری زنان ایرانی است

نیره ساری

به گفته راضیه میرعلی‌ملک، پژوهشگر حوزه زنان و خانواده و استاد حوزه و دانشگاه، صبر، مدیریت بحران و معنویت سه رکن اصلی تاب‌آوری زنان ایرانی هستند که نه تنها به حفظ سلامت روان خانواده کمک می‌کنند، بلکه به کاهش فشارهای اجتماعی و تقویت استحکام خانواده‌ها نیز منجر می‌شوند. متن گفت‌وگو با وی در ادامه می‌آید.

■■■

به نظر شما زنان ایرانی چه ویژگی‌هایی دارند که خانواده را تاب‌آور نگه می‌دارند و روحیه تاب‌آوری زنان ایرانی چگونه باعث کاهش فشارهای روانی و اجتماعی خانواده‌ها شده است؟

یکی از ویژگی‌های برجسته زنان ایرانی صبر و استقامت است. در طول تاریخ، از دوره قاجار و پهلوی تا دوران معاصر، زنان ایرانی با صبر و مقاومت خود در مواجهه با مشکلات خانواده و جامعه نقش کلیدی ایفا کرده‌اند. نمونه‌های تاریخی متعدد، از مادران شهدا تا زنانی که در سخت‌ترین شرایط مانند جان‌باختن فرزندان خود آرامش خود را حفظ کردند، نشان می‌دهد که تاب‌آوری زنان ایرانی در زندگی روزمره و بحران‌های اجتماعی و تاریخی تبلور یافته است. در خانواده، آرامش مادر تأثیر مستقیم بر آرامش روانی کل اعضا دارد. مادری که قادر باشد خود را مدیریت کند و در بحران‌های اقتصادی، بیماری یا فشارهای اجتماعی رفتار متعادل داشته باشد، علاوه بر حفظ سلامت روان خود، محیط خانواده را نیز پایدار نگه می‌دارد. این مدیریت بحران، در سطح گسترده‌تر، به کاهش فشارهای روانی و اجتماعی در جامعه کمک می‌کند، زیرا خانواده به عنوان کوچک‌ترین نهاد اجتماعی نقش الگویی دارد.

یکی دیگر از عوامل مهم تاب‌آوری زنان ایرانی، ایمان و معنویت است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند باورهای دینی و معنوی، منبع بزرگی برای استقامت و تحمل سختی‌ها هستند. زنانی که صبر و استقامت خود را از ایمان و باورهای قلبی خود می‌گیرند، می‌توانند در برابر مشکلات زندگی مقاومت کنند و تجربه سختی‌ها را با آرامش و امید پشت سر بگذارند. صبر، مدیریت بحران و معنویت سه رکن اصلی تاب‌آوری زنان ایرانی هستند که نه تنها به حفظ سلامت روان خانواده کمک می‌کنند، بلکه به کاهش فشارهای اجتماعی و تقویت استحکام خانواده‌ها نیز منجر می‌شوند.

نقش تربیتی مادران در شکل‌دهی شخصیت «تاب‌آور» از منظر روان‌شناسی چیست؟

از منظر روان‌شناسی، مادران به‌عنوان الگوهای واقعی و مؤثر در رفتار و کنش‌های فرزندان شناخته می‌شوند. ویژگی‌های شخصیتی و رفتارهای مادر به طور مستقیم بر تاب‌آوری فرزندان تأثیر می‌گذارد. مادری که افسرده، مضطرب یا وسواسی است، ممکن است بخشی از این فشارها و اختلالات روانی را به فرزندان منتقل کند و آنها درگیر تنش‌های روانی شوند اما برعکس، مادری که خودشناسی و خودباوری دارد، ابعاد مثبت شخصیتی خود را تقویت کرده و در عمل نشان می‌دهد چگونه با مشکلات و بحران‌ها مواجه شود، فرزندان او تاب‌آوری بالاتری خواهند داشت. وقتی کودک ببیند مادر در مواجهه با بحران‌ها استقامت، صبر و مدیریت درست دارد، ناخودآگاه این رفتارها را الگو قرار می‌دهد و یاد می‌گیرد چگونه در زندگی با چالش‌ها برخورد کند. به بیان دیگر، مدیریت بحران، خودکنترلی و تصمیم‌گیری درست مادر، الگوی عملی و ملموسی است که شخصیت تاب‌آور فرزندان را شکل می‌دهد.

چه ویژگی‌هایی در تربیت فرزندان باعث مقاوم شدن خانواده در برابر بحران‌ها می‌شود؟

از منظر روان‌شناسی، پرورش فرزندان تاب‌آور و مقاوم مستلزم ایجاد فرصت تجربه و مواجهه با چالش‌ها و اشتباهات کوچک است. در دوران کودکی و نوجوانی، اجازه دادن به فرزند برای تجربه شکست‌های محدود و کنترل‌شده، مانند نمره پایین گرفتن در یک آزمایش مدرسه یا عدم‌موفقیت در یک فعالیت، به او کمک می‌کند سطح تحمل و تاب‌آوری خود را افزایش دهد. ویژگی مهم دیگر، ایجاد اعتمادبه‌نفس واقعی و متعادل است. خانواده نقش کلیدی در تقویت اعتمادبه‌نفس فرزند دارد، به او جسارت شروع دوباره پس از شکست را می‌دهد و مهارت‌های خودکنترلی، تمرکز و توجه به جزئیات را تقویت می‌کند. چنین تربیتی باعث می‌شود کودک یاد بگیرد ناکامی پایان مسیر نیست و با تلاش و تمرین می‌تواند موفقیت‌های بیشتری کسب کند.

خانواده‌های مقاوم با خانواده‌های شکننده در برابر بحران چه تفاوتی دارند؟

یکی از ویژگی‌های کلیدی خانواده‌های مقاوم ثبات نقش‌ها همراه با انعطاف‌پذیری است. نقش مادر، پدر و فرزند مشخص است، اما در مواقع بحرانی امکان تغییر و جابه‌جایی وظایف وجود دارد. برای مثال، اگر مادر بیمار شود، پدر یا فرزندان با کمک به وظایف او، نقش‌های جدیدی برعهده می‌گیرند. در خانواده‌های شکننده، اعضا بیشتر به منافع و راحتی شخصی خود می‌اندیشند و همکاری و انعطاف وجود ندارد. در خانواده‌های مقاوم، اعضا با همفکری و گفت‌وگو مشکلات را مدیریت می‌کنند. آنها نگرانی‌ها و ترس‌های خود را بیان می‌کنند، راهکارهای ممکن را بررسی و تصمیم جمعی می‌گیرند. برعکس، در خانواده‌های شکننده ارتباط و انسجام وجود ندارد، هر کس مسیر خود را می‌رود و به تعامل سازنده نمی‌پردازد. ویژگی دیگر خانواده‌های مقاوم، همراهی، همدلی و مثبت‌اندیشی در بحران است. آنها تلاش می‌کنند هیجانات خود و دیگر اعضا را مدیریت کنند و اضطراب را منتقل نکنند. در خانواده‌های شکننده، استرس و ناامیدی غالب است و اعضا همدیگر را در گیر مشکلات می‌کنند. در مجموع، مدیریت هیجانات، همفکری، انعطاف‌پذیری و همکاری اعضا، شاخص‌های اصلی خانواده‌های مقاوم در مواجهه با بحران هستند و این خانواده‌ها در حل مشکلات موفق‌تر از خانواده‌های شکننده عمل می‌کنند.

چگونه تاب‌آوری زنان ایرانی بر انسجام اجتماعی، امنیت روانی خانواده‌ها و پایداری جامعه تأثیر گذاشته است؟

یک زن ایرانی، به عنوان بخشی از جامعه که نیمی از جمعیت را تشکیل می‌دهد و بر نیم دیگر نیز تأثیرگذار است، نقش‌های متعددی در خانواده و اجتماع دارد. او در هر نقشی که حضور دارد می‌تواند مسائل مختلف را مدیریت کند و تأثیرات مهمی بر خانواده و جامعه داشته باشد. در سطح خانواده، زنان تاب‌آور با ایجاد ارتباط گیری مؤثر و همدلی با اعضای خانواده، ارائه راهکارهای متنوع برای مشکلات اقتصادی و اجتماعی و مدیریت فشارهای روانی، می‌توانند آرامش و ثبات روانی خانواده را حفظ کنند. برای مثال، اگر خانواده دچار مشکلات اقتصادی شود، زن می‌تواند با راه‌اندازی کسب و کارهای خانگی، مدیریت هزینه‌ها و برنامه‌ریزی هوشمندانه، هم از منابع موجود بهره ببرد و هم آرامش خانواده را حفظ کند. در سطح جامعه، زنان تاب‌آور قادرند با ایجاد گروه‌های حمایتی، هدایت افکار و منابع و تعامل با خیرین و نهادهای اجتماعی، تأثیر قابل توجهی بر پایداری و انسجام اجتماعی داشته باشند. نمونه‌های تاریخی این نقش، مانند حضور فعال زنان در جنگ ۱۲ روزه، نشان می‌دهد زنان می‌توانند با هدایت و مدیریت گروه‌های مختلف، ارائه کمک‌های مالی و اجتماعی و ایجاد شبکه‌های حمایتی، نقش مؤثری در کاهش فشارهای اجتماعی و تقویت همبستگی جامعه ایفا کنند، بنابراین وقتی زن به خودباوری و درک اثرگذاری خود برسد و بداند که می‌تواند نه تنها خانواده، بلکه جامعه را نیز تحت تأثیر مثبت قرار دهد، تاب‌آوری او به انسجام خانواده، کاهش فشار روانی اعضا و پایداری جامعه منجر می‌شود. توانمندی زنان تاب‌آور باعث می‌شود خانواده‌ها با آرامش بیشتری بحران‌ها را پشت سر بگذارند و جامعه نیز در مواجهه با مشکلات اجتماعی و اقتصادی مقاوم‌تر عمل کند.

و سخن پایانی؟

برای افزایش سطح تاب‌آوری در بین زنان و ارتباط آن با انسجام اجتماعی، چند محور مهم وجود دارد که باید مورد توجه قرار گیرد. اول، افزایش آگاهی زنان در حوزه تاب‌آوری و مسائل روانی است. باید به زنان کمک کنیم تا بتوانند نسبت به بحران‌ها و فشارهای زندگی رویکرد مناسب و مؤثر اتخاذ کنند. دوم، استفاده از زنان موفق و مقاوم به عنوان الگو. زنانی که توانسته‌اند در شرایط سخت، خانواده خود را حفظ کنند، فرزندان خود را تقدیم انقلاب یا نظام کرده‌اند یا در برهه‌های اقتصادی دشوار خانواده را از تلاطم نجات داده‌اند، می‌توانند نمونه‌های واقعی قدرت تاب‌آوری باشند. سوم، توجه جامعه به نقش زنان و ارزش‌گذاری بر فعالیت‌های آنها. زنان باید احساس کنند که قشر مهم و اثرگذار جامعه هستند و عملکردشان در خانواده و اجتماع مورد توجه و احترام است. چهارم، آموزش صحیح نقش‌های جنسیتی در چارچوب دینی و اخلاقی. باید زنان با رویکردهای واقعی اسلام در حوزه نقش‌های جنسیتی آشنا شوند، نه با افراط یا تفریط و نگاه‌های تک‌بعدی. این آموزش کمک می‌کند که زنان بدانند برای چه نقش‌هایی آفریده شده‌اند و باید در چه حوزه‌هایی تمرکز کنند. پنجم، تأکید بر نقش‌های اجتماعی و سیاسی زنان است. الگویی که معرفی می‌شود نباید تنها محدود به نقش سنتی یا خانوادگی باشد. زنان می‌توانند در کنار مادری و تربیت فرزندان، نقش‌های اجتماعی و سیاسی مؤثر نیز داشته باشند و این نقش‌ها با یکدیگر همپوشانی مثبت ایجاد کنند.

جستار

زن، ایثار و تصمیم
او ستون خانواده و جامعه است

ناصر سهرابی

زنی که پیش از سپیده‌دم یک روز تهران چشم می‌گشاید، تجسم زنده‌ای است از نیرویی که جامعه ایران بر آن استوار است، او نه قهرمانی افسانه‌ای است و نه موجودی اغراق‌شده، بلکه ستون نامرئی خانواده و جامعه است. روز زن و میلاد حضرت فاطمه(س) فرصتی بی‌بدیل برای بازخوانی نقش واقعی زن ایرانی است؛ نقشی که در زندگی روزمره، تصمیم‌گیری‌های دقیق، مدیریت بحران‌ها و انتقال ارزش‌ها نمود پیدا می‌کند. زن ایرانی در طول تاریخ، در هر بزنگاه مهم اجتماعی، از جنگ و مهاجرت تا بحران‌های اقتصادی و سیاسی، نقش تعیین‌کننده‌ای ایفا کرده است. او موتور روانی و اقتصادی خانواده است و بدون حضور فعالش، بسیاری از سازوکارهای اجتماعی به فروپاشی نزدیک می‌شوند. بحران‌های اخیر نشان داده‌اند زنان شاغل، افزون بر مسئولیت‌های بیرون از خانه، بار سنگین اداره خانه را نیز بر دوش می‌کشند، مدیریت هزینه‌ها، مراقبت از فرزندان، حفظ تعادل روحی خانواده و تداوم انسجام اجتماعی، مسئولیت‌هایی هستند که میلیون‌ها زن ایرانی روزانه و بدون ستایش رسمی انجام می‌دهند. پژوهش‌های غیررسمی نشان می‌دهد بیش از ۴۰ درصد زنان سرپرست خانوار بدون هیچ حمایت دولتی، خانواده را اداره می‌کنند، این واقعیت گواه آن است که زنان نه عامل کمکی، بلکه هسته اصلی پایداری جامعه هستند.

مادران شهید جایگاهی منحصربه‌فرد دارند؛ جایگاهی که اغلب در روایت‌های رسمی تنها به صبر و ایثار تقلیل یافته است. واقعیت آن است که آنان حامل حافظه اخلاقی و تاریخی جامعه هستند و تجربه جنگ، فقدان و مقاومت را به نسل بعد منتقل می‌کنند. نقش آنان چندلایه است: مدیریت بحران در خانواده، حفظ ثبات روانی و اقتصادی اعضا و بازتولید معنای اخلاقی جامعه. بسیاری از مادران شهید علاوه بر تحمل سوگ، مسئولیت شکل‌دهی به ارزش‌های اجتماعی و تربیت نسل آینده را بر عهده دارند، بدون حضور آنان، انسجام خانواده‌ها و به تبع آن جامعه، به خطر می‌افتد. حضور بی‌ادعای این زنان در شهرها و روستاها نشان می‌دهد چگونه تاب‌آوری عملی و مدیریت بحران می‌تواند در عمل تحقق یابد. آنان نه تنها یادآور گذشته‌اند، بلکه حلقه اتصال میان حافظه تاریخی و واقعیت اجتماعی امروز محسوب می‌شوند و الگویی بی‌نظیر از مقاومت، تصمیم‌گیری و ایستادگی ارائه می‌دهند.

بازخوانی جایگاه حضرت فاطمه(س) در جهان معاصر ضروری است، نه به عنوان شخصیت تاریخی، بلکه به عنوان الگویی عملی و اجتماعی برای زن ایرانی امروز. منابع معتبر تاریخی نشان می‌دهند که ایشان زنی فعال، صاحب رأی، تحلیلگر و تصمیم‌گیر بود؛ زنی که در دفاع از عدالت و مسئولیت‌های اجتماعی حضوری جدی داشت. برخلاف برداشت محدود سنتی، این تصویر مدرن نشان می‌دهد زن می‌تواند هم در خانه و هم در جامعه نقش کلیدی ایفا کند، بدون اینکه یکی قربانی دیگری شود. مدیریت خانه، حل تعارض‌ها، تقسیم مسئولیت‌ها و مشارکت اجتماعی همزمان، همه در شخصیت حضرت فاطمه(س) دیده می‌شوند و بازخوانی عملی این ویژگی‌ها الگویی واقعی برای زنان امروز فراهم می‌کند. زن ایرانی می‌تواند با اقتباس از این الگو، توانمندی خود را در بحران‌های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی افزایش دهد و نقش مؤثر و واقعی خود را در جامعه به اثبات برساند.

سینمای ایران، اگرچه همیشه تصویر کامل زنان را ارائه نکرده، اما در آثار شاخص موفق شده است نقش واقعی آنان را به نمایش بگذارد. در ادبیات نیز زن ایرانی اغلب با واقع‌گرایی عمیق تصویر شده است، زنان نه قربانی‌اند و نه فرشته‌ای تزئینی، بلکه انسانی واقعی با ضعف و قدرت، تردید و اراده هستند. در ادبیات معاصر، زنان تصمیم‌گیر، بحران‌شناس و راهبردی تصویر می‌شوند و خواننده می‌آموزد تاب‌آوری و مسئولیت اجتماعی را چگونه در عمل تجربه کند. بسیاری از داستان‌ها به شکلی آشکار به زنان درگیر بحران‌های معیشتی پرداخته‌اند و نشان می‌دهند چگونه می‌توان زندگی را بدون تسلیم شدن پیش برد.

زنان ایرانی در دل بحران‌های اقتصادی و اجتماعی، ستون خانواده و جامعه هستند. آنان نه فقط بار زندگی را تحمل می‌کنند، بلکه آن را مدیریت می‌کنند، مسیر تازه می‌آفرینند و انسجام اجتماعی را حفظ می‌کنند. تاب‌آوری و قدرت عملی آنان، از مادران شهید تا زنان امروز، یک خط مستقیم و مستمر در تاریخ ایران است. آنان نشان می‌دهند زن واقعی نه یک نماد تزئینی، بلکه نیروی فعال، تصمیم‌گیر و اثرگذار در جامعه است. در بسیاری از خانواده‌ها، تصمیمات زن است که مسیر زندگی را می‌سازد و بدون حضورش، انسجام اقتصادی، روانی و اجتماعی خانواده به خطر می‌افتد.

در نهایت، جامعه ایران تا امروز ایستاده، چون زنان این سرزمین ایستاده‌اند. آنان فقط ستون نیستند، بلکه پیوندند؛ پیوندی که اجازه نمی‌دهد خانواده و جامعه از هم بپاشد. در بحران‌ها غرق نمی‌شوند، بلکه مسیر تازه می‌آفرینند. زن ایرانی، در مدیریت معیشت، حفظ انسجام خانواده، انتقال ارزش‌ها، حضور اجتماعی و تربیت نسل‌های آینده، همواره نقشی تعیین‌کننده و فراتر از تصویر رایج داشته است. میلاد حضرت فاطمه(س) یادآور این حقیقت است که الگوهای بزرگ نه در داستان‌های دور از دسترس، بلکه در زندگی روزمره زنان تحقق پیدا می‌کنند؛ زنانی که زیر فشارهای واقعی ایستاده‌اند، تصمیم گرفته و خانواده و جامعه را از فروپاشی نجات داده‌اند.