Journal of Marine Medicine
Spring 2023, Volume 5, Issue 1
Pages: 47-55
10.30491/5.1.47

Comparison of Life Satisfaction and Aggression Dimensions of Soldiers Serving in Prisons Based on Marital Status and Type of Sport (Water or Land)

Zeinab Naseri [1], Farzam Farzan [2] *, Seyed Mohammad Hossein Razavi [3]

[1] *Master of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, University of Mazandaran, Babolsar, Iran*
[2] *Associate Professor, Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, University of Mazandaran, Babolsar, Iran*
[3] *Professor, Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, University of Mazandaran, Babolsar, Iran*

Received: 7 August 2022 **Accepted:** 11 November 2022

Abstract

Background and Aim: The harsh environment and conditions of serving in prison endanger the mental health of soldiers and affect their level of aggression and life satisfaction. The purpose of this study was to compare the level of life satisfaction and aggression dimensions of soldiers based on the type of sport (water or land) and their marital status.

Methods: The statistical population was all soldiers serving in the Mazandaran prison organization, north of Iran, in 2022. The soldiers of 3 prisons, Babol, Sari, and Tonkabon, were selected as the research sample by random cluster sampling (n=169) and finally 153 complete questionnaires were analyzed. Data were collected with three questionnaires; demographic information, Diener's life satisfaction and Makarowski's aggression, and with 3 dimensions going ahead, tripping up, and assertiveness.

Results: The life satisfaction has a significant difference between land and water sports soldiers, and water sports soldiers have higher life satisfaction (P<0.05). The mean aggression dimensions of the water sports group is lower than the land sports group, which is statistically significant (P<0.05) except for the assertiveness dimension. Single soldiers are more satisfied with life than married soldiers, but this difference is not statistically significant (P<0.05). Also, there is no significant difference in the mean dimensions of aggression between married and single soldiers (P<0.05).

Conclusion: According to the current findings that showed water sports soldiers have higher life satisfaction and less aggressive dimensions than land sports soldiers, in order to increase life satisfaction and reduce soldiers' aggression, it is suggested that recreational and educational water sports programs should be part of the soldiers' leisure time programs.

Keywords: Water Sports, Assertiveness, Mental Health, Soldier, Prison.

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

*Corresponding author: Farzam Farzan, **Email**: f.farzan@umz.ac.ir
Address: Department of Sports Management, Faculty of Sports Sciences, University of Mazandaran, Babolsar, Iran.

مجله طب دریا
دوره ۵، شماره ۱، بهار ۱۴۰۲
صفحات: ۵۵-۴۷
10.30491/5.1.47

مقایسه میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان در حال خدمت در زندان‌ها بر اساس وضعیت تأهل و نوع ورزش (آبی یا زمینی)

زینب ناصری [۱]، فرزام فرزان [۲] *، سید محمدحسین رضوی [۳]

[۱] کارشناس ارشد رشته مدیریت ورزشی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
[۲] دانشیار و عضو هیئت‌علمی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران
[۳] استاد و عضو هیئت‌علمی، گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران

دریافت مقاله: ۱۴۰۱/۰۵/۱۶ **پذیرش مقاله:** ۱۴۰۱/۰۸/۲۰

چکیده

زمینه و هدف: محیط و شرایط سخت خدمت در زندان، سلامت روان سربازان را به مخاطره می‌اندازد و سطح پرخاشگری و رضایت از زندگی آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. هدف این مطالعه مقایسه میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان بر اساس نوع ورزش (آبی یا زمینی) و وضعیت تأهل آنها بود.

روش‌ها: جامعه آماری پژوهش تمامی کارکنان وظیفه در حال خدمت در سازمان زندان‌های استان مازندران در سال ۱۴۰۰ بودند که سربازان ۳ زندان بابل، ساری و تنکابن با نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند (n=۱۶۹) و نهایتاً ۱۵۳ پرسشنامه کامل تحلیل شد. داده‌ها با سه پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی، رضایت از زندگی Diener و پرخاشگری Makarowski و با ۳ بعد پیشبرد هدف، تخریب شخص و جرات‌ورزی جمع‌آوری شد.

یافته‌ها: رضایت از زندگی سربازان رشته‌های زمینی و آبی با یکدیگر تفاوت معناداری دارد و سربازان رشته‌های آبی رضایت از زندگی بالاتری دارند (P<۰/۰۵). میانگین ابعاد پرخاشگری گروه ورزش‌های آبی کمتر از گروه ورزش‌های زمینی است که به‌جز بعد جرات‌ورزی ازنظر آماری معنادار است (P<۰/۰۵). سربازان مجرد نسبت به سربازان متأهل رضایت از زندگی بیشتری دارند اما این تفاوت به لحاظ آماری معنادار نیست (P>۰/۰۵). همچنین در میانگین ابعاد پرخاشگری سربازان متأهل و مجرد تفاوت معناداری وجود ندارد (P>۰/۰۵).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج که نشان می‌دهد سربازان مشغول به خدمت در زندان در رشته‌های ورزشی آبی نسبت به سربازان رشته‌های زمینی رضایت از زندگی بالاتر و ابعاد پرخاشگری کمتری دارند؛ به‌منظور افزایش رضایت از زندگی و کاهش پرخاشگری سربازان مشغول به خدمت در زندان پیشنهاد می‌شود برنامه‌های ورزشی آبی به‌صورت تفریحی و آموزشی جزء برنامه‌های اوقات فراغت سربازان قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: ورزش‌های آبی، جرات‌ورزی، سلامت روان، سرباز، زندان.

*نویسنده مسئول: **فرزام فرزان**. پست الکترونیک: f.farzan@umz.ac.ir
آدرس: گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران.

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

مقدمه

در زندگی انسان، ورود به مرحله اولیه بزرگسالی همراه با شکل‌گیری نگرش جدید درباره زندگی، تصمیم‌گیری درباره آینده و بر عهده گرفتن مسئولیت‌های مختلف دوره‌ای حساس و پیچیده است. یکی از این مسئولیت‌ها پا نهادن به دوره خدمت سربازی است که به علت رویارویی با شرایط و موقعیت‌های دشوار و حساسیت و ویژگی‌های خاص محیط‌های نظامی رویدادی مهم در زندگی محسوب می‌شود. گذراندن دوره خدمت در زندان‌ها به دلیل شرایط نامناسب فیزیکی زندان، روابط کاملاً رسمی، سلسه مراتب اداری بالا، محیط خشک، خشن و بسته، ارتباط کم با بیرون زندان، روابط اجتماعی محدود در زندان و مأموریت‌های مختلف همانند انتقال مجرمین به دادگاه و بیمارستان سبب افزایش فشارهای روانی و رفتارهای پرخاشگرانه سربازان می‌شود (۱). پرخاشگری ممکن است آثار زیان‌بار سنگین روانی و اجتماعی نظیر افسردگی و افکار خودکشی را به دنبال داشته باشد (۲).

بر اساس نظر Berkowits پرخاشگری رفتاری با نیت صدمه زدن به دیگری است که این آسیب عمدی ممکن است از نوع روانی یا جسمانی باشد (۳). برخی از پژوهشگران برای تبیین بهتر مفهوم پرخاشگری، به دنبال شناسایی ابعاد آن برآمدند. بر طبق نظر Makarowski و همکاران پرخاشگری شامل سه بُعد پیشبرد هدف، تخریب شخص و جرات‌ورزی است (۴). در بُعد پیشبرد هدف افراد همواره به دنبال برنده شدن هستند، حتی اگر مهارت‌های لازم را نداشته باشند و با زیان رساندن به دیگران و پایمال کردن حقوق سایرین برنده شوند (۵). در بُعد تخریب شخص فرد احساس برتری نسبت به دیگران و نادیده گرفتن حقوق آنها را دارد. در تعامل با دیگران خود را محق و دیگری را سزاوار پرخاشگری می‌داند (۶). در بُعد جرات‌ورزی فرد نیازها، افکار، احساساتش را به شیوه‌ای غیرسازگارانه و بدون ملایمت، همراه با عصبانیت و برخورد تند و شدید ابراز می‌کند (۷).

خدمت در محیط پرسروصدا و پراسترس زندان موجب کاهش رضایت از زندگی سربازان می‌شود. رضایت از زندگی ارزیابی‌کننده جامع ذهنی که بیانگر خرسندی و نگرش مثبت فرد از شرایط زندگی و تمام ابعاد آن بر اساس معیارهای خود است (۸،۹). کاهش رضایت از زندگی، سطح کیفیت زندگی، سلامت جسمانی و روانی را کاهش می‌دهد (۱۱-۹).

بر اساس نتایج بسیاری پژوهش‌های پیشین شرکت در انواع مختلف ورزش می‌تواند سبب افزایش رضایت از زندگی و کاهش رفتارهای پرخاشگرانه نسبت به قبل از دوره ورزش و گروه غیرورزشکار شود (۱۳،۱۲). نتایج پژوهشی بر روی سربازان پدافند هوایی نشان داد میزان رضایت از زندگی سربازان رابطه مستقیمی با ورزش اوقات فراغت آنها دارد و وجود امکانات تفریحی و ورزشی در محیط خدمت رضایت از زندگی سربازان را افزایش می‌دهد (۱۳). افرادی که ورزش می‌کنند در برخورد و مواجهه با اتفاقات و فشار روانی معمولاً سازگاری بیشتری دارند و پرخاشگری کمتری بروز می‌دهند. درباره ارتباط نوع رشته ورزشی و پرخاشگری بررسی‌های قبلی پژوهشگران برای مقایسه تأثیر انواع مختلف ورزش بر میزان پرخاشگری، بیشتر بر دو دسته برخوردی (تماسی) و غیربرخوردی (غیرتماسی) تأکید داشته‌اند (۱۴).

بر اساس تقسیم‌بندی Miller ورزش‌ها در سه دسته خشکی مانند دوچرخه‌سواری و پیاده‌روی، آبی مانند موج‌سواری، شنا و هوایی مانند کایت‌سواری، و گلایدر دسته‌بندی می‌شود (۱۵). ورزش در هر یک از این محیط‌ها ویژگی‌های خاص خود را دارد مانند خاصیت شناوری آب که موجب گسترش و توسعه دامنه حرکتی می‌شود و محیطی ایمن برای مقابله با آسیب‌های جسمانی است (۱۷،۱۶). درباره تفاوت دو دسته ورزش‌های آبی و زمینی اغلب پژوهش‌های انجام‌شده معطوف به بررسی عملکرد جسمانی، توان‌بخشی و اثر درمانی بوده‌اند (۲۰-۱۸) و بر اساس کاوش‌های صورت گرفته پژوهشگران مطالعات کمی به بررسی متغیرهای روان‌شناختی نظیر رضایت از زندگی و پرخاشگری پرداخته است (۱۰،۱۷،۱۶).

متغیر دیگری که می‌تواند با رضایت از زندگی و پرخاشگری سربازان در ارتباط باشد وضعیت تأهل است. در بسیاری از مطالعات افراد متأهل نسبت به مجردها پرخاشگری کمتر و رضایت از زندگی بالاتری را نشان داده‌اند (۲۳-۲۱)، اگرچه برخی از مطالعات تفاوت معناداری بین وضعیت تأهل با پرخاشگری و رضایت از زندگی نشان ندادند (۲، ۲۶-۲۴).

با توجه به اهمیت حفظ سلامت سربازان در حال خدمت در زندان‌ها و خلأ پژوهشی موجود، این پژوهش سعی در پاسخ به این سؤالات دارد که آیا تفاوتی بین میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان رشته‌های آبی و زمینی وجود دارد؟ آیا میان میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان مجرد و متأهل متفاوت است؟ بنابراین هدف این پژوهش مقایسه میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان بر اساس نوع ورزش فراغتی (آبی و زمینی) و وضعیت تأهل آنها است.

روش‌ها

طرح پژوهش

مطالعه حاضر بر حسب روش پژوهش از نوع مقایسه‌ای و بر حسب هدف از نوع کاربردی است و داده‌های آن با ابزار پرسشنامه به‌صورت میدانی گردآوری شده است.

جامعه، نمونه و نمونه‌گیری

جامعه آماری پژوهش تمامی کارکنان وظیفه در حال خدمت در سازمان زندان‌های استان مازندران در سال ۱۴۰۰ بودند و با استفاده از فرمول کوکران با در نظر گرفتن توان آماری ۹۵٪ و سطح معناداری آلفا ۰/۰۵، حجم نمونه ۱۵۱ نفر محاسبه شد. برای گزینش نمونه‌ها با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای، از بین ۱۰ زندان

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

استان بر اساس ملاک پراکندگی جغرافیایی به‌طور تصادفی یک نمونه از هر خوشه انتخاب شد. از خوشه مرکزی زندان بابل، از خوشه شرقی زندان ساری و از خوشه غربی زندان تنکابن انتخاب شدند؛ سپس با توزیع پرسشنامه در هر زندان به‌صورت تمام شمار داده‌ها جمع‌آوری شد (n=۱۶۹). پس از کنار نهادن ۱۶ پرسشنامه ناقص، نهایتاً ۱۵۳ پرسشنامه وارد تحلیل نهایی شدند.

روش اجرا

برای اجرای پژوهش، پژوهشگران با اخذ معرفی‌نامه از دانشگاه مازندران به سازمان مرکزی زندان‌ها و اقدامات تأمینی و تربیتی استان مازندران واقع در مرکز استان شهر ساری مراجعه کردند و پس از اخذ مجوز پژوهش از سوی سازمان زندان‌ها هماهنگی‌های لازم برای اجرای پژوهش با زندان‌های بابل، ساری و تنکابن انجام شد. با توجه به شرایط امنیتی و حفاظتی زندان با هماهنگی‌های مدیریت زندان‌های زندان بابل، ساری و تنکابن پرسشنامه‌ها توسط نماینده سازمان در آن زندان توزیع و جمع‌آوری شد و در اختیار پژوهشگران قرار گرفت. نماینده‌های سازمانی تجربه و آشنایی کامل با امور پژوهش را داشتند و توضیحات کامل درباره سؤالات به آنها داده شد تا در صورت ابهام یا سؤال سربازان بتوانند به آن پاسخ دهند. علاوه بر آن نمایندگان سازمانی در صورت سؤال و شبهه امکان تماس هر زمان را با شماره تلفن پژوهشگران را داشتند.

معیارهای ورود و خروج به مطالعه

از ملاک‌های ورود به پژوهش؛ گذراندن خدمت وظیفه سربازی در یکی از زندان‌های تنکابن، ساری و بابل و تمایل به شرکت در مطالعه بود. از شرایط خروج؛ وضعیت اشتغال به صورت کارکنان غیروظیفه زندان (رسمی، پیمانی و قراردادی)، عدم رضایت به شرکت و عدم همکاری و پاسخگویی به پرسشنامه‌های پژوهش بود.

ابزارهای اندازه‌گیری

ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی (سن، وضعیت تأهل، میزان تحصیلات و نوع رشته ورزشی که پاسخگویان به آن می‌پردازند)، رضایت از زندگی Diener و پرخاشگری Makarowski بود.

پرسشنامه رضایت زندگی

این مقیاس خودگزارشی تک عاملی و کوتاه را Diener و همکاران در سال ۱۹۸۵ با هدف سنجش رضایت از زندگی گروه‌های سنی مختلف تهیه کردند (۸). نسخه ابتدایی این ابزار دارای ۴۸ سؤال بود که پس از بررسی و بازنگری بسیار ابتدا به ۱۰ سؤال کاهش داده شد سپس با حذف سؤالات هم‌معنی در نسخه نهایی به شکل ۵ سؤالی ارائه شد. نمره‌دهی هر سؤال بر اساس طیف ۵ ارزشی لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) تنظیم شده بود و مجموع نمره سؤالات در دامنه ۵ تا ۲۵ قرار داشت. نمره بالا نشان‌دهنده رضایت بیشتر فرد از زندگی است و نمره پایین نشان‌دهنده نارضایتی از زندگی است (۹). این مقیاس در کشورهای بسیاری نظیر ترکیه (۲۷)، امارات متحده عربی (۲۸) و کره جنوبی (۱۱) مورد اعتبار یابی و روایی سنجی قرار گرفته است و ضریب آلفای این پرسشنامه را بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۹ گزارش نمودند. نتایج پژوهشی در ایران با هدف بررسی خصوصیات روان‌سنجی این مقیاس در نمونه‌ای شامل ۴۰۰ دانشجو نشان داد هماهنگی درونی آن برابر با ۰/۸۵ و پایایی باز آزمایی آن برابر با ۰/۷۷ است و نتایج تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی آن نشان‌دهنده تک عاملی بودن مقیاس رضایت از زندگی Diener است (۲۹). این مقیاس در پژوهش‌های بسیاری در داخل و خارج از کشور استفاده شده و پایایی و روایی آن تائید شده است (۲۶).

پرسشنامه پرخاشگری

Makarowski و همکاران این مقیاس کوتاه خود گزارشی را در سال ۲۰۱۲ با هدف ارزیابی پرخاشگری در قالب ۳ بعد پیشبرد هدف (۵ سؤال)، تخریب شخص (۵ سؤال) و جرات‌ورزی (۵ سؤال) طراحی کردند (۴). سؤالات این پرسشنامه بر اساس طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) پاسخ داده شدند. Makarowski و همکاران (۶) برای تعیین روایی محتوایی و ظاهری آن از نظرات خبرگان استفاده کردند و برای تعیین اعتبار در مطالعه‌ای با تکمیل پرسشنامه توسط ۶۸۶ زن و مرد بزرگسال لهستانی (۱۹ تا ۸۲ سال) مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای بعد پیشبرد هدف ۰/۸۳، تخریب شخص ۰/۸۵ و جرات‌ورزی ۰/۸۹ محاسبه شد. روایی و پایایی این پرسشنامه به زبان‌های مختلف مورد تائید قرار گرفته است (۵).

پایایی و روایی پرسشنامه‌ها

برای تعیین اعتبار پرسشنامه‌ها به روش روایی صوری پرسشنامه‌های پژوهش در اختیار ۱۰ نفر از اساتید دانشگاهی متخصص در این زمینه، قرار گرفت که در رابطه با میزان درستی و شفافیت سؤالات پرسشنامه ابراز نظر کردند و نهایتاً آنها اعتبار پرسشنامه را تأیید کردند. به‌منظور تعیین پایایی نیز در مطالعه‌ای مقدماتی شامل ۳۰ نمونه به روش همسانی درونی با ضریب آلفای کرونباخ موردانداز‌ه‌گیری قرار گرفت. بر اساس نتایج به‌دست‌آمده از آزمون ضریب آلفای کرونباخ (جدول-۱) مقادیر بیشتر از ۰/۷۰ برای سؤالات پرسشنامه‌های پژوهش که حاکی از پایایی مناسب ابزارهای پژوهش بود.

آزمون‌های آماری

از آمار توصیفی برای توصیف ویژگی‌های جمعیت‌شناسی سربازان شامل توزیع فراوانی، درصد فراوانی و توصیف ویژگی‌های متغیرهای پژوهش از قبیل میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر، مقدار کشیدگی و چولگی و برای بررسی مقادیر پرت و گمشده از نمودار جعبه‌ای استفاده شد. همچنین برای آزمون فرضیه‌ها با توجه به نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون t مستقل

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ به کمک نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۳ انجام شد.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش تمام موارد مطرح‌شده در بیانیه هلسینکی (Helsinki) نظیر مشارکت کاملاً اختیاری و بدون هیچ‌گونه اجبار و با آگاهی کامل از اهداف پژوهش، محرمانه ماندن اطلاعات هویتی پاسخگویان با فاقد نام بودن پرسشنامه، آگاهی از نتایج پژوهش در صورت تمایل با ذکر ایمیل و تلفن تماس نویسندگان در پرسشنامه و بدون ضرر بودن برای پاسخگویان رعایت شد. همچنین صداقت، امانت‌داری و دقت در استناددهی درون‌متنی و پایان متنی رعایت شد و از سوگیری در تحلیل داده‌های پژوهش پرهیز شد.

جدول-۱. نتایج آزمون ضریب آلفای کرونباخ

متغیر	بعد	تعداد سؤال	تعداد نمونه	ضریب آلفای کرونباخ
پرخاشگری	**پیشبرد هدف**	۵	۳۰	۰/۸۶
			۱۵۳	۰/۸۹
	تخریب شخص	۵	۳۰	۰/۸۱
			۱۵۳	۰/۸۶
	جرات‌ورزی	۵	۳۰	۰/۹۰
			۱۵۳	۰/۸۸
رضایت از زندگی		۵	۳۰	۰/۸۷
			۱۵۳	۰/۸۲

نتایج

از ۱۵۳ سرباز شرکت‌کننده در پژوهش، ۱۵ نفر (۹/۸٪) متأهل و ۱۳۸ نفر (۹۰/۲٪) مجرد بودند. ۶۹ سرباز (۴۵/۱٪) در دامنه سنی بین ۱۸ تا ۲۰ سال، ۷۷ سرباز (۵۰/۳٪) بین ۲۱ تا ۲۵ سال، ۶ سرباز (۳/۹٪) بین ۲۶ تا ۳۰ سال و ۱ سرباز (۰/۷٪) بالاتر از ۳۰ سال بودند و میانگین سنی سربازان ۲۱/۲±۲/۳ سال بود. بر اساس میزان تحصیلات نیز ۳۳ سرباز (۲۱/۶٪) زیر دیپلم، ۱۱۲ نفر (۷۳/۲٪) دیپلم و ۸ نفر (۵/۲٪) دارای مدرک تحصیلی کاردانی بودند.

بر اساس جدول-۲، میانگین متغیرهای پژوهش در دامنه ۲/۷۶ و ۳/۱۰ قرار دارد که نزدیک به حد وسط یعنی ۳ هستند. همچنین مقادیر چولگی در دامنه ۱ و ۱- و کشیدگی در دامنه ۳ و ۳- نشان‌دهنده توزیع نرمال داده‌های پژوهش است.

بر اساس نتایج به‌دست‌آمده از آزمون t مستقل در جدول-۳، میانگین رضایت از زندگی سربازان ورزشکار رشته‌های زمینی و آبی با یکدیگر تفاوت معناداری دارد (t=-۳/۴۵ و p=۰/۰۱) و ورزشکاران رشته‌های آبی رضایت از زندگی بالاتری دارند. همچنین میانگین ابعاد پرخاشگری گروه ورزش آبی کمتر از گروه ورزش زمینی است که به‌جز بعد جرات‌ورزی ازنظر آماری معنادار است (P<۰/۰۵).

بر طبق نتایج جدول-۴، سربازان مجرد نسبت به سربازان متأهل رضایت از زندگی بیشتری دارند اما این تفاوت به لحاظ آماری معنادار نیست (P>۰/۰۵). میانگین دو بعد تخریب شخص و جرات‌ورزی در سربازان مجرد نسبت به سربازان متأهل بیشتر است اما این تفاوت به لحاظ آماری معنادار نیست (P>۰/۰۵). همچنین میانگین پیشبرد هدف سربازان متأهل بیشتر از سربازان مجرد است اما این تفاوت معنادار نیست (P>۰/۰۵).

جدول-۲. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در ۱۵۳ سرباز در حال خدمت در سازمان زندان‌های استان مازندران

متغیر		میانگین± انحراف معیار	کشیدگی	چولگی	حداقل- حداکثر
رضایت از زندگی		۳/۱۰±۰/۹۱	-۱/۱۳	-۰/۲۲	۱-۵
پرخاشگری	پیشبرد هدف	۲/۷۶±۱/۰۸	-۱/۴۰	۰/۴۵	۱-۵
	تخریب شخص	۲/۹۷±۱/۰۱	-۱/۳۹	۰/۱۸	۱-۵
	جرات‌ورزی	۳/۰۵±۱/۱۲	-۱/۴۷	۰/۰۹	۱-۵

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

جدول-۳. مقایسه رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری بین دو گروه ورزش آبی یا زمینی در ۱۵۳ سرباز در حال خدمت در سازمان زندان‌های مازندران

متغیر	بُعد	گروه	تعداد	میانگین± انحراف معیار	t	اختلاف میانگین	سطح معنی‌داری
پرخاشگری	پیشبرد هدف	**ورزش زمینی**	۱۲۲	۲/۸۶±۱/۱۱	۲/۷۲	۰/۵۱	۰/۰۱*
		ورزش آبی	۳۱	۲/۳۵±۰/۸۷			
	تخریب شخص	**ورزش زمینی**	۱۲۲	۳/۰۸±۱/۰۱	۲/۹۹	۰/۵۵	۰/۰۱*
		ورزش آبی	۳۱	۲/۵۳±۰/۸۹			
	جرات‌ورزی	**ورزش زمینی**	۱۲۲	۳/۱۳±۱/۱۰	۱/۶۶	۰/۳۸	۰/۰۹
		ورزش آبی	۳۱	۲/۷۵±۱/۱۶			
رضایت از زندگی		**ورزش زمینی**	۱۲۲	۲/۹۷±۰/۸۸	-۳/۴۵	-۰/۶۱	۰/۰۱*
		ورزش آبی	۳۱	۳/۵۸±۰/۸۶			

جدول-۴. مقایسه میانگین رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری بر اساس وضعیت تأهل در ۱۵۳ سرباز در حال خدمت در سازمان زندان‌های مازندران

متغیر	بُعد	گروه	میانگین± انحراف معیار	t	اختلاف میانگین	سطح معنی‌داری
پرخاشگری	پیشبرد هدف	**مجرد**	۲/۷۲±۱/۰۷	-۱/۱۶	-۰/۳۵	۰/۲۴
		متأهل	۳/۰۷±۱/۱۴			
	تخریب شخص	**مجرد**	۲/۹۸±۱/۰۲	۰/۳۵	۰/۱۰	۰/۷۲
		متأهل	۲/۸۸±۰/۹۶			
	جرات‌ورزی	**مجرد**	۳/۰۸±۱/۱۳	۰/۸۷	۰/۲۷	۰/۳۸
		متأهل	۲/۸۱±۱/۱۰			
رضایت از زندگی		**مجرد**	۳/۱۱±۰/۹۰	۰/۸۹	۰/۲۲	۰/۳۷
		متأهل	۲/۸۹±۱/۰۱			

بحث

هدف مطالعه حاضر مقایسه میزان رضایت از زندگی و ابعاد پرخاشگری سربازان در زندان بر اساس نوع ورزش اوقات فراغت (آبی و زمینی) و وضعیت تأهل آنها بود. نتایج پژوهش نشان داد میانگین رضایت از زندگی سربازان ورزشکار رشته‌های آبی به طور معناداری بیشتر از سربازان ورزشکار رشته‌های زمینی است که با نتایج برخی پژوهش‌های پیشین هم‌سو (۱۰) و با برخی از آنها ناهم‌سو (۱۶) است. هم‌سویی با نتیجه مرسل (۱۰) که نشان داد میانگین رضایت از زندگی شهروندان تهرانی بالای ۱۸ سال در فعالیت‌های آبی بیشتر از زمینی است شاید به دلیل انگیزه مشترک تخلیه هیجانات منفی و رهایی از مشغله ذهنی در هر دو قشر شهروندان و سربازان زندان باشد که ورزش‌های آبی به دلیل ماهیت تفریحی بودن بیشتر این هدف را تأمین می‌کند.

دلیل ناهم‌سویی با نتیجه سلیمانی و همکاران (۱۶) مبنی بر اینکه، تفاوت معناداری بین کیفیت زندگی و شادکامی گروه ورزش در آب (ورزش آبی) و ایروبیک (ورزش زمینی) دیده نمی‌شود می‌تواند جنسیت، گروه سنی و شرایط محیط کار و زندگی متفاوت نمونه‌های دو پژوهش باشد. علاوه بر آن زنان میانسال غیرورزشکار اغلب ورزش را با هدف کسب شادی و سلامتی انجام می‌دهند که ایروبیک همراه موسیقی و ورزش در آب با شاخص خواص فیزیکی و اثر روانی آب این هدف را به یک نسبت تحقق می‌بخشند؛ اما ورزش‌های آبی برای سربازان با کاهش فشار بر روی مفاصل تحمل‌کننده وزن، بهبود دامنه حرکتی و تسکین دردهای جسمانی موجب احساس آرامش شده که افزایش رضایت از زندگی آنها را به دنبال دارد.

یافته دیگر این مطالعه نشان داد که میانگین ابعاد پرخاشگری گروه ورزش آبی کمتر از گروه ورزش زمینی است که به‌جز بعد جرات‌ورزی ازنظر آماری معنادار است ($P<۰/۰۵$). مطالعات مشابهی برای مقایسه با این نتیجه یافت نشد اما در تبیین این نتیجه می‌توان گفت از آنجا که ورزش‌های آبی نسبت به ورزش‌های زمینی در بهبود کیفیت زندگی کارآمدتر هستند (۱۷). کیفیت زندگی بالاتر باعث کاهش رفتارهای پرخاشگرانه می‌شود (۳۰). همچنین در تبیین دیگری می‌توان گفت هر دو نوع ورزش آبی و زمینی سبب ارتقای آمادگی جسمانی سربازان نظیر بهبود عملکرد قلبی عروقی تنفسی، قدرت و استقامت عضلانی، تعادل، انعطاف‌پذیری، ترکیب بدن می‌شوند اما از سویی در ورزش‌های آبی جنبه‌های روانی مانند کاهش استرس، افسردگی، اضطراب، خستگی و بهبود وضعیت خواب بیشتر رخ می‌دهد و از سوی دیگر ویژگی منحصربه‌فرد نشاط‌آور بودن اکثر ورزش‌های آبی، با کاهش سطح کورتیزول و افزایش سروتونین و دوپامین در طولانی‌مدت اثرات مثبتی بر روحیه

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

سربازان دارد و می‌تواند رفتار پرخاشگرانه را کاهش دهد.

از دیگر نتایج پژوهش عدم وجود تفاوت معنادار بین رضایت از زندگی سربازان متأهل و مجرد است؛ همچنین سربازان مجرد رضایت از زندگی بیشتری نسبت به سربازان متأهل داشتند که با برخی نتایج پژوهش‌های قبلی هم‌سو (۲۶،۲۴) و با برخی از آنها ناهم‌سو (۲۲-۲۱) است. هم‌سویی با نتیجه جهانبازی و همکاران (۲۶) که دریافتند رضایت از زندگی کارکنان مجرد پارک‌های آبی اصفهان بیشتر از کارکنان متأهل آن است اما این تفاوت معنادار نیست شاید به دلیل شباهت خدمت در نوع سازمان‌های خدماتی مانند زندان و مجموعه‌های ورزشی-تفریحی باشد. در سازمان‌های خدماتی به دلیل تمرکز، زمان، دقت و حوصله بیشتر و برخورد مستقیم و متعدد با افراد، خستگی ذهنی افزایش می‌یابد؛ بنابراین شاید متأهلین با توجه به زمانی که باید به خانواده نیز اختصاص دهند آزادی کمتری برای نوع و زمان فراغت و استراحت خود دارند که سبب کاهش رضایت از زندگی آنها نسبت به مجردها می‌شود.

هم‌سویی با نتیجه پژوهش Baumann و همکاران (۲۴) که دریافتند بین تأهل و رضایت از زندگی در بیماران قلبی عروقی رابطه معناداری وجود ندارد شاید به دلیل ویژگی درون‌ریزی مشکلات که خصوصاً این ویژگی در مردان بارزتر است باشد که هر دو گروه سربازان و بیماران به دلایلی مانند نشان ندادن ضعف، عدم نگرانی همسر و احساس ترحم دیگران نمی‌خواهند مشکلات خود با همسر در میان بگذارند؛ بنابراین وضعیت تأهل آنها موجب رضایت از زندگی آنها نمی‌شود.

ناهم‌سویی این نتیجه با پژوهش متولیان و همکاران (۲۱) که نشان داد میزان رضایت از زندگی دانشجویان متأهل مازندرانی به طور معناداری بیشتر از دانشجویان مجرد است شاید به علت آن باشد که بخشی از نمونه آماری پژوهش آنها دختران بودند؛ همچنین دانشجویان متأهل زمان دلخواه و راه‌های ارتباطی بیشتر مانند شبکه‌های مجازی برای گفت‌وگو با همسر خود دارند که سبب افزایش آرامش و رضایت از زندگی آنها می‌شود.

این یافته ناهم‌سو با نتیجه مطالعه Li و همکاران (۲۲) نیز است که نشان داد بزرگسالان متأهل چینی بیشتر از مجردها از زندگی خود راضی هستند. دلیل این ناهم‌سویی شاید تفاوت‌های فرهنگی و اجتماعی باشد؛ در چین تأکید بر ساده زیستی و پایبندی ارزش‌های خانواده، حمایت زوجین از یکدیگر و تعهد و تلاش زن و شوهر برای غلبه بر مشکلات اقتصادی و خانوادگی سبب رضایت از زندگی بالاتر متأهلین نسبت به مجردها است اما مشکلات امروزی ازدواج جوانان در کشور نظیر بیکاری و هزینه مسکن، افزایش سطح انتظارات و تجمل‌گرایی، مصرف‌گرایی و چشم هم‌چشمی‌ها ازدواج را دشوار کرده است و پس از ازدواج ناسازگاری در سال‌های اول زندگی مشترک و بار مالی زندگی که اغلب بر دوش مردان است با فشار روانی زیاد بر هر دو گروه مجرد و متأهل رضایت از زندگی را کاهش می‌دهد.

یافته دیگر پژوهش نشان داد تفاوت معنی‌داری میان ابعاد پرخاشگری سربازان متأهل و مجرد وجود ندارد که با برخی نتایج مطالعات دیگر همسو (۲، ۲۵) و برخی از آن‌ها ناهم‌سو (۲۳) است. دلیل هم‌سویی با نتایج پژوهش محمد پور و همکاران (۲۵) و موسوی و همکاران (۲) که نمونه آماری آنها دانشجویان بودند و ناهم‌سویی مطالعه کاراحمدی و همکاران (۲۳) بر روی پرستاران شاید به دلیل آن باشد که هر دو گروه سربازان و دانشجویان هنوز در سال‌های اولیه زندگی مشترک خود هستند و یا همراه هم زندگی نمی‌کنند و زندگی مشابه گروه مجرد دارند، درحالی‌که پرستاران پس از چندین سال از زندگی موردمطالعه قرارگرفته‌اند.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه و عدم امکان مقایسه نتیجه با مطالعات مشابه، عدم توزیع پرسشنامه توسط خود پژوهشگران به دلیل مسائل امنیتی زندان و استفاده از ابزار خود گزارشی پرسشنامه اشاره کرد که ممکن است دقت نتایج را کاهش دهد. همچنین هدف اصلی این پژوهش مقایسه متغیرها بین سه نوع ورزش آبی، زمینی و هوایی بود اما به دلیل آنکه هیچ‌یک از پاسخ‌گویان ورزش هوایی را انتخاب نکرده بودند از آن صرف‌نظر شد. با توجه به انجام این پژوهش بر روی سربازان زندان‌های استان مازندران نیز توصیه می‌شود در تعمیم نتایج آن به زنان، سربازان زندان‌های استان‌های دیگر و سایر گروه‌ها جانب احتیاط رعایت گردد.

با توجه به نتایج پژوهش برگزاری دوره‌های آموزشی و فراهم نمودن امکانات و تجهیزات ورزش‌های آبی یا فراهم نمودن شرایط برای استفاده از اماکن ورزشی آبی حتی به‌صورت تفریحی مانند توزیع بلیت استخر برای افزایش رضایت از زندگی و کاهش پرخاشگری در سربازان توصیه می‌شود.

نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان می‌دهد کارکنان وظیفه در حال خدمت در زندان‌ها که در رشته‌های ورزشی آبی فعالیت دارند نسبت به سربازان ورزشکار رشته‌های زمینی از رضایت از زندگی بهتری برخوردار هستند. علاوه بر آن سربازان رشته‌های ورزشی آبی پرخاشگری پایین‌تری نسبت به گروه ورزش‌های زمینی از خود نشان می‌دهند. همچنین نتایج نشان می‌دهد که ابعاد پرخاشگری و رضایت از زندگی میان سربازان مجرد و متأهل تفاوتی ندارد.

تشکر و قدردانی: نویسندگان این مقاله بر خود لازم می‌دانند از مدیریت، معاونت و حفاظت محترم اداره کل زندان‌های استان مازندران، زندان‌های ساری، بابل و تنکابن برای همکاری در به ثمر رساندن این پژوهش نهایت تشکر و سپاسگزاری را نمایند. همچنین نویسندگان از تمامی کارکنان وظیفه زندان‌های ساری، بابل و تنکابن برای مشارکت در تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش صمیمانه تشکر و قدردانی می‌نمایند.

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

نقش نویسندگان: نویسنده اول در تحلیل آماری داده‌ها و جمع‌آوری منابع و نگارش و ویرایش مقاله نقش داشت. نویسنده دوم در ارائه ایده و طراحی مطالعه، جمع‌آوری داده‌ها، تحلیل و تفسیر داده‌ها، نگارش و ویرایش مقاله نقش داشت. نویسنده سوم در نگارش و ویرایش مقاله نقش داشت. همچنین همه نویسندگان در نگارش اولیه مقاله و بازنگری آن سهیم بودند و همه با تأیید نهایی مقاله حاضر، مسئولیت دقت و صحت مطالب مندرج در آن را می‌پذیرند.

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

منابع

1. Mohammadi FH. Descriptive review of the country's prisons and explanation of their problems. Correction and Rehabilitation. 2010;7 (85):43-47.
2. Mousavi SG, Keramatian K, Maracy MR, Fouladi M. Suicidal ideation, depression, and aggression among students of three universities of isfahan, iran in 2008. Iran J Psychiatry Behav Sci. 2012; 6(1):47-53.
3. Berkowitz L. On the formation and regulation of anger and aggression: A cognitive-neoassociationistic analysis. American Psychologist. 1990;45(4):494-503. doi:10.1037/0003-066X.45.4.494
4. Makarowski R, Plopa M, Skuzinska A, Marszall M. Questionnaire of aggressiveness in sport and business. Polish Journal of Social Science. 2012; 7 (1):7-36.
5. Makarowski R, Gorner K, Piotrowski A, Predoiu R, Predoiu A, Mitrache G, et al. The Hungarian, Latvian, Lithuanian, Polish, Romanian, Russian, Slovak, and Spanish, adaptation of the Makarowski's Aggression Questionnaire for martial arts athletes. Arch Budo. 2021;17(1):75-108.
6. Makarowski R. Aggressiveness in sport-Measurement method. Journal of Physical Education and Sport (JPES). 2013;V(1):82-96. doi:10.7752/jpes.2013.03046
7. Zare M, and Kharmai F. Psychometric properties of adaptive and aggressive assertiveness scale. Psychological Methods and Models. 2016; 7(23): 39-56. doi:20.1001.1.22285516.1395.7.23.3.3
8. Diener E, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. The satisfaction with life scale. J Pers Assess. 1985; 49(1):71-5. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13
9. Diener E, Suh EM, Lucas RE, Smith HL. Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological bulletin. 1999;125(2):276-302. doi:10.1037/0033-2909.125.2.276
10. Morsal B. Managing and planning for Tehran's people participation in outdoor recreation; with attention to motivations, constraints, leisure and life satisfaction [dissertation]. Tehran: Iran. Islamic Azad University, 2014.
11. Karimi Khordeh N, Dehvan F, Dalvand S, Repišti S, Ghanei Gheshlagh R. Investigation of Psychometric Properties of Persian Version of Fear of COVID-19 Scale in Nurses. Novelty in Clinical Medicine. 2022; 1(2): 89-94. doi: 10.22034/ncm.2022.331630.1028
12. Ghadrdan R, Farzan F, Tabesh S. Evaluating the quality and methods of spending leisure time and sport activities among soldiers. Paramedical Sciences and Military Health. 2019;14(2):17-25
13. Sattarpour IF, Jamali GY, Hamed Moradikia, Hemmati L. Comparison of the effects of physical exercises and anger control skill on reducing male teenageers' aggression. J Rehab Med. 2019;7(4): 143-152. doi: 10.22037/jrm.2018.111171.1809
14. Bbayi Zarch G, Khabiri M, Soheilypoor S. Comparing Aggression between Singles Athletes (Contact, Non- Contact) and Individuals Non-Athlete. Sports Psychology, 2016; 1(1): 31-38.
15. Miller AJ. Nova Scotia Outdoor Recreation Service Providers: Internal and External Influences when Creating and Developing Business Strategies. Library and Archives Canada, Ottawa; 2009.
16. Soleymani T, Noorbakhsh M, Alijani E. Effect of 12 Weeks Aerobic and Water Exercise on Quality of Life and Happiness in Non-athlete Middle Aged Women. Motor Behavior. 2012; 4 (10): 105-22.
17. Jafari Nodoushan Z, Mirhosseini H, Yamola M, Bidaki R, Hasibi E, Jafari A, et al. Effect of Neurofeedback on Anxiety, Dyslexia, and Dysgraphia in Elementary Students Afflicted with Attention Deficit Hyperactivity Disorder- a Pilot Study. Novelty in Clinical Medicine. 2022; 1(2): 81-88. doi: 10.22034/ncm.2022.327848.1018
18. Oh S, Lim JM, Kim Y, Kim M, Song W, Yoon B. Comparison of the effects of water- and land-based exercises on the physical function and quality of life in community-dwelling elderly people with history of falling: a single-blind, randomized controlled trial. Arch Gerontol Geriatr. 2015;60(2):288-93. doi:10.1016/j.archger.2014.11.001
19. Medrado LN, Mendonça MLM, Budib MB, Oliveira-Junior SA, Martinez PF. Effectiveness of aquatic exercise in the treatment of inflammatory arthritis: systematic review. Rheumatol Int. 2022. doi:10.1007/s00296-022-05145-w
20. Carayannopoulos AG, Han A, Burdenko IN. The benefits of combining water and land-based therapy. J Exerc Rehabil. 2020;16(1):20-26. doi:10.12965/jer.1938742.371

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]

21. Motevalian S, Noori Z, Hosseini S. The Relationship between Dimensions of Religiosity, Gender, and Marital Status and the Rate of Life Satisfaction among the Female and Male Students of the University of Mazandaran. Journal of Islam and Social Sciences. 2019;9(18):139-160. doi:10.30471/soci.2018.1461
22. Li W, Sun H, Xu W, Ma W, Yuan X, Niu Y, Kou C. Individual Social Capital and Life Satisfaction among Mainland Chinese Adults: Based on the 2016 China Family Panel Studies. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(2):441. doi:10.3390/ijerph18020441
23. Karahmadi M, Esmaili N. Aggression and some of Its Demographic Correlates in Nurses of Pediatric Wards in Hospitals Affiliated to Isfahan Medical University. RBS. 2007; 5 (1): 33-37. doi:10.1001.1.17352029.1386.5.1.7.6
24. Baumann M, Tchicaya A, Lorentz N, Le Bihan E. Life satisfaction and longitudinal changes in physical activity, diabetes and obesity among patients with cardiovascular diseases. BMC Public Health. 2017;17(1):925. doi:10.1186/s12889-017-4925-0
25. Mohammadpour E, Ebrahimi Belil F, Asghari S, Jabbari M. Investigating the Aggression and its related Factors in Ardabil School of Nursing and Midwifery Students in January 2019. JHC. 2021; 22 (4):318-326. doi:10.52547/jhc.22.4.318
26. Jahanbazi MR, Farzan F, Tabesh S. Life Satisfaction Assessment of Water Parks Employees in Isfahan Province. Proceeding of the 5th National Conference on Sports Science and Physical Education of Iran; 2019. Tehran: Iran, 2019. P1-7.
27. Akyurek G, Efe A, Aki E. Psychometric properties of the Temporal Satisfaction with Life Scale among Turkish people. Psychiatry and Clinical Psychopharmacology. 2019;29(2):204-11. doi:10.1080/24750573.2018.1445898
28. Al-Darmaki F, Ahammed S, Hassane S, Abdullah A, Yaaqeib S, Dodeen H. Validation of Arabic state self-esteem and satisfaction with life scale among married individuals from the United Arab Emirates. Int J Humanit Soc Sci. 2015; 5(11): 76-83.
29. Sheikhi M, Houman H, Ahadi H, Sepah Mansour M. Psychometric properties of Satisfaction with Life Scale houghts and Behavior in Clinical Psychology. 2011;5(19):15-26.
30. Fantaguzzi C, Allen E, Miners A, Christie D, Opondo C, Sadique Z, et al. Health-related quality of life associated with bullying and aggression: a cross-sectional study in English secondary schools. Eur J Health Econ. 2018;19(5):641-651. doi:10.1007/s10198-017-0908-4

[Downloaded from jmarmed.ir on 2026-11-19]

[DOI: 10.30491/5.1.47]