Journal of Marine Medicine
Autumn 2024, Volume 6, Issue 3
Pages: 194-200
10.30491/6.3.194

Investigating the Relationship between Hope and Resilience among Soldiers

Ameneh Marzban [1*]

[1] *Department of Health in Disasters and Emergencies, School of Health Management and Information Sciences, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran*

Received: 22 May 2022 **Accepted:** 4 December 2024

Abstract

Background and Aim: Soldiers often face feelings of hopelessness and stress due to physical and psychological pressures, separation from family, and the inherent dangers of military activities. Resilience is a crucial skill that can help mitigate these challenges. This study aims to investigate the relationship between hope and resilience among soldiers.

Methods: This descriptive cross-sectional study was conducted in 1402 among training soldiers from one of the country's military training units, comprising a total population of 650 individuals. The sample size was calculated to be 300 participants, who were selected through simple random sampling. Data were collected using three questionnaires: a demographic questionnaire, Miller's Hope Scale, and Connor's Resilience Scale. Following data collection, the information was analyzed using SPSS24 software, employing descriptive statistics, analysis of variance, independent t-tests, and Pearson correlation coefficients.

Results: The mean and standard deviation for hope and resilience were 138.51±7.24 and 56.09±5.66, respectively. The results indicated a statistically significant relationship between the mean score of resilience and the level of education among married individuals ($P<0.05$). Additionally, the Pearson correlation coefficient revealed a statistically significant correlation between hope and resilience among soldiers ($P<0.05$).

Conclusion: The findings of this study underscore the importance of fostering hope as a vital factor in enhancing soldiers' resilience. These results can inform researchers and military officials in developing effective educational and support programs aimed at increasing hope and resilience within military forces.

Keywords: Hope, Resilience, Soldiers

[*]**Corresponding author:** Ameneh Marzban**, Email**: amenemarzban@yahoo.com
Address: School of Health Management and Information Sciences, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

مجله طب دریا
دوره ۶، شماره ۳، پاییز ۱۴۰۳
صفحات: ۲۰۰-۱۹۴
10.30491/6.3.194

بررسی رابطه بین امیدواری و تاب آوری در بین سربازان

آمنه مرزبان[1*]

[1] گروه سلامت در بلایا و فوریتها، دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۳/۰۱ **پذیرش مقاله:** ۱۴۰۳/۰۹/۱۴

چکیده

زمینه و هدف: سربازان به دلیل مواجهه با فشارهای جسمی و روانی، دوری از خانواده و خطرات ناشی از فعالیت‌های نظامی، در معرض احساس ناامیدی و استرس قرار دارند. یکی از این مهارتها تاب آوری است. هدف این مطالعه بررسی رابطه بین امیدواری و تاب آوری در بین سربازان است.

روش‌ها: این مطالعه از نوع توصیفی- مقطعی در سال ۱۴۰۲ بود. جامعه پژوهش، تمامی سربازان آموزشی یکی از یگانهای آموزش نظامی کشور شامل ۶۵۰ نفر بود. حجم نمونه ۳۰۰ نفر محاسبه شد که به صورت نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از سه پرسشنامه (دموگرافیک، امیدواری میلر و تاب آوری کونور) استفاده شد. داده ها پس از جمع آوری وارد نرم افزار SPSS24 و با استفاده از آماره های توصیفی و آزمونهای آنالیز واریانس و تی تست مستقل و ضریب همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شد

یافته‌ها: میانگین و انحراف معیار متغیرهای امیدواری و تاب آوری به ترتیب ۱۳۸/۵۱±۷/۲۴ و ۵۶/۰۹±۵/۶۶ بود. نتایج نشان داد که بین میانگین نمره متغیر تاب آوری و سطح تحصیلات تاهل ارتباط آماری معنی داری وجود داشت (P<۰/۰۵). ضریب همبستگی پیرسون بین متغیر امیدواری و تاب آوری در سربازان از نظر آماری معنادار بود (P<۰/۰۵).

نتیجه‌گیری: نتایج به‌دست‌آمده در این مطالعه می‌تواند به محققان و مسئولان نظامی این امکان را بدهد که بر اهمیت تقویت امیدواری به عنوان یک عامل مؤثر بر تاب‌آوری سربازان تأکید کنند. همچنین، این یافته‌ها می‌توانند به طراحی برنامه‌های آموزشی و حمایتی مناسب برای افزایش امیدوار و تاب‌آوری در میان نیروهای نظامی کمک کنند.

کلیدواژه‌ها: امیدواری، تاب آوری، سربازان

*نویسنده مسئول: **آمنه مرزبان**. پست الکترونیک: amenemarzban@yahoo.com
آدرس: گروه سلامت در بلایا و فوریتها، دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.

مقدمه

تاب‌آوری به معنای توانایی فرد در مواجهه با چالش‌ها، فشارها و مشکلات زندگی و بازگشت به حالت عادی یا حتی پیشرفت پس از تجربیات دشوار است. در مورد سربازان، تاب‌آوری به‌ویژه از اهمیت بالایی برخوردار است، زیرا این افراد در شرایط سخت و خطرناک نظامی قرار دارند و باید بتوانند به سرعت به وضعیت‌های استرس‌زا پاسخ دهند (۱, ۲).

سربازان به دلیل مواجهه با فشارهای جسمی و روانی، دوری از خانواده و خطرات ناشی از فعالیت‌های نظامی، در معرض احساس ناامیدی و استرس قرار دارند. در این شرایط، وجود امیدواری می‌تواند به آنان کمک کند تا با چالش‌ها بهتر مقابله کرده و در برابر مشکلات مقاومت بیشتری از خود نشان دهند. امیدواری به عنوان یک عامل محافظتی عمل می‌کند که نه تنها به بهبود وضعیت روانی سربازان منجر می‌شود، بلکه می‌تواند به افزایش کارایی و عملکرد آنان در وظایف نظامی نیز کمک کند (۳).

سربازان با مشکلات متعددی از جمله فشارهای جسمی و روانی، دوری از خانواده، و مواجهه با خطرات جانی روبه‌رو هستند. این عوامل می‌توانند به بروز اختلالات روحی مانند اضطراب، افسردگی و اختلال استرس پس از سانحه منجر شوند. در این زمینه، تاب‌آوری به عنوان یک عامل محافظتی عمل می‌کند که به سربازان کمک می‌کند تا به‌طور مؤثر با این چالش‌ها مقابله کنند و از سلامت روانی بهتری برخوردار شوند (۴).

تحقیقات نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی مانند امیدواری، اعتماد به نفس، و مهارت‌های اجتماعی می‌توانند به افزایش تاب‌آوری در سربازان کمک کنند. همچنین، وجود حمایت‌های اجتماعی و برنامه‌های آموزشی مناسب نیز می‌تواند به تقویت تاب‌آوری در این گروه کمک کند. به‌طور کلی، تقویت تاب‌آوری در سربازان نه تنها به بهبود کیفیت زندگی آن‌ها می‌انجامد، بلکه می‌تواند به افزایش کارایی و عملکرد آنان در محیط‌های نظامی نیز کمک کند (۵).

خودکشی یکی از مشکلات جدی و نگران‌کننده‌ای است که در میان سربازان و نیروهای نظامی به شدت مورد توجه قرار گرفته است. این پدیده به عنوان یک پیامد ناخوشایند و دردناک از مشکلات روانی و اجتماعی ناشی از شرایط زندگی نظامی شناخته می‌شود. سربازان به دلیل مواجهه با فشارهای شدید، تنش‌های عاطفی و تجربه‌های تلخ جنگ و نبرد، در معرض خطر بالای ابتلا به اختلالات روانی مانند افسردگی و اضطراب قرار دارند که می‌تواند به افزایش احتمال خودکشی منجر شود (۶).

آمارها نشان‌دهنده این است که نرخ خودکشی در سربازان به طور قابل توجهی بالاتر از میانگین جمعیت عمومی است. این موضوع نیازمند توجه ویژه به سلامت روانی نیروهای نظامی و ایجاد برنامه‌های حمایتی و درمانی مؤثر است. اقدامات پیشگیرانه‌ای مانند آموزش مهارت‌های مقابله‌ای، فراهم کردن دسترسی به خدمات مشاوره‌ای، و تقویت روابط اجتماعی می‌تواند به کاهش نرخ خودکشی در این گروه کمک کند (۷, ۸).

موضوع سلامتی سربازان یک مسئله حیاتی است که امروزه موجب چالش های زیادی شده است. اهمیت مسئله به ویژه زمانی بیشتر می شود که برخی مطالعات نشان می دهند که مشکلات این قشر روندی فزاینده دارد. مثال نتایج یک پژوهش طولی ۱۳ ساله نشان داد که امروزه سربازان نسبت به قبل به میزان بیشتری به مراکز مشاوره مراجعه می کنند؛ به علاوه مشکلات آنها نیز پیچیده تر شده است و با آسیب های اجتماعی زیادی دست به گریبان شده اند شوند (۹).

امیدواری و تاب‌آوری دو مؤلفه کلیدی در سلامت روان و بهزیستی افراد به ویژه در شرایط چالش‌برانگیز و استرس‌زا به شمار می‌آیند. سربازان، به عنوان افرادی که در محیط‌های نظامی و در معرض فشارهای روحی و جسمی قرار دارند، بیشتر از سایر گروه‌ها با چالش‌های روانی مواجه هستند (۱۰). در این راستا، بررسی رابطه بین امیدواری و تاب‌آوری در میان سربازان می‌تواند به درک بهتر از عوامل مؤثر بر سلامت روانی آن‌ها کمک کند. امیدواری به عنوان یک ویژگی روانی، توانایی فرد برای پیش‌بینی آینده‌ای مثبت و تلاش برای دستیابی به اهداف را تسهیل می‌کند. در عین حال، تاب‌آوری به توانایی فرد در مواجهه با مشکلات و بازگشت به حالت طبیعی پس از تجربیات سخت اشاره دارد (۱۱).

تحقیقات نشان داده‌اند که سربازانی که از سطح بالاتری از امیدواری برخوردارند، معمولاً تاب‌آوری بیشتری نیز دارند و بهتر می‌توانند با چالش‌های زندگی نظامی سازگار شوند. این مقاله به بررسی رابطه میان این دو مؤلفه در میان سربازان می‌پردازد و به تحلیل اثرات بالقوه امیدواری بر تاب‌آوری و سلامت روانی آنان خواهد پرداخت. در نهایت، نتایج این مطالعه می‌تواند به توسعه برنامه‌های آموزشی و حمایتی برای افزایش تاب‌آوری و امیدواری در میان نیروهای نظامی کمک کند و به بهبود کیفیت زندگی آنان بیانجامد (۱۲).

در نتیجه، توجه به عوامل مؤثر بر تاب‌آوری و ایجاد برنامه‌های حمایتی و آموزشی برای سربازان می‌تواند به حفظ سلامت روانی آن‌ها و بهبود عملکردشان در شرایط مختلف کمک نماید . با توجه به جستجوهای انجام شده متوجه شدیم که مطالعه ای در خصوص بررسی رابطه بین امیدواری و تاب آوری در بین سربازان ایرانی انجا نشده است. بنابراین این مطالعه با هدف بررسی بررسی رابطه بین امیدواری و تاب آوری در بین سربازان صورت گرفت.

روش‌ها

این مطالعه از نوع، توصیفی- مقطعی است. جامعه پژوهش، تمامی سربازان آموزشی یکی از یگانهای آموزش نظامی کشور در سال ۱۴۰۲ شامل ۶۵۰ نفر بود. حجم نمونه ۳۰۰ نفر محاسبه شد که به صورت نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار

جمع‌آوری داده ها سه پرسشنامه بود. ابتدا فهرستی از قسمتهای پادگان تهیه شد سپس از فهرست انتخابی به تصادف ۷ قسمت انتخاب شد طی چند روز با مراجعه پادگان و با هماهنگی فرماندهان ارشد قسمتها جلسهای در محیط نمازخانه پادگان در خصوص ارائه توضیحات مختصر در رابطه با هدف پژوهش، پرسشنامه ها، روش پاسخگویی و مدت زمان مناسب برای پاسخگویی به سربازان ارائه گردید سپس پرسشنامه ها توزیع گردید و پس از کامل کردن، پرسشنامه ها جمع آوری شدند. پرسشنامه ها توسط ۲ نفر پرسشگر آموزش دیده به روش مصاحبه جمع آوری شد. زمان تکمیل هر پرسشنامه ۱۵ دقیقه بود. جمع آوری پرسشنامه ها ۳۰ روز به طول انجامید.

از معیارهای ورود به مطالعه دامنه سنی (۱۸-۳۰ سال)، شرایط زندگی حضور تمام وقت در پادگان، توانایی خواندن و نوشتن، عدم اعتیاد به مواد مخدر و حداقل هفته ای ۲ الی ۴ بار نگهبانی و عدم ابتلا به بیماری روانی بود. معیار خروج از پژوهش شامل ناتوانی در درک و فهم سوالات و عدم پاسخگویی کامل به سوالات پرسشنامه‌ها بود.

ابزار پژوهش

ابزارهای پژوهش شامل ۳ پرسشنامه بود

الف) پرسشنامه ویژگی‌های دموگرافیک: این پرسشنامه توسط محقق ساخته شده و شامل متغیرهایی از جمله سن و میزان تحصیلات، وضعیت تأهل، مدت خدمت سربازی بود.

ب) مقیاس امیدواری میلر: مقیاس امیدواری میلر یک آزمون تشخیصی است که برای نخستین بار با هدف ارزیابی امیدواری در بیماران قلبی در ایالات متحده طراحی شد. این مقیاس شامل ۴۸ جنبه مختلف از وضعیت‌های امیدواری و درماندگی است و سوالات آن بر اساس رفتارهای آشکار و پنهان افراد امیدوار و ناامید انتخاب شده‌اند .آزمون به صورت طیف لیکرت طراحی شده است که شامل گزینه‌های "بسیار موافق"، "موافق"، "بی‌تفاوت"، "مخالف" و "بسیار مخالف" است. در این مقیاس، گزینه "بسیار موافق" نمره ۴ و گزینه "بسیار مخالف" نمره ۰ را دریافت می‌کند. جمع نمرات کسب‌شده نمایانگر نمره امیدواری فرد است و دامنه امتیازها از ۰ تا ۱۹۲ متغیر می‌باشد. به‌طوری‌که اگر فردی نمره ۴۸ را کسب کند، به عنوان فردی کاملاً درمانده تلقی می‌شود و نمره ۲۴۰ نشان‌دهنده حداکثر سطح امیدواری است. میلر و پاورز اعتبار این پرسشنامه را ۰/۶۱ و پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و روش تنصیف ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. همچنین، در ایران نیز اعتبار و پایایی این مقیاس توسط عبدی و اسدی لاری (۲۰۱۱) تأیید شده است (۱۳).

این مقیاس یک ابزار ۲۱ سوالی است که به منظور سنجش توانایی فرد در مقابله با فشارها و تهدیدات طراحی شده است و سازه تاب‌آوری را در ۵ سطح مختلف لیکرت از ۰ تا ۴ ارزیابی می‌کند. نمره تاب‌آوری در این مقیاس حداقل ۰ و حداکثر ۸۴ می‌باشد. نتایج مطالعات مقدماتی در زمینه ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس، اعتبار و روایی آن را تأیید کرده است. همچنین، همسانی درونی، پایایی بازآزمایی و روایی همگرا و واگرا به طور قابل قبولی گزارش شده است. در مطالعات قبلی، این مقیاس در فرم فارسی نیز از اعتبار و پایایی مناسبی برخوردار بوده و پایایی آن برابر با ۰/۹۳ گزارش شده است (۱۴).

تجزیه و تحلیل آماری داده ها

داده‌ها پس از جمع آوری وارد نرم‌افزار SPSS24 شد. اطلاعات با استفاده از آماره های توصیفی و آزمونهای آنالیز واریانس و تی تست مستقل و ضریب همبستگی پیرسون تجزیه و تحلیل شد. سطح معناداری در این مطالعه ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

ملاحظات اخلاقی

در این مطالعه، رعایت نکات اخلاقی مندرج در بیانیه هلسینکی مورد توجه قرار گرفت. این نکات شامل توضیح اهداف پژوهش به شرکت‌کنندگان، اخذ رضایت کتبی و آگاهانه از آنان برای مشارکت در تحقیق، فراهم کردن حق انتخاب برای شرکت‌کنندگان به منظور ورود یا خروج از مطالعه در هر زمان، حفظ محرمانگی اطلاعات، صداقت در انتخاب نمونه‌های پژوهش و همچنین جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها بود. علاوه بر این، در صورت درخواست، نتایج پژوهش به شرکت‌کنندگان و مسئولین مرتبط ارائه شد و از تمامی شرکت‌کنندگان و مسئولانی که در این فرآیند همکاری کردند، قدردانی به عمل آمد.

نتایج

شرکت کننده های حاضر در این پژوهش ۳۰۰ سرباز در حال خدمت بودند. میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان در این پژوهش ۳۱/۷۴±۱۹/۸ بود. ۱۰۴ نفر از سربازان تا مقطع دیپلم تحصیلات داشتند. ۲۱۱ نفر مجرد بودند. ۶۸ نفر در محدوده ۸-۴ ماه خدمت بودند. نتایج نشان داد که بین سطح تاب آوری و سطح تحصیلات ارتباط معنی داری وجود داشت ($P<0/05$) (جدول ۱).

میانگین و انحراف معیار متغیرهای امیدواری و تاب آوری به ترتیب ۷/۲۴±۱۳۸/۵۱ و ۵/۶۶±۵۶/۰۹ بود، همان گونه که مشاهده می شود ضریب همبستگی امیدواری و تاب آوری در سربازان از نظر آماری معنادار است ($P<0/05$) (جدول ۲).

بحث

مشکلات روانی در سربازان موضوعی پیچیده و مهم است که می‌تواند تأثیرات عمیقی بر زندگی آن‌ها و همچنین خانواده‌هایشان داشته باشد. این مطالعه به بررسی رابطه بین امیدواری و تاب آوری در بین سربازان می پردازد.

جدول-۱. ویژگی‌های جمعیت شناختی و میانگین نمره امیدواری و تاب آوری سربازان بر حسب مشخصات دموگرافیک

ویژگیهای جمعیت شناختی		فراوانی	درصد فراوانی	امیدواری		تاب آوری	
				میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
وضعیت تحصیلی	ابتدایی	۴۲	۱۴	۱۳۸/۵۷	۷/۴۵	۵۶/۳۷	۵/۷۷
	سیکل	۶۸	۲۲/۶۶	۱۳۸/۰۵	۷/۳۳	۵۸/۹۷	۵/۶۷
	دیپلم	۱۰۴	۳۴/۶۶	۱۳۷/۹۹	۷/۸۹	۵۸/۹۹	۵/۰۲
	فوق دیپلم	۴۳	۱۴/۳۳	۱۳۸/۳۶	۷/۵۴	۶۲/۳۹	۵/۸۵
	لیسانس	۲۳	۷/۶۶	۱۳۸/۵۸	۷/۶۵	۷۰/۲۸	۵/۷۷
	فوق لیسانس و دکتری	۲۰	۶/۶۷	۱۳۷/۹۱	۷/۴۴	۸۱/۹۱	۵/۰۳
سطح معنی داری				۰/۷۴		۰/۰۰	
وضعیت تاهل	متاهل	۸۹	۲۹/۶۷	۱۳۸/۰۶	۷/۵۴	۵۶/۶۵	۵/۰۹
	مجرد	۲۱۱	۷۰/۳۳	۱۳۸/۶۶	۷/۲۵	۵۶/۴۵	۵/۹۲
سطح معنی داری				۰/۵۱		۰/۳۶	
مدت خدمت (ماه)	۴-۸	۱۲۵	۴۱/۶۶	۱۳۸/۹۳	۷/۸۴	۵۶/۲۵	۵/۳۶
	۹-۱۳	۷۷	۲۵/۶۷	۱۳۸/۶۷	۷/۵۵	۵۶/۸۷	۵/۵۸
	۱۳-۱۷	۵۷	۱۹	۱۳۸/۱۶	۷/۲۴	۵۶/۱۹	۵/۵۷
	۱۸-۲۱	۴۱	۱۳/۶۷	۱۳۸/۱۱	۷/۰۸	۵۶/۹۹	۵/۱۴
سطح معنی داری				۰/۳۴		۰/۶۱	

جدول-۲. میانگین، انحراف معیار و ضریب همبستگی متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش

متغیرها	محدوده نمره	میانگین	انحراف معیار	امیدواری	تاب آوری	سطح معناداری
امیدواری	۱۹۲-۰	۱۳۸/۵۱	۷/۲۴	۱	۰/۸۷	۰/۰۰
تاب آوری	۸۴-۰	۵۶/۰۹	۵/۶۶	۰/۸۷	۱	۰/۰۰

میانگین و انحراف معیار متغیر امیدواری ۱۳۸/۵۱±۷/۲۴ بود. در مطالعه مرزبان (۱۵) میانگین نمره امیدواری ۱۴۸/۴۵±۵/۷۵ گزارش شد. امیدواری یکی از عوامل مهم و مؤثر در بهبود وضعیت روانی سربازان است. این مفهوم به معنای داشتن انتظارات مثبت نسبت به آینده و توانایی مقابله با چالش‌ها و مشکلات زندگی است. در زمینه سربازان، امیدواری می‌تواند تأثیراتی مثل افزایش تاب آوری، کاهش افسردگی و اضطراب، یهبود روابط اجتماعی، توسعه مهارتهای مقابله ای و... داشته باشد.

میانگین و انحراف معیار متغیر تاب آوری ۵۶/۰۹±۵/۶۶ بود. در مطالعه مرزبان (۱۵) میانگین نمره تاب آوری ۶۷/۰۹±۷/۰۷ گزارش شد. در مطالعه بهمنی (۱۶) که به بررسی تاثیر آموزش مهارتهای تاب آوری در سربازان کرمانشاه پرداخته بود. نتایج نشان داد که، توجه به تاب‌آوری و آموزش مهارت‌های مرتبط با آن می‌تواند به عنوان یک استراتژی مؤثر در ارتقاء سلامت روان و بهبود کیفیت زندگی سربازان محسوب شود. این رویکرد نه تنها به آن‌ها کمک می‌کند تا با چالش‌های نظامی بهتر کنار بیایند، بلکه می‌تواند در زندگی روزمره و پس از خدمت نیز به آن‌ها یاری رساند. در مورد سربازان، تاب‌آوری نقش بسیار مهمی در سلامت روان و توانایی آن‌ها برای سازگاری با تجربیات دشوار و حوادث تروماتیک دارد. تاب‌آوری یک ویژگی کلیدی در سربازان است که می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا با چالش‌های ناشی از خدمت نظامی و تجربیات دشوار مقابله کنند. با تقویت این ویژگی از طریق حمایت اجتماعی، آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و توجه به سلامت روان و جسم، می‌توان به بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی سربازان کمک کرد.

نتایج نشان داد که بین سطح تاب آوری و سطح تحصیلات ارتباط معنی داری وجود داشت. این یافته با نتایج مطالعه عیسی نژاد (۱۷)، Sefidan (۳) همخوانی داشت. تحقیقات نشان می‌دهند که بین سطح تحصیلات و تاب آوری ارتباط معناداری وجود دارد. افرادی که سطح تحصیلات بالاتری دارند، معمولاً توانایی بیشتری در مقابله با مشکلات و فشارهای زندگی از خود نشان می‌دهند. این امر می‌تواند به دلیل، افزایش مهارت‌های حل مسئله باشد، تحصیلات به افراد مهارت‌های تحلیلی و حل مسئله را می‌آموزد، که این مهارت‌ها در مواجهه با چالش‌ها و بحران‌ها بسیار مؤثر هستند (۶). همچنین افراد با تحصیلات بالاتر معمولاً به شبکه‌های اجتماعی و منابع بیشتری دسترسی دارند که می‌تواند به آن‌ها در مواجهه با مشکلات کمک کند. تحصیلات می‌تواند به افزایش اعتماد به نفس و خودباوری افراد منجر شود، که این ویژگی‌ها نقش مهمی در تاب‌آوری ایفا می‌کنند. آموزش و تحصیلات به افراد یاد می‌دهد که چگونه به تغییرات و چالش‌ها واکنش نشان دهند و از

تجربیات خود بیاموزند، که این امر می‌تواند تاب‌آوری را تقویت کند .به طور کلی، ارتباط مثبت بین سطح تحصیلات و تاب‌آوری نشان‌دهنده این است که سرمایه‌گذاری در آموزش و پرورش می‌تواند به تقویت تاب‌آوری در افراد کمک کند و آنان را برای رویارویی با چالش‌های زندگی آماده‌تر سازد. این یافته‌ها همچنین تأکید می‌کنند که برنامه‌های آموزشی در پادگانها باید به تقویت مهارت‌های اجتماعی و عاطفی نیز توجه داشته باشند تا سربازان را قادر سازند در مواجهه با بحران‌ها و فشارهای دوران خدمت، تاب‌آوری بیشتری از خود نشان دهند.

ضریب همبستگی بین متغیر امیدواری و تاب آوری در سربازان از نظر آماری معنادار است. این یافته با نتایج مطالعات مرزبان (۱۵)، Sefidan (۳)، Cui (۱۲) و Clement (۱۸) همسو بود.

از محدودیتهای پژوهش، با توجه محدود بودن جامعه آماری پژوهش به یکی از یگانهای نظامی کشور می باشد، لذا باید در تعمیم نتایج جوانب احتیاط رعایت شود. استفاده از پرسشنامه و مقیاس خودگزارشی از دیگر محدودیتهای مطالعه می باشد، در نهایت باید همواره محدودیت نتیجه گیری علّی را در پژوهشهای مقطعی در نظر داشت. با توجه به ماهیت پیچیده و عوامل زیربنایی مؤثر در تاب آوری سربازان بطور قطع تعدادی از متغیرهای دیگر بر شکل گیری این ویژگی تاثیرگذار بوده اند که نادیده گرفته شده اند .تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی در بین سربازان ممکن است بر نتایج مطالعه تأثیرگذار باشد. لذا، نتایج ممکن است در جوامع مختلف از کارایی یکسانی برخوردار نباشند. این مطالعه به داده‌های کمی متکی است و ممکن است اطلاعات عمیق‌تری که از طریق روش‌های کیفی به‌دست می‌آید، نادیده گرفته شده باشد. داده‌های کیفی می‌توانند به درک بهتر تجربیات سربازان در زمینه امیدواری و تاب‌آوری کمک کنند.

پیشنهاد می شود در پژوهش های آینده تحقیقاتی در زمینه اثربخشی مداخلات درمانی مانند امیددرمانی و معنادرمانی گروهی بر روی سربازان انجام شود. این نوع مداخلات می‌توانند به تقویت امیدواری و تاب‌آوری در میان نیروهای نظامی کمک کنند. برای افزایش تعمیم‌پذیری نتایج، پیشنهاد می‌شود که مطالعات مشابهی بر روی جوامع آماری مختلف از جمله سربازان در یگان‌های مختلف نظامی، سربازان بازگشته از میدان جنگ و یا نیروهای ذخیره انجام شود. بررسی متغیرهای دیگر که ممکن است بر تاب‌آوری و امیدواری تأثیرگذار باشند، مانند سطح استرس، حمایت اجتماعی و ویژگی‌های شخصیتی، می‌تواند به درک بهتر این رابطه کمک کند.انجام پژوهش‌های طولی به منظور بررسی تغییرات تاب‌آوری و امیدواری در طول زمان و در پاسخ به شرایط مختلف می‌تواند اطلاعات مفیدی را فراهم کند و به شناسایی الگوهای پایدار در این زمینه کمک کند.پیشنهاد می‌شود که از روش‌های تحلیل کیفی برای درک عمیق‌تر تجربیات سربازان در زمینه امیدواری و تاب‌آوری استفاده شود. این نوع تحقیقات می‌تواند به شناسایی عوامل مؤثر و چالش‌های خاصی که سربازان با آن مواجه هستند، کمک کند. همکاری بین رشته‌های مختلف مانند روان‌شناسی، جامعه‌شناسی و علوم نظامی می‌تواند به درک بهتر از پیچیدگی‌های تاب‌آوری و امیدواری در میان سربازان و طراحی برنامه‌های مؤثرتر کمک کند .این پیشنهادات می‌توانند به غنای ادبیات موجود در زمینه ارتباط بین امیدواری و تاب‌آوری در سربازان افزوده و به بهبود سلامت روانی و عملکرد نظامی آن‌ها کمک نمایند.

نتیجه‌گیری

نتایج به‌دست‌آمده در این مطالعه می‌تواند به محققان و مسئولان نظامی این امکان را بدهد که بر اهمیت تقویت امیدواری به عنوان یک عامل مؤثر بر تاب‌آوری سربازان تأکید کنند. همچنین، این یافته‌ها می‌توانند به طراحی برنامه‌های آموزشی و حمایتی مناسب برای افزایش امیدوار و تاب‌آوری در میان نیروهای نظامی کمک کنند.

تشکر و قدردانی: نویسندگان مراتب سپاس و قدردانی خود را از تمامی سربازانی که در این مطالعه شرکت کردند ابراز می دارد.

نقش نویسندگان: همه نویسندگان در نگارش اولیه مقاله یا بازنگری آن سهیم بودند و همه با تایید نهایی مقاله حاضر، مسئولیت دقت و صحت مطالب مندرج در آن را می پذیرند.

تضاد منافع: نویسندگان تصریح می کنند که هیچ گونه تضاد منافعی در مطالعه حاضر وجود ندارد.

منابع

1. Taghva A, Asl STS, Rahnejat AM, Elikaee MM. Resilience, emotions, and character strengths as predictors of job stress in military personnel. Iranian journal of psychiatry and behavioral sciences. 2020;14(2). doi:10.5812/ijpbs.86477

2. Oms JD, Martinez Caballero R, Betancourt J, Sanchez-Gonzalez MA. Becoming a leader in psychiatry and mental health: now is the time to step forward. Journal of Preventive and Complementary Medicine. 2024;3(3):149-55. doi: 10.22034/jpcm.2024.474972.1181

3. Sefidan S, Pramstaller M, La Marca R, Wyss T, Sadeghi-Bahmani D, Annen H, et al. Resilience as a protective factor in basic military training, a longitudinal study of the Swiss Armed Forces. International journal of environmental research and public health. 2021; 18(11):6077. doi:10.3390/ijerph18116077

4. Umucu E, Chan F, Phillips B, Tansey T,

Berven N, Hoyt W. Evaluating optimism, hope, resilience, coping flexibility, secure attachment, and PERMA as a well-being model for college life adjustment of student veterans: A hierarchical regression analysis. Rehabilitation Counseling Bulletin. 2024; 67(2):94-110. doi:10.1177/00343552221127032
5. Koenig HG, Youssef NA, Smothers Z, Oliver JP, Boucher NA, Ames D, et al. Hope, religiosity, and mental health in US veterans and active duty military with PTSD symptoms. Military medicine. 2020;185(1-2):97-104. doi:10.1093/milmed/usz146
6. Umucu E, Ghosh A, Castruita Rios Y, Yasuoka M, Choi H, Urkmez B, et al. The impact of army resilience training on the self-stigma of seeking help in student veterans with and without disabilities. Stigma and Health. 2022;7(4):404. doi:10.1037/sah0000403
7. Arendt F, Mestas M. Suicide among soldiers and social contagion effects: An interrupted time-series analysis. Social Science & Medicine. 2023;320:115747. doi:10.1016/j.socscimed.2023.115747
8. Poudel S, Patel T, Paras JM, Lebrun B, Ferrer G, Upadhyaya P, et al. A case of mixed dementia with atypical presentation in a veteran. Journal of Preventive and Complementary Medicine. 2024;3(3):135-40 doi: 10.22034/jpcm.2024.462496.1173
9. Mohammadzadeh M. The Relationship of Resilience and Emotional Regulation with Life Expectancy among Soldiers. Military Caring Sciences Journal. 2019;6(3):198-206.doi:10.29252/mcs.6.3.5
10. Yaşar HK, Alabay MB, Demir M, Aydoğdu F. Investigation of the Mediator Role of Hope in the Relationship Between Self-Compassion and Resilience in Adolescents. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal. 2023;13 (71): 465-80. doi:10.17066/tpdrd.1267342_5
11. Veronese G, Bdier D, Obaid H, Mahamid F, Crugnola CR, Cavazzoni F. Hope and life satisfaction in Palestinian children victim of military violence: The predictive role of agency, potentially traumatic experiences and symptoms of trauma. Child Abuse & Neglect. 2023;146: 106520. doi:10.1016/j.chiabu.2023.106520
12. Cui Y, Zhang X, Liu N, Liu Q, Zhang L, Zhang Y. A correlation study of military psychological stress, optimistic intelligence quotient, and emotion regulation of Chinese naval soldiers. Social Behavior and Personality: an international journal. 2022;50(5):1-14. doi:10.2224/sbp.11485
13. Asghari Ebrahimabad MJ. The Role of Hope in Predicting Psychological Well-Being of Soldiers with Self-Control Mediation. Military Caring Sciences Journal. 2019;3(5):201-10. doi:10.29252/mcs.5.3.201
14. Jahedi R, Derakhshani R. The Relationship between Empathy and Altruism with Resilience among Soldiers. Military psychology. 2020;10(40):57-65.
15. Marzban A, Fani N, Dowlati M, Faraji R. Correlation between hope and resilience among students of Khorramshahr University of Marine Science and Technology. Journal of Marine Medicine. 2024;6(2):95-101.
16. Bahmani B, Javadi MH, Khalilzadeh N, Mehraban S. The effectiveness of training resiliency skills on soldier's mental heath. J Psychol Psychiatry. 2018;5(4):78-86. doi:10.29252/shenakht.5.4.78
17. Isanejad O, Haydarian M. The effectiveness of resilience training on improving the quality of marital life and resiliency of prisoners of war families. Journal of military medicine. 2020; 22(5):410-20.
18. Clement DN, Wingate LR, Cole AB, O'keefe VM, Hollingsworth DW, Davidson CL, et al. The common factors of grit, hope, and optimism differentially influence suicide resilience. International journal of environmental research and public health. 2020;17(24):9588. doi:10.3390/ijerph17249588