

Comparison between Psychological Resiliency and Defense Mechanisms in the Military and Ordinary People

Rahim Yousefi *¹, Elahe Toghyani ²

¹ Department of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran

² Department of Literature, Urmia University, Urmia, Iran

Received: 14 July 2015

Accepted: 3 September 2016

Abstract

Aims: The aim of the present study was to compare between psychological resiliency and defense mechanisms in military and non-military individuals.

Methods: This research is a case-control study. The study sample is consisted of 100 members (50 military and 50 non-military) which were randomly selected by cluster sampling method. After the selection and random assignment into 2 groups, Conner-Davidson Resilience scale (CD-RISC) and defense style questionnaire (DSQ – 40) were used in one stage for 2 groups. For the analyses of the data, multivariate analysis of covariance and SPSS software were used.

Results: The results showed that non-military individuals had a higher mean in four immature defense mechanisms; rationalization, devaluation, acting out and autistic fantasy than the military individuals. In the mature defense mechanisms, the military individuals had a higher mean than the non-military. In the neuroticism defense mechanisms, the difference between the two groups was statistically significant only in the pseudo-altruism. Also, the military individuals were higher in Psychological resiliency than the non-military individuals ($p < 0.05$).

Conclusion: The results showed that military individuals with more psychological resiliency, generally tend to use more efficacy, mature and adaptive mechanisms for coping.

Keywords: Psychological Resiliency, Defense Mechanisms, Military

مقایسه تاب آوری روانی و مکانیزم‌های دفاعی در افراد نظامی و غیر نظامی

رحیم یوسفی*^۱، الهه طغیانی^۲

^۱گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، تبریز، ایران
^۲گروه علوم تربیتی، دانشکده ادبیات، دانشگاه ارومیه، ارومیه، ایران

چکیده

زمینه و اهداف: هدف پژوهش حاضر مقایسه مکانیزم‌های دفاعی و میزان تاب آوری روانی در نظامیان و افراد غیرنظامی شهر ارومیه می‌باشد.

روش‌ها: مطالعه حاضر از نوع مورد-شاهدی می‌باشد. نمونه پژوهش عبارت بود از ۱۰۰ نفر (۵۰ نفر افراد گروه نظامی و ۵۰ نفر افراد گروه غیرنظامی) که به شیوه نمونه گیری خوشه‌ای انتخاب شد. پس از گزینش و تخصیص نمونه به دو گروه، پرسشنامه سبک‌های دفاعی (DSQ 40) و تاب آوری روانی (CD- RISC) طی یک مرحله برای هر دو گروه توزیع و جمع آوری گردید. در نهایت داده‌ها با روش تحلیل واریانس چند متغیری و تجزیه و تحلیل داده‌ها به کمک نرم افزار SPSS انجام شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که افراد غیرنظامی در سه مکانیسم نا ارزنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیالپردازی اوتیستیک میانگین بالاتری در مقایسه با گروه نظامی داشتند ولی در مکانیسم دلیل تراشی میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود. همچنین در مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته، گروه افراد نظامی فقط در مکانیسم پیشاپیش نگری میانگین بالاتری را در مقایسه با افراد غیرنظامی داشتند. علاوه بر این در مکانیسم‌های روان آزرده افراد غیرنظامی در مقایسه با افراد نظامی، استفاده بیشتری از دیگر دوستی کاذب داشتند. از لحاظ متغیر تاب آوری روانی، میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود ($p < 0.05$).

نتیجه گیری: یافته‌ها نشان داد افراد با مشاغل نظامی به‌طور کلی با تاب آوری روانی بیشتر؛ تمایل دارند مکانیزم‌های سازش نیافته، غیر انطباقی و ناکارآمد کمتر و مکانیسم‌های کارآمد و انطباقی بیشتری را برای مقابله به کار برند.

کلیدواژه‌ها: تاب آوری روانی، مکانیزم‌های دفاعی، نظامی

مقدمه

تحولی که در دهه‌های اخیر در چگونگی نگرش به استرس و فشار روانی در شرایط تنش‌زا شکل گرفته، تحت تأثیر رویکردهای مثبت نگر در حوزه روانشناسی سلامت ایجاد شده است. متناسب با این رویکرد، تجهیز افراد به ظرفیت‌های فردی روانی و شخصیتی است که می‌تواند در مواجهه با تجربیات تنش‌زا کمک کننده باشد. تحقیقات متعدد همواره به دنبال کشف عواملی بوده‌اند که بتوانند در شرایط آسیب‌ناح آسب مانع آسیب دیدگی انسان شوند [۱]. ویژگی‌های شخصیتی اعم از درونی و بیرونی، منحصر به فرد و نسبتاً بادوام‌اند و در موقعیت‌های مختلف بر رفتار تأثیر می‌گذارند [۲].

اشتغال در حرفه‌های خاص یکی از تجارب تنش‌زایی است که سلامت روان افراد را تهدید می‌کند [۳] و به همین سبب نیاز به افرادی با ویژگی‌های خاص در این‌گونه مشاغل وجود دارد [۴]. استرس شغلی ناشی از کنش متقابل شرایط کار و ویژگی‌های فردی شاغل است. امروزه روش‌هایی در مواجهه با استرس، مورد توجه است که با بالا بردن ظرفیت‌های فردی در عین برخورد با مشکل، ظرفیت رشد شخصیت را به وجود بیاورد [۵]. واکنش به استرس به عوامل زیادی از جمله ماهیت و شدت عوامل استرس‌زا، بافت اجتماعی و توانایی تاب‌آوری (Resiliency) در برابر آن (به‌عنوان یک میانجی حفاظت‌کننده از فرد در برابر شرایط سخت) بستگی دارد [۶، ۷].

یکی از ویژگی‌هایی که موجب می‌شود فرد در شرایط آسیب‌زا کمترین آسیب را دیده و مقاومت نماید، ظرفیتی است به نام "تاب‌آوری روانی" که نه تنها قدرت سازگاری فرد را در مواجهه با مشکلات افزایش می‌دهد، بلکه موجب حفظ سلامت روانی و ارتقای آن است [۵]. بعضی از پژوهشگران معتقدند "تاب‌آوری" یک ویژگی فردی با منبع درونی است در حالی که برخی دیگر معتقدند منبع تاب‌آوری بیرونی است زیرا پاسخ و واکنشی به رخدادهای آسیب‌رسان و فشارزا است. تاب‌آوری پیوند نزدیکی با پنج عامل بزرگ شخصیت دارد. این پنج عامل عبارت است از سرسختی هیجانی، برون‌گرایی، وجدان، توافق و گشودگی نسبت به تجربیات جدید [۸].

کشتکاران [۹] مفهوم تاب‌آوری را به معنای کنترل یا اقدام بر عوامل فشارزا قبل از اینکه به فرد آسیب برساند بکار می‌برد. اینزلیک و همکاران [۱۰] تاب‌آوری و سرسختی را باعث کاهش اضطراب و افسردگی دانسته‌اند. به باور آن‌ها افراد تاب‌آور و سرسخت می‌توانند بر انواع اثرات ناگوار خستگی‌های جسمانی و عاطفی ناشی از کار چیره شوند و سلامت روان خود را حفظ کنند. تاب‌آوری روانی از دیدگاه نیومن [۱۱] به‌عنوان توانایی تطابق با دشواری‌ها تعریف شده است. آموزش تاب‌آوری حتی ممکن است به‌عنوان یک استراتژی پیشگیرانه در مقابل خودکشی که از سال ۲۰۰۴ افزایش یافته، عمل نماید [۱۲].

در رویکردهای جدید به سلامت به جای توجه به مسائل سازمانی و

برون فردی بر ظرفیت‌های شخصی همچون تاب‌آوری تأکید می‌شود. در این رویکرد امکان مداخله به روش آموزش برای افزایش سلامت روانی به‌جای شیوه‌های حل مشکل در روش‌های سنتی عملی‌تر است [۵، ۱۲، ۱۳].

از دیگر عوامل مؤثر بر واکنش به استرس، می‌توان به مکانیزم‌های دفاعی اشاره کرد. مکانیزم‌های دفاعی، واکنش‌های روانی ناهشیار هستند که افراد را برای مقابله با اضطراب آماده می‌سازند [۱۴]. لذا تجهیز افراد برای مقابله، از طریق تأثیر خودکار مکانیزم‌های دفاعی بر چگونگی ادراک رویدادهای تهدیدکننده صورت می‌گیرد. مکانیزم‌های دفاعی را زیگموند فروید در ۱۸۹۴ مطرح کرد. به اعتقاد وی مکانیزم‌های دفاعی موجب کنار زدن افکار متعارض از حیطه هوشیاری می‌شوند [۱۵]. بنابراین مکانیزم‌های دفاعی شیوه‌هایی هستند که افراد به کار می‌برند تا از خود در برابر آسیب‌های روانی و از دست دادن عزت نفس محافظت کنند. از دیدگاهی دیگر، مکانیزم‌های دفاعی با نظام مقابله‌ای هشیار و ناهشیار فرد، برای مقابله با موقعیت‌ها در ارتباط‌اند [۱۶].

اندروز، ساینف و بوند [۱۷]، بر اساس طبقه‌بندی سلسله‌مراتبی ویلانت (۱۹۷۶، ۱۹۷۱) از مکانیزم‌های دفاعی، بیست مکانیزم را به سه سبک دفاعی رشدیافته، روان‌آزرده و رشد نیافته تقسیم کردند. مکانیزم دفاعی رشد یافته؛ شیوه‌های مواجهه انطباقی، بهنجار و کارآمد و مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده و رشد نیافته، شیوه‌های مواجهه غیر انطباقی و ناکارآمد هستند.

پرسنل نظامی به سبب مواجهه با استرس‌های متعدد همچون تغییرات آب و هوایی، دوری از خانه یا کشور، ترس، خطر مرگ و ... لازم است که تاب‌آوری روانی بالایی داشته باشند [۱۸]. شواهد پژوهشی نیز تأیید می‌کند که ویژگی‌های شخصی از جمله تاب‌آوری و همچنین آموزش‌هایی جهت افزایش سرسختی و تاب‌آوری معنوی، ممکن است از پرسنل نظامی در مقابل استرس‌های روانشناختی محافظت کند [۱۸-۲۱]. استفاده از مکانیزم درونی مثبت (مکانیزم دفاعی رشد یافته) و افزایش تاب‌آوری (به‌عنوان مکانیزم بیرونی مثبت) که شامل حمایت‌ها، ارتباطات اجتماعی-عاطفی مثبت، فرهنگ و ارزش‌های فردی و اجتماعی است، می‌تواند بر نحوه رویارویی صحیح افراد با مشکلات و نحوه تفکر آن‌ها تأثیرگذار باشد [۲۲]. پژوهش‌ها نشان دهنده این است که مقابله مسئله‌مدار نقش مهمی در تاب‌آوری روانی و افزایش نشانه‌های سلامت پرسنل نظامی [۱۸، ۲۳] و مقابله ناسازگارانه نقش مهمی در پریشانی‌های روانشناختی پرسنل نظامی ایفا می‌کند [۲۴]. با توجه به اینکه دفاع‌های "من" به‌عنوان مکانیزم‌های روانشناختی مدیریت عواطف ناتوان‌کننده مفهوم پردازی شده‌اند، با این تبیین که ناتوانی فرد در تنظیم هیجان‌ها باعث استفاده افراد از سبک‌های دفاعی رشد نیافته می‌شود [۲۵] و با توجه به اهمیت نحوه مواجهه صحیح با فشارها و نقش آن در سلامت روانی و جسمی، می‌توان در جهت آموزش راهبردهای مواجهه با فشار در

حذف (Elimination) است. مکانیزم های مربوط به سبک دفاعی روان آزرده وار عبارت اند از: دیگر دوستی کاذب (Pseudo-altruism)، آرمانی سازی (Idealization) و عکس العمل سازی. سبک دفاعی نمو نیافته شامل ۱۲ مکانیزم دفاعی است: فرافکنی (Projection)، پرخاشگری فعل پذیر (Passive-aggressive)، گذار به عمل (Acting-out)، مجزا سازی (Isolation)، بی ارزش سازی (Devaluation)، خیالپردازی در خود مانده (Autism fantasy)، انکار (Denial)، جابجایی (Displacement)، تفرق (Dissociation)، دویاره سازی (Splitting)، دلیل تراشی (Rationalization) و بدنی سازی (Somatization). ضرایب آلفای کرونباخ هریک از سبک های نمو یافته، نمو نیافته و روان آزرده وار فرم فارسی مقیاس در یک نمونه دانشجویی برای کل آزمودنی ها به ترتیب برابر با ۰/۷۵، ۰/۷۳ و ۰/۷۴؛ برای دانشجویان پسر برابر با ۰/۷۴، ۰/۷۲ و ۰/۷۳ و برای دانشجویان دختر برابر با ۰/۷۵، ۰/۷۴ و ۰/۷۴ بود. ضریب بازآزمایی نیز با فاصله ۴ هفته برای کل آزمودنی ها برابر ۰/۸۲ و برای آزمودنی های پسر به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۸۴ محاسبه شد [۲۶].

بشارت [۲۷] ضریب اعتبار مقیاس را ۰/۸۱ گزارش نمود که نشان دهنده اعتبار خوب این پرسشنامه برای فرهنگ ایرانی است.

۲) پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) (Conner-Davidson Resilience Scale): این ابزار در ابتدا توسط کانر و داویدسون (۲۰۰۳) طراحی شد و از ۲۵ گویه بر مبنای مقیاس لیکرت از صفر (کاملاً نادرست) تا پنج (کاملاً درست) نمره گذاری می شود. بیگدلی و همکاران، همسانی درونی این مقیاس را بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۹ گزارش کردند [۲۸]. روایی سازه مقیاس جدید تاب آوری بر اساس تحلیل عاملی تأییدی برای هر ده سؤال بار عاملی بین ۴۴ تا ۹۳ درصد بارگذاری شده است که این حاکی از روایی سازه مطلوب و قابل قبول برای این مقیاس است [۲۹].

روش تجزیه و تحلیل داده ها: تجزیه و تحلیل داده ها در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام شده است. ابتدا در سطح آمار توصیفی اطلاعات موجود در جدول توزیع فراوانی طبقه بندی و سازمان دهی گردید. و سپس شاخص های گرایش مرکزی و پراکندگی محاسبه شد. در سطح آمار استنباطی برای آزمون فرضیه ها از تحلیل واریانس چند متغیری و برای تحلیل آماری یافته ها از نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ استفاده شد.

نتایج

در این مطالعه تعداد مردان گروه نظامی ۴۸ نفر با میانگین سن ۲۷/۹۷ و انحراف استاندارد ۳/۶۷ و تعداد مردان غیرنظامی ۵۰ نفر، با میانگین سن ۳۰/۷۴ و انحراف استاندارد ۵/۸۴ بود ($P=0/006$). در جدول ۱ اطلاعات دموگرافیک نمونه ارائه شده است. جدول ۲- شاخص های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد

افراد نظامی تلاش کرد. پژوهش حاضر با هدف مقایسه افراد نظامی و افراد غیرنظامی از نظر مکانیزم های دفاعی مورد استفاده و میزان تاب آوری روانی، انجام شد.

روش ها

پژوهش حاضر یک مطالعه مورد-شاهدی است که در شهر ارومیه و در سال ۱۳۹۲ انجام شد.

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل همه نظامیان شهر ارومیه بود. نمونه پژوهش شامل ۱۰۰ نفر بود که به روش نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. تعداد افراد گروه نظامی ۴۸ نفر (به دلیل ناقص بودن، دو عدد از پرسشنامه های گروه نظامی حذف شد) و تعداد افراد گروه غیرنظامی ۵۰ نفر بود.

معیارهای ورود به مطالعه برای گروه نظامی عبارت بودند از: نظامی و شاغل بودن در بخش عملیاتی، عدم ابتلا به بیماری های حاد جسمانی و روانی که به صورت خود اظهاری اخذ شده است و سابقه خدمتی بیش از سه سال. معیارهای خروج برای افراد نظامی عبارت بودند از: ابتلا به بیماری های حاد جسمانی و روانی، سابقه خدمتی کمتر از سه سال و عدم تمایل به همکاری در پژوهش. معیارهای ورود افراد غیرنظامی به پژوهش، عبارت بودند از: عدم اشتغال در هیچ یک از بخش ها و مشاغل نظامی و عدم ابتلا به بیماری های حاد جسمانی و روانی و معیارهای خروج: ابتلا به بیماری های حاد روانی و جسمانی و عدم تمایل به همکاری در پژوهش بود.

به جهت رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش، رضایت نامه کتبی و آگاهانه از شرکت کنندگان جهت انجام پژوهش اخذ شد و شرکت کنندگان با رضایت آگاهانه در پژوهش شرکت نمودند. همچنین در زمینه محرمانه ماندن اطلاعات، توافق آگاهانه میان شرکت کنندگان و پژوهشگر صورت گرفت.

پس از گزینش و تخصیص نمونه به دو گروه، پرسشنامه سبک های دفاعی و پرسشنامه تاب آوری روانی به هر دو گروه ارائه شد و با ارائه دستورالعمل یکسان به هر دو گروه، از آن ها درخواست شد که به پرسشنامه ها پاسخ دهند. اطلاعات دموگرافیک در ابتدای این دو پرسشنامه از گروه ها اخذ شد. پرسشنامه ها طی یک مرحله توزیع و جمع آوری گردید. در نهایت داده های کسب شده با روش تحلیل آماری مناسب در دو گروه مقایسه شد.

ابزار اندازه گیری: ۱) پرسشنامه سبک های دفاعی (DSQ 40) (Defence Style Questionnaire): این مقیاس توسط Andrews، Singh و Bond [۱۵] تدوین شد و دارای ۴۰ گویه است که در مقیاس ۹ درجه ای لیکرت، بیست مکانیزم دفاعی را بر حسب سه سبک دفاعی نمو یافته، روان آزرده وار و نمو نیافته می سنجد. در نمره گذاری این آزمون برای هر سبک دفاعی، میانگین نمره های مکانیزم های آن سبک محاسبه می شوند. سبک دفاعی نمو یافته شامل مکانیزم های والاگرایی (Sublimation)، شوخ طبعی (Humor)، پیشاپیش نگری (Anticipation) و

اوتیستیک، نا ارزنده سازی، گذار به عمل و دیگر دوستی کاذب در گروه افراد غیرنظامی بیشتر از افراد نظامی است.

نمره‌های دو گروه نظامی و عادی را در مکانیزم‌های دفاعی و همچنین متغیر تاب آوری روانی نشان می‌دهد. نتایج این جدول نشان می‌دهد که میانگین مکانیزم‌های دفاعی خیال پردازی

جدول ۱. اطلاعات جمعیت شناختی نمونه

متغیر	N	میانگین سن	انحراف استاندارد
نظامی	۴۸	۲۷/۹۷	۳/۶۷
غیرنظامی	۵۰	۳۰/۷۴	۵/۸۴

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد گروه‌ها در حوزه‌های مکانیزم‌های دفاعی و تاب آوری روانی

متغیر	گروه‌ها	
	نظامی (N=48)	غیرنظامی (N=50)
	میانگین	انحراف استاندارد
رشد نایافته	دلیل تراشی	۱۳/۸۳
	فرافکنی	۸/۷۳
	انکار	۹/۲۶
	همه کارتوانی	۱۰/۹۶
	نارزنده سازی	۹/۸۳
	گذار به عمل	۸/۶۰
	بدنی سازی	۱۲/۴۲
	خیال پردازی اتیستیک	۷/۷۴
	لایه سازی	۹/۸۳
	پرخاشگری منفعل	۹/۴۴
رشد یافته	جابه‌جائی	۹/۰۲
	مجزاسازی	۸/۵۰
	فرونشانی	۱۰/۶۲
	والایش	۱۰/۱۰
	شوخی طبعی	۱۰/۴۴
	پیشاپیش نگرى	۱۴/۹۷
	دیگردوستی کاذب	۱۲/۶۹
	تشکل واکنشی	۹/۱۱
	عقلانی سازی	۱۱/۱۷
	ابطال	۱۱/۰۴
تاب آوری روانی	۶۷/۸۹	۵۹/۹۳

رشد نایافته تفاوت دو گروه در چهار مکانیسم دلیل تراشی، نارزنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیالپردازی اوتیستیک معنادار بود؛ به‌طوری که افراد غیرنظامی در سه مکانیسم نارزنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیالپردازی اوتیستیک میانگین بالاتری در مقایسه با گروه نظامی داشتند ولی در مکانیسم دلیل تراشی میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود.

همچنین در مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته تفاوت دو گروه فقط در مکانیسم پیشاپیش نگرى معنادار بود، یعنی گروه افراد نظامی در این مکانیسم میانگین بالاتری را در مقایسه با افراد غیرنظامی داشتند. علاوه بر این در مکانیسم‌های روان آزرده تفاوت بین دو گروه فقط در مکانیسم دیگردوستی کاذب معنادار بود، بدین صورت که گروه افراد غیرنظامی در مقایسه با افراد نظامی میانگین بالاتری داشتند که نشانگر استفاده بالا از این مکانیسم در افراد غیرنظامی است.

برای آزمون فرضیه پژوهش مبنی بر وجود تفاوت بین افراد نظامی و افراد غیرنظامی از لحاظ مکانیزم‌های دفاعی و همچنین تاب آوری روانی از روش تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شد. برای استفاده از این روش ابتدا مفروضه‌های اساسی این تحلیل مورد بررسی قرار گرفت. قبل از اجرای این تحلیل، مفروضه‌های زیربنایی آن مانند نرمال بودن توزیع داده‌ها، برابری واریانس گروه‌ها و همچنین همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس ($F=5/46$)؛ مورد تأیید قرار گرفت. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان داد که اثر اصلی شاخص لامبدای ویلکز ($F=2/11$)، معنادار است. نتایج تحلیل واریانس چند متغیری برای مقایسه دو گروه در مکانیزم‌های دفاعی و همچنین متغیر تاب آوری روانی در جدول ۳- گزارش شده است. همان‌طور که جدول ۳ نشان می‌دهد در بین مکانیسم‌های دفاعی

همچنین از لحاظ متغیر تاب آوری روانی بین دو گروه تفاوت معناداری وجود داشت، یعنی این که میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود که نشان می دهد افراد نظامی از میزان تاب آوری روانی بالاتری در مقایسه با افراد غیرنظامی برخوردارند.

جدول ۳. مقایسه دو گروه نظامی و غیرنظامی در مکانیزم های دفاعی و تاب آوری روانی

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معناداری
دلیل تراشی	۶۳/۱۲	۱	۶۳/۱۲	۶/۷۶	*۰/۰۰۵
فرافکنی	۰/۲۲	۱	۰/۲۲	۰/۰۳	۰/۵۷۲
انکار	۵/۰۳	۱	۵/۰۳	۰/۳۳	۰/۲۷۹
همه کارتوانی	۵/۶۹	۱	۵/۶۹	۰/۴۹	۰/۲۱۱
نارزنده سازی	۴۳/۳۲	۱	۴۳/۳۲	۴/۹۱	*۰/۰۱۴
گذار به عمل	۱۰۴/۴۶	۱	۱۰۴/۴۶	۵/۸۳	*۰/۰۰۹
بدنی سازی	۵/۵۳	۱	۵/۵۳	۰/۳۹	۰/۱۲۴
خیال پردازی	۷۳/۰۷	۱	۷۳/۰۷	۲/۹۸	*۰/۰۲۳
اتیستیک	۶/۶۱	۱	۶/۶۱	۰/۳۶	۰/۲۱۵
لایه سازی	۱/۳۳	۱	۱/۳۳	۰/۱۲	۰/۴۳۲
پرخاشگری منفعل	۰/۵۳	۱	۰/۵۳	۰/۰۴	۰/۳۱۲
جابه جایی	۷/۷۱	۱	۷/۷۱	۰/۵۹	۰/۱۶۷
فرونشانی	۱/۱۲	۱	۱/۱۲	۰/۰۸	۰/۱۹۳
والایش	۲/۵۶	۱	۲/۵۶	۰/۱۸	۰/۲۴۳
شوخی طبعی	۱۰/۰۸	۱	۱۰/۰۸	۰/۶۱	۰/۲۱۹
پیشاپیش نگرانی	۱۵/۴۹	۱	۱۵/۴۹	۲/۴۹	*۰/۰۳۸
دیگردوستی کاذب	۴۳/۲۲	۱	۴۳/۲۲	۴/۸۴	*۰/۰۱۸
تشکل واکنشی	۱۰/۹۶	۱	۱۰/۹۶	۰/۶۳	۰/۲۵۳
عقلانی سازی	۳۵/۶۶	۱	۳۵/۶۶	۱/۸۵	۰/۱۷۶
ابطال	۰/۲۴	۱	۰/۲۴	۰/۰۲	۰/۲۱۱
تاب آوری روانی	۹۷۷/۵۷	۱	۹۷۷/۵۷	۶/۴۷	*۰/۰۰۱

*معنادار در سطح ۰/۰۵

بحث

در این مطالعه تعداد افراد گروه نظامی ۴۸ نفر با میانگین سن ۲۷/۹۷ و انحراف استاندارد ۳/۶۷ و تعداد افراد غیرنظامی ۵۰ نفر، با میانگین سن ۳۰/۷۴ و انحراف استاندارد ۵/۸۴ بود.

یافته ها نشان داد که افراد غیرنظامی در سه مکانیسم نا ارزنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیال پردازی اوتیستیک میانگین بالاتری در مقایسه با گروه نظامی داشتند ولی در مکانیسم دلیل تراشی میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود. همچنین در مکانیسم های دفاعی رشد یافته، گروه افراد نظامی فقط در مکانیسم پیشاپیش نگرانی میانگین بالاتری را در مقایسه با افراد غیرنظامی داشتند. علاوه بر این در مکانیسم های روان آزنده یافته شد افراد غیرنظامی در مقایسه با افراد نظامی، استفاده بیشتری از دیگر دوستی کاذب داشتند. از لحاظ متغیر تاب آوری روانی، میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود که نشان می دهد افراد نظامی از میزان تاب آوری روانی بالاتری در مقایسه با افراد غیرنظامی برخوردارند.

ورود به عرصه نظامی گری منجر به تغییرات عمده ای در زندگی فردی، خانوادگی و اجتماعی افراد می شود. تنیدگی های زندگی نظامی در کنار سختی ها و خطرات بالقوه آموزش ها و کار نظامی، به عنوان عوامل آشکارکننده به یک باره بر فرد وارد می شوند و با توجه به زمینه قبلی ممکن است منجر به مشکلات انطباقی شده و خود را به شکل آشفتگی هیجانی، افزایش حساسیت به محرک های بیرونی، اضطراب و تغییرات خلقی نشان دهند. با این همه اگرچه خصوصیات ذاتی دوره های آموزش نظامی از جمله دوری از خانه و خانواده، تغییر سبک زندگی و عادات غذایی، اختلال در خواب، فعالیت ها و تمرینات جسمی مستمر و بعضاً طاقت فرسا می تواند تأثیرات منفی بر سلامت روان افراد نظامی داشته باشد، اما اتخاذ تمهیدات لازم می تواند سلامت روانی این گروه از افراد را در سطح مطلوب حفظ کند [۳۰].

«تاب آوری» از همبسته های مهم و تعدیل کننده اثر بسیاری از متغیرهای روانشناختی از جمله؛ بهزیستی روانشناختی، فرسودگی شغلی، راهبردهای مقابله ای، استرس پس از سانحه و سلامت روان است [۲۹]. سرسختی نظامی یک پیش بینی کننده مهم و یکی از

نداده‌اند لذا احتمالاً برخی ویژگی‌های فردی و شخصیتی افراد نظامی، توانسته است تاب آوری روانی و توان مقابله مؤثر را در این افراد در مقابل چنین موقعیت‌هایی افزایش دهد [۴، ۱۸].

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد افراد نظامی در سه مکانیسم رشد نیافته نا آزرنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیالپردازی اوتیستیک و در مکانیسم روان آزرده دیگر دوستی کاذب میانگین پایین‌تری در مقایسه با گروه غیرنظامی داشته و میزان تاب آوری روانی نیز در افراد نظامی بالاتر بوده است. اگرچه یافته‌های برخی پژوهش‌ها اشاره به این مطلب دارد که مهارت‌های مقابله هیجان مدار ناسازگارانه ارتباطی با نتایج تاب آوری در افراد ندارد [۲۳، ۲۵]؛ شواهد دیگر نشان می‌دهد که روان رنجور خوبی تأثیر منفی بر سازگاری با زندگی نظامی داشته و با عملکرد شغلی فرد نظامی مداخله می‌کند و بدین ترتیب پرسنل نظامی با ویژگی نوروزگرایی پایین، تاب آوری روانی بیشتر و توان مقابله بهتری دارند و رضایت از زندگی و سلامتی در آن‌ها بالاتر است [۱۸]. در سایر پژوهش‌ها نیز این مسئله اذعان شده است که مشاغل نظامی آمادگی فیزیولوژیکی و روانشناختی متفاوتی از سایر مشاغل را طلب می‌کند [۱۸-۲۱] و لذا شاید بتوان این‌گونه تبیین کرد که افراد نظامی به سبب ویژگی‌های خود این مشاغل را انتخاب کرده یا به سبب این ویژگی‌ها برای این مشاغل برگزیده شده‌اند و یا آموزش‌های خاص در دوره‌های نظامی، این‌گونه ویژگی‌ها را به‌تدریج در افراد نظامی شکل داده است.

امینی [۱۳] نیز در پژوهش خود با اشاره به اینکه تاب آوری یکی از عوامل پیش‌بینی‌کننده فرسودگی شغلی است، پیشنهاد می‌کند مهارت‌های افزایش‌دهنده تاب آوری از طریق تشکیل کارگاه‌های شناخت و ارتقای تاب آوری به شاغلان مشاغل پر استرس آموزش داده شود. با توجه به اینکه سرسختی و یافتن معنا می‌تواند میزان تاب آوری را تحت تأثیر قرار دهد، بنابراین برنامه ریزی برای آموزش مؤلفه‌های سرسختی و مقابله به نیروهای متقاضی، سودمند خواهد بود. در زمینه سرسختی، به‌عنوان یکی از مؤلفه‌های تاب آوری روانی نیز به همین ترتیب است. شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که آموزش‌های خاص می‌تواند قابلیت سرسختی را در افراد افزایش دهد. از آنجا که افراد نظامی آموزش‌های خاص فیزیکی و روانی دریافت می‌کنند، نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اینکه تاب آوری روانی در افراد نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی است، با نتایج پژوهش‌های فوق‌همخوانی دارد.

از محدودیت اصلی پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن جامعه آماری به افراد نظامی و غیرنظامی شهر ارومیه اشاره کرد. محدودیت دیگر پژوهش اختلاف میانگین سنی دو گروه بود. به این ترتیب تکرار پژوهش بر روی نمونه‌های دیگر پیشنهاد می‌شود.

در نهایت توجه به این نکته اهمیت دارد که بر اساس نتایج پژوهش حاضر، گرچه میان افراد نظامی و عادی در زمینه استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته تفاوت چشمگیری وجود نداشت؛

مؤلفه‌های مرتبط با «تاب آوری» است. به‌علاوه گرایش به هدفمندی در زندگی، احساس کنترل بر رویدادهای آسیب‌زا، داشتن معنای مثبت برای زندگی و نگرستن به عوامل فشارزا به‌عنوان چالش‌هایی در زندگی، پرسنل نظامی را در مقابل رویدادهای فشارزا محافظت می‌کند [۱۸، ۳۰]. پژوهش تتودور [۱۹]، گرابز [۲۰]، جعفری [۲۱] و اسکومورفسکی [۱۸] نقش پر اهمیت تاب آوری برای مواجهه با استرس و افزایش بهزیستی افراد نظامی را تأیید کرده‌اند. تتودور [۱۹] در پژوهشی که در زمینه فرسودگی شغلی، خستگی و رضایت‌مندی نظامیان ارتش ایالات متحده آمریکا انجام داد؛ به این نتیجه دست یافت که برنامه ریزی آموزش‌های هدفمند و ایجاد زمینه‌هایی برای افزایش تاب آوری معنوی باعث کاهش خستگی و فرسودگی شغلی در کارکنان نظامی می‌شود. گرابز [۲۰] نیز در پژوهش خود اشاره می‌کند؛ بهزیستی معنوی و مؤلفه‌های آن رابطه معکوسی با استرس پس از سانحه در افراد نظامی دارد لذا به سبب ماهیت استرس‌زای مشاغل نظامی، ایجاد زمینه برای فعالیت‌های مذهبی و معنوی که از جمله عواملی است که می‌تواند تاب آوری معنوی را افزایش دهد، از اهمیت خاص برخوردار است. جعفری [۲۱] نیز به نتایج مشابهی دست یافته به این ترتیب که تأکید بر تاب آوری معنوی می‌تواند راهبردهای مقابله‌ای افراد نظامی را تحت تأثیر قرار دهد. هر چه منابع افراد برای مقابله بیشتر باشد، این احتمال کمتر وجود دارد که آن‌ها گرفتار موقعیت‌هایی شوند که در آن آسیب‌پذیرند. تلویحات چنین نتایجی به این مطلب اشاره دارد که تاب آوری بالا و مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته تر در افراد نظامی که در پژوهش حاضر نیز به آن اذعان شده است، احتمالاً تحت تأثیر آموزش‌های خاصی است که با شناخت و آگاهی از اهمیت این مکانیزم‌ها و راهبردها برای چنین مشاغلی، به افراد نظامی ارائه می‌شود. البته پژوهش‌هایی هم به این نکته اذعان دارند که احتمالاً داوطلبان مشاغل نظامی افرادی با ویژگی‌های خاص هستند که در ادامه به تعدادی از آن‌ها اشاره می‌شود.

اسکومورفسکی [۱۸] در پژوهش خود تلاش کرده مدلی از ویژگی‌های شخصیتی مرتبط با بهزیستی روانشناختی در پرسنل نظامی به نام «مدل تاب آوری» ارائه دهد. او در این پژوهش ضمن اشاره به اینکه ویژگی‌های شخصی و شخصیتی پرسنل نظامی می‌تواند آن‌ها را در مقابل پریشانی‌های روانشناختی محافظت کند؛ مدل تاب آوری را که از چندین ویژگی فردی مثل شخصیت، سرسختی و مقابله تشکیل شده است بر روی افراد نظامی آزمون می‌کند. وی بر این نکته تأکید می‌کند که تجربه استرس و رویدادهای منفی به‌تنهایی تعیین‌کننده میزان سلامت و رضایت نیستند بلکه عوامل اشاره شده در این مدل یعنی ویژگی‌های شخصیتی، روش‌های مقابله و سرسختی، پیش‌بینی‌کننده اصلی سلامت و رضایت در پرسنل نظامی می‌باشند. نتایج پژوهش‌های دیگر همچنین نشان داده است شماری از پرسنل نظامی که در معرض استرس‌های جنگ بوده‌اند هیچ پیامد منفی سلامت را نشان

اوتیستیک بالاتر از گروه نظامی ولی در مکانیسم دلیل تراشی پایین تر از گروه نظامی عمل کردند. همچنین افراد غیرنظامی در مقایسه با افراد نظامی، استفاده بیشتری از دیگر دوستی کاذب داشتند. از لحاظ متغیر تاب آوری روانی، میانگین گروه نظامی بالاتر از افراد غیرنظامی بود که نشان می دهد افراد نظامی از میزان تاب آوری روانی بالاتری در مقایسه با افراد غیرنظامی برخوردارند.

تشکر و قدردانی: از شرکت کنندگان پژوهش به ویژه پرسنل یگان ویژه نیروی انتظامی ارومیه و همچنین خانم هاجر محمودی که در گردآوری داده ها با ما همکاری داشتند، کمال تشکر و قدردانی را داریم.

منابع

- Gobaribanab B. Spiritual intelligence. Andishe Novine Dini. 2008;3(10):100-10. Persian.
- Lu W, Wang Z, Liu Y, Zhang H. Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. Pers Individ Dif. 2014;(63):128-33.
- Momeni K, Akbari M, Hosaini H, Karami S. The role of personality traits and resiliency in prediction of nurse's psychological well-being. J Behav Sci. 2014;7(4):307-13. Persian.
- Bartone PT. Hardiness protects against war-related stress in Army Reserve forces. Consulting Psychol J: Pract Res. 1999;51(2):72-82.
- Momeni KH, Akbari M, Frouzan A. Relationship resiliency and burnout among nurses. Tebb va Tazkie. 2008;74-75:37-47. Persian.
- Gunel MK, Akkaya FY. Are migraineur women really more vulnerable to stress and less able to cope? BMC Health Serv Res. 2008;8:211.
- Sojo V, Guarino L. Mediated moderation or moderated mediation: relationship between length of unemployment, resilience, coping and health. Span J Psychol. 2011;14(1):272-81.
- King LA, King DW, Fairbank JA, Keane TM, Adams GA. Resilience-recovery factors in post-traumatic stress disorder among female and male Vietnam veterans: hardiness, postwar social support, and additional stressful life events. J Pers Soc Psychol. 1998;74(2):420-34.
- Keshtkaran T. The relationship between family communication pattern with resiliency among students of Shiraz University. Knowledge Res Appl Psychol. 2009;11(39):43-53. Persian.
- Inzlicht M, Aronson J, Good C, McKay L. A particular resiliency to threatening environments. J Exp Soc Psychol. 2006;42(3):323-36.
- Newman R. Providing direction on the road to resilience. Behav Health Manag. 2003;13(4):42-3.
- Griffith J. Resilience training and its relationship to individual well-being and stress buffering among army national guard soldiers. Behav Health Serv Res. April 2013;40(2):140-55.

تفاوت دو گروه نظامی و عادی در استفاده از مکانیزم های دفاعی رشد نیافته معنادار بود. بدین ترتیب می توان این تبیین احتمالی را ارائه نمود که در شرایطی که تنیدگی ها و فشارهای متعدد بالقوه می تواند، به مشکلات انطباقی و آشفتگی های هیجانی در افراد منجر شود؛ افراد با مشاغل نظامی به طور کلی با تاب آوری روانی بیشتر، مکانیزم های سازش ناپافته، غیر انطباقی و ناکارآمد کمتر و مکانیسم های کارآمد و انطباقی بیشتری را برای مقابله به کار می برند.

نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان می دهد که افراد غیرنظامی در سه مکانیسم نا ارزنده سازی، گذار به عمل و همچنین خیال پردازی

- Amini F. The relationship between resiliency and occupational burnout. Res Nurs Midwifery. 2013;11(2):94-102. Persian.
- Dziegielewski S. DSM-IV-TR in action. 2nd ed. New Jersey: Wiley 2010.
- Vaillant GE. Ego mechanisms of defense and personality psychopathology. J Abnorm Psychol. 1994;103(1):44-50.
- Blaya C, Dornelles M, Blaya R, Kipper L, Heldt E, Isolan L, et al. Do defense mechanisms vary according to the psychiatric disorder? Rev Bras Psiquiatr. 2006;28(3):179-83.
- Andrews G, Singh M, Bond M. The Defense Style Questionnaire. J Nerv Ment Dis. 1993;181(4):246-56.
- Skomorovsky A, Stevens S. Testing a resilience model among Canadian Forces recruits. Mil Med. 2013;178(8):829-37.
- Theodore VP. Care work-factors affection post 9/11 United States Army chaplains: compassion fatigue, burnout, compassion satisfaction and spirituality resiliency [dissertation]: Kansas State University; 2011.
- Grubbs MD. The role of existential well-being following combat in the development of Post-traumatic Stress Disorder [dissertation]: Northcentral University; 2012.
- Jafari E, Hajloo N, Mohammadzadeh A. The Relationship between the Practice of Religious Beliefs, Spiritual Well-Being, General Health and Coping Styles in Soldiers. J Mil Med. 2015;16(4):191-6. Persian.
- Aboutalebi S, Zendeboodi S. Comparison of fluoxetine and imipramine for migraine headache. Iran South Med J. 2002;4:5-11. Persian.
- Sutker PB, Davis JM, Uddo M, Ditta SR. War zone stress, personal resources, and PTSD in Persian Gulf War returnees. J Abnorm Psychol. 1995;104(3):444-52.
- Solomon Z, Mikulincer M, Avitzur E. Coping, locus of control, social support, and combat-related posttraumatic stress disorder: a prospective study. J Pers Soc Psychol. 1988;55(2):279-85.

25. Ganji M, Mohamadi J, Shervin Tabrizian SH. Compare of emotion regulation and defense mechanisms in mothers of children with and without learning disabilities. *Learn Disabilities*. 2013;2(3):54-72. Persian.
26. Basharat M A, Iravanian M, Sharifi KH. Relationship between attachment styles with a variety of defense mechanisms [master's thesis]. Tehran: Tehran University; 1999. Persian.
27. Besharat MA. Reliability and factorial validity of a Farsi version of the 20-item Toronto Alexithymia Scale with a sample of Iranian students. *Psychol Rep*. 2007;101(1):209-20. Persian.
28. Bigdeli I, Najafy M, Rostami M. The relation of attachment styles, emotion regulation, and resilience to well-being among students of medical sciences. *Iran J Med Educ*. 2013;13(9):721-9. Persian.
29. Keihani M, Taghvaei D, Rajabi A, And Amirpour B. The internal consistency and confirmatory factor analysis of Conner-Davidson resiliency scale in female nursing. *Iran J Med Educ*. 2014;(10):851-9. Persian.
30. Khademohosseini M, Najafi S, Ebadi A, Nagy M, Rezaei Haji Abadi H, Asgari A. The impact of training on mental health of Military college students. *J Mil Med*. 2009;11(2):75-9. Persian.