



Shahid Beheshti
University of Medical Sciences

Social Resilience: An Effective Strategy for Enhancing Safety and Preventing Injuries

Ali Delpisheh* 

Professor of Clinical Epidemiology Department of Epidemiology Faculty of Public Health & Safety Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran

Abstract

Social resilience refers to the capacity of individuals, groups, and communities to effectively adapt to crises, hazards, and adverse conditions. It is recognized as one of the key determinants of safety promotion and harm reduction within societies. Beyond mere resistance to stressors, social resilience encompasses the ability to recover, rebuild, and maintain optimal functioning following disruptive events. Communities with higher levels of social resilience are better equipped to preserve social cohesion, mental well-being, and organizational performance when confronted with challenges such as wars, natural disasters, pandemics, economic difficulties, and other crises. Enhancing social resilience can be achieved through strengthening self-efficacy, problem-solving skills, emotional regulation, social connectedness, organizational support systems, and attention to both physical and mental health. This approach can play a significant role in mitigating the consequences of injuries, improving individual and community safety, and enhancing overall quality of life. Ultimately, investing in the development of social resilience as a preventive strategy can improve community preparedness for future crises and contribute to sustainable development.

Keywords: *Social resilience; Safety; Injury prevention; Mental health; Crisis management; Sustainable development*

Please cite this article as:

Delpisheh A. Social Resilience: An Effective Strategy for Enhancing Safety and Preventing Injuries. Irtiqa Imini Pishgiri Masdumiyat 2025; 13(1):31-34. **Doi:** <https://doi.org/10.22037/iipm.v13i1.52504>

* **Corresponding Author:** E-mail: a.delpisheh@sbums.ac.ir



تاب‌آوری اجتماعی؛ راهبردی مؤثر در ارتقای ایمنی و پیشگیری از مصدومیت‌ها

علی دل‌پیشه* 

استاد کلینیکال اپیدمیولوژی، گروه اپیدمیولوژی، دانشکده بهداشت و ایمنی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

چکیده

تاب‌آوری اجتماعی به توانایی افراد، گروه‌ها و جوامع در سازگاری مؤثر با بحران‌ها، مخاطرات و شرایط دشوار اشاره دارد و یکی از مؤلفه‌های کلیدی ارتقای ایمنی و کاهش آسیب‌ها در جوامع محسوب می‌شود. این مفهوم، علاوه بر مقاومت در برابر تنش‌ها، شامل توانایی بازسازی، بازیابی و ادامه عملکرد مطلوب پس از وقوع بحران است. جوامعی که از سطح بالاتری از تاب‌آوری اجتماعی برخوردارند، در مواجهه با حوادثی مانند جنگ، بلایای طبیعی، همه‌گیری‌ها، مشکلات اقتصادی و سایر شرایط بحرانی، توان بیشتری برای حفظ انسجام اجتماعی، سلامت روان و عملکرد سازمانی دارند. ارتقای تاب‌آوری اجتماعی از طریق تقویت خودباوری، مهارت حل مسئله، مدیریت هیجانات، توسعه روابط اجتماعی، حمایت‌های سازمانی و توجه به سلامت جسم و روان امکان‌پذیر است. این رویکرد می‌تواند نقش مؤثری در کاهش پیامدهای ناشی از مصدومیت‌ها، افزایش ایمنی فردی و اجتماعی و بهبود کیفیت زندگی ایفا کند. در نهایت، سرمایه‌گذاری در توسعه تاب‌آوری اجتماعی به‌عنوان یک راهبرد پیشگیرانه، زمینه‌ساز آمادگی بهتر جوامع برای مقابله با بحران‌های آینده و دستیابی به توسعه پایدار خواهد بود.

واژگان کلیدی: تاب‌آوری اجتماعی، ایمنی، پیشگیری از مصدومیت، سلامت روان، مدیریت بحران، توسعه پایدار

به این مقاله، به صورت زیر استناد کنید:

Delpisheh A. Social Resilience: An Effective Strategy for Enhancing Safety and Preventing Injuries. Irtiqa Imini Pishgiri Masdumiyat 2025; 13(1):31-34. **Doi:** <https://doi.org/10.22037/iipm.v13i1.52504>

*نویسنده مسئول مکاتبات: E-mail: a.delpisheh@sbmu.ac.ir

تفویض اختیار به سطوح عملیاتی، زمینه تصمیم‌گیری سریع‌تر را فراهم ساخته و از تمرکز بیش از حد تصمیمات در سطوح ستادی جلوگیری می‌کنند. همچنین با توانمندسازی تیم‌ها برای تصمیم‌گیری در سطح محلی، ظرفیت پاسخگویی به بحران‌ها را افزایش می‌دهند. در چنین سازمان‌هایی، اشتباهات به‌عنوان فرصتی برای یادگیری و بهبود تلقی می‌شوند، نه عاملی برای سرزنش و تنبیه. این نگرش موجب می‌شود سازمان پس از هر بحران، توانمندتر و هوشمندانه‌تر عمل کند (۸، ۹).

تاب‌آوری اجتماعی دارای پیامدها و دستاوردهای متعددی است. مهم‌ترین مزیت آن، حفظ کیفیت زندگی در مواجهه با مشکلات و چالش‌های پیش‌بینی‌نشده است. افرادی که از سطح بالایی از تاب‌آوری برخوردارند، ضمن حفظ آرامش و روحیه مثبت، مسائل را از زوایای مختلف بررسی کرده و راه‌حل‌های مناسب‌تری برای آن‌ها می‌یابند. این توانایی در نهایت به ارتقای کیفیت زندگی فردی و اجتماعی منجر می‌شود (۱۰).

از دیگر مزایای تاب‌آوری می‌توان به کاهش استرس و اضطراب، افزایش اعتمادبه‌نفس، کاهش احتمال بروز اختلالات روانی، ارتقای سلامت روان، رشد و توسعه فردی، افزایش صبر و شکیبایی در برابر مشکلات، بهبود سلامت جسمانی، بهره‌گیری مؤثر از فرصت‌های زندگی، کاهش آسیب‌های فردی و اجتماعی و همچنین پیشرفت شغلی و حرفه‌ای اشاره کرد (۱۱).

از مهم‌ترین مؤلفه‌های تاب‌آوری اجتماعی می‌توان به خودباوری، خودیاری، مدیریت هیجانات و احساسات، مهارت حل مسئله، توانایی برقراری روابط اجتماعی مؤثر، واقع‌بینی، پذیرش شرایط و رویدادها، عزت‌نفس، بخشنده‌گی و پذیرش اشتباهات خود و دیگران اشاره کرد (۱۲، ۱۳).

برای ارتقای ایمنی افراد و تقویت تاب‌آوری اجتماعی، به‌ویژه در مواجهه با مصدومیت‌ها، بحران‌های سلامت عمومی مانند همه‌گیری‌ها و نیز شرایط ناشی از حوادث و جنگ‌ها، توصیه می‌شود افراد جامعه اهداف و معانی ارزشمند زندگی خود را شناسایی کنند، در برابر تغییراتی که خارج از کنترل آنان است

تاب‌آوری، بر اساس تعاریف پذیرفته‌شده، فرآیندی از سازگاری و انطباق است که به توانایی تحمل مشکلات، یافتن راه‌حل برای آن‌ها و حفظ امیدواری در شرایط دشوار اشاره دارد. در این تعریف، سه مؤلفه اساسی قابل شناسایی است. نخست، مقاومت یا ایستادگی که به معنای جلوگیری از اختلال در روند طبیعی زندگی در مواجهه با عوامل تنش‌زا است. دوم، بهبود یا بازسازی که بیانگر توانایی عبور از شرایط نامطلوب و بازگشت به وضعیت عادی است. سومین مؤلفه، بازیابی مجدد یا توانبخشی است که به معنای یافتن راهکارهای جدید متناسب با شرایط و محدودیت‌های موجود برای ادامه مسیر زندگی محسوب می‌شود (۱، ۲).

تاب‌آوری اجتماعی یکی از شناخته‌شده‌ترین ابعاد تاب‌آوری است و به توانایی افراد یک جامعه در مواجهه با مخاطرات و بحران‌های جمعی نظیر جنگ، سیل، زلزله، بیکاری، تورم، مشکلات اقتصادی، اجتماعی، سیاسی، امنیتی و سایر شرایط بحرانی اشاره دارد. در واقع، تاب‌آوری اجتماعی نشان می‌دهد که افراد یک جامعه تا چه اندازه می‌توانند در برابر دشواری‌ها انعطاف‌پذیر بوده و خود را با شرایط جدید سازگار کنند (۳). نمونه‌های متعددی از تاب‌آوری اجتماعی را می‌توان در جامعه ایران مشاهده کرد؛ از جمله نحوه مواجهه مردم با همه‌گیری کرونا، شرایط دوران جنگ تحمیلی هشت‌ساله و همچنین سایر بحران‌ها و شرایط حساس ملی که نیازمند سازگاری، همبستگی و تحمل جمعی بوده‌اند (۴، ۵).

تاب‌آوری اجتماعی ارتباط تنگاتنگی با سلامت روان و فرهنگ سازمانی دارد. کارکنان سازمان‌ها به‌عنوان بخشی از جامعه، نقش مهمی در شکل‌گیری و تقویت این ظرفیت ایفا می‌کنند. عواملی مانند سلامت روان، حمایت‌های اجتماعی و فرهنگ سازمانی مناسب، اگرچه در بسیاری از بحران‌ها کمتر مورد توجه قرار می‌گیرند، اما از ارکان اصلی مدیریت موفق بحران به شمار می‌روند (۶، ۷).

سازمان‌هایی که ارتقای تاب‌آوری اجتماعی را در دستور کار خود قرار می‌دهند، از طریق ارائه خدمات مشاوره‌ای، برنامه‌های حمایتی و ایجاد محیطی امن، از فرسودگی روانی کارکنان و مخاطبان خود پیشگیری می‌کنند. این سازمان‌ها با

psychological capital and organizational resilience. PloS one. 2025;20(2):e0318515. PubMed PMID: 39913619. Pubmed Central PMCID: PMC11801540. Epub 2025/02/06 23:00. eng.

7. Sørensen JL, Ranse J, Gray L, Khorram-Manesh A, Goniewicz K, Hertelendy AJ. Employees Perception of Organizational Crises and Their Reactions to Them - A Norwegian Organizational Case Study. Frontiers in psychology. 2022;13:818422. PubMed PMID: 36033100. Pubmed Central PMCID: PMC9400917. Epub 2022/08/30. eng.

8. Connors CA, Norvell M, Wu AW. The RISE (Resilience in Stressful Events) Peer Support Program: Creating a Virtuous Cycle of Healthcare Leadership Support for Staff Resilience and Well-Being. Journal of healthcare leadership. 2024;16:537-42. PubMed PMID: 39679177. Pubmed Central PMCID: organization. Epub 2024/12/16. eng.

9. Thielmann B, Ifferth M, Böckelmann I. Resilience as Safety Culture in German Emergency Medical Services: Examining Irritation and Burnout. Healthcare (Basel, Switzerland). 2024 Sep 15;12(18). PubMed PMID: 39337201. Pubmed Central PMCID: PMC11431165. Epub 2024/09/28 22:43. eng.

10. Seong H, Lashley H, Bowers K, Holmes S, Fortinsky RH, Zhu S, et al. Resilience in relation to older adults with multimorbidity: A scoping review. Geriatric nursing (New York, NY). 2022 Nov-Dec;48:85-93. PubMed PMID: 36155314. Epub 2022/09/27. eng.

11. Kavuran K, Erdoğan R, Dana A. Resilience and yoga training have additive benefits for mental health of intensive care unit nurses. The South African journal of psychiatry : SAJP : the journal of the Society of Psychiatrists of South Africa. 2025;31:2491. PubMed PMID: 40936520. Pubmed Central PMCID: PMC12421559. Epub 2025/09/12. eng.

12. Akbari A, Torabizadeh C, Nick N, Setoodeh G, Ghaemmaghami P. The effects of training female students in emotion regulation techniques on their social problem-solving skills and social anxiety: a randomized controlled trial. Child and adolescent psychiatry and mental health. 2025 Jan 22;19(1):3. PubMed PMID: 39844242. Pubmed Central PMCID: PMC11756156. Epub 2025/01/23. eng.

13. Ertekin Pinar S, Yildirim G, Sayin N. Investigating the psychological resilience, self-confidence and problem-solving skills of midwife candidates. Nurse education today. 2018 May;64:144-9. PubMed PMID: 29482050. Epub 2018/02/27. eng.

14. Sadeghkhan O, Mehdi Alamdarloo P, Mahmoodi Mehr MA, Shokri Kazem Abadi E, Tabatabaei Far SS, Delavari S. Resilience model of public health sector during unknown pandemics: a grounded theory approach for COVID-19 in Iran. BMC public health. 2025 Apr 4;25(1):1271. PubMed PMID: 40186158. Pubmed Central PMCID: PMC11969843. Epub 2025/04/05. eng.

انعطاف‌پذیر باشند، روابط اجتماعی خود را گسترش داده و حفظ کنند، سلامت جسم و روان را در اولویت قرار دهند، نگرشی مثبت و در عین حال واقع‌بینانه داشته باشند و برای خود دلبستگی‌های سازنده و امیدبخش مانند مطالعه، ورزش، فعالیت‌های فرهنگی و هنری ایجاد کنند. همچنین تقویت بعد معنوی زندگی و توکل به خداوند متعال می‌تواند نقش مهمی در افزایش توان سازگاری و مقابله با دشواری‌ها ایفا کند (۱۴). در مجموع، تاب‌آوری اجتماعی یکی از مؤثرترین ابزارهای جوامع برای حفظ ایمنی، کاهش آسیب‌ها و مدیریت بحران‌ها محسوب می‌شود. سرمایه‌گذاری در ارتقای این ظرفیت، نه تنها به افزایش سلامت و رفاه جامعه کمک می‌کند، بلکه زمینه‌ساز توسعه پایدار و آمادگی بیشتر در برابر چالش‌های آینده خواهد بود.

References

1. Yan HY, Lin HR. Resilience in Stroke Patients: A Concept Analysis. Healthcare (Basel, Switzerland). 2022 Nov 14;10(11). PubMed PMID: 36421605. Pubmed Central PMCID: PMC9691242. Epub 2022/11/25. eng.
2. Wei CW, Kuo HH, Tung HH. Impact of coping on resilience among nurse practitioners in Taiwan. Journal of the American Association of Nurse Practitioners. 2026 Apr 1;38(4):252-62. PubMed PMID: 41441597. Pubmed Central PMCID: PMC13015808. Epub 2025/12/24. eng.
3. Imperiale AJ, Vancly F. Conceptualizing community resilience and the social dimensions of risk to overcome barriers to disaster risk reduction and sustainable development. Sustainable Development. 2021;29(5):891-905.
4. Valizadeh N, Ghazani E, Akbari M, Shekarkhah J. How Do Collective Efficiency and Norms Influence the Social Resilience of Iranian Villagers Against the COVID-19? The Mediating Role of Social Leadership. Frontiers in public health. 2022;10:861325. PubMed PMID: 35433605. Pubmed Central PMCID: PMC9010465. Epub 2022/04/19. eng.
5. Wu QL, Chen F. A Dual-Process Model of Promoting Employee Mental Health in Crises: Impacts of Leadership Health Support and Organizational Leaders' Crisis Communication in COVID-19. Health communication. 2024 Aug;39(9):1705-13. PubMed PMID: 37394912. Epub 2023/07/03. eng.
6. Njaramba F, Olukuru J. Surviving a crisis: A multilevel model of leadership styles, employees'