



تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است

Posted on ۱۴۰۵/۰۶/۰۴



دکتر محمدرضا مقدسی؛ موسس خانه تاب‌آوری و مشاور عالی ماموریت ملی تاب‌آوری فرهنگی هویت محور

تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است، زیرا توان افراد، خانواده‌ها، سازمان‌ها و جوامع را برای مواجهه با شوک‌ها، کاهش زیان‌ها و بازگشت سریع‌تر به مسیر رشد افزایش می‌دهد.

سرمایه‌گذاری در آموزش، سلامت روان، شبکه‌های حمایتی، تنوع درآمد و مدیریت ریسک، هزینه‌های بحران را پایین می‌آورد و بهره‌وری، اعتماد و نوآوری را تقویت می‌کند. اقتصاد تاب‌آور فقط از سقوط جلوگیری نمی‌کند؛ بلکه ظرفیت خلق فرصت، اشتغال پایدار و تصمیم‌گیری آینده‌نگر را می‌سازد.

تاب‌آوری فقط یک مفهوم روان‌شناختی یا مهارتی فردی نیست؛ تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی مهم برای افراد، خانواده‌ها، کسب‌وکارها، سازمان‌ها و جوامع به شمار می‌آید. در جهانی که تغییرات اقتصادی، تورم، تحولات فناوری، بحران‌های محیط‌زیستی، نوسان بازار کار، فشارهای روانی و رخدادهای پیش‌بینی‌نشده افزایش یافته‌اند، توانایی سازگاری، بازیابی و ادامه‌دادن مسیر، ارزش اقتصادی مستقیمی پیدا می‌کند.

اقتصادی بودن تاب‌آوری در این واقعیت نهفته است که تاب‌آوری از سرمایه‌های انسانی، مالی، اجتماعی و سازمانی محافظت می‌کند

تاب‌آوری هزینه بحران را کاهش می‌دهد، بهره‌وری را افزایش می‌دهد، کیفیت تصمیم‌گیری را بهبود می‌بخشد و امکان بازسازی پس از دشواری‌ها را فراهم می‌کند. فرد تاب‌آور، خانواده تاب‌آور، سازمان تاب‌آور و جامعه تاب‌آور، منابع خود را بهتر مدیریت می‌کنند و در برابر آینده‌ای نامطمئن، آماده‌تر هستند.

بنابراین سرمایه‌گذاری بر آموزش تاب‌آوری، سواد مالی، سلامت روان، مهارت‌های ارتباطی، انعطاف‌پذیری شغلی و مدیریت بحران، یک اقدام صرفاً فرهنگی یا درمانی نیست. این سرمایه‌گذاری، اقدامی اقتصادی و توسعه‌ای است. هر اندازه تاب‌آوری در

خانواده، مدرسه، محیط کار، رسانه و سیاست‌گذاری عمومی جدی‌تر گرفته شود، ظرفیت جامعه برای عبور از بحران‌ها و ساختن رفاه پایدار نیز بیشتر خواهد شد.

تاب‌آوری چیست و چرا با اقتصاد ارتباط دارد؟

تاب‌آوری به زبان ساده، توانایی انسان یا یک سیستم برای مواجهه مؤثر با فشار، تغییر، شکست، فقدان، بحران و ابهام است. تاب‌آوری به معنای انکار دشواری‌ها یا تحمل خاموش رنج نیست. فرد تاب‌آور ممکن است نگران، خسته یا حتی آسیب‌دیده باشد، اما می‌تواند منابع درونی و بیرونی خود را فعال کند، تصمیم‌های واقع‌بینانه بگیرد و مسیر بازگشت یا بازسازی را پیدا کند.

در اقتصاد نیز همین منطق وجود دارد. یک خانواده که در زمان کاهش درآمد، هزینه‌هایش را اولویت‌بندی می‌کند، از بدهی پرهزینه دوری می‌کند و راه‌های تازه‌ای برای درآمدزایی می‌یابد، تاب‌آوری اقتصادی بالاتری دارد. کسب‌وکاری که در شرایط رکود بازار، مدل خدمات خود را تغییر می‌دهد، با مشتریان ارتباط مؤثرتر برقرار می‌کند و نقدینگی خود را مدیریت می‌کند، یک کسب‌وکار تاب‌آور است.

در سطح کلان هم جامعه‌ای که سرمایه اجتماعی، اعتماد عمومی، آموزش باکیفیت، نظام حمایتی، سلامت روان و ظرفیت نوآوری دارد، در برابر بحران‌های اقتصادی و اجتماعی آسیب‌پذیری کمتری خواهد داشت. به همین دلیل، تاب‌آوری باید بخشی از ادبیات توسعه اقتصادی، حکمرانی، مدیریت سازمانی و برنامه‌ریزی آینده باشد.

تاب‌آوری چگونه از سرمایه انسانی محافظت می‌کند؟

سرمایه انسانی شامل دانش، مهارت، تجربه، سلامت جسمی، سلامت روان، انگیزه و توانایی افراد برای مشارکت در زندگی و کار است. هر بحرانی که سلامت روان یا توان تصمیم‌گیری انسان را تضعیف کند، در نهایت به کاهش سرمایه انسانی منجر می‌شود.

استرس مزمن، فرسودگی شغلی، اضطراب مالی، تعارض‌های خانوادگی و ناامیدی، فقط مسائل شخصی نیستند. این عوامل می‌توانند تمرکز را کاهش دهند، خطاهای کاری را افزایش دهند، روابط حرفه‌ای را تخریب کنند و افراد را از مسیر یادگیری و پیشرفت دور سازند. هزینه چنین وضعیتی، هم برای فرد و هم برای سازمان و جامعه سنگین است.

آموزش تاب‌آوری می‌تواند به افراد کمک کند تا در مواجهه با فشارها، واکنش‌های هیجانی خود را بهتر بشناسند، مسئله را دقیق‌تر تحلیل کنند و میان «واقعیت بحران» و «فاجعه‌سازی ذهنی» تمایز بگذارند. این مهارت، کیفیت عملکرد شغلی و خانوادگی را بالا می‌برد.

کارمندی که در شرایط دشوار بتواند هیجان خود را تنظیم کند، درخواست کمک داشته باشد، برنامه‌ریزی کند و مهارت‌های خود را به‌روز نگه دارد، احتمال بیشتری دارد که جایگاه شغلی خود را حفظ کند یا فرصت‌های تازه‌ای ایجاد کند. از این منظر، تاب‌آوری به حفظ اشتغال، افزایش قابلیت استخدام و توسعه سرمایه انسانی کمک می‌کند.

تاب‌آوری و کاهش هزینه‌های بحران

بحران همیشه قابل حذف نیست، اما هزینه بحران قابل مدیریت است. تفاوت میان فرد، خانواده یا سازمان آماده و ناآماده، اغلب در میزان خسارتی است که پس از یک رویداد دشوار تجربه می‌کنند.

برای مثال، خانواده‌ای را در نظر بگیرید که هیچ پس‌انداز اضطراری ندارد، بودجه مشخصی برای هزینه‌های ضروری تعیین نکرده و درباره درآمد و بدهی‌های خود گفت‌وگوی شفاف انجام نمی‌دهد. در صورت وقوع یک اتفاق مانند بیماری، کاهش درآمد یا از

دست دادن شغل، این خانواده ممکن است به سرعت وارد چرخه بدهی، تعارض و اضطراب شود.

در مقابل، خانواده تاب‌آور لزوماً خانواده ثروتمندی نیست. ممکن است درآمد محدودی داشته باشد، اما برای هزینه‌های ضروری برنامه دارد، از سواد مالی پایه برخوردار است، روابط حمایتی دارد و در زمان بحران می‌تواند تصمیم‌های مشترک و کم‌هزینه‌تری بگیرد. این خانواده به جای واکنش‌های تکانشی، به مدیریت منابع روی می‌آورد.

در سازمان‌ها نیز تاب‌آوری باعث می‌شود که هزینه توقف فعالیت، خروج نیروی متخصص، خطای انسانی، کاهش اعتماد مشتری و آسیب به اعتبار برند کمتر شود. سازمانی که سناریوهای بحران دارد، ارتباطات داخلی شفاف‌تری ایجاد کرده و از سلامت روان کارکنان حمایت می‌کند، در شرایط دشوار سریع‌تر به تعادل بازمی‌گردد.

بهره‌وری؛ دستاورد مهم تاب‌آوری در محیط کار

یکی از مهم‌ترین پیوندهای تاب‌آوری و اقتصاد، افزایش بهره‌وری است. بهره‌وری فقط به معنای انجام کار بیشتر در زمان کمتر نیست؛ بلکه به معنای استفاده بهتر از منابع، کاهش خطا، بهبود کیفیت و حفظ انرژی انسانی است.

محیط‌های کاری پرتنش، مبهم و فاقد حمایت روانی، معمولاً با کاهش بهره‌وری روبه‌رو می‌شوند. کارکنان در چنین محیطی ممکن است دچار بی‌انگیزگی، غیبت، تعارض، فرسودگی و کاهش تعلق سازمانی شوند. این وضعیت هزینه‌هایی پنهان دارد که گاه از هزینه‌های آشکار مالی نیز بیشتر است.

تاب‌آوری سازمانی به مدیران کمک می‌کند که میان فشار کاری و ظرفیت انسانی تعادل برقرار کنند. مدیر تاب‌آور صرفاً مدیری نیست که در بحران آرام می‌ماند؛ او مدیری است که پیش از بحران، ساختارهای حمایت، گفت‌وگو، آموزش و مشارکت را ایجاد می‌کند. تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است؛ چون توان تصمیم‌گیری سنجیده و ادامه فعالیت در شرایط عدم قطعیت را تقویت می‌کند.

سازمان‌های تاب‌آور معمولاً ویژگی‌هایی مانند این موارد دارند:

- ارتباطات شفاف و قابل اعتماد
- امکان یادگیری از خطاها
- مشارکت کارکنان در تصمیم‌گیری
- توجه به سلامت روان و پیشگیری از فرسودگی شغلی
- انعطاف در روش‌های انجام کار
- برنامه‌ریزی برای بحران و تداوم کسب‌وکار
- احترام به کرامت و امنیت روانی کارکنان

چنین سازمان‌هایی نه تنها در بحران بهتر دوام می‌آورند، بلکه در شرایط عادی نیز خلاق‌تر، بهره‌ورتر و رقابت‌پذیرتر هستند.

تاب‌آوری اقتصادی خانواده و نقش سواد مالی

تاب‌آوری اقتصادی خانواده یکی از پایه‌های رفاه اجتماعی است. بسیاری از بحران‌های خانوادگی تنها ناشی از کمبود درآمد نیستند؛ بلکه با ضعف در گفت‌وگو، تصمیم‌گیری مالی، مدیریت هزینه، اولویت‌بندی نیازها و کنترل رفتارهای هیجانی در خرید ارتباط دارند.

سواد مالی، بخش مهمی از تاب‌آوری خانواده است. سواد مالی به افراد کمک می‌کند تا درآمد، هزینه، پس‌انداز، بدهی، بیمه،

سرمایه‌گذاری و ریسک را بهتر درک کنند. کسی که سواد مالی بیشتری دارد، کمتر تحت تأثیر تبلیغات فریبنده، خریدهای تکانشی یا تصمیم‌های مالی عجولانه قرار می‌گیرد.

تاب‌آوری مالی به معنای ثروتمند بودن نیست؛ به معنای توانایی مدیریت واقع‌بینانه منابع موجود است. حتی با درآمد محدود نیز می‌توان با تعیین بودجه، ثبت هزینه‌ها، کاهش بدهی‌های پرهزینه، ایجاد صندوق اضطراری و تقویت مهارت‌های درآمدزایی، ظرفیت تاب‌آوری را افزایش داد.

در این میان، آموزش فرزندانپروری و گفت‌وگوی مالی در خانواده اهمیت ویژه دارد. کودکی که از سنین پایین با مفاهیمی مانند صبر، مسئولیت‌پذیری، تفاوت نیاز و خواسته، ارزش تلاش و مدیریت پول آشنا می‌شود، در بزرگسالی آمادگی بیشتری برای ساختن زندگی اقتصادی باثبات خواهد داشت.

سلامت روان؛ زیرساخت پنهان توسعه اقتصادی

سلامت روان را باید یکی از زیرساخت‌های اصلی اقتصاد دانست. فردی که با اضطراب شدید، افسردگی درمان‌نشده، فرسودگی یا درماندگی آموخته‌شده مواجه است، ممکن است نتواند از فرصت‌های موجود استفاده کند، خطرهای منطقی را بپذیرد یا برای آینده برنامه‌ریزی کند.

درماندگی آموخته‌شده زمانی شکل می‌گیرد که فرد پس از تجربه شکست‌ها یا فشارهای مکرر، به این باور برسد که هیچ اقدامی مؤثر نیست. چنین فردی حتی وقتی امکان تغییر وجود دارد، ممکن است دست به عمل نزند. این وضعیت می‌تواند در محیط کار، خانواده، مدرسه و حتی در فرهنگ عمومی دیده شود.

آموزش تاب‌آوری می‌تواند در برابر درماندگی آموخته‌شده نقش محافظتی داشته باشد. **تاب‌آوری** به افراد یادآوری می‌کند که همه شرایط تحت کنترل ما نیستند، اما همیشه بخشی از انتخاب، پاسخ و اقدام در اختیار ما قرار دارد. یافتن همین بخش کوچک اما واقعی از اختیار، نقطه آغاز بازسازی فردی و اقتصادی است.

حمایت از سلامت روان در محیط کار، مدارس و خانواده‌ها، هزینه اضافی نیست؛ بلکه نوعی سرمایه‌گذاری پیشگیرانه است. پیشگیری از فرسودگی، تعارض، ترک شغل، افت تحصیلی و آسیب‌های اجتماعی، بسیار کم‌هزینه‌تر از جبران پیامدهای آنهاست.

تاب‌آوری، نوآوری و انعطاف‌پذیری شغلی

بازار کار امروز دائماً در حال تغییر است. ظهور هوش مصنوعی، اتوماسیون، اقتصاد پلتفرمی، دورکاری و تغییرات سریع مهارتی، بسیاری از مشاغل را دگرگون کرده‌اند. در چنین فضایی، امنیت شغلی تنها به داشتن یک عنوان شغلی وابسته نیست؛ بلکه به توان یادگیری، سازگاری و بازآفرینی حرفه‌ای بستگی دارد.

تاب‌آوری شغلی یعنی فرد بتواند مهارت‌های تازه بیاموزد، بازخورد بگیرد، از شکست‌های حرفه‌ای درس بگیرد و در صورت نیاز مسیر شغلی خود را بازطراحی کند. این نگاه به‌ویژه برای جوانان، زنان، افراد دارای معلولیت و کسانی که با محدودیت‌های جغرافیایی یا اقتصادی مواجه‌اند، اهمیت دارد.

تاب‌آوری شغلی با انعطاف‌پذیری تفاوت دارد، اما با آن پیوند دارد. انعطاف‌پذیری یعنی تغییر روش در پاسخ به شرایط؛ تاب‌آوری یعنی حفظ توان ادامه‌دادن، یادگیری و بازسازی در طول این تغییر. فرد تاب‌آور نه در گذشته متوقف می‌ماند و نه بدون ارزیابی، هر تغییر جدیدی را می‌پذیرد؛ او با شناخت توانمندی‌ها و فرصت‌ها، تصمیمی سنجیده می‌گیرد.

تاب‌آوری دیجیتال و اقتصاد آینده

زندگی دیجیتال فرصت‌های فراوانی برای آموزش، کسب‌وکار، ارتباط و تولید محتوا فراهم کرده است؛ اما هم‌زمان با تکنواسترس، اضافه‌بار اطلاعاتی، وابستگی به شبکه‌های اجتماعی، کلاهبرداری‌های آنلاین و فرسودگی دیجیتال نیز همراه است.

تاب‌آوری دیجیتال یعنی توانایی استفاده آگاهانه، ایمن، متعادل و هدفمند از فناوری. فردی که تاب‌آوری دیجیتال دارد، میان کار، استراحت و حضور آنلاین مرز ایجاد می‌کند؛ منابع خبری را ارزیابی می‌کند؛ اطلاعات مالی و هویتی خود را محافظت می‌کند و اجازه نمی‌دهد فشار دائمی فضای آنلاین، تمرکز و سلامت روان او را تخریب کند.

برای کسب‌وکارها نیز تاب‌آوری دیجیتال اهمیت اقتصادی بالایی دارد. امنیت داده‌ها، حفظ ارتباط با مشتری، توان فعالیت در شرایط اختلال، آموزش کارکنان و آمادگی در برابر حملات سایبری، بخشی از سرمایه‌گذاری‌های ضروری عصر دیجیتال هستند.

تاب‌آوری اجتماعی و سرمایه اجتماعی

هیچ فردی به تنهایی تاب‌آور نمی‌شود. خانواده، دوستان، همکاران، نهادهای محلی، سازمان‌های مردم‌نهاد، مدارس و رسانه‌ها همگی در ساختن یا تضعیف تاب‌آوری نقش دارند. تاب‌آوری فردی بدون شبکه حمایتی، در بسیاری از شرایط با محدودیت روبه‌رو می‌شود.

سرمایه اجتماعی شامل اعتماد، همکاری، احساس تعلق، مشارکت و شبکه‌های ارتباطی سالم است. هرچه سرمایه اجتماعی بیشتر باشد، جامعه در زمان بحران بهتر می‌تواند منابع را بسیج کند، اطلاعات قابل اعتماد را منتقل سازد و از گروه‌های آسیب‌پذیر حمایت کند.

نقش سازمان‌های مردم‌نهاد، گروه‌های داوطلبانه و نهادهای محلی در این زمینه بسیار مهم است. این نهادها می‌توانند آموزش تاب‌آوری، سلامت روان، مهارت‌های زندگی، سواد مالی و حمایت اجتماعی را به گروه‌های بیشتری برسانند. چنین اقدامی، علاوه بر آثار انسانی، از تشدید هزینه‌های اقتصادی و اجتماعی بحران‌ها جلوگیری می‌کند.

سرمایه‌گذاری بر تاب‌آوری؛ یک انتخاب توسعه‌گرا

سرمایه‌گذاری بر تاب‌آوری باید در سیاست‌گذاری آموزشی، اقتصادی، اجتماعی و **سازمانی** دیده شود. مدرسه‌ای که مهارت حل مسئله، گفت‌وگو، مدیریت هیجان و سواد مالی را آموزش می‌دهد، در واقع نیروی انسانی تاب‌آورتری برای آینده تربیت می‌کند.

خانواده‌ای که به سلامت روان، ارتباط مؤثر و برنامه‌ریزی مالی توجه دارد، از بسیاری از بحران‌های قابل پیشگیری دور می‌ماند. سازمانی که کرامت کارکنان، یادگیری مستمر و مدیریت بحران را جدی می‌گیرد، هزینه‌های پنهان خود را کاهش می‌دهد. جامعه‌ای که از نهادهای مدنی، آموزش عمومی و عدالت در دسترسی به فرصت‌ها حمایت می‌کند، توان بازسازی بیشتری خواهد داشت.

تاب‌آوری نباید به شعار «تحمل کن» تقلیل پیدا کند. تاب‌آوری واقعی، مسئولیت فردی را با مسئولیت اجتماعی و سازمانی پیوند می‌دهد. از افراد انتظار می‌رود مهارت بیاموزند و فعال باشند، اما هم‌زمان سازمان‌ها و سیاست‌گذاران نیز باید شرایطی فراهم کنند که تلاش فردی بتواند به نتیجه برسد.

جمع‌بندی نهایی و فرجام سخن اینکه تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است؛ زیرا از منابع ارزشمند انسان و جامعه محافظت می‌کند، هزینه بحران را کاهش می‌دهد، بهره‌وری را بالا می‌برد، تصمیم‌گیری را بهبود می‌بخشد و امکان بازسازی را فراهم می‌سازد.

تاب‌آوری در خانواده با سواد مالی و گفت‌وگوی سازنده تقویت می‌شود؛ در مدرسه با آموزش مهارت‌های زندگی؛ در سازمان با امنیت روانی و مدیریت بحران؛ و در جامعه با سرمایه اجتماعی، مشارکت و حمایت از سلامت روان رشد می‌کند.

آینده متعلق به جوامعی نیست که هرگز بحران را تجربه نمی‌کنند؛ آینده متعلق به جوامعی است که برای مواجهه با بحران، یادگیری از آن و بازسازی پس از آن آماده‌اند. به همین دلیل، آموزش تاب‌آوری، سرمایه‌گذاری بر رفاه، بهره‌وری، اشتغال، سلامت روان و توسعه پایدار است.

تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است؛ سرمایه‌ای نامشهود که بقاء، نوآوری و رشد پایدار کسب‌وکار را ممکن می‌سازد. تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است؛ زیرا افراد و سازمان‌ها را برای عبور کم‌هزینه‌تر از بحران‌ها آماده می‌کند.

تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است

تاب‌آوری یک دارایی اقتصادی است