

دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۷/۰۵

فصلنامه مدیریت نظامی

پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۱۲/۲۳

سال بیست و دوم، شماره ۱، بهار ۱۴۰۱

صص ۹۹-۱۲۴

مقاله پژوهشی

مطالعه سبک زندگی سربازان در یک سازمان نظامی

کیومرث مولادوست^{۱*}، محمدرضا ابراهیمیان^۲، امیرمسعود امیرمظاهری^۳

چکیده

سبک زندگی از مهم‌ترین مفاهیم در حوزه‌ی علوم اجتماعی به شمار می‌رود که اخیراً مورد توجه بسیاری از جامعه‌شناسان قرار گرفته است. هدف از این پژوهش مطالعه سبک زندگی سربازان در یک سازمان نظامی است. این پژوهش به روش پیمایشی و از نوع تحلیلی-توصیفی، است. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد. جامعه آماری پژوهش شامل؛ کارکنان وظیفه از سه قشر؛ سربازان عادی، درجه‌داران و افسران می‌باشد. که بر این اساس تعداد ۴۱۰ تن از کارکنان وظیفه در یک سازمان نظامی با انتخاب هدفمند، دسترسی و تصادفی، به عنوان نمونه آماری انتخاب و به پرسشنامه پاسخ دادند. در این پژوهش اثر خدمت مقدس سربازی بر ۵ بعد از کیفیت زندگی سربازان مورد بررسی قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که دوران خدمت سربازی، سبک زندگی سربازان را از جنبه‌های روابط اجتماعی با میانگین ۳,۴، آگاهی با میانگین ۳,۳، نگرش با میانگین ۳,۲۷، عادت مناسب با میانگین ۳,۲۴ و سلامت روانی ۳,۱۷ بهبود بخشیده است. هر چند اثر این دوران بر کیفیت زندگی سربازان با اقشار، سطح تحصیلات، سابقه خدمتی و گروه‌های سنی مختلف و متفاوت بوده است ولی به طور کلی می‌توان عنوان کرد که خدمت سربازی بر سبک زندگی آتی جوانان اثر قابل توجهی دارد، بنابراین توجه جدی به این حوزه بسیار مهم و حائز اهمیت است.

واژگان کلیدی: سبک زندگی، روابط اجتماعی سربازان، عادت رایج سربازان، سبک زندگی سربازان

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد امور فرهنگی، مدیریت امور فرهنگی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی،

تهران، ایران؛ (*نویسنده مسئول (k.moladoost@gmail.com)

۲. دکترای دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم تحقیقات اصفهان، اصفهان، ایران

۳. دانشیار گروه علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران؛

a.amirmazaheri@gmail.com

مقدمه

جوانان که به خدمت سربازی اعزام می‌شوند یک سبک جدیدی از زندگی را تجربه می‌کنند. در این سبک جدید؛ عموماً با عواملی از جمله دوری از خانواده و حمایت از آنها، ورود به یک مجموعه بزرگ و گاهاً تنش‌زا، مشکلات مالی و نداشتن درآمد کافی برای تأمین مخارج زندگی، از دست دادن سلامت روانی، فشار و استرس محیط کاری، پذیرش مسئولیت‌های کاری که قبلاً تجربه‌ای در آن نداشته‌اند، روبرو می‌شوند.

سبک زندگی^۱ را می‌توان به شیوه زندگی طبقات و گروه‌های اجتماعی گوناگون جامعه تعبیر کرد که در آن افراد از الگوهای رفتاری خاص، باروها، هنجارها و ارزش‌های اجتماعی ویژه یا انتخاب نمادهای فرهنگی و منزلتی خاص (نوع مسکن، محل سکونت و ...) پیروی می‌کنند؛ و با الگوهایی که مبتنی بر مؤلفه‌های نوع مصرف، فعالیت فرهنگی (کتاب، مجله و ...) و نحوه گذران فراغت است، تعلقات خود را به نمایش می‌گذارند (بورديو^۲، ۱۹۸۴: ۸۹ و گیدنز^۳، ۱۹۹۱: ۲۳۱).

سبک زندگی هر فرد، از دو عامل عمده؛ شخصیت فرد و ویژگی‌های محیط تأثیر می‌پذیرد. این ویژگی‌ها به روش‌های مختلفی بر سبک زندگی افراد اثر می‌گذارند. به عنوان مثال، افراد درون‌گرا و برون‌گرا سبک‌های متفاوتی در زندگی دارند. اما عامل مهمی که می‌تواند در سراسر عمر بر سبک زندگی افراد تأثیر بگذارد، ویژگی‌ها و شرایط محیطی، از جمله: فقر، اوضاع سیاسی- اقتصادی جامعه، ویژگی‌ها و شرایط خانوادگی، فقدان پدر، مادر و یا همسر، جنگ و غیره است (موهان و همکاران، ۲۰۰۸). سبک زندگی نمایان‌گر بخش عملی زندگی و زاینده انتخاب‌گری انسان است (فاضلی، ۱۳۸۲: ۵۷).

سبک زندگی مجموعه تقریباً هماهنگی است از تمامی رفتارها و کنش‌هایی که یک فرد در طول زندگی روزمره از خود نشان می‌دهد، در واقع سبک زندگی نمودی از جهت‌گیری‌ها و

۱ Lifestyle

۲ Bourdieu

۳ Giddens

عادات روزانه است، سبکی شدن زندگی با شکل‌گیری فرهنگ مردم رابطه نزدیکی دارد (منوچهرآبادی و هاشمی، ۱۳۹۶: ۱۰۸).

در تبیین و تعریف مفهوم سبک زندگی می‌توان چنین عنوان داشت که سبک زندگی حاصل ترکیب انگیزه‌ها، خصیصه‌ها، علایق و ارزش‌هایی است که در رفتار یک شخص آشکار می‌شود. در دنیای متجدد کنونی همه ما نه فقط از شیوه‌های زندگی معینی پیروی کنند، بلکه به تعبیری دیگر که اهمیت زیادی دارد، ناچار به این پیروی هستند در حقیقت انتخاب دیگری جزء گزینش ندارند، بنابراین شیوه زندگی را می‌توان به مجموعه‌ای کم و بیش جامع از عملکردها تعبیر کرد که فرد آنها را به کار می‌گیرد، چون نه فقط نیازهای جاری او را بر می‌آورند بلکه روایت خاصی را هم که برای هویت شخصی خود برگزیده‌اند در برابر دیگران مجسم می‌سازد (گیدنز، ۱۳۷۸: ۱۲۰). بوردیو، سبک زندگی را شامل اعمال طبقه‌بندی شده و طبقه‌بندی کننده فرد در عرصه‌هایی چون تقسیم ساعات شبانه روز، نوع تفریحات و ورزش، شیوه‌های معاشرت، آداب سخن گفتن، راه رفتن، نوع پوشش، نوع خوراک می‌داند (باکاک، ۱۳۸۱: ۹۶). لیزر اعتقاد دارد، سبک زندگی طرز مشخص یا متمایز زندگی کردن گروهی از مردم است. سبک زندگی نظامی است که از تأثیر فرهنگ (ارزش‌ها، منابع، نمادها و قوانین) نیروهای زندگی در گروه شکل می‌گیرد (الفت و همکاران، ۱۳۹۱: ۲۰). سبک زندگی در تعامل بین افراد و معنایی که رد و بدل می‌شود تجلی می‌یابد (باینگانی و همکاران، ۱۳۹۲: ۸).

خدمت سربازی رویداد انتقالی مهمی است که بر زمینه‌های مختلف زندگی فرد اثر می‌گذارد (مک لین و الدر، ۲۰۰۷: ۲۰۷۲). نظام وظیفه در کشورهای جهان آثار و کارکردهای گوناگون داشته و در مجموع به تحکیم پایه‌های دولت و ملت و تداوم آن مدد رسانده است (سینایی، ۱۳۹۰: ۱۹۸). اصل نظام وظیفه عمومی ارتباط میان ارتش و ملت را تقویت می‌کند (بشیریه، ۱۳۸۸: ۲۶۴). پیامدهای فردی دوران سربازی در واقع همان افزایش در توانایی‌های فردی است که در نتیجه سپری کردن خدمت در فرد به وجود می‌آید. به‌طور کلی کارکرد و پیامدهایی را که در نتیجه خدمت سربازی به‌طور مستقیم به خود فرد بر می‌گردد می‌توان پیامدهای فردی خدمت

۱ Lazer

۲ MacLean & Elder

سربازی در نظر گرفت، اما وقتی این پیامدها در ارتباط با سایر افراد (اعم از خانواده یا سایر افراد) باشد، می‌توان آنها را پیامدهای اجتماعی خدمت سربازی در نظر گرفت. پیامدهای اجتماعی سربازی در واقع همان کارکردهایی هستند که در فرد در نتیجه گذراندن خدمت سربازی به آن خصوصیات و پیامدها در ارتباط با سایر افراد دست می‌یابد (فیروزجائیان و جان محمدی لرگانی، ۱۳۹۷: ۲۱۲).

دوران خدمت سربازی از جمله محیط‌های است که افراد زندگی جدیدی را در آن آغاز می‌کنند. در کشور ایران خدمت سربازی در حدود دو سال است و پسرها ملزم به طی این دوره هستند. وقتی یک جوان وارد خدمت سربازی می‌شود، صفات و خصلت‌های، ویژه خود را دارد، اما پس از اتمام این دوره، بسیاری از آن صفات دچار تحول و دگرگونی می‌شوند (ایران‌مهر، ۱۳۹۶: ۱۳۲).

محیط پادگان‌ها و دوران خدمت نظام وظیفه بر سبک زندگی جوانان اثرگذار است؛ که بخشی از اثربخشی آگاهانه و اختیاری بوده و بخشی نیز به صورت غیرارادی می‌انجام شود. سربازان با شیوه زندگی خاص و ویژه‌ایی روبرو هستند که مراعات بسیاری از موارد، لازم و ضروری است. حفظ سلامت جسمانی و روانی خود و اطرافیانش در آن محیط جزء تکالیف خدمت نظام وظیفه است. برنامه و رژیم غذایی یکنواخت، برنامه ورزشی و فعالیت جسمانی مشخص و مدون، انجام فرایض دینی، آموزش و یادگیری مستمر، رعایت احترام‌های متناسب با مشاغل نظامی و سلسله مراتب، استفاده از کلمات و واژه‌ها و جملات مشخص و رسمی برای بیان نیازها و غیره از جمله مواردی است که در مدت دو سال خدمت نظام وظیفه بر جوانان اثر گذاشته و در سبک زندگی آینده‌ی آنها نمایان می‌شود.

با توجه به جنبه‌های مختلف دوران خدمت، این نگرش‌ها و تفکرات (اعم از مثبت و منفی)، در ابعاد روحی، تربیتی و اجتماعی یک جوان، خواه ناخواه، تأثیر خواهند گذاشت (دانش فرد و ذاکری، ۱۳۹۱). طبیعی است که یک جوان، متناسب با ویژگی‌های محیط خدمت خود، نگرش و شناخت و تفکرات متفاوتی نسبت به دوران پیش از سربازی پیدا می‌کند (ایران‌مهر، ۱۳۹۶: ۱۳۲). شرایط و ویژگی‌های خاصی که در محیط سربازی حاکم است از جمله شرایط پادگانی و نظامی بودن آن و سر و کار داشتن با انواع سلاح‌های گرم و لزوم آشنایی افراد با این سلاح‌ها و کاربرد و استفاده آن در مواقع ضروری جهت ایجاد آمادگی برای دفاع از کشور در شرایط بحرانی و حفظ روحیه نظامی‌گری و تأکید بر انضباط و نظم، به طور معمول موجب تغییرات

عمده‌ای در سربازان وظیفه می‌شود. برای مواجهه صحیح با این تغییرات لازم است این افراد از سطح سازگاری بهنجاری برخوردار باشند تا در برابر این تغییرات دچار آسیب نشوند (ایران‌مهر، ۱۳۹۶: ۱۳۲).

شناسایی کیفیت اثربخشی یک دوره زندگی بر قشری از جامعه همواره مورد دغدغه پژوهشگران بوده و از همین روی اندیشمندان و محققینی که بر منابع انسانی سازمان‌های نظامی بررسی و تحقیق می‌کنند، همواره یکی از موضوعات مورد توجه وضعیت کارکنان وظیفه در این نوع از سازمان‌ها است. بررسی سبک زندگی کارکنان وظیفه موضوع سیار مهم و حائزاهمیتی است که توجه به آن می‌تواند به سیاستگذاران و برنامه‌ریزان در بهبود وضعیت آنان کمک و یاری نماید.

این پژوهش با رویکردی متفاوت نسبت به تحقیق‌های پیشین به درون اقشار و قومیت‌های سربازی از حیث سن، تحصیلات و غیره پرداخته است تا مسائل موجود را از جنبه‌ی قشری مورد بررسی و تحقیق قرار دهد. از آنجایی که دوران خدمت سربازی بر شئون مختلف زندگی کارکنان وظیفه اثرگذار است؛ موضوع مورد بررسی این مطالعه قرار گرفته است. این پژوهش به دنبال یافتن پاسخی برای سؤال‌های زیر است:

سؤال اصلی اول: آیا دوران خدمت سربازی با سبک زندگی خاص رابطه معناداری وجود دارد؟

سؤالات فرعی:

- ۱- آیا بین سبک زندگی سربازی با افزایش آگاهی رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۲- آیا بین سبک زندگی سربازی با ایجاد عادت رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۳- آیا بین سبک زندگی سربازی با ایجاد بهبود نگرش و رابطه معناداری وجود دارد؟
- ۴- آیا بین سبک زندگی سربازی با ایجاد بهبود روابط اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد؟

۵- آیا بین سبک زندگی سربازی با ایجاد سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد؟

سؤال اصلی دوم: آیا بین دوران خدمت سربازی بر میانگین کیفیت زندگی سربازان با گروه‌های سنی مختلف، اثر متفاوت و معنی‌داری دارند؟

سؤال اصلی سوم: آیا بین دوران خدمت سربازی بر میانگین کیفیت زندگی سربازان با

گروه‌هایی با سطح تحصیلات مختلف، اثر متفاوت و معنی‌داری دارند؟

سؤال اصلی چهارم: آیا بین دوران خدمت سربازی بر میانگین کیفیت زندگی سربازان با سابقه خدمتی مختلف، اثر متفاوت و معنی‌داری دارند؟

سؤال اصلی پنجم: آیا بین دوران خدمت سربازی بر میانگین کیفیت زندگی سربازان با قشرهای مختلف، اثر متفاوت و معنی‌داری دارند؟

پیشینه تحقیق

تحقیقات متعددی در حوزه سبک زندگی انجام شده است. این پژوهش‌ها را می‌توان به انواع مختلف دسته‌بندی نمود. در اینجا فقط مطالعاتی مورد نظر می‌باشد که پژوهشگران به سبک زندگی افراد جامعه در گروه‌های مختلف پرداخته‌اند؛ بنابراین جدول شماره ۱ به برخی از پژوهش‌های انجام شده اشاره دارد.

جدول شماره ۱: پیشینه تحقیق

گروه	پژوهشگران	عنوان پژوهش
دانشجویی	گودرزی و همکاران، (۱۳۹۳)	بررسی سبک زندگی دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران در سال ۱۳۹۱
	صالحی و پازوکی نژاد، (۱۳۹۵)	تحلیل جامعه‌شناختی سبک زندگی پدیدار در بین دانشجویان
	نوروزی و پترامی، (۱۳۹۵)	بررسی سبک زندگی دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی و عوامل اجتماعی مؤثر بر آن
	صادقی و همکاران، (۱۳۹۶)	سبک زندگی دانشجویان و عوامل مرتبط با آن: مطالعه موردی در دانشگاه‌های دولتی شهر اسفراین
	عربی و سلیمان‌پورعمران، (۱۳۹۶)	بررسی تأثیر سبک زندگی اسلامی بر ارتقای سرمایه اجتماعی مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد
	شعاع کاظمی و فرازنده پور، (۱۳۹۸)	رابطه بین سبک زندگی و تأخیر سن ازدواج در دانشجویان
ورزشی	برکت و ژیان باقری، (۱۳۹۹)	رابطه سبک‌های هویت با سبک زندگی در دانشجویان
	آقاپور و جوان، (۱۳۹۴)	بررسی تأثیرات سبک زندگی ورزشی بر تغذیه ورزشکاران: مطالعه موردی دانشجویان دختر رشته تربیت بدنی در دانشگاه گیلان
	محمدی ترکمانی و همکاران، (۱۳۹۵)	سبک زندگی ورزشکاران نخبه ایرانی (ارائه یک نظریه داده بنیاد)

مطالعه سبک زندگی سربازان در یک سازمان نظامی ... / ۱۰۵

عنوان پژوهش	پژوهشگران	گروه
همبستگی سبک زندگی اسلامی با شادکامی در ورزشکاران	احمدی و خبیری، (۱۳۹۷)	
تحلیل سبک‌های زندگی ورزشکاران نخبه ایرانی	محمدی ترکمانی و همکاران، (۱۳۹۹)	
تحلیل تاثیر قدرت رسانه ها بر سبک زندگی روستاییان مرزنشین (زهک) سیستان	توکلی و شاهزانی، (۱۳۹۶)	روستایی
آسیب شناسی تغییرات در سبک زندگی دختران روستایی (مورد مطالعه: روستای صوفی آذربایجان غربی)	عباس‌زاده و همکاران، (۱۳۹۶)	
آسیب شناسی تغییرات در سبک زندگی دختران روستایی (مورد مطالعه: روستای صوفی آذربایجان غربی)	عباس‌زاده و همکاران، (۱۳۹۶)	
بررسی عامل‌های سبک زندگی در خانواده‌های روستایی با مطالعه‌ای در بین خانواده‌های روستایی شهرستان بستان‌آباد استان آذربایجان شرقی	خورشیدی زگلوچه و همکاران، (۱۳۹۷)	
مطالعه پدیدارشناسانه سبک زندگی جوانان در شهر تهران	فلاح و همکاران، (۱۳۹۳)	
بازسازی معنایی تغییر سبک زندگی زنان لر شهر یاسوج	افراسیابی و مرادی فر، (۱۳۹۴)	شهری
تحلیل شماتیک سبک زندگی در سکونتگاه‌های غیررسمی در شهر اصفهان منطقه ۱۴	قلانی، (۱۳۹۴)	
مطالعه بین نسلی سبک زندگی دختران و مادران شهر یزد	زارع شاه آبادی و طاهر، (۱۳۹۵)	
طراحی الگوی سبک زندگی ایرانی-اسلامی شهروندان شهر تهران	اشتری فرد و همکاران، (۱۳۹۷)	
بررسی سبک زندگی مرتبط با سلامت و عوامل پیش بینی کننده آن در ساکنین شهر رشت در سال ۱۳۹۶	اعتباریان خوراسگانی و همکاران، (۱۳۹۸)	
تأثیر سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی جانبازان جنگ تحمیلی شهر نجف‌آباد	کیانی و صالحی، (۱۳۹۸)	
رابطه اینستاگرام با گرایش جوانان به سبک زندگی مدرن (مورد مطالعه: جوانان شهر تهران)	خادمیان و کلپری، (۱۳۹۹)	
نقش ارزش‌های اجتماعی در سبک زندگی فرماندهان و مدیران نیروی انتظامی با تاکید بر تهدید نرم	محمدی برزگر و همکاران، (۱۳۹۶)	
رابطه هوش اخلاقی با سبک زندگی معلمان	آذر و نامور، (۱۳۹۶)	سازمان‌ها
فرآیند بازنمایی سبک زندگی «دهه شصت» در سینمای دهه نود ایران	مقدم فر، (۱۳۹۷)	
طراحی و تحلیل الگوی تعیین سبک زندگی سازمان‌ها	سدیدی و همکاران، (۱۳۹۹)	

عنوان پژوهش	پژوهشگران	گروه
(نمونه پژوهی: شرکت‌های تولیدی لوله و اتصالات پلیمری استان اصفهان)		
تأثیر قدرت نرم شبکه‌های تلویزیونی ماهواره‌ای بر الگوبرداری اجتماعی و تغییر سبک زندگی در بین زنان (مطالعه موردی: زنان شاغل آموزش و پرورش شهر زنجان)	حیدری و همکاران، (۱۳۹۹)	

پژوهش‌های انجام شده که مستقیماً، سبک زندگی سربازان را بررسی کرده باشد اندک است و مطالعات جامع و همه جانبه‌نگری نبوده‌اند. در این بخش می‌توان به پژوهش‌های زیر اشاره کرد:

رحمانی و همکاران، (۱۳۹۶) در مطالعه‌ای به «بررسی اثر دوره آموزش خدمت سربازی و سبک زندگی بر وضعیت تن سنجی سربازان» پرداخته‌اند، نتایج تحقیق نشان داد: «میانگین نمایه توده بدن افراد پیش از شروع دوره آموزشی $۲۳/۹+۳/۸$ و دور کمر $۸۸/۷+۰/۶$ سانتی‌متر بود که پس از دوره این مقادیر به $۲۲/۳±۷/۰$ و $۸۷/۹+۳/۹$ کاهش یافتند. تنوع غذایی و میزان فعالیت فیزیکی پیش از ورود به دوره تأثیر آماری معنادار در تغییرات تن سنجی افراد طی دوره سربازی داشت. شاخص توده بدنی و دور کمر طی دوره آموزشی سربازی کاهش می‌یابد. تنوع غذایی بالا و زندگی پرتحرک از فاکتورهای کاهنده تغییر شاخص‌های تن سنجی هستند. مطالعات بیشتری این روابط را مشخص‌تر می‌کند».

فیرزواجیان و جان‌محمدی لرگانی، (۱۳۹۷) در پژوهشی با عنوان «خدمت نظام وظیفه: فرصتی اجتماعی» نشان داد:

«پیامدهای فردی خدمت نظام وظیفه به استقلال جوانان، سلامت جسم و روان، وقت‌شناسی، عزت نفس، رفع خصوصیات فردی نامناسب و قدر خانواده را دانستن، اشاره کرد. کارکردهای اجتماعی نیز شامل مسئولیت‌پذیری اجتماعی، همکاری و همیاری، بالا رفتن دینداری سربازان، همبستگی اجتماعی، حمایت اجتماعی، کنترل اجتماعی، هویت اجتماعی و دفاع از وطن است».

ظهراپی و همکاران، (۱۳۹۸). به بیان «اهمیت تربیت بدنی در سلامت و سبک زندگی کارکنان آجا از دیدگاه مقام معظم رهبری (مدظله العالی)» پرداخته و نشان دادند: «مولفه‌های اهمیت تربیت بدنی در سلامت و سبک زندگی احصاء و در سه حوزه سلامت جسمانی، سلامت روحی-روانی و سلامت معنوی تبیین شد. در

شاخصه‌های مورد بررسی از منظر رهبری ۱۷ شاخص کلیدی احصاء گردید که عبارت‌اند از: سلامت جسمی، تقویت جسم، تندرستی، شادابی، طراوت و نشاط جامعه، نردبانی برای تکامل، رشد جسمی و روحی، تقوی، شانی از شیون زندگی، روحیه جمع‌گرایی، رشد شخصیت، اعتماد به نفس، اراده‌ی قوی، ارزش فردی و اجتماعی، نیروی معنوی و معنویت و ارزش‌های متعالی. سپس نقاط اشتراک این مولفه‌ها شناسایی و در قالب ۶ مفهوم دسته‌بندی شدند که شامل: توانایی جسمانی، تندرستی، سلامت روحی، تعالی شخصیت، اراده متعالی و تعالی روحیه معنوی. سرانجام این مفاهیم در قالب ۳ در سه حوزه سلامت جسمانی، سلامت روحی-روانی و سلامت معنوی، متجلی و الگوی مفهومی استخراج گردید.

قرایی آشتیانی و همکاران، (۱۳۹۸) طی پژوهشی به «مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی» پرداخته و نتایج نشان دادند:

«سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح دارای بیست و یک مؤلفه اساسی بوده که از این بین، پنج مولفه‌ی داشتن صداقت (راستگو بودن)، رعایت امانت، اهل صبر، استقامت و پایداری بودن، پرهیز از ریا و داشتن امید به آینده به ترتیب مهم‌ترین مؤلفه‌ها می‌باشند».

نتایج پژوهش محبوب و همکاران، (۱۳۹۹) با عنوان «نقش خدمت سربازی در تکوین و تجلی رفتارهای شهروندی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه تهران)» نشان داد: «دوره خدمت سربازی باعث پرورش خصیصه‌های مثبتی مانند تحمل سختی‌ها، مسئولیت‌پذیری، پختگی شخصیتی، افزایش خودکنترلی، تقویت باورهای دینی، وقت‌شناسی و نظم‌پذیری می‌شود».

مبانی نظری

جامعه ایرانی نیز به لحاظ فرهنگی و اجتماعی، بسیار متنوع است. سبک زندگی در ایران و در دوره پس از انقلاب و همچنین با پایان یافتن جنگ تحمیلی کم‌کم از جریان‌های جهانی و تحولات بین‌المللی تأثیر پذیرفت و این جریان‌ها به تدریج بر سبک زندگی مردم نفوذ کرده، باعث ظهور جامعه مصرفی و شیوه‌های زندگی جدید شده است (باینگانی و همکاران، ۱۳۹۲: ۵۹). سبک زندگی، روش زندگی خاص یک فرد، گروه یا جامعه است (مفتح، ۱۳۹۳: ۳۲). سبک زندگی ارتباط محکمی با مقوله‌های فرهنگ، جامعه، رفتار، اخلاق، ایدئولوژی، شخصیت، هویت، تولید، مصرف، نیاز و سلیقه دارد (امینی و حلال خور، ۱۳۹۴: ۱۳).

سبک زندگی ناظر به رفتار انسان‌هاست. امروزه دو رویکرد کلی در ارتباط با سبک زندگی وجود دارد؛ رویکرد جامعه‌شناسانه که بیشتر تحت تأثیر ماکس وبر است و نیز رویکرد روان‌شناسانه که متأثر از آدلر است. تأکید بر عنصر رفتار در مفهوم سبک زندگی، عنصر مشترک هر دو رویکرد است. سبک زندگی یا نحوه زیستن به مجموعه‌ای از الگوهای رفتاری نسبتاً پایدار اطلاق می‌شود که از بینش‌ها و ارزش‌های آدمیان تأثیر گرفته در رفتار، صورت عینی تجلی می‌یابد (فعالی، ۱۳۹۷: ۹۰). سیاست سبک زندگی در واقع امری نهادی است، یعنی نهاد سربازی به خودی خود واجد سبک خاصی از زندگی اجتماعی را برآورد می‌کند؛ بنابراین نظام وظیفه در ایران به مثابه یک نهاد، ویژگی عمومی نهادها را به تمامی داراست. نخست اینکه؛ نظام وظیفه در کشور نیازهای اجتماعی برآورده می‌کند؛ نیازهایی مانند حفظ الگو، آموزش به سربازان برای زندگی در شرایط سخت و بحرانی، آموزش عملی نظم و انضباط اجتماعی که با پیوند دادن نظم و انضباط عینی (مانند یک‌دستی پوشش و وضعیت ظاهری نظامیان، رژه، تثبیت رفتار استاندارد و یکنواخت به طور مثال؛ خیردار ایستادن در مقابل مافوق، حضور فیزیکی فوری زمانی که مافوق سرباز را فرا می‌خوانند و ...) و نظم ذهنی؛ پایبندی به مفاهیم و ارزش‌های مختص اجتماعی که سربازان در آن زندگی می‌کنند، آموزش وقت‌شناسی و تأکید بر اهمیت حیاتی آن در زندگی اجتماعی، ایجاد انگیزه روانی برای انجام فعالیت گروهی، ایجاد روحیه مشارکت، حل کردن «من فردی» در «مای اجتماعی» ایجاد پیوند درونی و بیرونی بین نسل جدید و قدیم به واسطه مفهوم وطن به منظور، درونی کردن ارزش پاسداری از میهن. این کنش رفتاری در چارچوب نظریه تمایز بوردیو، سرمایه نمادین محسوب می‌شود (ایمانی و قاسمی، ۱۳۹۵: ۵۳).

ویژگی دیگر خدمت سربازی، دارا بودن شبکه‌ای از هنجارها و ارزش‌های خاص نهادی علی‌رغم وابستگی متقابل نهادها با یکدیگر است؛ یعنی با وجود اینکه نظام وظیفه در ایران هنجارها و ارزش‌های غالب جامعه را در درون افراد نهادینه می‌کند اما ارزش‌های خاص خود را نیز (مانند وقع نهادن به تمرینات جسمی و فیزیکی با بالا نگاهداشتن روحیه نظامی‌گری حتی در شرایط صلح، تأکید بر فرمان‌برداری، ترجیح نظامی‌گری بر شخصی‌گری) می‌پروراند. علاوه بر آن خانواده‌های ایرانی در طول زمان ارزش‌هایی را که نظام وظیفه به آن پایبند است را پذیرفته‌اند (برای مثال؛ برنامه‌ریزی که خانواده ایرانی برای آینده فرزندان خود انجام می‌دهد معمولاً دارای الگوی ثابت و تکرارشونده‌ای؛ نظیر تحصیل، انجام خدمت سربازی، پیدا کردن

شغل و ازدواج است؛ این الگو فرم صوری رفتار سنتی خانواده‌های ایرانی است. دوران سربازی موقعیت خاص و استثنایی است که باید سربازان در کنار فعالیت‌های نظامی و انتظامی در زمینه آموزش مهارت‌های زندگی و سبک صحیح زندگی نیز مهارت لازم را کسب نمایند، تا بتوانند در مرحله بعدی زندگی سازنده و موفق باشند. سبک زندگی سربازی از آیین‌نامه آموزشی سربازان در راستای تبیین مناسک سربازی آشکار می‌شود. مطابق آیین‌نامه آموزشی انفرادی ویژه سربازان در ارتش، برنامه‌ای تفصیلی جهت اجرا مصوب گردیده است؛ در آموزش سبک زندگی سربازی برنامه‌های ذیل اجرایی می‌شود (ایمانی و قاسمی، ۱۳۹۵: ۵۴):

- آموزش آیین‌نامه (انضباطی، پادگانی، نگهبانی و پاسداری) و آیین‌نامه دادرسی؛
- آموزش مشق صف و تمرین رژه (حرکت انفرادی بدون تفنگ - مشق سلام دادن و ادای احترامات نظامی، حرکات انفرادی و اجتماعی در نظام جمع)؛
- آموزش فرهنگی (فلسفه خدمت سربازی، فرهنگ سازمانی، آشنایی با دفاع مقدس، خلاقیت، آداب اجتماعی)؛

- آموزش عقیدتی (آموزش احکام، آموزش اخلاق اسلامی، هدایت سیاسی و دانش سیاسی).
با اجرای برنامه‌های آموزشی و اجرای برنامه زندگی شبانه‌روزی سربازان موسوم به برنامه سین، سبک خاصی از زندگی اجتماعی موسوم به سبک زندگی سربازی وجود دارد که جزیی مهم از برنامه جامعه‌پذیری سربازانی است که شهروندان کشور را تشکیل می‌دهند (ایمانی و قاسمی، ۱۳۹۵: ۵۵-۵۴).

بر اساس اینکه خدمت دوران سربازی بر نوع و شیوه زندگی آینده کارکنان وظیفه اثری ماندگار به جای می‌گذارد فرضیه‌های زیر متصور است.

فرضیه‌ها

فرضیه اصلی اول: به نظر می‌رسد دوران خدمت سربازی با سبک زندگی خاص رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیات فرعی ۱: به نظر می‌رسد بین سبک زندگی سربازی با افزایش آگاهی رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیات فرعی ۲: به نظر می‌رسد بین سبک زندگی سربازی با ایجاد عادت رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیات فرعی ۳: به نظر می‌رسد بین سبک زندگی سربازی با ایجاد بهبود نگرش و رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیات فرعی ۴: به نظر می‌رسد بین سبک زندگی سربازی با ایجاد بهبود روابط اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد.

فرضیات فرعی ۵: به نظر می‌رسد بین سبک زندگی سربازی با ایجاد سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد.

روش تحقیق

هدف از این پژوهش، مطالعه سبک زندگی سربازان در یک سازمان نظامی است. تحقیق حاضر از نظر هدف کاربردی است. در این پژوهش به روش پیمایشی و از نوع تحلیلی-توصیفی است. به منظور جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد. پرسشنامه پس از تایید روایی صوری و محتوایی آن توسط متخصصان و صاحب‌نظران پخش و پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ($\alpha: 0,958$) گزارش گردید. جامعه آماری پژوهش شامل؛ کارکنان وظیفه از سه قشر؛ سربازان عادی، درجه‌داران و افسران می‌باشد؛ که بر این اساس تعداد ۴۱۰ تن از کارکنان وظیفه در یک سازمان نظامی با انتخاب هدفمند، دسترس و تصادفی، به عنوان نمونه آماری انتخاب و به پرسشنامه پاسخ دادند.

پرسشنامه شامل دو بخش بود: سؤالات جمعیت‌شناختی (قشر، سن، تحصیلات و سابقه خدمت) و بخش دوم سبک زندگی شامل پنج بُعد؛ (افزایش آگاهی با ۴ گویه، ایجاد عادت ۶ گویه، بهبود نگرش ۷ گویه، بهبود روابط اجتماعی ۸ گویه و سلامت روانی نیز با ۴ گویه) بود. برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بُعد، میانگین امتیازات سؤالات مربوط به آن بُعد محاسبه شده است. سؤالات سبک زندگی به صورت مقیاس لیکرت پنج گزینه‌ای خیلی کم، کم، متوسط، زیاد و خیلی زیاد بود و نمره ۱ تا ۵ به این طیف اختصاص داده شد.

تجزیه و تحلیل یافته‌ها پژوهش

جمعیت‌شناختی

بررسی عوامل جمعیت‌شناختی افراد شرکت‌کننده مطابق جدول شماره (۲) نشان می‌دهد، از مجموع ۴۱۰ تن آزمودنی ۱۷۷ تن (۴۲,۲٪) گروه سربازان عادی، ۱۴۲ تن (۳۴,۶٪) گروه درجه‌داران و ۹۱ تن (۲۲,۲٪) گروه افسران می‌باشند. بیشتر پاسخ‌دهندگان در گروه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال با ۵۳,۲ درصد قرار داشتند. نتایج بررسی وضعیت تحصیلات شرکت‌کنندگان نشان

داد که اکثریت افراد (۳۸,۸٪) دارای مدرک تحصیلی لیسانس هستند. ۴۲,۷ درصد از پاسخ‌دهنده، ۱۶ تا ۱۸ ماه، ۴۶,۳ درصد بین ۱۹ تا ۲۱ ماه و ۱۱ درصد پاسخ‌دهندگان بیشتر از ۲۲ ماه سابقه خدمت داشتند.

جدول ۲: مشخصات جمعیت شناختی افراد مورد مطالعه

شاخص‌ها	گزینه‌ها	فراوانی	درصد فراوانی
قشر	گروه سربازان عادی	۱۷۷	۴۳,۲
	گروه درجه داران و وظیفه	۱۴۲	۳۴,۶
	گروه افسران و وظیفه	۹۱	۲۲,۲
سن	کمتر از ۲۰ سال	۴۶	۱۱,۲
	۲۱ تا ۲۵ سال	۲۱۸	۵۳,۲
	۲۶ تا ۳۰ سال	۱۳۳	۳۲,۴
	بیشتر از ۳۱ سال	۱۳	۳,۲
تحصیلات	زیر دیپلم	۵۲	۱۲,۷
	دیپلم	۹۰	۲۲,۰
	فوق دیپلم	۴۴	۱۰,۷
	لیسانس	۱۵۹	۳۸,۸
	فوق لیسانس	۴۹	۱۲,۰
سابقه خدمت (ماه)	دکتری	۱۶	۳,۹
	۱۶ تا ۱۸ ماه	۱۷۵	۴۲,۷
	۱۹ تا ۲۱ ماه	۱۹۰	۴۶,۳
	بیشتر از ۲۲ ماه	۴۵	۱۱,۰
جمع کل		۴۱۰	۱۰۰

آزمون فرضیات

فرضیات فرعی ۱: به نظر می‌رسد بین دوران خدمت سربازی و افزایش آگاهی کارکنان وظیفه رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۲۲، ۰,۹۲ و ۰,۰۴ است. نتایج آزمون تی تک نمونه ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($\text{Sig} < 0,000$ ، $t(409) = 73,115$). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از

دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و افزایش آگاهی سربازان قابل مشاهده بوده است، که این رابطه در حد متوسط است. فرضیات فرعی ۲: به نظر می‌رسد بین دوران خدمت سربازی با ایجاد عادت مناسب رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۲۴، ۰,۸۰ و ۰,۳۹ می‌باشد. نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($t(409) = 81,265$, sig ۰,۰۰۰). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و ایجاد عادت مناسب قابل مشاهده بوده است که این رابطه در حد متوسط است. فرضیات فرعی ۳: به نظر می‌رسد بین دوران خدمت سربازی با بهبود نگرش و رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۲۷، ۰,۸۴ و ۰,۴۱ می‌باشد. نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($t(409) = 78,4$, sig ۰,۰۰۰). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و بهبود نگرش سربازان قابل مشاهده بوده است که این رابطه در حد متوسط است. فرضیات فرعی ۴: به نظر می‌رسد بین دوران خدمت سربازی با بهبود روابط اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۴۰، ۰,۸۸ و ۰,۴۳ می‌باشد. نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($t(409) = 78,206$, sig ۰,۰۰۰). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و بهبود روابط اجتماعی سربازان قابل مشاهده بوده است که این رابطه در حد متوسط به بالا است.

فرضیات فرعی ۵: به نظر می‌رسد دوران خدمت سربازی با بهبود سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۱۷، ۰,۸۹ و ۰,۰۴۴ می‌باشد. نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($t(409) = 72,019, sig.,000$). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و بهبود سلامت روانی سربازان قابل مشاهده بوده است که این رابطه در حد متوسط است.

فرضیه اصلی اول: به نظر می‌رسد بین دوران خدمت سربازی بهبود سبک زندگی سربازان رابطه معناداری وجود دارد.

با بررسی آمار توصیفی مشخص گردید میانگین، انحراف استاندارد و خطای استاندارد این مولفه به ترتیب برابر با ۳,۲۹، ۰,۷۹ و ۰,۰۳۹ می‌باشد. نتایج آزمون تی تک نمونه‌ای نشان می‌دهد که میانگین این مولفه با بیش از ۹۹ درصد اطمینان بیشتر از حد متوسط است ($t(409) = 84,485, sig.,000$). پس H_0 رد و H_1 پذیرفته می‌شود. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که از دیدگاه جامعه مورد بررسی، رابطه معناداری بین دوران خدمت سربازی و بهبود سبک سربازان قابل مشاهده بوده است که این رابطه در حد متوسط است.

جدول ۳: میانگین، انحراف معیار و نتایج آزمون t تک نمونه ای مولفه ها

Test Value = 3					بعد
نتیجه آزمون	درجه آزادی	آماره t	انحراف معیار	اختلاف میانگین	
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۷۳,۱۱۵	۰,۹۲	۳,۳۲	افزایش آگاهی
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۸۱,۲۶۵	۰,۸۱	۳,۲۴	ایجاد عادت مناسب
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۷۸,۴۰۰	۰,۸۵	۳,۲۷	بهبود نگرش
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۷۸,۲۰۶	۰,۸۸	۳,۴۰	بهبود روابط اجتماعی
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۷۲,۰۲۹	۰,۸۹	۳,۱۷	بهبود سلامت روانی
فرض H_0 رد می‌شود	۴۰۹	۸۴,۴۸۵	۰,۷۹	۳,۲۹	بهبود سبک زندگی سربازان

در جدول ۳ ملاحظه می‌شود باتوجه به آماره t و سطح معناداری، در مطالعه سبک زندگی سربازان، بُعد افزایش آگاهی با ($t=73,115$) و ($Sig=0,00$)، بُعد ایجاد عادت با ($81,265$) $t=$ و ($Sig=0,00$)، بُعد بهبود نگرش با ($t=78,4$) و ($Sig=0,00$) و بُعد بهبود روابط اجتماعی با ($t=78,206$) و بُعد سلامت روانی با ($t=72,029$) و ($Sig=0,00$) بود. بنابراین با توجه به t به دست آمده و سطح معنی‌داری نتیجه می‌گیریم که دوران خدمت سربازی بر همه ابعاد بررسی شده نقش مثبت و معناداری بر کارکنان وظیفه خواهد داشت.

فرضیه اصلی دوم

بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان در گروه‌های سنی مختلف اختلاف معناداری وجود دارد.

با توجه به آزمون تحلیل واریانس و آماره F که برابر با $3,026$ می‌باشد، مشاهده می‌شود که در سطح خطای کمتر از 5 درصد، سطح معناداری آزمون تحلیل واریانس ($0,00$)، کمتر از 5 درصد شده است که این خود نشان می‌دهد که متغیر سبک زندگی بین چهار گروه سنی مختلف، اختلاف معناداری دارد. پس فرض H_0 تحقیق مبنی بر عدم معنادار بودن اختلاف میانگین میان متغیر کیفیت سبک زندگی بین چهار گروه رد و در مقابل فرض H_1 تحقیق مبنی بر معنادار بودن میانگین متغیر سبک زندگی بین چهار گروه پذیرفته می‌شود.

برای مقایسه چهار گروه جفتی تأثیر دوره سربازی بر کیفیت سبک زندگی سربازان میان گروه‌های سنی مختلف از آزمون تعقیبی lsd استفاده می‌کنیم.

جدول ۴: آزمون تعقیبی lsd فرضیه دوم

سن	سن	اختلاف میانگین	خطا
کمتر از ۲۰ سال	۲۱ تا ۲۵ سال	-۰,۱۸	۰,۱۵
	۲۶ تا ۳۰ سال	۰,۰۰	۰,۹۹
	بیشتر از ۳۱ سال	۰,۳۲	۰,۲۰
۲۱ تا ۲۵ سال	کمتر از ۲۰ سال	۰,۱۸	۰,۱۵
	۲۶ تا ۳۰ سال	*۰,۱۹	۰,۰۳
	بیشتر از ۳۱ سال	*۰,۵۰	۰,۰۳
۲۶ تا ۳۰ سال	کمتر از ۲۰ سال	۰,۰۰	۰,۹۹
	۲۱ تا ۲۵ سال	*-۰,۱۹	۰,۰۳
	بیشتر از ۳۱ سال	۰,۳۲	۰,۱۷
بیشتر از ۳۱ سال	کمتر از ۲۰ سال	-۰,۳۲	۰,۲۰
	۲۱ تا ۲۵ سال	*-۰,۵۰	۰,۰۳
	۲۶ تا ۳۰ سال	-۰,۳۲	۰,۱۷

با توجه به جدول شماره ۴ و میزان خطا مشاهده می‌شود اختلاف معناداری بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان در گروه سنی ۲۱ تا ۲۵ سال با گروه‌های سنی ۲۶ تا ۳۰ و بیشتر از ۳۱ سال وجود دارد.

فرضیه اصلی سوم

بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان در گروه‌هایی با سطح تحصیلات مختلف اختلاف معناداری وجود دارد.

با توجه به آزمون تحلیل واریانس و آماره F که برابر با ۲,۸۵۳ می‌باشد، مشاهده می‌شود که در سطح خطای کمتر از ۵ درصد، سطح معنا داری آزمون تحلیل واریانس (۰,۰۱۵)، کمتر از ۵ درصد شده است که این خود نشان می‌دهد که متغیر سبک زندگی بین چهار گروه سنی مختلف، اختلاف معنا داری دارد. پس فرض H_0 تحقیق مبنی بر عدم معنا دار بودن اختلاف میانگین میان متغیر کیفیت سبک زندگی بین شش گروه تحصیلات رد و در مقابل فرض H_1 تحقیق مبنی بر معنا دار بودن میانگین متغیر سبک زندگی بین شش گروه پذیرفته می‌شود. برای مقایسه شش گروه جفتی تأثیر سربازی بر کیفیت سبک زندگی سربازان میان گروه‌های با تحصیلات مختلف از آزمون تعقیبی lsd استفاده می‌کنیم.

جدول ۵: آزمون تعقیبی lsd فرضیه سوم

تحصیلات	تحصیلات	اختلاف میانگین	خطا	تحصیلات	اختلاف میانگین	خطا
زیر دیپلم	دیپلم	-۰,۱۳	۰,۳۵	زیر دیپلم	۰,۳	۰,۸۱
	کاردانی	-۰,۲۹	۰,۰۷	دیپلم	-۰,۱۰	۰,۳۵
	کارشناسی	-۰,۰۳	۰,۸۱	کاردانی	-۰,۲۶	۰,۰۵
	کارشناسی	۰,۲۷	۰,۰۸	کارشناسی	*۰,۳۰	۰,۰۲
	ارشد	۰,۱۲	۰,۵۸	ارشد	۰,۱۵	۰,۴۵
دیپلم	زیر دیپلم	۰,۱۳	۰,۳۵	زیر دیپلم	-۰,۲۷	۰,۰۸
	کاردانی	-۰,۱۶	۰,۲۶	دیپلم	*-۰,۴۰	۰,۰۰
	کارشناسی	۰,۱۰	۰,۳۵	کاردانی	*-۰,۵۶	۰,۰۰
	کارشناسی	*۰,۴۰	۰,۰۰	کارشناسی	*-۰,۳۰	۰,۰۲
	دکتری	۰,۲۵	۰,۲۴	دکتری	-۰,۱۵	۰,۵۰

۰,۵۸	-۰,۱۲	زیر دیپلم	دکتری	۰,۰۷	۰,۲۹	زیر دیپلم	کاردانی
۰,۲۴	-۰,۲۵	دیپلم		۰,۲۶	۰,۱۶	دیپلم	
۰,۰۷	-۰,۴۱	کاردانی		۰,۰۵	۰,۲۶	کارشناسی	
۰,۴۵	-۰,۱۵	کارشناسی		۰,۰۰	۰,۵۶	کارشناسی ارشد	
۰,۵۰	۰,۱۵	کارشناسی ارشد		۰,۰۷	۰,۴۱	دکتری	

با توجه به جدول بالا و میزان خطا مشاهده می‌شود اختلاف معناداری بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان بین سربازان با مدرک کارشناسی ارشد با سربازان با مدرک دیپلم، کاردانی و کارشناسی وجود دارد.

فرضیه اصلی چهارم

بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان در بین سربازان با سابقه خدمتی مختلف اختلاف معناداری وجود دارد.

با توجه به آزمون تحلیل واریانس و آماره F که برابر با $۸,۹۰۳$ می‌باشد، مشاهده می‌شود که در سطح خطای کمتر از ۵ درصد، سطح معناداری آزمون تحلیل واریانس ($۰,۰۰۰$)، کمتر از ۵ درصد شده است که این خود نشان می‌دهد که متغیر سبک زندگی بین سه گروه با سابقه خدمتی مختلف، اختلاف معناداری دارد. پس فرض H_0 تحقیق مبنی بر عدم معنادار بودن اختلاف میانگین میان متغیر کیفیت سبک زندگی بین سه گروه با سابقه خدمتی محقق رد و در مقابل فرض H_1 تحقیق مبنی بر معنادار بودن میانگین متغیر سبک زندگی بین سه گروه پذیرفته می‌شود.

برای مقایسه سه گروه جفتی تأثیر سربازی بر کیفیت سبک زندگی سربازان میان گروه‌های با سابقه خدمتی مختلف از آزمون تعقیبی Lsd استفاده می‌شود.

جدول ۶: آزمون تعقیبی Lsd فرضیه چهارم

خطا	اختلاف میانگین	سابقه خدمتی	سابقه خدمتی
۰,۰۰	*-۰,۲۳	۱۹ تا ۲۱ ماه	۱۶ تا ۱۸ ماه
۰,۷۲	-۰,۰۵	بیشتر از ۲۲ ماه	
۰,۰۰	*۰,۳۳	۱۶ تا ۱۸ ماه	۱۹ تا ۲۱ ماه
۰,۰۳	*۰,۲۹	بیشتر از ۲۲ ماه	
۰,۷۲	۰,۰۵	۱۶ تا ۱۸ ماه	
۰,۰۳	*-۰,۲۹	۱۹ تا ۲۱ ماه	بیشتر از ۲۲ ماه

با توجه به جدول بالا و میزان خطا مشاهده می‌شود اختلاف معناداری بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان بین سربازان با سابقه خدمتی ۱۹ تا ۲۱ ماه با سایر سربازان وجود دارد.

فرضیه اصلی پنجم

بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان در بین سربازان در قشرهای مختلف اختلاف معناداری وجود دارد.

با توجه به آزمون تحلیل واریانس و آماره F که برابر با ۲,۹۷۱ می‌باشد، مشاهده می‌شود که در سطح خطای کمتر از ۵ درصد، سطح معناداری آزمون تحلیل واریانس (۰,۰۵)، برابر با ۵ درصد شده است که این خود نشان می‌دهد که متغیر سبک زندگی بین سه گروه سربازان با قشرهای مختلف، اختلاف معناداری دارد. پس فرض H_0 تحقیق مبنی بر عدم معنادار بودن اختلاف میانگین میان متغیر کیفیت سبک زندگی بین سه گروه سربازان با قشرهای مختلف رد و در مقابل فرض H_1 تحقیق مبنی بر معنادار بودن میانگین متغیر سبک زندگی بین سه گروه پذیرفته می‌شود.

برای مقایسه سه گروه جفتی تأثیر سربازی بر کیفیت سبک زندگی سربازان میان سربازان با قشرهای مختلف از آزمون تعقیبی Lsd استفاده شد.

جدول ۷ آزمون تعقیبی Lsd فرضیه پنجم

خطا	اختلاف میانگین	قشر	قشر
۰,۸۴	۰,۰۲	گروه درجه دار	گروه سربازان
۰,۰۲	۰,۰۲۴	گروه افسران	گروه سربازان
۰,۸۴	-۰,۰۲	گروه سربازان	گروه درجه دار
۰,۰۴	۰,۰۲۲	گروه افسران	گروه سربازان
۰,۰۲	-۰,۰۲۴	گروه سربازان	گروه افسران
۰,۰۴	-۰,۰۲۲	گروه درجه دار	گروه سربازان

با توجه به جدول شماره ۷ و میزان خطا مشاهده می‌شود اختلاف معناداری بین تأثیر سربازی بر میانگین کیفیت سبک زندگی سربازان بین افسران با سایر قشرهای سرباز وجود دارد.

نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر پنج فرضیه اصلی مورد بررسی قرار گرفت که تمامی فرضیه پذیرفته شد. در فرضیه اول پژوهش رابطه بین خدمت دوران سربازی و افزایش کیفیت زندگی سربازان در ۵ بعد مورد بررسی قرار گرفت. با توجه به نتایج فرضیات مشخص شد سربازی به طور کلی می‌تواند کیفیت زندگی سربازان را به ترتیب در ۵ بعد روابط اجتماعی با میانگین ۴.۳، آگاهی با میانگین ۳.۳، نگرش با میانگین ۳.۲۷، عادت مناسب با میانگین ۳.۲۴ و سلامت روانی ۳.۱۷ افزایش دهد که این نتایج با تحقیق محبوب و همکاران (۱۳۹۹) و رحمانی و همکاران (۱۳۹۶) و فیروزجائیان و جان‌محمدی (۱۳۹۷) همسو بوده است. با توجه به اینکه سربازان در محیط پادگانی با افراد با گروه سنی، مدرک تحصیلی، فرهنگ متفاوت مواجه می‌شوند منطقی به نظر می‌رسد که سربازی توانسته است در مرحله اول روابط اجتماعی سربازان را بهبود بخشد. همچنین در محیط سربازی کلاس‌های متفاوت در رابطه با مسائل نظامی، عقیدتی، سیاسی و ... برگزار می‌شود که این کلاس‌ها به طور کلی توانسته است آگاهی و عادت سربازان اثر مثبتی داشته باشند. در فرضیات ۲ تا ۵ اثر سربازی بر کیفیت زندگی سربازان در گروه‌های مختلف بررسی شده است.

در فرضیه دوم این پژوهش مشخص شد که سربازی بر کیفیت گروه سنی ۳۱ سال به بالا را نسبت به سایر سربازان اثر کمتری داشته است. با توجه به اینکه میانگین پاسخ این گروه در رابطه با متغیرهای کیفیت زندگی کمتر از ۳ بوده است این موضوع حاکی از این است که سربازی در این گروه سنی نه تنها زندگی آنان را بهبود نیافته است بلکه در بعضی ابعاد باعث کاهش کیفیت زندگی آنان شده است. این نتایج با یافته‌های مهرابی و همکاران، (۱۳۹۴) همسو است. آن‌ها بیان می‌کنند که با بالا رفتن سن، سابقه خدمت و درجه نظامی، نمرات سبک زندگی کاهش می‌یابد. البته این نتایج را می‌توان این گونه تفسیر کرد که معمولاً آموزش‌ها و رفتارهایی که در دوران خدمت سربازی وجود دارد به شکلی برنامه‌ریزی شده است که برای کارکنان وظیفه با سنین پایین مناسب باشد، بنابراین این آموزش‌ها نه تنها نتوانسته بر این گروه سنی اثرات مثبتی داشته باشد بلکه در بعضی مواقع اثر معکوس نیز داشته است.

در فرضیه سوم میزان اثر سربازی بر کیفیت زندگی سربازان با توجه به مدارک تحصیلی آنها مورد بررسی قرار گرفت. همانطور که در نتایج مشخص شده است به نظر سربازانی که مدارک آنها کارشناسی ارشد می‌باشد بر کیفیت زندگی آنها بی‌تأثیر بوده است.

این موضوع نشان دهنده این است که در محیط‌های نظامی معمولاً تعداد افرادی با مدارک کارشناسی ارشد به بالا کمتر از سایر افراد می‌باشد و معمولاً روش رفتار با این افراد تفاویزی چندانی با افرادی که کمتر تحصیل کرده‌اند وجود ندارد که این موضوع باعث می‌شود سربازی بر کیفیت زندگی آنها اثری نداشته باشد.

در فرضیه چهارم مشخص گردید سربازانی که بین ۱۸ تا ۲۱ ماه خدمت داشته‌اند بیشتر از میانگین، دوران خدمت سربازی توانسته است بر کیفیت زندگی آنها اثر داشته باشد. با توجه به اینکه این گروه از کارکنان وظیفه، در پایان دوران خدمت سربازی خود هستند؛ بدیهی است که دوران خدمت سربازی بر کیفیت زندگی آنها اثر بیشتری گذاشته است. این نتایج با یافته‌های سعادت طلب و همکاران، (۱۳۹۹) همسو است. آنها بیان می‌کنند که خدمت سربازی می‌تواند بر تمام مؤلفه‌های موردبررسی به غیر از فراهم کردن فرصت، تأثیر داشته باشد. رحمانی و همکاران (۱۳۹۶) نیز بیان کرده‌اند که دوره آموزشی سربازی موجب تغییرات افسردگی و عزت نفس می‌شود که این تغییرات با سبک زندگی افراد در ارتباط است.

فرضیه پنجم پژوهش در رابطه با میزان کیفیت دوران خدمت سربازی بر سربازان با قشرهای مختلف است. نتایج نشان‌دهنده این است که دوران خدمت سربازی برای کارکنان وظیفه که افسر است کمتر توانسته بر کیفیت زندگی آنها اثرگذار باشد که این موضوع به خاطر این است که تعداد این قشر نسبت به سایرین کمتر می‌باشد و معمولاً قوانین و آموزش‌های این دوران برای سربازان با درجه‌های پایین‌تر طراحی شده است.

به طور کلی نتایج این پژوهش نشان دهنده این موضوع است که سربازی به طور کلی می‌تواند بر کیفیت زندگی سربازان اثرگذار باشد ولی سربازی بر کیفیت زندگی سربازان با گروه‌های سنی بالای ۳۱ سال و با مدارک تحصیلی کارشناسی ارشد به بالا و همچنین افسران وظیفه کمتر توانسته است اثر مثبتی داشته باشد.

پیشنهادها

به طور کلی با توجه به نتایج به دست آمده و وجود افراد با گروه‌های سنی مختلف در پادگان‌های نظامی، پیشنهاد می‌شود:

- ۱- در یگان‌های خدمتی نیازهای آموزشی کارکنان وظیفه در حوزه توانمندسازی آنان، استخراج و بر اساس آن برنامه‌های آموزشی تنظیم شود.

- ۲- نوع نگرش به سربازان با سن‌های مختلف و قشرهای مختلف در پادگان‌ها مورد پژوهش قرار گیرد.
- ۳- کارکنان وظیفه با تحصیلات کارشناسی ارشد و دکترا بر اساس تحصیلات به‌کار گرفته شوند تا آثار دوران خدمت سربازی بر سبک زندگی آن‌ها مثبت و معنی‌دار شود.
- ۴- برنامه‌های خاصی برای نوع زندگی کارکنان وظیفه با سن بالا و متاهل بر اساس پژوهش‌های آتی بر مبنی نیاز کارکنان وظیفه تنظیم شود.

فهرست منابع

- احمدی، سمیرا. خبیری، محمد. (۱۳۹۷). همبستگی سبک زندگی اسلامی با شادکامی در ورزشکاران، نشریه سبک زندگی اسلامی با رویکرد سلامت، دوره ۳، شماره ۱، صص ۱۳-۹.
- اشتری فرد، حسین. صالحی امیری، سیدرضا. شهپریاری، محمدرضا. (۱۳۹۷). طراحی الگوی سبک زندگی ایرانی-اسلامی شهروندان شهر تهران، نشریه پژوهشنامه نظم و امنیت انتظامی، دوره ۱۱، شماره ۱ (پیاپی ۴۱)، صص ۱۵۷-۱۸۴.
- اعتباریان خوراسگانی، ابوالفضل. قنبری خانقاه، عاطفه. پاریاد، عزت. عطرکارروشن، زهرا. (۱۳۹۸). بررسی سبک زندگی مرتبط با سلامت و عوامل پیش‌بینی‌کننده آن در ساکنین شهر رشت در سال ۱۳۹۶، مجله اپیدمیولوژی ایران، دوره ۱۵، شماره ۳، صص ۲۶۸-۲۵۹.
- افراسیابی، حسین. مرادی فر، طاهره. (۱۳۹۴). بازسازی معنایی تغییر سبک زندگی زنان لر شهر یاسوج، مجله مطالعات اجتماعی - روان‌شناختی زنان، دوره ۱۳، شماره ۳، صص ۹۸-۷۷.
- امینی، نوروز. حلال خور، کوثر. (۱۳۹۴). مؤلفه‌های سبک زندگی دینی از دیدگاه مقام معظم رهبری، مهندسی فرهنگی، شماره ۸۴، صص ۲۹-۱۰.
- ایمانی، علی. قاسمی، علی‌اصغر. (۱۳۹۵). سیاست‌گذاری خدمت سربازی و فرایند ملت‌سازی در ایران، فصلنامه پژوهش‌های راهبردی سیاست، سال پنجم، شماره ۱۸، (پیاپی ۴۸)، صص ۶۶-۳۵.
- ایران‌مهر، مسلم. (۱۳۹۶). اثربخشی مشاوره گروهی کوتاه مدت با رویکرد راه حل محور بر سازگاری سربازان وظیفه آسایشگاه بخواب، مدیریت نظامی، دوره ۱۷، شماره ۶۵، صص ۱۴۷-۱۳۱.
- آذر، خدیجه. نامور، یوسف. (۱۳۹۶). رابطه هوش اخلاقی با سبک زندگی معلمان، اخلاق در علوم و فناوری، دوره ۱۲، شماره ۴.
- آقاپور، سیدمهدی. جوان، سارا. (۱۳۹۴). بررسی تاثیرات سبک زندگی ورزشی بر تغذیه ورزشکاران: مطالعه موردی دانشجویان دختر رشته تربیت بدنی در دانشگاه گیلان، پژوهش‌های انسان‌شناسی ایران (نامه علوم اجتماعی)، دوره ۵، شماره ۱، صص ۱۲۳-۱۰۷.

- باکاک، رابرت. (۱۳۸۱). مصرف. ترجمه: خسرو صبری. تهران: انتشارات شیرازه.
- باینگانی، بهمن. ایراندوست، سیدفهییم. احمدی، سینا. (۱۳۹۲). سبک زندگی از منظر جامعه‌شناسی: مقدمه‌ای بر شناخت و واکاوی مفهوم سبک زندگی، فصلنامه مهندسی فرهنگی، سال هشتم، شماره ۷۷، صص ۷۴-۵۶
- برکت، ارسلان. ژیان باقری، معصومه. (۱۳۹۹). رابطه سبک‌های هویت با سبک زندگی در دانشجویان، مجله دستاوردهای نوین در مطالعات علوم انسانی، سال سوم، شماره ۳۰، صص ۳۵-۲۴
- بشیریه، حسین. (۱۳۸۸). جامعه‌شناسی سیاسی: نقش نیروهای اجتماعی در زندگی سیاسی، تهران: نشر نی.
- توکلی، مرتضی. شاهزائی، عبدالمجید. (۱۳۹۶). تحلیل تاثیر قدرت رسانه‌ها بر سبک زندگی روستاییان مرزنشین (زهک) سیستان، مطالعات قدرت نرم، دوره ۷، شماره ۱۶، صص ۲۲۸ - ۲۰۸
- حیدری، خدیجه. حیدری، محمدتقی. قدیمی، مهدی. (۱۳۹۹). تأثیر قدرت نرم شبکه‌های تلویزیونی ماهواره‌ای بر الگوپردازی اجتماعی و تغییر سبک زندگی در بین زنان (مطالعه موردی: زنان شاغل آموزش و پرورش شهر زنجان)، پژوهش‌های انتظامی - اجتماعی زنان و خانواده، دوره ۸، شماره ۱ (پیاپی ۱۴)، صص ۱۷۰-۱۴۹.
- خادمیان، طلیمه. کلهری، محمدجواد. (۱۳۹۹). رابطه اینستاگرام با گرایش جوانان به سبک زندگی مدرن (مورد مطالعه: جوانان شهر تهران)، پژوهش‌های ارتباطی (پژوهش و سنجش)، دوره ۲۷، شماره ۱ (پیاپی ۱۰۱)، صص ۷۴-۵۵.
- خورشیدی زگلوجه، رضا. حبیب‌پورگتایی، کرم. کرم‌پور، روزا. (۱۳۹۷). بررسی عامل‌های سبک زندگی در خانواده‌های روستایی با مطالعه‌ای در بین خانواده‌های روستایی شهرستان بستان‌آباد استان آذربایجان شرقی، مطالعات جامعه‌شناسی، سال دهم، شماره سی و هشتم، صص ۱۱۹-۱۳۷.
- دانش فرد، کرم‌اله. ذاکری، محمد. (۱۳۹۱). بررسی تاثیر دوره‌های آموزش نظامی بر توانمندسازی روان شناختی سربازان تحت آموزش نژاجا، مدیریت نظامی، دوره ۱۲، شماره ۴۵، صص ۶۱-۴۳.
- رحمانی، جمال. یکانی نژاد، میرسعید. درستی مطلق، احمدرضا. (۱۳۹۶). بررسی اثر دوره آموزش خدمت سربازی و سبک زندگی بر وضعیت تن سنجی سربازان، مجله علوم پزشکی رازی، جلد ۲۴، شماره ۱۶۳، صص ۳۵-۲۶.
- زارع شاه‌آبادی، اکبر. طاهر، مریم. (۱۳۹۵). مطالعه بین نسلی سبک زندگی دختران و مادران شهر یزد، مجله مطالعات اجتماعی - روان شناختی زنان، دوره ۱۴، شماره ۳، شماره پیاپی ۴۸، صص ۳۶-۷
- سدیدی، مجید. رنجبریان، بهرام. کاظمی، علی. نصرافهانی، علی. (۱۳۹۹). طراحی و تحلیل الگوی تعیین سبک زندگی سازمان‌ها (نمونه پژوهی: شرکت‌های تولیدی لوله و اتصالات پلیمری استان

- اصفهان)، مدیریت بازرگانی (دانش مدیریت)، دوره ۱۲، شماره ۱، صص ۱۶۰-۱۴۳
سعادت طلب، محمدباقر. شریفیان، اسماعیل. قهرمان تبریزی، کوروش. (۱۳۹۹). نقش و جایگاه خدمت
سربازی در توسعه سبک زندگی فعال از دیدگاه سربازان، فصلنامه مطالعات خدمت سربازی، دوره ۳،
شماره ۶، بهار، صص ۵۴-۴۳.
- سینایی، وحید. (۱۳۹۰). بررسی تأثیر استراتژی‌ها و فناوری‌های نوین در تحول نظام وظیفه به ارتش
حرفه‌ای، فصلنامه سیاست دانشکده حقوق و علوم سیاسی، سال ۴۱، شماره ۲، صص ۲۱۱-۱۹۷
شعاع کاظمی، مهرانگیز. فرازنده پور، فرح. (۱۳۹۸). رابطه بین سبک زندگی وتأخیر سن ازدواج در
دانشجویان، دوفصلنامه پژوهشنامه سبک زندگی، سال پنجم، شماره ۹، صص ۱۳۹-۱۲۶.
- صادقی، احمد. روحانی، حسین. تقوی، نسرین. (۱۳۹۶). سبک زندگی دانشجویان و عوامل مرتبط با آن:
مطالعه موردی در دانشگاه‌های دولتی شهر اسفراین، فصلنامه کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه
علوم پزشکی سبزوار (بیهق)، دوره ۲۲، شماره ۴، شماره پیاپی ۴۳، صص ۱۰-۱.
- صالحی، صادق. پازوکی نژاد، زهرا. (۱۳۹۵). تحلیل جامعه‌شناختی سبک زندگی پایدار در بین
دانشجویان، نشریه علمی-پژوهشی آموزش عالی ایران، جلد ۸، شماره ۱، صص ۱۰۶-۹۲
ظهراپی، احمدرضا. محمدیاری، سجاد. محبی، امیر. (۱۳۹۸). اهمیت تربیت بدنی در سلامت و سبک
زندگی کارکنان آجا از دیدگاه مقام معظم رهبری (مدظله العالی)، مدیریت نظامی، دوره ۱۹، شماره
۷۵، صص ۱۰۶-۹۵
- عباس زاده، محمد. نصرالهی وسطی، لیلا. دانش، لیلا. (۱۳۹۶). آسیب شناسی تغییرات در سبک
زندگی دختران روستایی (مورد مطالعه: روستای صوفی آذربایجان غربی)، بررسی مسایل اجتماعی
ایران (نامه علوم اجتماعی)، دوره ۸، شماره ۱، صص ۴۹-۲۳
- عباس زاده، محمد. نصرالهی وسطی، لیلا. دانش، لیلا. (۱۳۹۶). آسیب شناسی تغییرات در سبک زندگی
دختران روستایی (مورد مطالعه: روستای صوفی آذربایجان غربی)، بررسی مسایل اجتماعی ایران
(نامه علوم اجتماعی)، دوره ۸، شماره ۱، صص ۴۹-۲۳
- عربی، سمیه. سلیمان پورعمران، محبوبه. (۱۳۹۶). بررسی تأثیر سبک زندگی اسلامی بر ارتقای سرمایه
اجتماعی مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، فصلنامه علمی مطالعات
فرهنگی - اجتماعی خراسان، دوره ۱۲، شماره ۱، شماره پیاپی ۴۵، صص ۸۰-۵۹
- فاضلی، محمد. (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی. قم: صبح صادق.
- الفت، سعیده. سالمی، آزاده. (۱۳۹۱). مفهوم سبک زندگی، فصلنامه مطالعات سبک زندگی، سال اول،
شماره ۱۰، صص ۳۶-۹.
- فعالی، محمدتقی. (۱۳۹۷). سبک زندگی و سیره؛ تمایزات و اشتراک ها، پژوهشنامه سبک زندگی، سال

- چهارم، شماره ۶، صص ۸۹-۱۰۴.
- فلاح، مهدی. زارع، بیژن. بردیافر، نیما. (۱۳۹۳). مطالعه پدیدارشناسانه سبک زندگی جوانان در شهر تهران، فصلنامه تحقیقات فرهنگی ایران، دوره هفتم، شماره ۳، صص ۲۴ - ۱
- فیروزجائیان، علی اصغر. جان محمدی لرگانی، وحید. (۱۳۹۷). خدمت نظام وظیفه: فرصتی اجتماعی، فصلنامه مطالعات راهبردی سیاست تگذار یعمومی، دوره ۸، شماره ۲۹، صص ۲۲۳-۲۰۳.
- فیروزجائیان، علی اصغر. جان محمدی لرگانی، وحید. (۱۳۹۷). خدمت نظام وظیفه: فرصتی اجتماعی، فصلنامه مطالعات راهبردی سیاستگذاری عمومی، دوره ۸، شماره ۲۹، صص ۲۰۵-۲۲۳
- قربابی آشتیانی، محمدرضا. دهقان، نبی اله. رحیمی، غلامرضا. (۱۳۹۸). مؤلفه ها و شاخص های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی، مطالعات بین رشته ای دانش راهبردی، دوره ۹، شماره ۳۴، صص ۹۰ - ۶۳
- قلانی، نسرین. (۱۳۹۴). تحلیل تماتیک سبک زندگی در سکونتگاه های غیررسمی در شهر اصفهان منطقه ۱۴، فصلنامه دانش انتظامی اصفهان، دوره ۱۳۹۴، شماره ۶، شماره پیاپی ۱۳، صص ۱۱۲- ۹۱
- کیانی، مزده. صالحی، خدیجه. (۱۳۹۸). تأثیر سرمایه فرهنگی بر سبک زندگی جانبازان جنگ تحمیلی شهر نجف آباد، نشریه مطالعات ملی، دوره ۲۰، شماره ۱ (۷۷)، صص ۱۶۰ - ۱۴۵
- گودرزی، لیلا. نظری، اصلان. رجبی واسوکلایی، قاسم. سلیمی، محمد. رعدآبادی، مهدی. (۱۳۹۳). بررسی سبک زندگی دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران در سال ۱۳۹۱، مجله دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی تهران (پیاورد سلامت) دوره ۸ شماره ۴ مهر و آبان گیدنز، آنتونی. (۱۳۸۷). تجدد و تشخص، در جامعه جدید، ترجمه ناصر موفقیان، تهران نشر نی.
- محبوب، حسن. قدیری، حجت الله. شاطری، کریم. تنهایی، علیرضا. (۱۳۹۹). نقش خدمت سربازی در تکوین و تجلی رفتارهای شهروندی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه تهران)، فصلنامه مدیریت نظامی دانشگاه افسری امام علی (ع)، دوره ۲۰، شماره ۷۷، شماره پیاپی ۷۷، صص ۱۸۸-۱۶۱
- محمدی ترکمانی، احسان. باقری، قدرت اله. زارعی متین، حسن. معینی، حسین. خنیفر، حسین. (۱۳۹۵). سبک زندگی ورزشکاران نخبه ایرانی (ارائه یک نظریه داده بنیاد)، پژوهش در ورزش تربیتی (دانشگاهی)، شماره ۱۱، صص ۹۶-۷۱.
- محمدی ترکمانی، احسان. معینی، حسین. باقری، قدرت الله. زارعی متین، حسن. خنیفر، حسین. (۱۳۹۹). تحلیل سبک های زندگی ورزشکاران نخبه ایرانی، مدیریت ورزشی سال دوازدهم، شماره ۳، پیاپی ۵۰.
- محمدی برزگر، جعفر. هندیانی، عبدالله. کنعانی، اکبر. (۱۳۹۶). نقش ارزش های اجتماعی در سبک

- زندگی فرماندهان و مدیران نیروی نظامی با تاکید بر تهدید نرم، پژوهش های مدیریت نظامی (مطالعات مدیریت نظامی)، دوره ۱۲، شماره ۱، صص ۷۶ - ۵۵
- مفتح، محمدهادی. (۱۳۹۳). سبک زندگی مدیران زمینه ساز، مشرق موعود، دوره ۸، شماره ۳۱، صص ۱۳۱-۱۵۳.
- مقدم فر، عطاءاله. (۱۳۹۷). فرآیند بازنمایی سبک زندگی «دهه شصت» در سینمای دهه نود ایران، مطالعات راهبردی، دوره ۲۱، شماره ۴، (مسلسل ۸۲)، صص ۱۵۲ - ۱۲۱
- منوچهرآبادی، افشین. هاشمی، محمود. (۱۳۹۶). بررسی تأثیر پایگاه اجتماعی - اقتصادی خانواده بر سبک زندگی (مطالعه موردی جوانان ۱۵ تا ۲۹ ساله شهرستان دشتستان)، فصلنامه علمی تخصصی دانش نظامی بوشهر، مقاله ۶، دوره ۸، شماره ۳۰، صص ۱۲۱-۱۰۸
- مهرابی، حسینعلی. میرزایی، غلامرضا. فتحی آشتیانی، علی. کرمی نیا، رضا. (۱۳۹۴). نقش ویژگی های شخصیتی در سبک زندگی نیروهای نظامی، نشریه علمی روانشناسی نظامی، دوره ۶، شماره ۲۱ - شماره پیاپی ۲۱، صص ۳۸ - ۲۹.
- نقش تنوع غذایی، چربی بدن و سبک زندگی قبلی در عزت نفس و وضعیت افسردگی در دوره آموزشی خدمت سربازی
- نوروزی، فیضاله. پترامی، آذر. (۱۳۹۵). بررسی سبک زندگی دانشجویان دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی و عوامل اجتماعی مؤثر بر آن، رفاه اجتماعی، دوره ۱۶، شماره ۶۲، صص ۲۷۷-۲۲۵.
- Bourdieu, p. *Distinction: A Social Critique of the Judgements of Taste*, London: Routledge & Kegan Paul. 1984.
- Giddens, A, *Modernity and Self Identity: Self and Society in Late Modern Age*. Polity, 1991.
- MacLean, A. & Elder, G. H. 2007. *Military Service in the Life Course*. *Annual Review of Sociology*. Vol. 33. Pp 175-196.
- Mohan S, Wilkes L & Jackson D. (2008). *Lifestyle of Asian Indians with coronary heart disease: The Australian context*. *Collegian* 2008; 15(3): 115-21.