

نقش ویژگی‌های شخصیتی در سبک زندگی نیروهای نظامی

Role of Personality Traits on Lifestyle in military forces

تاریخ پذیرش: 93/10/5

تاریخ دریافت: 92/11/28

Mehrabi HA. PhD, Mirzaee Gh. PhD[✉], Fathi Ashtiani
A. PhD, Karaminia R. PhDحسینعلی مهربانی^۱، غلامرضا میرزایی[✉]، علی فتحی اشتیانی^۲ و
رضا کرمی‌نیا^۳

Abstract

Introduction: considering the necessity of assessing the effective factors in the lifestyle of military forces, this study investigated relation between the personality traits and demographic variables in the military forces' lifestyle.

Method: in a correlation design, 172 subjects in a military unit in Esfahan selected randomly and evaluated by personality traits or military forces questionnaire and Health Promoting Lifestyle Profile II.

Results: Data showed as the age, job experience and military rank increase, lifestyle scores decrease whereas with the increase of personality factors such as virtue and extroversion, lifestyle improves. Also the results of stepwise regression showed that job experience plus personality factors of agreeable, responsibility and military rank can predict 13.6 percent of military forces' lifestyle.

Discussion: These results emphasizes on roles of personality factors in the lifestyle of military forces and identifying pathological factors of job experience, and military rank in their lifestyle.

Keywords: lifestyle, personality traits, military forces

چکیده

مقدمه: با توجه به ضرورت ارزیابی عوامل موثر در سبک زندگی در نیروهای نظامی، در این مطالعه به تعیین رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و جمعیت شناختی در سبک زندگی نیروهای نظامی پرداخته شد. علاوه بر این، پیش بینی سبک زندگی بر اساس این مولفه‌ها از دیگر اهداف این مطالعه بود.

روش: در قالب یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی، ۱۷۲ نفر از یکی از واحدهای نظامی مستقر در اصفهان به شیوه تصادفی انتخاب و با استفاده از پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی نیروهای نظامی (پوشن)، پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و پرسشنامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت روانی-۲ (HPLP-II) مورد ارزیابی قرار گرفتند.

نتایج: نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که با بالا رفتن سن، سابقه خدمت و درجه نظامی، نمرات سبک زندگی کاهش می‌یابد در حالی که با بالا رفتن ویژگی‌های شخصیت دینی تقوا و برون‌گرایی، سبک زندگی بهتر می‌شود. علاوه بر این، نتایج نشان داد که به ترتیب چهار مولفه سابقه خدمت، ویژگی شخصیتی موافق بودن، احساس مسئولیت و درجه نظامی در مجموع ۱۳/۶ درصد از سبک زندگی را در نیروهای نظامی تبیین می‌کند ($p < 0/55$).

بحث: این نتایج ضمن آنکه بر نقش سازنده عوامل شخصیتی در سبک زندگی نیروهای نظامی تاکید دارد، بر شناسایی عوامل آسیب‌رسان به سبک زندگی که با درجه نظامی و سابقه خدمت در ارتباط است، تاکید می‌کند.

کلید واژه‌ها: سبک زندگی، ویژگی‌های شخصیتی، نیروهای نظامی

✉ **Corresponding Author:** Behavioral Sciences
Research Center, Baqyatallah University of Medical
Sciences, Tehran. Iran
E-mail: mirzae2010@yahoo.com

۱- گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

✉ مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله (عج)، تهران، ایران
۲- مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله (عج)، تهران، ایران

۳- گروه روان‌شناسی بالینی دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی بقیه‌الله (عج) تهران، ایران

مقدمه

پیش رو در این حوزه تلقی می‌شود و نشان می‌دهد که در بطن ارزش‌های موجود در خرده نظام فرهنگی چه می‌گذرد. در واقع با ارزیابی سبک زندگی، می‌توان از جهت‌گیری الگوهای فکری و رفتاری موجود یا در حال شکل‌گیری در جامعه، تفسیر واقع‌بینانه‌ای ارائه کرد.

سبک زندگی مهمترین عاملی است که هر کس زندگی خود را بر اساس آن تنظیم می‌کند (فاجینو، میزیو، توکیو² و همکاران، 2003). اولین بار آلفرد آدلر (1922) مفهوم سبک زندگی را مطرح کرد و این مفهوم را بعدها پیروان او گسترش دادند. به نظر او سبک زندگی شیوه‌ای نسبتاً ثابت است که فرد برای رسیدن به اهداف خود به کار می‌برد یعنی راهی است برای رسیدن به اهداف زندگی. این سبک حاصل دوران کودکی فرد است؛ به عبارت دیگر، سبک زندگی بعد عینی و کمیت پذیر شخصیت افراد است. به همین علت، نظریه «سبک زندگی» آدلر نظریه «شخصیت» او نیز محسوب می‌شود. وی معتقد بود سبک زندگی به اعتقاداتی اطلاق می‌شود که فرد در سال‌های اولیه زندگی خود کسب می‌کند و یک الگوی ادراکی جهت‌دار است (شفیع آبادی، 1389).

سبک زندگی هر فرد متأثر از دو عامل عمده شخصیت فرد و ویژگی‌های محیط است. این ویژگی‌ها به طرق مختلف بر سبک زندگی افراد اثر می‌گذارند. به عنوان مثال افراد درون‌گرا و برون‌گرا سبک‌های متفاوتی در زندگی دارند (پلاسکر، 2007). معدود مطالعات انجام شده نشانگر آن است که شخصیت هم از جمله ویژگی‌های مرتبط با فرد است که در نوع سبک زندگی فرد اثر می‌گذارد (سنایی نسب و همکاران، 1392). با توجه به تحقیقات صورت گرفته در مورد ارتباط سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیت، مشخص شده است که صفات شخصیتی بر سبک زندگی تاثیر مستقیم دارند

نیروهای نظامی به مثابه حافظان امنیت و صیانت از ارزش‌های انقلاب اسلامی، دارای جایگاهی ویژه هستند. بر این اساس، هر گونه مدیریت و فرماندهی در آنان مستلزم دارا بودن خصائص و ویژگی‌های روانی - شخصیتی مورد اشاره در تعالیم اسلامی می‌باشد. تقوا، صبر، نوع دوستی، مردم داری و شجاعت از جمله این ویژگی‌ها می‌باشد که می‌تواند فرماندهی یک واحد نظامی را کارآمدتر سازد (سلامی، 1389). در واقع، ویژگی‌های شخصیتی علاوه بر آنکه موجب مدیریت و انجام وظیفه بهتر می‌شود، می‌تواند بر سبک زندگی افراد هم اثر گذار باشد.

مطالعات نشان داده است که ویژگی‌های شخصیتی از جمله عوامل اثرگذار بر سبک زندگی هستند (پلاسکر¹، 2007). سبک زندگی شامل مجموعه رفتارها و الگوهای کنش هر فرد معطوف به ابعاد هنجاری و معنایی زندگی اجتماعی است که نشان‌دهنده کم و کیف نظام باورها و کنش‌های فرد می‌باشد. به عبارتی سبک زندگی، بر ماهیت و محتوای خاص تعاملات و کنش‌های اشخاص در هر جامعه دلالت دارد و مبین اغراض، نیات، معانی و تفاسیر فرد در جریان عمل روزمره و زندگی روزانه است. براساس تعریف سازمان بهداشت جهانی، سبک زندگی به روش زندگی مردم با بازتابی کامل از ارزش‌های اجتماعی، طرز برخورد و فعالیت‌ها اشاره دارد. همچنین، ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادات فردی در سراسر زندگی (فعالیت بدنی، تغذیه، اعتیاد به الکل، دخانیات و نظیر آن) است که در پی فرایند اجتماعی شدن به وجود آمده است (استاگی و همکاران، 1386). سبک زندگی پایه و اساس فهم شرایط فرهنگی موجود و تحولات

پرسشنامه رابطه معنادار نشان می‌دهد. علاوه بر این رگه شخصیتی قضاوت و اخلاق‌گرایی نیز با رشد معنوی، روابط بین فردی و نمره کل سبک‌زندگی رابطه معناداری نشان می‌دهد. نتایج فراتحلیل 194 مطالعه بیانگر آن است که وجدان‌گرایی نه تنها گرایش به رفتارهای پرخطر را کاهش می‌دهد، بلکه رفتارهای پیشگیرانه که منجر به انجام یا تداوم فعالیت‌های منظم مرتبط با سبک زندگی سالم نظیر تغذیه و تحرک کافی است را به همراه دارد (بای و رابرت 2004). مطالعه ادیب زاده (1389) نشان داد بین تیپ‌های شخصیتی A و B با سبک زندگی در دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد. دانشجویان مرد در سبک‌های نیاز به تأیید، کنار آمدن، محتاط بودن، کوشش برای رسیدن به کمال و مسئولیت‌پذیری در سبک زندگی با دانشجویان زن تفاوت نشان دادند. نتیجه کلی این پژوهش این است که تیپ‌های شخصیتی A و B در هر فرد با سبک زندگی وی ارتباط مستقیم دارد و برخی ویژگی‌های شخصیتی، فرد را مستعد سبک زندگی متفاوتی می‌کند. کجباف و همکاران (1390) هم نشان دادند که سبک زندگی اسلامی و شادکامی با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معناداری دارند.

مرور معدود مطالعات انجام شده در زمینه نقش شخصیت در سبک زندگی، ضمن آنکه بر وجود رابطه بین این دو مولفه و اثرگذاری ویژگی‌های شخصیتی بر سبک زندگی صحت می‌گذارد، نشانگر آن است که عمده مطالعات به تعیین رابطه این دو مولفه با یکدیگر پرداخته و میزان سهم یا نقش شخصیت را در سبک زندگی مشخص نکرده است. علاوه بر این، مطالعه‌ای که به بررسی رابطه این دو متغیر در نیروهای نظامی به ویژه نیروهای نظامی در ایران که وظیفه صیانت از

(ادموندز³، 2001). مطالعات نشان داده است سطوح سلامت روان در حدود 40 درصد متأثر از سبک زندگی، خصوصیات شخصی، رضایت شغلی - زندگی و رضایت از زندگی است (ناکایاما، یاماگوچی، مارویاما و موریموتو⁴، 2002). ادموند (2011) هم که به ارزیابی عوامل شخصیتی در پیش‌بینی سبک زندگی سالم پرداخته بود؛ نشان داد که به ترتیب عامل برون‌گرایی، روان‌آزرده‌گرایی، به همراه عامل خصومت، قابلیت تبیین سبک زندگی سالم را دارند. به طور مشخص‌تر هم، استفان⁵ (2001) نشان داد که افراد دارای ویژگی شخصیتی هیجان‌طلبی، گرایش بیشتری به رفتارهای مخاطره‌آمیز در سبک زندگی خود دارند. لورینگ⁶ و همکاران (2515) هم نشان دادند مولفه‌های روانی شخصیتی همچون سرسختی روان‌شناختی و انعطاف‌پذیری بالاتر با فعالیت‌ها و سلامت جسمانی بیشتر همراه است.

مطالعه فتحی آشتیانی و جعفری کندوان (1390) نشان داد میزان سلامت روانی در کارکنان دانشگاه نظامی از کارکنان دانشگاه غیر نظامی بیشتر بود ولی در ابعاد سبک زندگی تفاوت میانگین بین دو گروه معنادار نبود. فاضل و همکاران (1390) هم در مطالعه خود نشان دادند بین عامل شخصیتی موافق بودن و سبک زندگی با رضایت‌مندی زوجی رابطه وجود دارد. صمیمی و همکاران (1385) در پژوهش خود نشان دادند سلامت عمومی با میزان ورزش، نوع تغذیه، مصرف سیگار، رعایت اصول ایمنی، کنترل استرس و جنسیت دانشجویان رابطه معنادار دارد. نتایج مطالعه ماتین (2011) در بررسی ترجیحات شخصیتی با نقش سبک زندگی نشان داد که ویژگی شخصیتی درون‌گرایی، برون‌گرایی با سبک زندگی در حوزه مهارت‌های بین فردی و رشد معنوی و نمره کل این

مرزها و ارزش‌های انقلاب‌اسلامی را دارا هستند، انجام نشده است. بنابر این باید در فرایند ارزیابی رابطه شخصیت و سبک زندگی در نیروهای نظامی، بر نقش ویژگی‌های اخلاقی دینی در نظامی‌گری هم تأکید داشت تا از این طریق بتوان نقش باورها و اعتقادات دینی را هم در سبک زندگی به طور غیر مستقیم بررسی نمود.

بر این اساس، در این مطالعه به تعیین رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و جمعیت شناختی با سبک زندگی در نیروهای نظامی پرداخته شد. پیش‌بینی سبک زندگی بر اساس مولفه‌های شخصیتی و همچنین ویژگی‌های شخصیتی از دیگر اهداف این مطالعه بود.

روش

طرح تحقیق این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود که در جریان آن به بررسی رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و سبک زندگی پرداخته شد. جامعه آماری این مطالعه، یکی از نیروهای نظامی مستقر در استان اصفهان در تابستان و پاییز 1392 بود. نمونه آماری تعداد 180 نفر از نیروهای نظامی بود که به شیوه تصادفی انتخاب شدند. علت انتخاب این تعداد به عنوان حجم نمونه آن است که در مطالعات همبستگی با هدف پیش‌بینی، به ازاء هر متغیر، 8 آزمودنی انتخاب و با عدد ثابت 00 جمع می‌شود (پالانت، 1389). با توجه به این که در این مطالعه 15 متغیر مورد ارزیابی قرار گرفت، 170 آزمودنی در نظر گرفته شد. البته جهت در نظر گرفتن ریزش احتمالی حجم نمونه 180 نفر انتخاب شدند.

ابزارهای جمع‌آوری اطلاعات عبارتند از:

پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی نیروهای نظامی⁷

(پوشن): پرسشنامه سنجش ویژگی‌های شخصیتی نیروهای نظامی (پوشن) توسط میرزایی (1392) تدوین شده است. این پرسشنامه با مرور پیشینه نظری و پژوهشی با هدف ارزیابی ویژگی‌های اخلاقی و ایمانی، توانمندی‌های مدیریتی و ویژگی‌های شخصیتی به طور اختصاصی برای نیروهای نظامی ساخته شده است. پوشن دارای 245 گویه می‌باشد. پاسخ‌دهی به گویه‌های این پرسشنامه در قالب طیف لیکرت پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالفم (با نمره 1) تا کاملاً موافقم (با نمره 5) می‌باشد. روایی وابسته به ملاک پوشن با پرسشنامه شخصیتی نئو (OCEAN) بیانگر ضرایب روایی بین 0/47 تا 0/76 و معنادار بود ($p < 0/01$). علاوه بر این، روایی سازه نشان داد پوشن دارای هشت عامل، شامل ویژگی‌های مدیریتی - نظامی، فضائل اخلاقی، تقوا، احساس مسئولیت، گشودگی، موافق بودن، برون‌گرایی و روان‌آزرده‌گرایی است. البته هر عامل هم دارای تعدادی صفت بین چهار (برای دو عامل موافق بودن و تقوا) تا هشت صفت (برای عامل ویژگی‌های مدیریتی - نظامی) و در مجموع شامل 45 صفت می‌باشد. همچنین این پرسشنامه دارای دو مقیاس اصلاحی شامل دروغ‌سنج و وانمود به خوب بودن است. تمامی این خرده‌مقیاس‌ها دارای همبستگی معنادار در دامنه‌ای بین 0/59 تا 0/83 با نمره کل بودند ($p < 0/01$). ضرایب اعتبار این پرسشنامه به شیوه آلفای کرونباخ برای عامل ویژگی‌های مدیریتی - نظامی 0/84، عامل فضائل اخلاقی 0/84، تقوا و پرهیزکاری 0/82، گشودگی، 0/81، موافق بودن 0/73، برون‌گرایی 0/80، روان‌آزرده‌گرایی 0/80 و برای کل مقیاس 0/95 به دست آمد. با توجه به این که هدف، شناسایی ویژگی‌های شخصیتی در نیروهای نظامی بود، جهت

متغیرهای پژوهش و سبک زندگی به شیوه پیرسون محاسبه شده و سبک زندگی بر اساس مجموع عامل‌های شخصیتی و جمعیت شناختی با استفاده از تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام محاسبه گردید. در این تحلیل متغیر وابسته نمره کل سبک زندگی و متغیر وابسته نمرات عوامل هشت گانه مقیاس پوشن و پرسشنامه ویژگی‌های جمعیت شناختی بود.

یافته‌ها

از 180 پرسشنامه تکمیل شده، هشت پرسشنامه به دلیل تکمیل ناقص، از نمونه حذف شدند. بر این اساس، از 172 شرکت کننده در این پژوهش، 3/8 درصد آزمودنی‌ها دارای تحصیلات سیکل، 38/5 درصد دارای تحصیلات دیپلم، 26/3 درصد دارای تحصیلات کاردانی، 22 درصد دارای مدرک کارشناسی و 9/3 درصد هم دارای تحصیلات کارشناسی ارشد یا دکترا بودند. از نظر وضعیت درآمد، 12/6 درصد ضعیف، 63/2 درصد خود را دارای درآمد متوسط و 24/2 درصد خود را دارای درآمدی در سطح خوب ارزیابی کرده بودند. میانگین سابقه خدمت آزمودنی‌ها 11/73 سال، میانگین درجه نظامی 11/53، میانگین سنوات تحصیلی 10/03 سال و میانگین سنی آنها 37/62 سال بود (جدول 1). به علاوه در این جدول ضرایب همبستگی بین سبک زندگی و متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

ارزیابی ویژگی‌های شخصیتی نیروهای نظامی از این پرسشنامه اختصاصی نیروهای نظامی استفاده شد.

نیمرخ سبک زندگی ارتقادهنده سلامتی 2 (-HPLP-II)

8: نیمرخ ارتقا دهنده سبک زندگی دارای 53 گویه در قالب شش خرده مقیاس شامل مسئولیت پذیری در برابر سلامتی (با 9 گویه)، فعالیت جسمانی (با 8 گویه)، تغذیه (9 گویه) تعالی معنوی (9 گویه) روابط بین فردی (9 گویه) و مدیریت استرس (8 گویه) تدوین شده است (لی و لوک⁹، 2555). پاسخ‌دهی این مقیاس در طیف لیکرت چهار گزینه‌ای از هرگز با نمره صفر تا همیشه با نمره چهار می‌باشد. دوبیس¹⁰ (2006) اعتبار این مقیاس را 0/94، فتحی و جعفری کندوان (1390)، 0/96 گزارش کرده‌اند. در این مطالعه هم اعتبار برای مقیاس مسئولیت پذیری در برابر سلامتی 0/85، فعالیت جسمانی 0/84، برای تغذیه 0/74، تعالی معنوی 0/76، روابط بین فردی 0/67، مدیریت استرس 0/81 و برای کل مقیاس 0/94 به دست آمد. علاوه بر این سن، تحصیلات، سابقه خدمت، رسته و درجه نظامی و سطح درآمد آزمودنی‌ها هم در قالب یک پرسشنامه جمعیت‌شناسی بررسی شد.

تحلیل آماری داده‌های پژوهش با استفاده از نرم افزار آماری SPSS-19 انجام شد. در این راستا علاوه بر محاسبه شاخص‌های توصیفی، ضریب همبستگی بین

جدول 1- شاخص های توصیفی و ضرایب همبستگی سبک زندگی با عوامل شخصیتی و ویژگی های فردی

معداری	ضریب همبستگی	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	متغیر	مولفه
-	-	30/7	145/92	172	سبک زندگی	
0/049	-0/128	0/6	3/13	172	درآمد	ویژگی های جمعیت شناختی
0/043	-0/133	6/6	11/73	172	سابقه خدمت	
0/320	-0/036	2/0	11/53	172	درجه نظامی	
0/185	-0/069	1/9	10/03	172	تحصیلات	
0/007	-0/191	6/2	32/62	172	سن	
0/140	-0/084	10/5	129/65	172	نظامی گری	عوامل شخصیتی
0/117	0/092	12/0	129/52	172	فضائل اخلاقی	
0/014	0/170	7/5	85/88	172	تقوا	
0/480	0/004	14/2	119/11	172	احساس مسئولیت	
0/340	-0/032	8/1	91/27	172	گشودگی	
0/089	-0/104	6/1	70/64	172	موافق بودن	
0/002	0/223	10/1	106/92	172	برون گرایی	
0/298	0/041	7/7	66/42	172	روان آزرده‌گی	

بالا رفتن میزان درآمد، سابقه کاری و سن، نمره سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت آزمودنی ها کاهش می‌یابد. همچنین بالا رفتن نمرات در دو عامل شخصیتی تقوا و برون گرایی، سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت هم به طور معناداری افزایش می‌یابد.

جدول شماره ۱ نشان می‌دهد رابطه 0/128- سبک زندگی با درآمد، رابطه 0/133- با سابقه خدمت، رابطه 0/191- با سن و همچنین، رابطه 0/170 سبک زندگی با عامل تقوا و رابطه 0/223 با برون گرایی معنادار است ($p < 0/55$)؛ لذا نتیجه گرفته می‌شود با

جدول 2- خلاصه تحلیل رگرسیون جهت پیش بینی سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت

ضریب	معداری	درجه آزادی 2	سهام خالص (%)	سهام کل (توان دوم رگرسیون)	ضریب رگرسیون	متغیرهای وارد شده به معادله	گام
	0/004	166	5/0	0/050	0/223	سابقه خدمت	1
	0/013	165	3/5	0/085	0/291	سابقه خدمت + موافق بودن	2
1/91	0/037	164	2/4	0/109	0/330	متغیرهای گام دوم + درجه نظامی	3
	0/025	163	2/7	0/136	0/369	متغیرهای گام سوم + احساس مسئولیت	4

از بین متغیرهای جمعیت شناختی و فردی مورد بررسی، در گام اول سابقه شغلی به عنوان اولین متغیر پیش‌بینی‌کننده سبک زندگی با ضریب رگرسیون

جدول 2 خلاصه مدل تحلیل رگرسیون جهت پیش‌بینی سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت را نشان می‌دهد. نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام نشان داد

قبل، احساس مسئولیت هم به عنوان یک عامل شخصیتی به معادله رگرسیون اضافه شده و ضریب رگرسیون را به $0/369$ افزایش می‌دهد و به تنهایی $2/7$ از سبک زندگی را به طور معناداری تبیین می‌کند. در مجموع هم چهار متغیر سابقه شغلی، موافق بودن، درجه نظامی و احساس مسئولیت $13/6$ درصد از سبک زندگی نیروهای نظامی را به طور معناداری تبیین می‌کند ($p < 0/55$). ضریب دوربین-واتسون $1/91$ هم با توجه به قرار داشتن در دامنه $1/5-2/5$ ، بیانگر رعایت پیش فرض استقلال خطاها است (مومنی 1390).

$0/223$ وارد معادله رگرسیون شده و به تنهایی قادر به پیش‌بینی $0/55$ یا 5 درصد از سبک زندگی به طور معنادار شده است ($p < 0/55$). در گام دوم علاوه بر سابقه شغلی، ویژگی شخصیتی موافق بودن به معادله افزوده شده و ضریب رگرسیون را به $0/291$ افزایش داده است. موافق بودن به تنهایی $3/5$ درصد از سبک زندگی را به طور معناداری تبیین می‌کند. علاوه بر این در گام سوم با اضافه شدن درجه نظامی ضریب رگرسیون به $0/33$ افزایش می‌یابد. درجه نظامی هم به طور خالص $2/4$ درصد از سبک زندگی را تبیین می‌کند ($p < 0/55$) در گام چهارم علاوه بر سه متغیر

جدول 3- ضرایب خام و استاندارد معادله رگرسیون جهت پیش‌بینی سبک زندگی

متغیر	ضریب بتا	خطای استاندارد	beta	t	معناداری	ضریب تحمل	ضریب تورم واریانس
مقدار ثابت	211/55	27/8	-	7/62	0/0001	-	-
سابقه شغلی	1/66	0/4	0/36	4/03	0/0001	0/679	1/47
موافق بودن	-1/52	0/5	-0/30	-3/15	0/002	0/070	1/75
درجه نظامی	-3/00	1/3	-0/20	-2/27	0/525	0/688	1/45
احساس مسولیت	0/48	0/2	0/22	2/26	0/525	0/060	1/79

با مرور جدول 3 ملاحظه می‌شود که ضرایب معادله بر اساس نمرات خام و نمرات استاندارد، از لحاظ آماری معنادار بوده و دارای قدرت پیش‌بینی سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت نیروهای نظامی می‌باشد ($p < 0/55$). بر این اساس، معادله پیش‌بینی سبک زندگی بر اساس نمرات خام به این شرح است:

احساس مسئولیت $0/48 +$ ، درجه نظامی $3 -$ ، موافق بودن $-1/52 -$ ، سابقه شغلی $1/66 +$ ، $211/55 =$ سبک زندگی

بحث و نتیجه گیری

این مطالعه با هدف ارزیابی رابطه سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیتی و پیش‌بینی سبک زندگی براساس عوامل شخصیتی در یک واحد نظامی انجام شد. نتایج نهایی این مطالعه نشان داد با بالا رفتن

از سوی دیگر، ضرایب تورم واریانس کمتر از $1/79$ حاکی از نبود رابطه هم خطی قوی بین مجموع

سن، سابقه خدمت و درجه نظامی، نمرات سبک زندگی کاهش، در حالی که سبک زندگی بهتر با گرایش به برون‌گرایی و تقوا ارتقاء می‌یابد. همچنین، این نتایج نشان داد که به ترتیب چهار مولفه سابقه خدمت، ویژگی شخصیتی موافق بودن، احساس مسئولیت و درجه نظامی در مجموع 13/6 درصد از سبک زندگی را در نیروهای نظامی تبیین می‌کند.

این نتایج با مطالعات قبلی نظیر ناکایاما و همکاران (2002)؛ فاضل و همکاران (1390)؛ صمیمی و همکاران (1385) و ادیب زاده (1389) همخوانی دارد. این مطالعات به طور مستقیم و یا تلویحی بر نقش برخی ویژگی‌های شخصیتی به ویژه موافق بودن و ویژگی‌های فردی نظیر سن و شغل بر سبک زندگی اشاره داشته‌اند.

اولین ویژگی موثر بر سبک زندگی، سابقه شغلی بود. علاوه بر آن درجه نظامی هم قدرت پیش‌بینی سبک زندگی را دارا می‌باشد. نکته اینکه این دو متغیر فردی رابطه‌ای معنادار با سبک زندگی داشتند به گونه‌ای که افزایش آنان با کاهش سطح و نمره کلی سبک زندگی همراه بود. این امر نشانگر آن است که ماهیت مشاغل نظامی اگرچه دارای خصائل مطلوب و موثری بر فرد است که می‌تواند حتی به بهبود سبک زندگی در این نیروها منجر شود، ولی با بیشتر شدن سابقه شغلی و به تبع آن افزایش درجه نظامی، این اثر گذاری معکوس می‌شود؛ در مشاغل نظامی، نظم و ترتیب و رعایت جایگاه حرف اول را می‌زند و مسئولیت و وظیفه‌شناسی هم می‌تواند از حیثه شغل به کلیت زندگی افراد تسری یابد. اما به نظر می‌رسد با بالا رفتن سابقه فعالیت نظامی، سطوح بیشتر استرس‌های دریافتی در این حیثه وظایف سنگین و پرمخاطره در مشاغل نظامی موجب اثرگذاری منفی بر سبک زندگی

می‌گردد. شاید در طول دوران صلح که دیگر خبری از جنگ و مقابله با دشمن نیست و نیروها مستقیماً درگیر آسیب‌های ناشی از جنگ نیستند هم مسائلی همچون مانورهای متعدد، مشغله‌های تربیت نیروهای نظامی جدید، چالش‌های شغلی در فرایند ارتقاء درجه و درونی یا پایدار شدن برخی ویژگی‌های شغلی منفی در افراد نظامی - همچون اقتدار گرایی، انعطاف ناپذیری و مواجهه مداوم با استرس - موجب اثرگذاری منفی بر سبک زندگی در نیروهای نظامی شود.

علاوه بر این، نقش مثبت و موثر دو ویژگی شخصیتی موافق بودن و وجدان گرایی در سبک زندگی نیروهای نظامی، بیانگر آن است که دو عامل شخصیتی هم نقش موثری در سبک زندگی نیروهای نظامی ایفا می‌کنند به گونه‌ای که توافق و وجدان گرایی بیشتر با بهبود سبک زندگی همراه است و می‌تواند اثری مثبت بر سبک زندگی نیروهای نظامی داشته باشد. شاید همانطور که اشاره شد، خاصیت امور نظامی گری که وجدان گرایی و وظیفه‌شناسی است، بر کلیت و ساختار زندگی فرد هم اثر مثبت گذاشته و باعث بهبود سبک کلی زندگی وی در ابعاد عمل و عاطفه و باور گردد. بر این اساس، باید بر این نکته هم به طور خاص تمرکز کرد که آیا گرایش به موافق بودن و مسئولیت‌پذیری موجب روی آوردن به مشاغل نظامی می‌گردد و یا اینکه درگیر شدن در مشاغل نظامی، موجب تثبیت ویژگی‌هایی چون موافق بودن و مسئولیت‌پذیری در فرد می‌شود؟

این مطالعه علیرغم اینکه خصائص شخصیتی و هم ویژگی‌های مدیریتی و دینی اخلاقی را در نیروهای نظامی بررسی می‌کرد دارای محدودیت‌هایی نیز بود. از جمله این که تنها نقش ویژگی‌های شخصیتی را در سبک زندگی نیروهای نظامی مورد بررسی قرار داد و

کارشناسی ارشد روان شناسی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات پردیس دانشکده علوم انسانی و اجتماعی. 2- استاگی زهرا، اکبرزاده رویا، تدین فر موسی الرضا، رهنما فاطمه، زردشت رقیه، نجار لادن (1386). ارزیابی سبک زندگی مردم سبزوار، مجله دانشکده پزشکی، 13، (3): 134-139.

3- پالانت، چولی، (1389)، تحلیل داده های علوم رفتاری برنامه SPSS، ترجمه اکبررضایی، تبریز: انتشارات فروزش. 4- سنائی نسب هرمز، رشیدی جهان حجت، توکلی حمید. (1392). آموزه های دینی و سبک زندگی سالم در نیروهای نظامی؛ سبک زندگی اسلامی بر محوریت سلامت، (2): 1-9-13.

5- سلامی، حسین (1389) فرماندهی و رهبری نظامی. مرکز امامت سپاه پاسداران انقلاب اسلامی. تهران: مرکز چاپ سپاه. 1389 چاپ اول.

6- صمیمی، رقیه؛ مسروررودسری، دریادخت؛ حسینی، فاطمه؛ و تمدن فر، مهرآسا (1385). ارتباط سبک زندگی با سلامت عمومی دانشجویان. فصلنامه پرستاری ایران، 48، 83-93.

7- علیخانی، مریم (1385). رابطه بین هویت دینی و سلامت روان در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی، مطالعات روان شناختی، 2، (1 و 2): 89-102.

8- فاضل، امین الله؛ حق شناس، حسن و کشاورز، زهرا (1390) «پیش بینی ویژگی های شخصیتی و سبک زندگی بر رضایتمندی زوجی زنان پرستار شهر شیراز». فصلنامه علمی - پژوهشی جامعه شناسی زنان، سال دوم، شماره 1 سوم، پاییز 1390، 139-164.

9- فتحی آشتیانی علی و جعفری کندوان علی (1390)، مقایسه سبک زندگی، کیفیت زندگی و سلامت روان کارکنان دو دانشگاه با وابستگی نظامی و غیر نظامی در سال 1387، مجله طب نظامی، دوره 13، شماره 1، بهار 90، صفحات 17-24.

10- فتحی آشتیانی، ع. داستانی، م. (1389) آزمون های روان شناختی: ارزشیابی شخصیت و سلامت روان. تهران: انتشارات بعثت. 1389 چاپ سوم.

11- قمری، محمد (1389). بررسی رابطه دین داری و میزان شادمانی، در بین دانشجویان به تفکیک جنسیت و

عوامل روانی اجتماعی دیگر را مورد توجه قرار نداده است. علاوه بر این به بررسی مقایسه ای نقش ویژگی های شخصیتی در سبک زندگی مشاغل نظامی با سایر مشاغل غیر نظامی پرداخته است.

نتایج نهایی این مطالعه بیانگر آن است که در نیروهای نظامی ویژگی های شخصیتی، سابقه خدمت و درجه نظامی نقش قابل توجهی در شکل گیری سبک زندگی ایفا می کند. اما نکته مهم این است که ویژگی های شخصیتی نقش مثبت و سابقه خدمت و درجه نظامی نقش منفی در این زمینه ایفا می کنند؛ این موضوع می تواند متاثر از افزایش استرس های ناشی از ارتقای درجه و افزایش مسئولیت باشد. لذا توجه ویژه به سبک زندگی نیروهای نظامی دارای سابقه خدمت بیشتر و درجه نظامی بالاتر، ضروری است. پیشنهاد می شود محققان علاوه بر ویژگی های شخصیتی، نقش و سهم سایر مولفه های روانی و اجتماعی را در تبیین سبک زندگی نیروهای نظامی مورد ارزیابی قرار دهند. همچنین به مقایسه نقش شخصیت در سبک زندگی نیروهای نظامی و غیر نظامی پرداخته شود.

پی نوشت

- 1- Plaker
- 2- Fuchino, Mizoue & Tokui
- 3- Edmonds
- 4- Nakayama, Yamaguchi, Maruyama & Morimoto
- 5- Stephan
- 6- Lovering
- 7- Inventory for Personality Traits in Military Forces (IPTMF)
- 8- Health Prompting Lifestyle Profile-II
- 9- Lee & Look
- 10- Dubois

منابع

1- ادیب زاده شهرزاد، (1389). بررسی رابطه تیپ های شخصیتی A و B با سبک زندگی در دانشجویان. پایان نامه

- related lifestyle and mental health among inhabitants of a city in Japan. *Nippon-Koshu-Eisei-Zasshi*, 50, 303-13.
- 23- Lee, R., & Look, Y. (2005). Health-promoting behaviors and psychosocial well-being of university students in Hong Kong. *Public Health Nursing*, 22 (3), 209 – 220.
- 24- Loring, M. E.; Heaton, K. J.; Banderet, L. E.; Neises, K. ; Andrews, J. & Cohen, B. S. (2015). Psychological and physical characteristics of U.S. Marine recruits. *Military Psychology*, 27(5): 261-275.
- 25- Martin, Fredrick Billy (2011). the relationship of personality preferences and type to health promoting behaviors, alcohol use, and cigarette smoking, Doctoral Dissertations Graduate School in University of Kentucky UKnowledge University of Kentucky.
- 26- Nakayama, Yamaguchi, Maruyama & Morimoto, (2002). lifestyle in electronic officers in a Japanese industry.
- 27- Plasker, E (2007). The 100-Year lifestyle. Adams Media, an F. W. publications company. U.S.A.
- 28- Stephen R. McDaniel (2001), "An Examination of Demographic, Lifestyle and Personality Influences on Consumer Preferences For Participating in Promotional Games", in *NA - Advances in Consumer Research*, 28: 19-31.
- 29- World Health Organization (1998). Health promotion glossary Geneva, Switzerland: World Health Organization.
- وضعیت تاهل، مجله روان شناسی دین دوره دوم، شماره سوم، پاییز 1389، 75-91.
- 12- کریمی، یوسف (1387). روان شناسی شخصیت، انتشارات دانشگاه پیام نور.
- 13- کجباف، محمد باقر؛ سجادیان، پریناز؛ کاویانی، محمد؛ انوری، حسن (1390). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان، روانشناسی دین، سال چهارم، شماره چهارم، زمستان 1390، ص 61-74.
- 14- مومنی، منصور، (1390). تحلیل داده ها با نرم افزار SPSS، تهران، انتشارات فراروان.
- 15- منصورفر، کریم، (1385)، روش های پیشرفته آماری همراه با برنامه های کامپیوتری، تهران انتشارات دانشگاه تهران.
- 16- میرزایی، غلامرضا، (1392)، طراحی، ساخت و هنجاریابی ابزار سنجش ویژگی های شخصیتی در کارکنان سپاه. رساله دکتری روان شناسی نظامی دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)، مرکز تحقیقات علوم رفتاری.
- 17- نصرتی، شیما و ذوالفقاری، ابوالفضل (1391). بررسی تأثیر میزان دینداری بر سبک زندگی جوانان تهران. فصلنامه پژوهش اجتماعی، سال چهارم، شماره چهاردهم، بهار 1391. صفحات 101 تا 117.
- 18- ناصری، غلامرضا، عبدالله، شفیع آبادی، (1389)، نظریه های مشاوره و روان درمانی، تهران، انتشارات،
- 19- Bogg, T. & Roberts, B. W., (2004). A 30-year longitudinal study of the relationships - related between conscientiousness traits, and the family structure and health -behavior factors that affect health. *Journal of Personality*, 72, 325-354.
- 20- Dubois, E. J. (2006). Assessment of health-promoting factors in college students' lifestyles. A doctoral dissertation. Alabama: Auburn University.
- 21- Edmonds G. W. (2011). Personality and the healthy lifestyle as predictors of physical health: can the healthy lifestyle be explained? PhD dissertation of Philosophy in Psychology, University of Illinois at Urbana-Champaign: Graduate College
- 22- Fuchino, Y. Mizoue, T. Tokui, N. Ide, R. Fujino, Y. Yoshimura, T (2003). *Health-4*