

## Study on the Psychological-Social Adaptation of Successful Afghan Migrants Living in Iran

**Faramarz Sohrabi** 

Professor, Department of Clinical psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

**Abdolah Motamedi** 

Professor, Department of Clinical psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

**Mohamad Asgari** 

Associate Professor of Educational Psychology, Department of evaluating and measuring, Faculty of Psychology and Education, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

**Abolghasem Isamorad** 

Associate Professor, Department of Clinical psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

**Sayed Musa Hosseini**  \*

PhD student in general psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran (Responsible author)

### Abstract

The largest group of immigrants in Iran are Afghan nationals. Immigration poses various challenges for the migrant individual. However, even under relatively similar conditions, some of these migrants can be more successful in life, work, and various dimensions

\* Corresponding Author: [s.m.hossainy@gmail.com](mailto:s.m.hossainy@gmail.com)

**How to Cite:** Sohrabi, F., Motamedi, A., Asgari, M., Isamorad, A., Hosseini, S. (2025). Study on the Psychological-Social Adaptation of Successful Afghan Migrants Living in Iran, *Quarterly Journal of Social sciences*, 32(109), 79-118. DOI: [10.22054/qjss.2026.84628.2876](https://doi.org/10.22054/qjss.2026.84628.2876)

of social interaction than others. The important question is: what are the factors affecting their psychosocial adaptation in Iran? The design of the present research is a qualitative study of the psychosocial adaptation of the lived experiences of Afghan migrants residing in Iran using "descriptive phenomenology." In this study, 21 participants were selected through purposive sampling. Data was collected using the in-depth semi-structured interview method. The participants in this study have managed to establish a positive balance between their individual, social, occupational, cultural, and national identities and have undergone effective paths of psychosocial adaptation. The most important theoretical concepts of this research include coping theory and coping styles, integration theory, and adaptation theory. Following data analysis using initial codes, 24 sub-themes were extracted within the framework of three main themes: the psychological state of migrants, the skill capacities of migrants, and the situational contexts of migrants.

**Keywords:** Successful adaptation, successful Afghan immigrant, psycho-social adaptation, descriptive phenomenology, Identity.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## **Extended Abstract**

### **Introduction**

Migration is not just the movement of people from one place to another; it is a significant element of social life that holds great importance for understanding and comprehending changes in economic, social, cultural, and political phenomena of societies. Every migrant, by moving from one place to another, not only affect on themselves but also affect on the place they have left behind and the place they migrate to; as the number of migrants worldwide increases, both origin and destination countries are increasingly impacted by this phenomenon.

The largest group of migrants in Iran is Afghans. Migration presents various challenges for individuals. However, even with relatively equal conditions, some of these migrants may be more successful in life, work, and various social interaction dimensions than others. Despite the extensive presence of Afghan migrants in Iran and various studies on Afghan migration to Iran, there have been few research studies on the quality of their lives, and the few results of the conducted studies are sometimes contradictory. The important issue is to explore the life experiences of successful Afghan migrants in Iran and the factors which are affecting their psychological and social adaptation in the country.

### **2. Literature Review**

In the field of "successful life experiences" of Afghan migrants in Iran, there are few notable studies. Most research has focused on the problems and harms present within the migrant community (individual and social harms), communication processes between the migrant and host societies (current issues, integration, adaptation, etc.), and problems created by the migrant community for the host society (crime, risky behaviors, etc.). Therefore, there are significant either of gaps and weaknesses in terms of studies and in modeling successful and effective adaptation paths considering the conditions of the Afghan migrant community in Iran.

### **3. Methodology**

The research is a qualitative study. The study method was descriptive phenomenology, which was carried out on 21 samples. The participants were selected by purposeful sampling. In-depth semi-structured interviews were used to collect data and this process continued until the data saturation stage. The duration of the interviews was on average between 60 and 90 minutes. The analysis of the research findings was carried out using the «7-stage Colaizzi Method».

### **4. Results**

After analyzing the data from the original codes, 24 sub-themes were extracted under three main themes: the psychological status of immigrants, the skills of immigrants, and the contextual settings of immigrants.

### **5. Discussion**

The most important theoretical concepts of this study include the conflict theory and coping styles, the integration theory, and the adaptation theory.

### **6. Conclusion**

The samples examined in this study have been able to create a positive balance among their individual, social, occupational, cultural, and national identities and have followed effective psychological-social adaptation paths.

In the case of Afghan migrants in Iran, three notable points are worth to consider:

1. Due to the existing laws and structures in Iran, the paths to success in business for migrants and non-migrants differ significantly, and even some paths are legally prohibited to migrants.
2. Given the conditions resulting from migration, stronger psychological patterns can be observed among migrants in certain areas; such as low self-confidence, identity challenges, and...
3. The impact of school conditions, neighborhood, laws, and environment on the success path of a migrant and non-migrant can be very different and sometimes contradictory; for

example, it can sometimes be motivating and a special opportunity, and sometimes a challenge and a significant obstacle.

Therefore, the life experiences of successful Afghan migrants in Iran, considering psychological contexts, skill capabilities, and situational bases, differ in some cases.

A successful migrant is beneficial not only for themselves and their families but also for the society. On the other hand, the individual and social harms are less than others. Therefore, the results of this study can serve as a guide for planning in the field of migration, paving the way for opportunities to overcome the challenges of their presence. By promoting adaptive strategies, the potential of existing resources, especially in the second and third-generation migrants, i.e., those were born in Iran and living with the culture of the Iranian society, can be utilized for the growth and development of Iran.

#### **Acknowledgments**

I would like to thank and appreciate the participants in this study for their patient and dedicated involvement and cooperation.






#### **Notes**

<sup>1</sup> First note.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
رتال جامع علوم انسانی



## مطالعه سازگاری روانی-اجتماعی مهاجرین موفق افغانستانی ساکن ایران

- استاد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  فرامرز سهرابی
- استاد روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  عبدالله معتمدی
- دانشیار گروه سنجش و اندازه‌گیری، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  محمد عسگری
- دانشیار روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  ابوالقاسم عیسی مراد
- دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران  سید موسی حسینی \*

### چکیده

بزرگ‌ترین مجموعه مهاجرین در ایران، افغانستانی هستند. مهاجرت چالش‌های مختلفی را بر سر راه فرد مهاجر قرار می‌دهد؛ اما حتی با وجود شرایط نسبتاً برابر، برخی از این مهاجرین می‌توانند در زندگی، کار و ابعاد مختلف تعاملات اجتماعی موفق‌تر از بقیه باشند. مسئله مهم این است که زمینه‌های مؤثر بر سازگاری روانی-اجتماعی آن‌ها در ایران چیستند؟ طرح پژوهش حاضر، مطالعه کیفی سازگاری روانی-اجتماعی تجارب زیسته مهاجران افغانستانی ساکن ایران به روش «پدیدارشناسی توصیفی» است که در آن ۲۱ نفر از شرکت‌کنندگان به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از روش مصاحبه نیمه ساختاریافته عمیق استفاده شد. نمونه‌های این مطالعه، توانسته‌اند یک تعادل مثبت بین هویت‌های فردی، اجتماعی، شغلی، فرهنگی و ملی خود ایجاد کرده و مسیرهای سازگاری مؤثر روانی-اجتماعی را طی کرده‌اند. از مهم‌ترین مفاهیم نظری این تحقیق،

\* نویسنده مسئول: s.m.hossainy@gmail.com

مطالعه سازگاری روانی-اجتماعی مهاجرین موفق افغانستانی ساکن ایران؛ سهرابی و همکاران | ۸۵

نظریه مقابله و سبک‌های مقابله‌ای، نظریه ادغام و نظریه سازگاری است. پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها از کدهای اولیه، ۲۴ مضمون فرعی در قالب سه مضمون اصلی: وضعیت روان‌شناختی مهاجران، ظرفیت‌های مهارتی مهاجران، بسترهای موقعیتی مهاجران، استخراج گردید.

**کلیدواژه‌ها:** سازگاری موفق، مهاجر موفق افغانستانی، سازگاری روانی - اجتماعی، پدیدارشناسی توصیفی، هویت.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## مقدمه و بیان مسئله

مهاجرت در طول تاریخ بشر وجود داشته است. انسان‌ها به دلایل مختلف دست به مهاجرت می‌زنند. جنگ‌ها، بلایای طبیعی، موضوعات اقتصادی، سیاسی و فرهنگی از عوامل عمده مهاجرت انسان‌ها بوده است. گذشته از سابقه تاریخی مهاجرت انسان، موضوع مهاجرت پس از انقلاب صنعتی، در اثر تحولات شگرف اقتصادی - اجتماعی و رشد علم و تکنولوژی، به‌عنوان یک مسئله مهم اجتماعی در جوامع بشری، بیشتر مورد توجه دانشمندان و دولتمردان حوزه‌های مختلف قرار گرفت.

جمعیت‌شناسان معمولاً مهاجرت را در دو نوع مهاجرت داخلی و خارجی یا بین‌المللی دسته‌بندی نموده‌اند، علت اینکه مهاجرت بین‌المللی، کانون توجه بسیاری از دانشمندان و دولتمردان حوزه‌های اجتماعی، اقتصادی و... قرار گرفته است، عمدتاً ناشی از افزایش چشمگیر تعداد مهاجرین در سطح جهان در دوران معاصر است. جهانی شدن مهاجرت با افزایش روزافزون شمار کشورهای میزبان که به‌طور هم‌زمان، تحت تأثیر جابه‌جایی‌های مهاجرتی قرار می‌گیرند، در حال وقوع است (Castles & Miller, 2017:57).

بر اساس شواهد آماری موجود، در دو دهه اخیر، حجم مهاجرت‌های بین‌المللی به دو برابر افزایش یافته است. به‌طوری که در سال ۲۰۱۹ جمعیت مهاجران بین‌المللی بالغ بر ۲۷۲ میلیون نفر شده است<sup>۱</sup>. در حال حاضر، مهاجران بین‌المللی حدود ۳/۶ درصد از جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند<sup>۲</sup>. در پایان سال ۲۰۲۱، تعداد کل افرادی که در سراسر جهان به دلیل مناقشات، خشونت، ترس از آزار و اذیت و نقض حقوق بشر مجبور به ترک خانه‌های خود شدند، ۸۹/۳ میلیون نفر بود. این تعداد رقمی بیش از دو برابر ۴۲/۷ میلیون نفری است که تا یک دهه پیش مجبور به ترک خانه‌های خود شده بودند و بیشترین تعداد از زمان جنگ جهانی دوم است (سایت سازمان ملل در ایران). به همین سبب «برخی دانشمندان،

1 Global Migration Report, 2020

2United Nations website, 2021

مفاهیمی همچون: عصر مهاجرت (Castells, et. al, 2017) و شهر جهانی (Sassen, 2001) را مطرح کرده‌اند.

مهاجرت تنها انتقال مردم از محلی به محل دیگر نیست، بلکه با توجه به تحولاتی که در نگرش‌ها، فعالیت‌ها و رفتارهای اجتماعی و اقتصادی افراد ایجاد می‌کند، عنصر مهمی در زندگی اجتماعی است که برای درک و فهم دگرگونی مستمر در پدیده‌های اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی جوامع از اهمیت بسیار برخوردار است (Rashid & Eidi, 2017:82). فرد مهاجر با جابجایی از مکانی به مکان دیگر، هم خود و هم مکانی که از آن مهاجرت کرده است و هم مکانی که به آن مهاجرت می‌کند را تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ به طوری که با افزایش تعداد مهاجران در دنیا، کشورهای مبدأ و مقصد مهاجرت به میزان بیشتری از این پدیده متأثر می‌شوند (Jantan et. al, 2015:186).

مهاجرت دارای اثرات مثبت و منفی در کشورهای مبدأ و مقصد و همچنین تأثیرات درازمدت و کوتاه‌مدت است. این اثرات تغییراتی را در ساختار اجتماعی و اقتصادی منطقه مهاجر فرست و منطقه مهاجرپذیر وارد می‌کند. مهاجران می‌توانند باری بر دوش کشور میزبان باشند و یا کمک‌کننده مؤثری برای توسعه آن. کشورهای مهاجرپذیری که توانسته‌اند شرایط را برای بروز و ظهور توانمندی‌های مهاجران فراهم کرده و از ظرفیت‌های بالقوه و بالفعل آنان به نحو مؤثرتر و هدفمندانه‌تری استفاده کنند، از ابعاد مختلف این فرصت‌سازی بهره‌مند شده‌اند؛ اما برخی دیگر از کشورهای مهاجرپذیر، بیشتر درگیر چالش‌های مهاجرین هستند تا فرصت‌ها. لذا بررسی چالش‌ها و موانعی که سبب این فرصت‌سوزی‌ها می‌گردد، می‌تواند مسیر را به سمت فرصت‌سازی هموارتر کند.

از پیامدهای مهم جنگ‌های داخلی در افغانستان؛ کوچ یا مهاجرت تعداد زیادی از مردم این کشور به کشورهای دیگر به خصوص کشورهای همسایه است (Jamshidiha and Babaei, 2018:13). جمهوری اسلامی ایران میزبان یکی از بزرگ‌ترین جمعیت‌های پناهنده شهری برای یکی از طولانی‌مدت‌ترین بازه زمانی در جهان است و به مدت چهار

دهه مأمنی برای پناهندگان بوده است.<sup>۱</sup> مطابق بررسی‌های کمیساریای پناهندگان سازمان ملل، مهم‌ترین دلایل مهاجران تازه‌وارد افغان ساکن در ایران برای خروج از افغانستان عبارت‌اند از: ترس از آزار و اذیت، دلایل اقتصادی، ترس عمومی از طالبان، خشونت و آشوب‌های گسترده.<sup>۲</sup>

در مورد تعداد مهاجرین افغانستانی در ایران، آمارهای متفاوتی ارائه شده است. نادر یاراحمدی، مشاور وزیر و رئیس مرکز امور اتباع و مهاجرین خارجی وزارت کشور در یک مصاحبه تلویزیونی در ۱۸ فروردین ۱۴۰۴ تعداد اتباع افغانستانی مجاز و غیرمجاز در کشور را شش میلیون و یکصد هزار نفر اعلام کرد و گفت: از این تعداد دو میلیون و ۱۰۰ هزار نفر مجاز، دو میلیون نفر غیرمجاز و دو میلیون نفر در دسته افراد سرشماری شده هستند.<sup>۳</sup>

در بسیاری از موارد فرد مهاجر در مقصد با صحنه‌هایی مواجه می‌شود که با فرهنگ جامعه مبدأ خود ناهمخوان است، در این صورت مجبور می‌شود در برابر رفتارها، کردارها و گفتارهای جامعه جدید واکنش‌هایی از خود نشان دهد و نسبت به پذیرش و عدم پذیرش آن‌ها موضع اختیار کند. تصمیم‌گیری در این امر می‌تواند باعث ایجاد مشکلاتی در انطباق‌پذیری با جامعه مقصد گردد تا جایی که او را در معرض فشارهای کم‌وبیش قابل توجهی قرار دهد. برقراری ارتباط زبانی، ناآگاهی نسبت به وضعیت جدید، وجود تنگناهای اقتصادی، آشفتگی‌های اجتماعی و مشکلات روانی می‌توانند از مهم‌ترین مسائل مهاجرین تلقی شوند.» (Mirzaei, 2017:213). لذا پیامدهای حضور این تعداد از مهاجرین افغانستانی در ایران، نیازمند مطالعات متعدد از جوانب مختلف است. چون هم چالش‌ها و آسیب‌هایی وجود دارد و هم فرصت‌هایی قابل پیش‌بینی است. مطالعه تجارب زیسته مهاجرین موفق افغانستانی، می‌تواند یک الگوی مؤثرتر و واقعی‌تری در این مورد به دست دهد. مسئله مهم این است که بررسی شود که مهاجرین موفق افغانستانی، چه تجارب

1 <https://www.unhcr.org/ir/fa/refugees-iran>

2 <https://diaran.ir/12335/>

3 <https://www.etemadonline.com>

زیسته‌ای دارند؟ و زمینه‌های مؤثر بر سازگاری روانی - اجتماعی آن‌ها در ایران چیستند؟

### پیشینه تحقیق

با وجود گستردگی حضور مهاجران افغانستانی در ایران و انجام مطالعات مختلف راجع به مهاجرت افغانستانی‌ها به ایران، پژوهش‌های چندانی درباره کیفیت زندگی آن‌ها انجام نشده و نتایج محدود پژوهش‌های انجام شده نیز، متناقض است؛ برای مثال پژوهش منصوریان و رجایی (2018:168) نشان داد که مهاجران افغانستانی از «کیفیت زندگی شهری» خود رضایت نسبی دارند، ولی برخی دیگر از پژوهش‌ها نظیر پوراحمد و همکاران، (2014:13) و حسین و همکاران (2022:1078) نشان دادند که مهاجرین افغانستانی از بسیاری از شاخص‌های «کیفیت زندگی شهری» خود رضایت ندارند.

عمده مطالعاتی که تاکنون صورت گرفته است، تبعات منفی حضور افغانستانی‌ها در ایران را مورد بررسی قرار داده‌اند و ظرفیت‌های اجتماعی، اقتصادی، سیاسی، امنیتی، فرهنگی و... حضور این مهاجران مدنظر پژوهشگران قرار نگرفته است (Sharaf & Fazeli, 2021:219).

مطالعات موجود در حوزه‌های اجتماعی و اقتصادی عمدتاً شامل هویت، امنیت، تأثیرات جمعیتی، نقش مهاجران در ساخت و ساز، تأثیر بر اشتغال و فقر است (Abbasi & Sadeghi, 2016:95). بخش کوچک‌تری نیز به بهداشت مهاجران اختصاص یافته است (Riahi et al, 2015:608).

درباره موضوع «تجربه‌های زیسته موفق» مهاجرین افغانستانی در ایران، مطالعات قابل توجهی یافت نشد. بیشتر مطالعات متمرکز بر مشکلات و آسیب‌های موجود در بین جامعه مهاجر (آسیب‌های فردی و اجتماعی)، فرایندهای ارتباطی جامعه مهاجر و میزبان (مشکلات جاری، ادغام، سازگاری و...) و مشکلاتی که از طرف جامعه مهاجر برای جامعه میزبان ایجاد شده (بزهکاری، رفتارهای پرخطر و...)، متمرکز بوده‌اند. لذا هم در زمینه مطالعات و هم در زمینه الگوسازی برای معرفی مسیرهای موفق و مؤثر سازگاری با توجه به شرایط جامعه مهاجر افغانستانی در ایران، کمبودها و ضعف‌های زیادی وجود دارد.

عباسی شوازی و صادقی (2016:98) که در سطوح خرد و کلان، ادغام مهاجران نسل دوم افغان را در ایران بررسی کرده‌اند، نشان داده‌اند که در سطح کلان، نسل دوم مهاجران افغان دستاوردهای آموزشی قابل توجهی کسب کرده‌اند، اما به سبب کمبود سرمایه انسانی و برخی محدودیت‌های قانونی، توفیق چندانی در بازار کار نداشته‌اند.

نتایج تحقیق خسروی و همکاران (2019:156) نشان داد که بین متغیرهای «محل تولد مادر، رضایتمندی، احساس تعلق به ایران، پذیرش جامعه میزبان، احساس تبعیض در مدرسه، تبعیض در محیط و تأکید والدین بر فرهنگ بومی» با سازگاری دانش آموزان افغانستانی رابطه معناداری وجود دارد. بر اساس مدل نهایی این تحقیق، پنج متغیر که بیشترین ارتباط را با سازگاری داشتند انتخاب شدند. این متغیرها به ترتیب اهمیت (بر اساس ضرایب رگرسیونی) شامل «هویت ملی، احساس تعلق به ایران، تأکید والدین بر فرهنگ بومی، رضایتمندی و محل تولد مادر» هستند که ۵۴ درصد از واریانس متغیر سازگاری را تبیین کردند. متغیرهای دیگری چون «محل تولد فرد، پذیرش جامعه میزبان، بعدخانوار، سطح تحصیلات، احساس تبعیض و احساس تعلق به ایران»، به صورت غیرمستقیم از طریق رضایتمندی و هویت ملی با سازگاری رابطه دارند.

به طور کلی، کیفیت زندگی مهاجران تحت تأثیر عوامل متعددی است که برخی از آن‌ها به خود مهاجران و بعضی دیگر به جامعه میزبان مربوط می‌شود. تعامل بین ویژگی‌های فردی مهاجران، مانند تحصیلات، مهارت‌های شغلی، سلامت روانی، جسمی و همچنین شرایط جامعه میزبان، مانند شرایط فرهنگی و اقتصادی و سیاست‌ها در قبال مهاجران، بر کیفیت زندگی آن‌ها تأثیر می‌گذارد (Hemmati et al, 2023).

### چارچوب مفهومی

برای بررسی نظری سازگاری روانی - اجتماعی مهاجران افغانستانی در ایران، با بهره‌گیری از ۴ الگوی نظری سعی خواهیم کرد این پدیده را تبیین کنیم: نظریه مقابله، نظریه سبک‌های مقابله‌ای (مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی)، نظریه ادغام و نظریه سازگاری. نظریه مقابله: مقابله فرایندی است که از طریق آن، افراد استرس‌های ناشی از عوامل

استرس‌زا را کنترل می‌کنند و هیجانات منفی ایجاد شده به وسیله این عوامل را تحت کنترل درمی‌آورند؛ به عبارت دیگر مقابله تلاش شناختی، هیجانی و رفتاری شخص برای کنترل درخواست‌های بیرونی و درونی ویژه‌ای است که فرد را تهدید می‌کند، یا به مبارزه می‌طلبد (Klenicke et al, 1999).

مطالعات اخیر نشان داده‌اند که نوع راهبرد مقابله‌ای مورد استفاده فرد نه تنها سلامت روانی، بلکه بهزیستی جسمانی وی را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد (Ireland et al, 2005:218). لازاروس و فولکمن (1984) از اولین پژوهشگرانی بودند که در یک چهارچوب منسجم به موضوع مقابله پرداختند. اندلر و پارکر<sup>۱</sup> (1990:219) در زمینه روش‌های مقابله با استرس به سه راهبرد یا سبک مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی اشاره نمودند.

سبک مقابله‌ای مسئله مدار: در این سبک، فرد بر مسئله متمرکز می‌شود و سعی در حل آن دارد. در این سبک، فرد به جمع‌آوری اطلاعات مربوط به حادثه فشارزا می‌پردازد، درباره آن فکر می‌کند، منابعی را که از آن برخوردار است ارزیابی می‌کند و برای استفاده از منابع در دسترس خود طرح و برنامه آماده می‌کند (Klenicke et al, 1999). رفتارهای مسئله مدار شامل جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر روان‌شناختی و اولویت دادن به گام‌هایی برای کانون توجه قرار دادن مسئله می‌شود.

سبک مقابله‌ای هیجان مدار: راهبردهای هیجان مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که بر اساس آن، فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاشش را متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خود می‌کند. استفاده از مهارت‌های هیجان محور به فرد کمک می‌کند به وضعیت روانی تثبیت شده تری برسد و فرصتی را برای فعال‌سازی فرایندهای پیچیده‌تر ذهنی خود به دست آورد. واکنش‌های مقابله‌ای هیجان مدار شامل گریه کردن، عصبانی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب‌جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی است.

سبک مقابله‌ای اجتنابی: این سبک نیز مستلزم فعالیت‌ها و تغییرات شناختی است که

---

1 Endler, N. D., & Parker, J. D.

هدف آن‌ها اجتناب از موقعیت استرس‌زا می‌باشد. رفتارهای مقابله‌ای اجتنابی ممکن است به شکل روی آوردن به یک فعالیت جدید و درگیر شدن با آن یا روی آوردن به اجتماع و دیگر افراد ظاهر شود. در این حالت فرد به دنبال برگرداندن آرامش به هم‌خورده‌ای است که به خاطر موقعیت فشارزا، به وجود آمده است و کوشش می‌کند تا خود را از آشفتگی‌های موجود و پریشانی برهاند (Ireland et al, 2005:413).

نظریه ادغام: در ادبیات مهاجرت واژه ادغام به‌عنوان توصیف هنجاری تعاملات بشری گاهی با مفاهیم دیگری همچون در برگیری<sup>۱</sup>، پیوستگی<sup>۲</sup> و یا همبستگی اجتماعی<sup>۳</sup> مترادف تلقی می‌شود. منظور از یکپارچگی یا ادغام این است که «درحالی که شخص مهاجر به فرهنگ جامعه مبدأ پایبند است، با فرهنگ جامعه مقصد نیز ارتباط دارد و به آن هم پایبند است. در یکپارچگی نوعی دو فرهنگی واقعی وجود دارد و وفاداری به هر دو فرهنگ نوعی همبستگی اجتماعی را به وجود می‌آورد» (Berry, 2008:53).

در رابطه با مهاجران، ادغام اجتماعی به این امر اشاره دارد که «آن‌ها چگونه دست به ایجاد روابط اجتماعی می‌زنند و ارتباطشان را با مکانی که در آن سکونت گزیده‌اند و جامعه پیرامونشان گسترده‌تر می‌کنند و آن را افزایش می‌دهند».

جامعه‌پذیری<sup>۴</sup>، «فرایندی مداوم در تعاملات اجتماعی است که طی آن افراد هویت شخصی و مهارت‌های جسمی، روانی و اجتماعی موردنیاز برای بقا را به دست می‌آورند.» (Kendal, 2021:55)؛ و «بازجامعه‌پذیری<sup>۵</sup> فرایند پرشتاب یادگیری نگرش‌ها، ارزش‌ها و رفتارهای جدیدی است که با تجربه‌های پیشین فرد فرق دارد. در کسب تجربه‌های جدید، فرد مهاجر با چالش‌ها و مشکلات مختلفی روبرو می‌شود که در برابر آن از روش‌های مقابله‌ای استفاده می‌کند. روش‌های مقابله‌ای ناکارآمد به سازگاری غیرمؤثر می‌انجامد که تبعات و پیامدهای مختلفی هم برای خود فرد و هم برای جامعه میزبان خواهد

1 inclusion

2 incorporation

3 Social cohesion

4 Socialization

5 Resocialization

داشت.

نظریه سازگاری: جان بری معتقد است سازگاری، یک فرایند یادگیری است که از آن طریق، فرد در یک زمینه اجتماعی فرهنگی جدید زندگی را شروع می کند. سازگاری یک فرایند مداوم و متقابل است و تمام افرادی که در یک جامعه متکثر فرهنگی زندگی می کنند را در بر می گیرد (Berry, 2008:52).

مهاجرت به معنی سازگاری با زمینه های جدید است که مستلزم ادغام هویت ها و سیستم های اجتماعی و فرهنگی در آن زمینه می باشد. در بسیاری از موارد، مهاجران با محیط هایی مواجه می شوند که از نظر فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی تفاوت های قابل ملاحظه ای با محیط زندگی قبلی آنان دارد، به طوری که در جهت سازگاری، ناچار به پذیرش تغییرات زیادی در رفتار، کردار و رفتار خود می شوند. مطالعات مختلف (Abbasi- مانند جنسیت، تحصیلات، قومیت، تبعیض در ک شده، زمینه خانوادگی، ویژگی های محله، شهر محل سکونت در پیوند با الگوهای سازگاری آنها است.

درواقع، مسائلی نظیر عدم آمادگی، مشکلات در سازگاری با محیط جدید، پیچیدگی سیستم محلی، مشکلات زبان، تفاوت های فرهنگی و تجربیات نامطلوب باعث تشویش خاطر مهاجران می گردد که بر بهزیستی و سلامت روانی جمعیت مهاجر اثر منفی می گذارد (Virupaksha et al, 2014). به ویژه در کلان شهرها با ملیت ها و قومیت های گوناگون، مسئله سازگاری با تغییرات قابل توجهی در رفتارهای فردی و اجتماعی مهاجران همراه است که گاهی رنج و مشقت زیادی به آنان تحمیل می کند. اگرچه مهاجران خود را با برخی از معیارهای جامعه میزبان سازگاری می دهند، همچنان نوعی احساس معلق بودن می کنند، به طوری که میان پیوندهای عمیق و ناخودآگاه به فرهنگ بومی خود و نگرش جدیدی که حس می کنند برای تحقق اهدافشان به آن نیازمندند، سردرگم هستند.

در نتیجه می توان گفت که سازگاری روانی - اجتماعی مهاجران افغانستانی در

زمینه های مختلفی قابل بررسی است.

## روش‌شناسی پژوهش

از آنجا که هدف این مطالعه، بررسی سازگاری روانی - اجتماعی مهاجران افغانستانی ساکن ایران است، بر اساس نظریه ادغام، روش تحقیق می‌تواند از نوع قیاسی باشد؛ اما برای ورود به درون جهان زیسته افراد و بررسی تجربیات زندگی آن‌ها و بررسی عوامل محیطی، روش «پدیدارشناسی توصیفی»<sup>۱</sup> که متناسب با ماهیت پژوهش حاضر بود، انتخاب و به کار بسته شد. هدف این روش، توصیف و تبیین پدیده‌های خاص بر اساس تجارب سوژه‌های مورد نظر است و در فرایند کار بر توصیف آنچه افراد بیان می‌کنند، تمرکز می‌شود تا به کشف پدیده‌های تازه منجر شود (Spezials, H., & Carpenter, 2007).

روش پدیدارشناسی توصیفی یک سیستم پنج مرحله‌ای مبتنی بر فلسفه پدیدارشناسی هوسرل<sup>۲</sup> است که توسط جیورجی و جیورجی<sup>۳</sup> (2003) معرفی و گسترش یافت روش پدیدارشناسی توصیفی به جای ارائه یک پیش فرض و گشتن به دنبال شواهدی در اثبات آن، به دنبال توصیف ساختار یک پدیده روان‌شناختی است تا بتوان آن پدیده را عمیق‌تر و با جامعیت بیشتر نسب به سایر روش‌ها درک کرد (Broome, R, 2011).

برای جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش، از مصاحبه عمیق<sup>۴</sup> همراه با سؤالات نیمه ساختاریافته بازپاسخ<sup>۵</sup> استفاده شده است. برای ورود به تجربه زیسته آن‌ها در شروع در مورد برداشتشان از معیار موفقیت یک مهاجر افغانستانی در شرایط جامعه ایران سؤال می‌شد و اینکه نمونه‌هایی را در این مورد مثال بزنند. بعد سؤالات با این فرایند ادامه می‌یافت که چگونه خود را یک مهاجر موفق ارزیابی می‌کند؟ استدلال‌هایش در این مورد چیست؟ و اینکه این موفقیت خود را حاصل چه چیزهایی می‌داند؟

مدت جلسات مصاحبه به‌طور متوسط بین ۶۰ تا ۹۰ دقیقه بود. مصاحبه‌ها با رضایت شرکت‌کنندگان، ضبط شده و محتوای آن خط به خط تایپ شده و برای درک کلی از

1 theoretical sampling

2 Husserl, E

3 Giorgi, A & Giorgi, A.

4 in-depth interview

5 open ended question

محتوای گفته‌های مصاحبه‌شوندگان، چند مرتبه خوانده شد.

تحلیل یافته‌های این پژوهش به روش «هفت مرحله‌ای کلایزی»<sup>۱</sup> انجام شد.

برای اطمینان از صحت و دقت داده‌ها، از معیارهای چهارگانه شامل اعتبار<sup>۲</sup>، تأییدپذیری<sup>۳</sup>، قابلیت اعتماد<sup>۴</sup> و انتقال‌پذیری<sup>۵</sup> استفاده گردید. جهت افزایش معیار اعتبار در این پژوهش از مواردی همچون تخصیص زمان کافی برای جمع‌آوری داده‌ها و حسن ارتباط با شرکت‌کننده‌ها استفاده شد. برای معیار اعتمادپذیری، اطلاعات در اختیار سه تحلیل‌گر کیفی قرار گرفت و کدگذاری و تحلیل داده‌ها به صورت جداگانه انجام شد که در ۹۵ درصد موارد نتایج تحلیل و کدگذاری تحلیل‌گرها با کدگذاری این پژوهش تشابه داشت. در معیار تأییدپذیری علاقه به مقوله مورد مطالعه، تماس درازمدت با این مقوله و تلاش برای کسب نظر دیگران در این زمینه از عوامل تعیین‌کننده تأییدپذیری بود. همچنین برای بررسی میزان انتقال‌پذیری، نتایج در اختیار دو شرکت‌کننده خارج از گروه شرکت‌کنندگان قرار داده شد که این دو نیز نتایج را تأیید کردند.

انجام مصاحبه‌ها تا جایی ادامه یافت که داده‌ها به تکرار یا اشباع نظری رسید. اشباع نظری زمانی اتفاق می‌افتد که محقق به این نتیجه برسد که به مفاهیم و پاسخ‌های مشابه رسیده است و از مصاحبه‌های جدید، مفاهیم جدید بروز نمی‌کند. در این پژوهش، با وجود اینکه داده‌ها از مصاحبه‌های شرکت‌کننده‌های پانزدهم به درجه اشباع نظری نزدیک می‌شد، اما برای اطمینان بیشتر، مصاحبه‌ها تا نفر بیست و یکم ادامه داده شد. در تحلیل داده‌ها؛ اطلاعات دموگرافیک شامل سن، وضعیت تأهل، تحصیلات، رشته، شغل و مدت زندگی در ایران، دسته‌بندی شد.

مسائل اخلاقی رعایت شده در این پژوهش شامل: کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان برای شرکت در پژوهش و ضبط محتوای مصاحبه، اطمینان به محرمانه

---

1 Colaizzi Method

2 credibility

3 confirmability

4 dependability

5 transferability

باقی ماندن اطلاعات، استفاده از اسم مستعار برای آن‌ها و همچنین حق انصراف ایشان از پژوهش در تمامی مراحل تحقیق به شرکت کنندگان بود.

### جامعه هدف و نمونه پژوهش

جامعه این پژوهش شامل مهاجرین افغانستانی ساکن ایران است. نمونه‌های پژوهش شامل ۲۱ نفر از مهاجرین موفق افغانستانی ساکن شهرهای تهران، قم و مشهد است که به روش نمونه‌گیری هدفمند<sup>۱</sup> و بر اساس ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شده‌اند که شامل موارد زیر است:

(۱) حداقل ۲۵ ساله باشد.

(۲) متعلق به نسل دوم و سوم مهاجرین باشد؛ یعنی در ایران به دنیا آمده باشد. و یا حداقل ده سال به‌طور مداوم در ایران زندگی کرده باشد.

(۳) اقامت قانونی در ایران داشته باشد؛ یعنی یا کارت آمایش داشته باشد و یا اقامت پاسپورتی که حداقل سه سال متوالی این اقامت تمدید شده باشد.

(۴) در زمان مطالعه مشغول به کاری باشد که هزینه‌های زندگی و روزمره وی از این منبع تأمین شود.

(۵) حداقل در یکی از زمینه‌های اقتصادی، ورزشی، علمی، فرهنگی، هنری، اجتماعی، سیاسی حداقل در ۵ سال اخیر موفقیت‌های قابل توجهی کسب کرده باشد. (تحقیق، چاپ مقاله، تألیف کتاب، تدریس، کسب مقام در مسابقات ملی و بین‌المللی، کسب مسئولیت در سازمان‌های مختلف، راه‌اندازی کسب‌وکار).

(۶) توسط منابع و مراجع معرفی کننده، به‌عنوان فرد موفق ارزیابی و معرفی شده باشد (معیار ارزیابی جامعه).

(۷) به‌عنوان یک الگوی موفق در حوزه مربوطه بین مهاجرین مطرح باشد.

---

1 Purposeful sampling

جدول ۱. مشخصات شرکت کنندگان در تحقیق

مدت اقامت در ایران	شغل	وضعیت تأهل	رشته	تحصیلات	جنس	سن	کد
۴۴	دندان پزشکی	متاهل	دندان پزشکی	دکتری	مرد	۵۰	۱
متولد ایران	مرکز خدمات پشتیبانی سایت	متاهل	تاریخ	حوزوی/دانشجوی دکتری	مرد	۴۳	۲
متولد ایران	بازار آزاد/پخش لوازم التحریر	مجرد	زبان و ادبیات عرب	کارشناسی ارشد	مرد	۳۰	۳
متولد ایران	مربی آموزش کسب و کار	متاهل	روان شناسی	کارشناسی	مرد	۳۹	۴
۳۶	پژوهشگر/فعال فرهنگی	متاهل	برنامه ریزی آموزشی	حوزوی/کارشناسی ارشد	مرد	۵۳	۵
متولد ایران	عکاس و فیلم بردار/مشاور	مجرد	روان شناسی بالینی	دانشجوی ارشد	مرد	۲۶	۶
متولد ایران	مربی ورزشی (بدن سازی)	مجرد	تربیت بدنی	دانشجوی دکتری	مرد	۳۴	۷
متولد ایران	پزشک متخصص زنان	متاهل	علوم پزشکی	متخصص زنان	زن	۳۶	۸
۳۰	پژوهشگر/فعال فرهنگی	متاهل	اپیدمیولوژی	دانشجوی دکتری	مرد	۴۸	۹
۲۴	حسابدار/مشاور حقوقی	متاهل	حقوق	کارشناسی	مرد	۲۵	۱۰
متولد ایران	مشاور تربیتی/کنشگر اجتماعی	متاهل	روان شناسی تربیتی	کارشناسی ارشد	زن	۳۹	۱۱
متولد ایران	شاعر/فعال فرهنگی	متاهل	ادبیات	حوزوی/کارشناسی	زن	۴۰	۱۲
۳۰	خیاط / مشاور روان شناسی	مجرد	روان شناسی بالینی	کارشناسی ارشد	مرد	۳۷	۱۳
۲۵	مرکز خدمات و فروش موبایل	مجرد	مدیریت صنعتی	کارشناس	مرد	۳۳	۱۴
متولد ایران	مدیر انتشارات	مجرد	فلسفه	کارشناس ارشد	زن	۳۸	۱۵

مدت اقامت در ایران	شغل	وضعیت تأهل	رشته	تحصیلات	جنس	سن	کد
۴۳	پرستار	متاهل	پرستاری	کارشناسی	مرد	۴۶	۱۶
۴۱	شرکت سرمایه‌گذاری	متاهل	مهندسی شهرسازی	دکتری	مرد	۴۲	۱۷
۴۴	مدرس ادبیات، ویراستار	متاهل	تاریخ	دکتری	مرد	۴۷	۱۸
متولد ایران	نویسنده و مدرس	متاهل	ادبیات	حوزوی/لیسانس	مرد	۴۰	۱۹
۳۷	کنشگر فرهنگی - اجتماعی	متاهل	عالم دینی	سطح ۴ حوزه	مرد	۳۹	۲۰
۴۵	مشاور حقوقی/فعال اجتماعی	متاهل	حقوق بشر	کارشناسی ارشد	مرد	۵۰	۲۱

### توصیف نمونه‌های تحقیق

**سن:** بعد از طی فرایند ذکرشده در روش انتخاب نمونه‌ها، جوان‌ترین فرد ۲۵ و مسن‌ترین فرد ۵۳ ساله بود (طبق جدول ۱). این نشان می‌دهد که اکثریت این افراد در دوره میان‌سالی قرار داشته‌اند.

**جنس:** در نمونه‌های گزینش‌شده برای مطالعه، تعداد نمونه‌هایی که در ملاک‌های مشخص‌شده قرار گرفتند، ۴ مورد خانم و ۱۷ مورد آقا بودند.

**تحصیلات و آموزش:** تمامی نمونه‌های این تحقیق، تحصیلات بالاتر از دیپلم داشتند. محقق در بررسی‌های میدانی به افراد موفق‌ی روبرو شد که تحصیلات پایین‌تر از دیپلم داشتند، اما در برخی حوزه‌ها و به‌ویژه بخش‌های اقتصادی، ورزشی و هنری موفقیت‌های قابل توجهی کسب کرده بودند. این گروه برای مشارکت در این طرح با دو چالش عمده روبرو بودند. ۱. اعتمادبه‌نفس آن‌ها برای مشارکت در مصاحبه و بیان تجاربشان پایین بود. ۲. باوجود توضیحات محقق، دیدگاه نگران‌کننده‌ای نسبت به تبعات پژوهش داشتند که بعداً از طریق ساختارهای قانونی برای فعالیت‌هایشان مشکل و محدودیتی ایجاد نشود.

نکته قابل توجه دیگر در این بخش، علاقه به رشته تحصیلی بود. برخی از نمونه‌ها، حتی وقتی در سطوح تحصیلات تکمیلی به این علاقه خود پی برده، مسیر تحصیلی و رشته

خود را تغییر داده و مسیرهای موفقیت را طی کرده بودند. ویژگی مؤثر دیگر در مورد رشته‌ها، نیاز جامعه میزبان (مثلاً رشته‌های علوم پزشکی) بوده که سبب پیشرفت و موفقیت این افراد شده است.

مدت اقامت در ایران: تمامی نمونه‌هایی که در این تحقیق، طبق چارچوب‌های مشخص شده، به عنوان مهاجر موفق مورد ارزیابی و مصاحبه قرار گرفتند، یا متولد ایران بودند (۴۵٪) و یا بالای ۲۴ سال در ایران زندگی کرده‌اند (۵۵٪).

### یافته‌ها

پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها از کدهای اولیه، ۲۴ مضمون فرعی استخراج شد. سپس از این مضمون‌ها، سه مضمون اصلی استخراج شد که شامل موارد زیر می‌شود: توصیف وضعیت روان‌شناختی مهاجران، ظرفیت‌های مهارتی مهاجران و بسترهای موقعیتی مهاجران

جدول ۲- مضامین اصلی، فرعی و کدهای اولیه تجارب زیسته مهاجرین موفق افغانستانی

پدیده	مضمون‌های اصلی	مضمون‌های فرعی	کدهای اولیه (گزاره‌ها)
سازگاری روانی - اجتماعی مهاجرین موفق افغانستانی در ایران	۱. توصیف وضعیت روان‌شناختی مهاجران	مهارت خودشناسی	شناخت استعدادها / محدودیت‌ها / علاقه‌مندی‌ها
		هویت	هویت افغانستانی / هویت ایرانی / هویت سرگردان
		عزت نفس و اعتماد به نفس	احساس حقارت / عزت نفس شکننده
		مهارت ارتباط مؤثر	تبادل یا انتقال مؤثر ایده‌ها، اطلاعات، افکار، دانش، داده‌ها، عقاید
		مهارت حل مسئله	تحلیل مسئله و پیدا کردن راه‌حل‌های مختلف
		مهارت مدیریت احساسات	واکنش سازنده به افراد یا رویدادها
		تاب‌آوری و پذیرش	حفظ قوام و سلامت روانشناسی در مواجهه با سختی‌ها
		ساختار شخصیتی	عدم اعتقاد به شانس

پدیده	مضمون‌های اصلی	مضمون‌های فرعی	کدهای اولیه (گزاره‌ها)
۲. ظرفیت‌های مهارتی مهاجران		هدف‌گذاری	شفاف - شخصی / اجتماعی
		مهارت کار تیمی	برنامه‌ریزی - شبکه‌سازی
		مهارت کسب و کار	آشنایی با اصول کسب و کار / مهارت بازاریابی / آگاهی از قوانین کسب و کار
		مهارت‌های کامپیوتری و استفاده از تکنولوژی روز	مهارت کار با کامپیوتر - مهارت کار با نرم‌افزارهای مختلف - مهارت استفاده از هوش مصنوعی
		فرصت‌شناسی و خلاقیت	فرصت‌های ویژه یک مهاجر
		نوع رشته / تخصص / مهارت	متناسب / نامتناسب با شرایط قانونی یک فرد مهاجر
۳. بسترهای موقعیتی مهاجران		مدرك اقامتی	کارت آمایش / پاسپورت
		دوره زمانی متأثر از شرایط سیاسی جامعه میزبان	محدودیت‌ها و فرصت‌های ناشی از تغییر دولت‌ها / اوایل انقلاب / دوره‌های بعدی / نگاه امنیتی
		چالش‌ها و محدودیت‌های قانونی	مجوز کار - مجوز اقامت - حامی / غیر حامی - وضعیت اقتصادی - وضعیت فرهنگی
		مدرسه	تشویق / تبعیض مثبت / حمایت معلم / حمایت مدرسه
		محله زندگی	مشوق‌ها / مانع‌ها
		شبکه دوستان	حلقه دوستانی صمیمی مهاجر و ایرانی
		الگوهای زندگی	مهاجرین موفق
		موقعیت‌های ویژه	تجارب ویژه / حمایت‌های ویژه / موقعیت‌های ویژه، شانس...!

### توصیف عوامل روان‌شناختی

اولین مقوله مهم در تجربه زیسته مهاجرین موفق افغانستانی در این مطالعه، موضوعات روان‌شناختی بود که به‌طور عمده شامل ۹ مقوله فرعی می‌گردید.

– مهارت خودشناسی: در بسته آموزشی سازمان جهانی بهداشت برای مهارت‌های دهگانه زندگی در دنیای امروزی، مهارت خودشناسی جزو اولین عنوان‌های آموزشی این دوره است و این اهمیت موضوع را می‌رساند. کد ۱۸ (تحصیلات دکتری) در این مورد می‌گوید:

«من اول به دنبال حل مسئله خودم رفتم (خودشناسی) و بعد حل مسئله مردم؛ و این رمز موفقیت من بوده است...»

– هویت: یکی از چالش‌های عمده مهاجرین افغانستانی و به‌ویژه نسل دوم و سوم، موضوع هویت است. آنان در برزخی قرار دارند که نمی‌دانند افغانستانی هستند، یا ایرانی؟ کد ۱۹ (نویسنده و منتقد ادبی) می‌گوید:

«نسل‌های جدید نه تعلق به گذشته دارند و نه توانسته‌اند با شرایط جدید ارتباط برقرار کنند و لذا در یک چالش هویتی گیر کرده‌اند.»

– عزت نفس و اعتماد به نفس: معمولاً مهاجرینی که در قسمت هویت مشکل دارند، از عزت نفس و اعتماد به نفس شکننده‌ای برخوردار هستند. این افراد برای ورود به جامعه و ابراز توانمندی‌های خود دچار مشکل هستند و موقعیت‌های خوبی را نیز از دست می‌دهند. کد ۲ (۴۳ ساله) می‌گوید:

«خیلی از مهاجرین جرأت شروع یک کاری را ندارند. با وجودی که تخصص و تجربه دارند. می‌گویند اداره اتباع نمی‌گذارد، اداره کار نمی‌گذارد، حتماً گیر می‌کنم و...»

اما اگر عزت نفس و اعتماد به نفس کافی وجود داشته باشد، موقعیت‌ها به راحتی از دست نمی‌روند. کد ۴ (مربی کسب و کار) می‌گوید:

«وقتی فنر بیشتر فشرده می‌شود، قدرت پرتاب بیشتری دارد. یک مهاجر یک فنر فشرده شده است که می‌تواند از فرصت‌ها بهتر استفاده کند. وقتی با وجود همه محرومیت و سختی‌ها به جایی می‌رسد، خیلی موفق‌تر عمل می‌کند».

- مهارت ارتباط مؤثر: این مهارت نیز جزو مهارت‌های دهگانه زندگی است که توسط سازمان جهانی بهداشت معرفی شده است. ارتباط مؤثر فرآیند تبادل یا انتقال ایده‌ها، اطلاعات، افکار، دانش، داده‌ها، عقاید یا پیام‌ها توسط فرستنده به گیرنده است؛ البته با هدفی که به وضوح قابل درک باشد. کد ۱۷ (۴۲ ساله) می‌گوید:

«باید مهارت ارتباطی داشته باشی. ما دکتری داریم که حرف زدن بلد نیست. اعتماد به نفس ندارد. نمی‌تواند در جمع صحبت کند. توجیه کند و...».

- مهارت حل مسئله: منظور از مهارت حل مسئله<sup>۱</sup>، توانایی یافتن بهترین پاسخ برای یک مسئله است. در واقع کسی که این مهارت را داشته باشد، در مواجهه با مسائل و مشکلات می‌تواند علل وقوع یک مسئله را بیاید، راه‌حل‌های موجود را تحلیل کند و سپس برای حل آن موضوع بهترین و مؤثرترین راه‌حل را ارائه دهد. کد ۱۶ (پرستار) می‌گوید:

«... مهم این است که اول جزئیات را روشن کنم و خودم بپذیرم و برای خودم حل کنم تا ذهنم بپذیرد. بقیه‌اش خود به خود حل می‌شود. در خریدها و کارهایی که برای بقیه خیلی دور از ذهن بوده، اما من وقتی وجود یک مورد را بپذیرم، مسیرم ناخودآگاه به همان سمت می‌رود. مهم‌ترین چالش و مانع ذهن خود آدم است».

- مهارت مدیریت احساسات: مهارت مدیریت احساسات یا مدیریت عاطفی مجموعه‌ای از مهارت‌ها است که می‌تواند به افراد کمک کند تا نسبت به افراد یا رویدادها واکنش سازنده‌ای نشان دهند. کد ۲ می‌گوید:

«در ابتدای جوانی خیلی آدم عصبانی بودم که زود وارد دعوا و چالش می‌شدم؛ اما سال به سال روی تقویت شخصی خودم کار کردم. این تحول راه سختی بود؛ اما فکر می‌کنم موفق شدم».

- تاب‌آوری و پذیرش: تاب‌آوری<sup>۱</sup> ظرفیت بازگشتن از دشواری پایدار و ادامه‌دار و توانایی در ترمیم خویشتن است. تاب‌آوری یعنی اینکه فرد بتواند قوام و سلامت روانشناسی خود را در مواجهه با سختی‌ها حفظ کند.

تاب‌آوری نه تنها افزایش قدرت تحمل و سازگاری فرد در برخورد با مشکل، بلکه مهم‌تر از آن حفظ سلامت روانی و حتی ارتقای آن است. تاب‌آوری افراد را توانمند می‌سازد تا با دشواری‌ها و ناملایمات زندگی و شغلی روبه‌رو شوند، آسیب کمتری ببینند و حتی از این موقعیت‌ها برای شکوفایی و رشد شخصیت خود استفاده کنند.

کد ۱۷ می‌گوید:

«اتفاقات بد در زندگی زیاد اتفاق می‌افتد؛ اما انسان باید این توانایی را داشته باشد که عبور کند و از پا نیفتد. حالا یک نفری تحقیر هم کرد، فراموش کن و تمام... من چرا پیشرفت کردم؟ قوانین را پذیرفتم. اینجا قانونش آینه. همین‌ه که هست. حالا باید چه کار کنم؟ خیلی از دوستان ما راهش را پیدا کرده‌اند. بالاخره یک راهی وجود دارد. ناامید هم نباید شد. وقتی ناامید شدی، چیزی گیرت نمیاد».

- ساختار شخصیتی: شخصیت افراد در طول زمان شکل می‌گیرد و به عوامل مختلفی مانند موضوعات وراثتی تا تجارب دوران کودکی، آموزش و... بستگی دارد. شخصیت افراد بر تفکرات، ارزش‌ها و عملکردهای آنان تأثیرگذار است.

کد ۱۱ (خانم ۳۹ ساله) می‌گوید:

«برای موفقیت به شانس اعتقادی ندارم. به اندازه تلاش که هر فرد انجام می‌دهد، خدا درب‌ها را باز می‌کند».

کد ۲ می‌گوید:

«با مطالعه، برای تقویت حال و روحیه و شخصیت خودم استفاده می‌کردم. خیلی دنبال تغییر بودم. بسیاری از کتاب‌ها را ایستاده خواندم. چون پول نداشتم. کتاب‌ها را در کتاب‌فروشی‌ها ایستاده خواندم.»

#### ظرفیت‌های مهارتی مهاجران

- هدف‌گذاری: شرکت‌کنندگان در پژوهش، رسیدن به اهداف خود را به‌عنوان موفقیت ارزیابی می‌کردند. این اهداف در دو حوزه شخصی و اجتماعی مطرح بود. کد ۵ می‌گوید: «حدود ده سال قبل وقتی شروع به نشر دیدگاه‌هایی که دارم کردم، خیلی توسط جامعه قابل‌بندیش نبود، اما حالا بعد از ۱۰ سال، بسیاری از تابوها، تبدیل به یک گفتمان شده است و این نشان می‌دهد که هرکسی اگر برای خودش هدف‌گذاری داشته باشد و پیگیری کند، به اهداف خود خواهد رسید.»

- نوع رشته / تخصص / مهارت‌های جانبی: برخی رشته‌ها و تخصص‌ها با موضوعات قانونی خیلی ارتباط مستقیمی ندارند. در برخی حوزه‌ها، نیز گاهی فرصت‌های بیشتری برای پیشرفت و موفقیت یک مهاجر افغانستانی فراهم است. کد ۱۹ می‌گوید:

«در زمینه ادبیات محدودیتی ندیدیم. حتی گاهی اوقات، میدان بیشتری به ادبیات مهاجرت داده شده است. در برخی حوزه‌ها، بیشتر بحث تجربه و تخصص و یا مدیریت بازار مطرح است. ادبیات خیلی جنس کاری نیست. بیشتر جنس پرستیز است. اگر من یک وکیل می‌بودم، یک پزشک و پرستار می‌بودم، یک روان‌درمانگر می‌بودم، مشکلات بیشتری می‌داشتم.»

یا کد ۲ (متخصص امور سایت) می‌گوید:

«چون تجربه بیشتری در این حوزه دارم و فکر می‌کنم روش تعامل من با مشتریان بهتر است، لذا در بین همکاران مراجعه‌های مشتریان بیشتر به سمت من است.»

گاهی یک مهارت جانبی سبب شده است که فرد بتواند موقعیت برای استفاده از تخصص اصلی خود پیدا کند. مثلاً کد ۱۶ (پرستار) می‌گوید:

«یک روز مدیری کلینیکی که کار می‌کردم، گفت: سیستم پذیرش کلینیک امام زمان (ع) که مشابه همین سیستم کلینیک ما است، مشکل پیدا کرده است. مرا اونجا فرستادند. بعد از تعمیر سیستم، مسئول اونجا که یک پزشک بود راجع به کارهایم سؤال کرد. گفتم پرستاری خوانده‌ام و در مانگاه کار می‌کنم. گفت می‌خواهی چندتا شیفت هم اینجا بیایی؟ من قبول کردم و یک شب در هفته اونجا برداشتم».

مهارت کار تیمی: در بین مهاجرین افغانستانی یک گفته مشهور وجود دارد که «ما در کارهای فردی خیلی عالی، اما در کارهای تیمی و گروهی ضعیف هستیم. نتیجه‌اش همین وضعیت کشور ماست». متأسفانه این گفته تا حدی درست است. دلایل متعددی را می‌توان برای این موضوع نام برد. به شکاف‌های قومی، زبانی، مذهبی و سیاسی، در طول سال‌های طولانی دامن زده شده که بی‌تأثیر نبوده است. لذا در مصاحبه‌ها، توانمندی انجام کار تیمی، یکی از شاخصه‌ها برای مسیر موفقیت معرفی گردید. کد ۵ می‌گوید:

«کار گروهی خیلی مهم است. ظرفیت‌ها بروز پیدا می‌کند. این مهارت فقط در درس خواندن حاصل نمی‌شود. فرد در تیم دلخوری را یاد می‌گیرد، آشتی کردن را یاد می‌گیرد و...».

- مهارت‌های کامپیوتری و استفاده از تکنولوژی روز: شرایط دنیای امروزی، با شرایط گذشته خیلی متفاوت است. یکی از عوامل آن، وجود تکنولوژی‌های نوینی است که وارد زندگی و کار مردم جامعه شده است. کامپیوتر، موبایل، اینترنت جزو کاربردی‌ترین ابزار ارتباطی و کاری است که بدون آن‌ها، زندگی بشر متفاوت خواهد بود. بسیاری از مصاحبه‌شوندگان، استفاده از ابزار جدید را مکمل تخصص و تلاش خود برای موفقیت ارزیابی می‌کردند. کد ۱۱ می‌گوید:

«موفقیت فقط وابسته به تخصص نیست. در کنار تخصص حتماً باید مهارت وجود داشته باشد. هر دوی این‌ها در قالب تکنولوژی، توسعه و ارتقا می‌یابد».

کد ۸ می‌گوید:

«مهارت کارکردن با ابزار دنیای جدید خیلی مؤثر است. لپ تاب، کامپیوتر، اینترنت و... البته باید درست و هدفمند استفاده شود. من تا یک زمانی فقط با کامپیوتر بازی می کردم؛ اما حالا استفاده می کنم. تایپ ده انگشتی یک ضرورت است.»

- مهارت کسب و کار: برخی شرایط و موقعیت های کسب و کار برای یک مهاجر متفاوت است و لذا گاهی برای موفقیت، باید راه های متفاوت تری طی گردد. کد ۱۴ می گوید:

«مهاجر برای موفقیت در شرایط ایران باید چند تخصصه باشد. در یک تخصص کار نکند. اگر در یک راه بمانی، شکست می خوری. اگر معمار هستی، معامله هم بلد باش، فارکس هم کار کن. حتی اگر پزشک هستی، شاید نتوانی خوب کار کنی، درآمد مناسب داشته باشی، یک کار دیگر هم کنارش داشته باش. محیط خودش را با شما هماهنگ نمی کند. شما باید هماهنگ باشی.»

- فرصت شناسی/اخلاقیت: در شرایط برابر، برخی از مهاجرین موفق تر هستند و گویا مسیرهای پیشرفت و فرصت ها را راحت تر پیدا می کنند.

کد ۱۹ می گوید:

«فقط تلاش مشکل را حل نمی کند. اینکه سنگ را کجا بگذاری مهم است. صد ضربه آهنگر و یک ضربه زرگر..... بارها راه هایم بسته شده، اما ناامید نشده و یک راه جدید پیدا کرده ام.»

کد ۱۴ می گوید:

«این مهاجر بودن، خودش یک فرصت است. چون می توانی با دو جامعه تعامل داشته باشی. فرد ایرانی فقط با جامعه خودش در ارتباط است؛ اما مهاجری که هر دو جامعه را می شناسد و ارتباط دارد، فرصت های بیشتری برایش ایجاد می شود.»

بسترهای موقعیتی مهاجران

- مدرک اقامتی: یکی از چالش های عمده مهاجرین، مدرک اقامتی است که به طور عمده شامل کارت آمایش، پاسپورت تبدیل وضعیت، پاسپورت خانواری، سربرگ شناسایی و...

هر کدام از این مدارک، از لحاظ اعتباری و کاربرد متفاوت است. برخی روندهای اداری و کاری با کارت آمایش قابل انجام است و برخی با پاسپورت. مثلاً با کارت آمایش فقط می‌توان کارت کارگری ساده دریافت کرد و معمولاً کارت‌تجاری رسمی نمی‌توان انجام داد. پاسپورت هم برخی مزایا و محدودیت‌های خاص خودش را دارد.

دوره زمانی متأثر از شرایط سیاسی جامعه میزبان: قوانین جامعه میزبان بر اساس شرایط و دوره‌های زمانی متفاوت بوده است. در اوایل انقلاب که با تجاوز شوروی به افغانستان، با فرمان امام خمینی (ره) مرزها بر روی مهاجرین باز شد و از آنان به‌عنوان برادران مهاجر یاد می‌شد. محدودیت‌ها خیلی گسترده و سیستمیک نبود؛ اما در دوره‌های مختلف انتخابات ریاست جمهوری در ایران، شرایط مهاجرین نیز متغیر بوده و با کاهش و افزایش محدودیت‌ها و فرصت‌ها همراه بوده است. در دوره‌های روزنه‌هایی باز شده و در دوره‌ای بسته شده است.

کد ۱۸ می‌گوید:

«برای من شاید متفاوت باشد؛ اما برای نسل جدید متفاوت و شکننده است. در دوره جدید، امید این بود که اینجا درس بخوانند و در افغانستان کاری پیدا کنند و ثمره تلاش‌های خود را ببینند. امروز آن روزنه به‌ویژه برای خانم‌ها بسته شده. دوران سختی است و امیدوارم تغییر کند.»

- چالش‌ها و محدودیت‌های قانونی: چالش‌ها و محدودیت‌های قانونی از مهم‌ترین موانع پیشرفت یک مهاجر است. تقریباً تمامی مصاحبه‌شوندگان، به این نکته به‌طور مستقیم اشاره کردند. در برخی از رشته‌ها و حوزه‌ها، امکان فعالیت اتباع خارجی در ایران وجود ندارد و حتی ممنوع است. کد ۱۹ می‌گوید:

«اگر یک کارت ملی داشتم، خیلی جلوتر بودم. می‌توانستم مجوز بگیرم و خیلی ایده‌هایم را عملی کنم.»

لذا انتخاب مسیر فعالیت یک مهاجر که با مسائل قانونی دچار تعارض نشود، اما بتواند کارهایش را پیش ببرد، خیلی مهم است.

کد ۱۷ می گوید:

«فرد باید از قوانین کشور میزبان آگاه باشد. اول باید قوانین را یاد بگیرد. گاهی مشکل از خود فرد است که مسیرها را بلد نیست یا پیگیری نمی کند. قانون اقامت، قانون دانشجویی، قانون کسب و کار و...»

کد ۲ می گوید:

«در بحث قانون یاد گرفته ام که اگر سنگی جلوی راه است، یاد گرفته ام راه های جانبی را پیدا کنم. چون در برخی موارد خیلی تلاش کرده ام که برخی موانع قانونی را حل کنم؛ اما نشده است. قانون را نمی توانم عوض کنم. لذا راهم و راهکارم را تغییر می دهم. راه جدیدی پیدا می کنم. خودم را سازگار کرده ام تا مقاومتی که باعث شود، خسته و ناامید شوم...»

- خانواده: خانواده به عنوان مهد پرورش کودک و نوجوان، نقش محوری در موفقیت های آینده وی دارد. بخش مهمی از ساختار شخصیتی فرد، ارزش ها و مهارت ها، در خانواده پایه ریزی می شود. اکثر مصاحبه شوندگان، خانواده را اولین حامی و بستر موفقیت خودارزیابی کردند.

- مدرسه: مدرسه در حقیقت خانه دوم یک دانش آموز و محل اصلی آموزش و پرورش وی است. مدرسه می تواند منبع الهام بخشی برای دانش آموز مهاجر باشد یا محلی برای تجارب تلخ. مدیران، معلمان و هم کلاسی ها می توانند این فضا و شرایط را ایجاد کنند.

کد ۱۹ می گوید:

«در مدرسه حتی ما را به رخ بچه های ایرانی می کشیدند. تا جایی که یادم هست، تبعیض مثبت را بیشتر دیدم تا تبعیض منفی.»

کد ۱۲ می گوید:

«در محیط مدرسه و دبیرستان و دانشگاه حس حمایت از سمت معلمین را داشتم. هر معلمی که داشتم از من حمایت کرد. مثلاً معلم ادبیات من وقتی فهمید که افغانی هستم، راجع به بزرگان ادبی افغانستانی بیشتر توضیح داد.»

- محله زندگی: محله زندگی می تواند بخشی از شکل گیری خاطرات و تجارب مثبت و منفی یکی فرد باشد که در تصمیم گیری های بعدی وی تأثیر گذار است. کد ۷ می گوید:

«خدا را شکر در این منطقه به دنیا آمدم و بزرگ شدم. تجارب خوب من در این منطقه و مدرسه اتفاق افتاد. در محله ما شور و شوق زیاد بود. روابط نزدیک تر بود. قدرت انسان در روابط وی است. در آن محله بودم که روابط ایجاد کردم و آن باشگاه را پیدا کردم و مراحل بعدی پیشرفت اتفاق افتاد. فکر می کنم آن محله یکی از عوامل پیشرفت من بوده است.»

- شبکه دوستان: نوجوانان معمولاً بر اساس همگرایی های فکری و رفتاری، حلقه دوستان خود را شکل می دهند که خود به خود در تثبیت و توسعه مهارت ها و تفکرات وی نقش مهمی دارد.

کد ۱۹ می گوید:

«تعدادی از همکلاسی های ایرانی داشتم که صمیمی بودیم و یک نقش حمایتی از من در برابر رفتار برخی همکلاسی های دیگر داشتند. آن ها در آینده کاری من هم تأثیر گذار بودند. اولین پروژه های بعد از دانشگاه را توانستم با همکاری همان دوستانم بگیرم.»

- الگوهای زندگی: الگوهای زندگی، می تواند نقش مهمی برای ایجاد انگیزه ایفا کنند. الگوهای زندگی در جوامع مختلف، متفاوت است. رسانه ها می توانند نقش مهمی در الگودهی جامعه داشته باشند. برای کودکان و نوجوانان و حتی جوانان جامعه مهاجر، الگویی که هم مناسب باشد و هم با ساختارهای فرهنگی وی همخوانی داشته باشد، کمتر در دسترس است. مثلاً یک مهاجر موفق دیگر، می تواند یک الگوی مناسب برای یک مهاجر باشد.

کد ۱۷ می گوید:

«الگودادن و معرفی آدم های موفق و به ویژه افراد موفق از نزدیکان افراد خیلی مؤثر است. متأسفانه نوجوانان و جوانان جامعه مهاجر بر اساس حضور مداوم و کنترل نشده در فضاهای ناسالم مجازی، الگوگیری های اشتباه دارند که حتی

مسیرهای زندگی آنان را تغییر می‌دهد».

- موقعیت‌های ویژه: برخی فرصت‌ها برای یک فرد مهاجر ایجاد می‌شود که ممکن است برای همه مهاجرین یکسان نباشد. کد ۱۹ می‌گوید:

«در ادبیات، این تضاحم منافع در کمترین حالت است. حتی زمینه‌های بیشتری وجود دارد. در ایران هزاران نفر هستند که از نظر تکنیک‌های داستان‌نویسی از من خیلی برتر هستند؛ اما به من مدقق فضای بیشتری با رویکرد ادبیات مهاجرت داده می‌شود. ادبیات افغانستان یک عنوانی پیدا می‌کند و مدقق در آن دیده می‌شود؛ اما اگر فقط ادبیات محض مدنظر بود، اصلاً من در ردیف قرار نمی‌گرفتم».

کد ۷ (مربی بدن‌سازی و باشگاه‌دار) می‌گوید:

«وقتی باشگاه را تأسیس کردم، به شریکم گفتم که این باشگاه زود جا می‌افتد. زود سر زبان می‌افتد که یک افغانی یک باشگاه زده. در باشگاه مربی خیلی مهمه؛ یعنی این چالش تبدیل به یک فرصت شد».

## بحث و نتیجه‌گیری

مهاجرت یکی از روندهای جاری در دنیای امروز است که به دلایل مختلف اجباری و غیراجباری صورت می‌گیرد.

بدون شک، جابجایی فضای زیست هموار در تاریخ زندگی انسان نقش مهمی داشته است. این جابه‌جایی با طیفی از تجربه‌های گوناگون از اشتیاق، حسرت، تردید، آشفتگی، موجب بروز تغییراتی اساسی در شیوه زندگی افراد می‌شود. این جابه‌جایی‌ها با مؤلفه‌های گوناگون شکل‌های متنوعی پیدا می‌کنند که از مهاجرت خودخواسته (برای بهبود وضع موجود) تا مهاجرت‌های اجباری (تبعید، اخراج و آوارگی) را در بر می‌گیرد (Mirzaei, 2020).

افغانستان به علت چهاردهه جنگ داخلی و خارجی یکی از مهاجرپرست‌ترین کشورها و ایران یکی از مهاجرپذیرترین کشورهای جهان است. مهاجرت گروه‌های مختل مردم افغانستان به کشورهای دیگر همانند ایران، نوعی مهاجرت بین‌المللی تعریف می‌شود

که در سال‌های گذشته بر شدت آن افزوده شده و مسئله‌مندی‌های خاص خود را در کشور ایجاد کرده است (Piri et al, 2024)

لذا بررسی شرایط و جوانب مختلف مربوط به مهاجرت و مهاجر برای هر دو جامعه، مهم و ضروری است. مهاجرین می‌توانند از دیدگاه تهدید محور مورد توجه باشند و یا از دیدگاه فرصت محور و یا ترکیبی از دو دیدگاه.

تجربه به دنیا آمدن و بزرگ شدن در ایران، مهاجران را در وضعیت موقتی و مبهم «افغانستانی تبارهای ساکن ایران» نگه داشته و از حالت اصیل بودن خارج ساخته و به موقعیت «دیگری» وارد می‌کند. این احساس غریبگی چالش‌های مضاعفی برای نسل دوم و سوم مهاجران افغانستانی ساکن ایران است؛ چراکه ساختارهای رسمی و غیررسمی، جامعه میزبان نیز آن‌ها را به عنوان غریبه و اضافی دانسته و بنابراین، در هر دو سرزمین مهمان‌های ناخوانده محسوب می‌گردند (Saeedi, 2019).

فرایندهای مقابله‌ای مهاجرین در شرایط کشور میزبان، گاهی کارآمد است و گاهی ناکارآمد. شیوه انتخاب روش‌های مقابله‌ای در یک فرد مهاجر به عوامل مختلف فردی، اجتماعی، روان‌شناختی، آموزش و موارد دیگر بستگی دارد.

در میان همه این روندها، چالش‌ها و محدودیت‌ها در شرایط مهاجرت؛ مهاجرینی هم وجود دارند که با وجود شرایط برابر با دیگر مهاجرین افغانستانی، توانسته‌اند سازگاری موقتی با شرایط و جامعه میزبان حاصل کنند. لذا علاوه بر اینکه باری بر دوش جامعه میزبان نبوده‌اند، بلکه یک فرد کمک‌کننده به ارتقا و توسعه شرایط محیطی و جامعه محل زندگی خود هم بوده‌اند.

در تعریف مهاجر موفق دیدگاه‌های متفاوتی وجود دارد. محقق بر اساس پیش‌فرض‌ها و تعاریف عملی که از مهاجر موفق در دسترس داشت، نمونه‌های مطالعه را گزینش کرده و مصاحبه‌ها را انجام داد. در مرحله دوم، تعریف موفقیت یک مهاجر از نظر این افراد مورد بررسی قرار گرفت. تعاریف در این مرحله نیز تفاوت‌هایی داشت. برخی از این نمونه‌ها، موفقیت یک مهاجر را بیشتر به دستاوردهای فردی نسبت می‌دادند و برخی به

دستاوردهای اجتماعی.

مثلاً کد ۱۱ در این مورد می گوید:

«از نظر من مهاجر موفق کسی است که بتواند در شرایط چالش ها و محدودیت های مهاجرت، زندگی خود و خانواده اش را اداره کند و از پس سختی های مهاجرت بیرون بیاید. چون فرصت های یک فرد غیرمهاجر را ندارد. لذا باید هر لحظه آماده حل مسئله باشد و بتواند حل مسئله کند؛ یعنی بتواند در محیط مهاجرت سازگاری مؤثر حاصل کند.»

کد ۱۶ می گوید:

«خودم را موفق ارزیابی می کنم. چون هم زمان در دو بیمارستان کار می کنم. فعلاً خانه دارم. وسیله دارم. کار هم دارم. به یک ثبات نسبی رسیده ام.»

با توجه به شرایط حاکم بر افغانستان، به نظر نمی رسد که این مهاجرین، حداقل در کوتاه مدت به صورت قابل توجهی ایران را ترک کنند. بسته به سیاست های دولتی در ایران در ارائه خدمات و پذیرش مهاجران در برخی حوزه ها، نظیر آموزش و بهداشت، ادغام مهاجران با سرعت قابل توجهی همراه بوده است و تغییرات رخ داده بسیار محسوس است؛ اما در سایر حوزه ها و قلمروها نظیر تابعیت، اشتغال و بازار کار، مهاجران الگوی ادغام ناقص و جزئی داشته اند (Sadeghi, 2016:143).

میرزائی (2017:195) در پژوهشی در ارتباط با جامعه مهاجر افغانستانی در ایران، نتیجه گرفته که با کمک به پیشبرد راهبردهای انطباقی می توان از ظرفیت های موجود مهاجرین نسل های دوم و سوم، یعنی کسانی که در ایران متولد شده و با تکیه بر فرهنگ جامعه ایرانی زندگی می کنند، برای رشد و توسعه کشور ایران هم بهره برد.

مهاجر موفق هم برای خود و خانواده اش مفید است و هم برای جامعه. از جانب دیگر، آسیب های فردی و اجتماعی حضور این افراد هم کمتر است. لذا نتایج این مطالعه، می تواند یک راهنما برای برنامه ریزی در حوزه مهاجرین باشد تا پرننگ تر از چالش های حضور آنان، مسیر فرصت سازی ها فراهم شود.

نکته قابل تذکر در ارزیابی نتایج این مطالعه این است که تقریباً تمامی موارد ذکر شده در مسیر سازگاری فرهنگی - اجتماعی موفق، برای مهاجر و غیرمهاجر لازم است؛ اما با رویکرد مهاجرین سه نکته قابل توجه و تأمل است: اول اینکه به نظر می‌رسد، برخی ضعف‌ها، در بین مهاجرین افغانستانی با توجه به شرایط مهاجرت و موقعیت، نسبت به بقیه جامعه پررنگ‌تر است؛ مانند ضعف اعتماد به نفس، عزت نفس، چالش‌های هویتی و...

نکته دوم این است که تأثیر شرایط مدرسه، محله، قوانین و محیط بر مسیر موفقیت یک مهاجر و غیرمهاجر، می‌تواند خیلی متفاوت باشد؛ گاهی می‌تواند انگیزه‌بخش و یک فرصت باشد و گاهی یک چالش و یک مانع.

نکته سوم این است که با توجه به قوانین و ساختارهای موجود، تفاوت مسیرهای موفقیت در کسب و کار برای مهاجر و غیرمهاجر، زیاد است و حتی برخی مسیرها از لحاظ قانونی برای مهاجرین کاملاً مسدود است. لذا تجارب زیسته مهاجرین موفق در این حوزه، ممکن است کاملاً متفاوت باشد.

کشورهای مختلف مهاجرپذیر، از حضور مهاجرین فرصت‌سازی کرده‌اند و بخش قابل توجهی از ثبات و پیشرفت کشور خود را از طریق مهاجرین پیش می‌برند که در کشورهای حوزه خلیج فارس مانند امارات متحده عربی و حتی برخی از کشورهای اروپایی مانند آلمان، کانادا و استرالیا این فرایند قابل توجه است.

اگرچه سرعت بالای مهاجرت می‌تواند در کوتاه‌مدت، مشکلات سیاسی-امنیتی، اجتماعی و اقتصادی مهمی را برای کشور مقصد ایجاد کند، اما مطالعات نشان داده است که در طولانی‌مدت، پیوند میان دو کشور را تقویت می‌کند. با وجود تمام مشکلاتی که وجود و حضور اتباع خارجی، به‌ویژه مهاجران هم‌تبار افغانستانی‌ها برای ایران داشته است، می‌توان به این مسئله به صورت یک فرصت‌نگریست و از ظرفیت‌های اقتصادی، فرهنگی و فردی مهاجران برای بهبود وضعیت دو کشور و تحکیم پیوند ایران و افغانستان استفاده کرد. مطالعه تاریخچه کشورهای توسعه‌یافته مهاجرپذیر به خوبی حاکی از اهمیت و امکان استفاده از چنین فرصتی است (Sharaf & Fazeli, 2021:211).

لذا با توجه به نتایج این مطالعه می توان به سیاست گذاران جامعه میزبان پیشنهاد های زیر را در مورد جامعه مهاجرین افغانستانی ارائه نمود:

- بسترسازی جهت فرصت سازی از حضور مهاجرین به جای تهدید انگاری صرف.
- بهره گیری از ظرفیت های مختلف مهاجرین موفق افغانستانی برای کمک به ارتقای جامعه مهاجرین و حتی جامعه میزبان
- ایجاد فرصت و زمینه سازی برای گسترش و ارتقای تعاملات فرهنگی و اجتماعی از طریق مهاجرین موفق افغانستانی ساکن در ایران، با کشور افغانستان - به عنوان یک همسایه دائمی - که خود به بهبود امنیت منطقه ای کمک می کند.

### تشکر و سپاسگزاری

از شرکت کنندگان در این تحقیق که صبورانه و دلسوزانه مشارکت و همکاری کردند، تشکر و قدردانی می کنم.

### تأییدیه اخلاقی

اصول اخلاقی در نگارش و ارائه نتایج پژوهش رعایت شده است.

### سهم نویسندگان و منابع مالی

نویسندگان در نگارش این مقاله مشارکت داشته و منبع مالی وجود نداشته است.

### تعارض منافع

تعارض منافع نداریم.

### ORCID

Sayed Musa Hosseini  
Faramarz Sohrabi  
Abdolah Motamedi  
Mohamad Asgari  
Abolghasem Isamorad

 <https://orcid.org/0009-0009-7284-5399>  
 <https://orcid.org/0000-0003-0293-6120>  
 <https://orcid.org/0000-0002-7337-2695>  
 <https://orcid.org/0000-0003-0226-175X>  
 <https://orcid.org/0000-0002-2928-5007>

## References

- Ahmad Rash, Rashid & Eidi, Masoumeh (2017) "*Living in a Pendulum Situation; A Sociological Study of the Lived Experiences of Afghan Refugees in Iran*" (Case Study: Lived Experiences of Afghan Refugees Living in the Yazd Slaughterhouse Neighborhood), *Journal of Iranian Social Issues*, Volume 9, Issue 1, Spring-Summer 2018. pp. 51-68 [in Persian]
- Abbasi- Shavazi, M. J., & Sadeghi, R. (2016). *Socio- cultural Adaptation of Second- generation Afghans in Iran*. *International Migration*, 53(6), 89-110 [in Persian]
- Abbasi-Shavazi, M. & Sadeghi, R. (2014). "*Socio-cultural Adaptation of Second generation Afghans in Iran*", *International Migration*, vol. online 10 January [in Persian]
- Alipour, Abbas; Saadati Jafarabadi, Hassan & Dehghani Firuzabadi, Jalil (2017) "Identifying and analyzing the security consequences of the presence of Afghan foreign nationals in Yazd province", *Geographical Research Journal of Law Enforcement*, No. 18: pp. 79-108[in Persian]
- (Broome, R. E. (2011). "*Descriptive phenomenological psychological method*": An example of a methodology section from doctoral dissertation.
- Berry, J. W. (2008). "Acculturation and Adaptation of Immigrant Youth", *Canadian Diversity*, Vol. 6, No. 2, pp. 50-54.
- Castells, Stephen; Mark J. Miller. (2017), *The Age of Migration: International Population Movements in the Modern World*, translated by Ali Taefi. Tehran: Jameehshanasan Publication.
- Cohen, Bruce (2014) "*Fundamentals of Sociology*", translated by Dr. Gholam Abbas Tavasoli, Tehran, Samt Publications.
- Endler, N. S., Parker, J. D. A., & Summerfeldt, L. J. (1998). "Coping with health problems: Developing a reliable and valid multidimensional measure". *Journal of Psychological Assessment*, 10, 195-209
- Fasai, Soheila & Nazari, Hamed (2016), "Afghan Child, Formation of Self-Conception and Otherness in the Daily Life Experience of Afghan Teenagers in Tehran", *Journal of Social Studies and Research in Iran*, Volume 5, Issue 3, pp. 456-427 [in Persian]
- Giorgi, A. (2009). *The descriptive phenomenological method in psychology: A modified Husserlian approach*: Duquesne University Press.
- Giorgi, A. P., & Giorgi, B. M. (2003). *The descriptive phenomenological psychological method*. In P. M. Camic, J. E. Rhodes, & L. Yardley (Eds.), *Qualitative research in psychology: Expanding perspectives in*

methodology and design (pp. 243-273) Washington, DC: American Psychological Association.

- Hatami Nejad, Hossein; Abdali, Yaqoub & Alipouri, Ehsan (2016), "Measuring the quality of life of Afghan immigrants living in Iran with a subjective approach" (case study: Firouzabad village), *Geographic Quarterly of the Land*, No. 49: 77-92 [in Persian]
- Hemmati, R., & Imani, A. (2023). *A Sociological analysis of the quality of life of afghan immigrants living in Isfahan*. Strategic Research on Social Problems in Iran, 12(2), 81-100. [in Persian].
- Hosseini, A., Finn, B. M., Sajjadi, S. A., & Mousavi, T. (2022). *Urban disparities and quality of life among Afghan refugees living in informal settlements in Mashhad, Iran*. Applied Research in Quality of Life, 18, 1073–1097.
- Ireland, J. L., Boustead, R., & Ireland, C. A. (2005). Coping style and Psychological health among adolescent prisoners: a study of young and juvenile offenders. *Journal of Adolescence*, 28, 411-423
- Jantan, E., Falahi, M. A., & Seifi, A. (2015). "The Determinants of Migration from Developed and Developing Countries to the US". *Journal of Social Sciences Ferdowsi University of Mashhad*, 12(1), 167-196.
- Kendall, D. (2021). *Contemporary Sociology*. Translation: F. Hemmati. Tehran: Jameeshenasan. [in Persian].
- Khosravi et al. (2019), "Study of factors related to the adjustment of Afghan students living in Shiraz", *Bi-Quarterly Journal of Population Studies*, Volume 5, Issue 1, Spring-Summer 2019 (149-175) [in Persian]
- Klenicke CH. (1999). *Coping with life challenge*. co publishing company. New Yourk: USA. 2thed.1324,
- Kuppens, E., & Van den Broek, T. (2022). *Social integration and mental health of Somali refugees in the Netherlands: the role of perceived discrimination*. BMC Public Health, 22(1), 1-9.
- Lazarus RS, Folkman S. (1984) "*Stress, appraisal and coping*". New York: Springer Publishing: 1984
- Mansourian, H., & Rajaei, S. A. (2018). *Quality of life of afghan immigrants in Tehran city*. International Migration, 56(2), 163-176
- Mirzaei, Hossein (2017). "Acculturation strategies and mental health of Afghan immigrants in Qaem town, Qom" (an anthropological study), *Journal of Social Work Research*, Article 6, Volume 2, Issue 7, pp. 189-245 [in Persian]
- Mirzaei, Hossein (2020). "Backgrounds of the emergence and socio-cultural integration of Iranian immigrants in France", *Quarterly Journal of Social Sciences*, Allamah Tabataba'i University, Vol. 26, No. 88, Spring 2020 [in Persian]

- Park, H., Lee, J. K., & Jo, I. (2013). "Changing relationships between education and marriage among Korean women". *Korean Journal of Sociology*, 47, pp-51- 76.
- Piri et al, (2024), "The Narrative of Migration and the Status of Former Afghan Government Military Personnel" *Quarterly Journal of Social sciences*, Vol. 30, No.103, Winter 2024, P 93-130 [in Persian]
- Pour Ahmad, A., Zayyari, K., & Zahedi, J. (2014). *The evaluation of Afghan immigrant's urban quality of life by mental method* (Case Study: Robat Karim). *Geographical Urban Planning Research*, 2(1), 1-15 [In Persian]
- Riahi, Aref; Hariri, Najla & Noushinfard, Fatemeh (2015), "Health information needs and barriers to access among Afghan and Iraqi immigrants in Iran", *Journal of North Khorasan Medical School*, No. 3: 597-610 [in Persian]
- Sassen, s. (2001). " The city: Between Topographic Representation and spatialized power Projects" *Art journal*, v.40, no, 2, summer.
- Saeedi, Saeeda (1400), *Almost Strangers: "A Study of the Lived Experience of Afghan Students Living in Iran in the Corona Crisis"*, from <https://imobs.ir/publication/show/123>
- Sharaf, Mohammad Reza & Fazeli, Habibullah (2019), "Refugees and the Potential for Progress; Synergy of Soft Power of Iran and Afghanistan", *Bi-Quarterly Journal of Soft Power Studies*, Year 10, Issue 2 (23 in a row), Fall and Winter 2019, pp. 211-244 [in Persian]
- Sadeghi, Rasoul; Abbasi-Shawazi, Mohammad Jalal (2016), "Returning to the homeland or staying of Afghan youth in Iran", *Bi-Quarterly Journal of Population Studies*, Volume 1, Issue 1, pp. 119-150 [in Persian]
- Sadeghi, Rasoul (2017), *Wandering between Iranian or Afghan identity! The sufferings of the second generation of immigrants in a Shafqna news agency interview with Dr. Rasoul Sadeghi* [in Persian]
- Sharaf, Mohammad Reza & Fazeli, Habibullah (2020). "Two scientific quarterly journals: *Soft Studies*", Year 10, Issue 5, Fall and Winter 2020, pp 211-244[in Persian]
- Spezials, H., & Carpenter, D.R. (2007) "*Qualitative Research in Nursing .*" Lippincott, Williams & Wilkins press  
from <https://af.shafaqna.com/FA/253245>
- Tremayn, Soraya, (2006),"Modernity and Early Marriage in Iran: A View from Within", «*Journal of Middle East Women's Studies*», Volume 2, Number 1, Winter 2006, pp 65-94
- Vishwamitra, (2013), "*Astrological factors that delay the marriage of a female*", from <http://www.ceylontoday.lk>

-Virupaksha et al, (2014). "*Migration and mental health: An interface*". J Nat Sci Biol Med. 2014 Jul;5(2):233-9. doi: 10.4103/0976-9668.136141.

Wang, Haiping, & Abbott, A. Douglas, (2013), "*Waiting for Mr. Right: The Meaning of Being a Single Educated Chinese Female Over 30 in Beijing and Guangzhou*", «Women's Studies International Forum», Volume 40, September–October 2013, pp 222-229.

Zokae, Mohammad saeed (2022), "*The Art of Conducting Qualitative Research, From Problem Identification to Writing*", Aghah Publications, Tehran

[https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr\\_2020.pdf](https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2020.pdf)

<https://www.un.org/en/>

<https://www.unhcr.org/ir/fa/refugees-iran>

<https://diaran.ir/12335/>

<https://www.etemadonline.com>



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

**استناد به این مقاله:** سهرابی، فرامرز، معتمدی، عبدالله، عسگری، محمد، عیسی مراد، ابوالقاسم، حسینی، سید موسی. (۱۴۰۴). مطالعه سازگاری روانی-اجتماعی مهاجرین موفق افغانستانی ساکن ایران، فصلنامه علوم اجتماعی،

۳۲ (۱۰۹)، ۷۹-۱۱۸. DOI: 10.22054/qjss.2026.84628.2876



Social sciences is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License...