استرس در خلبانان نظامی: بررسی شیوع علائم اختلالات روان شناختی و فرسودگی شغلی در خلبانان

اجرای پاسایی*، خدادخش احمدی**، و علیرضا کویوند***

آدرس مکانی: * مرکز پزشکی نیروی هوایی سپاه - ** دانشگاه علوم پزشکی بهـاء - *** مرکز تحقیقات علوم رفتاری و ** مرکز پزشکی نیسا - گروه روانشناسی - تهران - ایران

خلاصه

این تحقیق با هدف شناسایی اختلالات روایی، شایع و میزان فرسودگی شغلی در بین خلبانان با انتخاب تصادفی تعداد 254 نفر از خلبانان نظامی انجام گرفته است. برای گروه آزمایشی ادراکات آزمون ۹۰ (SCL) و آزمون فرسودگی شغلی استفاده گردید. ادراکات به‌دست آمده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی، همبستگی همبونیک، انحراف انتصادار و ضریب همبستگی مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. نتایج حاصل از تحقیق نشان داد، شایعی کلی شاد علائم علائم در بین خلبانان سایر بررسی بیشتر از گروه مورد بررسی بود. در این گروه بین ۵ حق ۵/۸٪ از افراد دارای علائم اختلالات روایی هستند. شیوع علایمی از اختلالات پارانویا، شکایات جسمی، ادراکات و خیال‌پردازی به‌صورت جسمی از سایر اختلالات است. از این دیگر مطالعات نشان داد که بین خلبانان شغلی و میزان علائم اختلالات روان شناختی رابطه معنی‌داری وجود دارد. بعضاً همبستگی بین فرسودگی شغلی و اختلالات پارانویا، شکایات جسمی، ادراکات و خیال‌پردازی به‌صورت جسمی از سایر اختلالات بود.

براساس نتایج حاصل، اصلاح و بهبود سیستم گذاری دانشجویان خلبانان و استفاده از ابزارهای متعدد روای شناختی در گزینش و ایجاد برنامه‌های مشاوره‌ای برای کاهش میزان استرس خلبانان و آموزش شیوه‌های مواجه با استرس در خلبانان را پیشنهاد می‌دهد.

واژه‌های کلیدی: اختلال روایی، فرسودگی شغلی، استرس خلبانان

مقدمه

کلمه استرس در علم زیست‌شناسی از زمان چارز دوروین (۱۸۵۹) مورد استفاده قرار گرفته و در مورد هرکدام از رویاهای جسمی، فکری یا شیعه کار رفت انسان. در اواست قرن نوزدهم از ابزارهای مشاهده آمریکا و ایران استرس را خود را به جزوه‌های علم اجتماعی و روای شناسی پیش نمود. و طی چند جنگ دخالت آمریکا بین سال‌های ۵۶ – ۶۵، ۱۸۶۱ بود.
Hans Selye's (1907) adaptation theory outlines three stages of the General Adaptation Syndrome (GAS):

1. **Alarm Reaction**
   - Occurs immediately in response to a new stressor.
   - Triggered by the HPA axis activation.
   - Symptoms include increased heart rate, heightened alertness.

2. **Resistance**
   - This stage lasts for a period of days to weeks.
   - The body tries to adapt to the stressor.
   - Symptoms include muscle tension, fatigue.

3. **Exhaustion**
   - Occurs when the body's resources are depleted.
   - Symptoms include physical and mental collapse, fatigue.

When the stressor persists, the body may experience burnout, characterized by exhaustion and a reduction in performance.
دریلختنایی که در جویی، هواپیمایی، سوارکاری، مانند کافی‌تمای، یا همان‌طور که در آزمون حاکم، کلیه خلیاتانی است که با سازگاری‌هایی که در زمینه مقاومت و واکنش‌های پذیرشگری افزایش می‌یابد.

روش

این پژوهش از نوع توصیفی بوده و جمع‌آوری اطلاعات از اتاق‌های تحقیقات کارشناسی هوانوردی بوده در آزمون فرسودگی و ساختاریش در دانشجویان. این اطلاعات شامل مواردی می‌باشد که در آزمون‌های به‌طور کلی به عنوان نمونه‌هایی از دانش‌های روانی انتخاب شده‌اند.

درایه‌های فرسودگی شامل عواملی مانند التهاب، قلبی، روده‌ی و روش‌های مختلف است. این اطلاعات شامل مواردی می‌باشد که در آزمون‌های به‌طور کلی به عنوان نمونه‌هایی از دانش‌های روانی انتخاب شده‌اند.

در این تحقیق دو آزمون برای جمع‌آوری اطلاعات صورت گرفته و استفاده گردید که برابر ابعاد بودند:

1- آزمون ZK (Interpersonal Sensitivity=INT)
2- آزمون #7 (Depression=DEP)

در این تحقیق دو آزمون برای جمع‌آوری اطلاعات صورت گرفته و استفاده گردید که برابر ابعاد بودند:

1- آزمون ZK (Interpersonal Sensitivity=INT)
2- آزمون #7 (Depression=DEP)
تایباد
در پاسخ به این سوال که میزان شبود هر یک از علائم اختلالات، درون-شاخص بین خلبانی جدید است، ملاحظه شد که میزان این شاخص کلی بیماری (Global Severity Index= GSI) برافراشته بوده و بالاتر از (50 درصد) می باشد. این میزان در بخش بالاتر از 35 درصد قرار دارد. برافراشته در میزان شاخص کلی بیماری با نشان می دهد که درصدی از نمونه های مورد بررسی در قرن علائم اختلالات درونی هستند و شاخص کلی بیماری در بین جامعه امروزی بیشتر از قطع به این ترتیب و طبق جدول 1 ملاحظه شده که علائم اختلالات پارانویک تیزی که از سایر اختلالات در بین جامعه امروزی مورد پژوهش شبود دارد و میزان آن حدود 14 درصد است.

جدول 2- میزان شبود علائم فرسودگی شغلی در بین خلبانی

<table>
<thead>
<tr>
<th>مرحله</th>
<th>فرسودگی کننده</th>
<th>درصد</th>
<th>فرسودگی نبی‌کننده</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>میزان 90 SCL</td>
<td>30</td>
<td>20</td>
<td>20</td>
<td>10</td>
</tr>
</tbody>
</table>

و درصد از این بررسی در بین این نمونه‌ها فاقد کاروانی است. تجهیز و تحلیل آماری داده‌ها در زمینه‌ای ارتباط بین میزان شبود علائم اختلالات درونی در میزان فرسودگی شغلی در بین خلبانی مورد بررسی نشان داد، گیش و بسیاری‌ها بالایی با آزمون اضافی شغلی همین‌گونه وجود دارد.
برای اینکه ملاحظه شد که میزان فرسودگی شغلی چاپ علایم اختلال پارانویک (55 درصد)، شکایت‌های خشمگین (20 درصد) دارد و حساسیت در رابطه بین فردی (25 درصد) به ترتیب معنی‌داری وجود دارد. از سوی دیگر ملاحظه شد که بین اختلالات فردی و سویا و گرایشات درون‌پریشی و فرسودگی شغلی رابطه هم‌بسته معنی‌داری وجود ندارد (جدول 3).

نتایج حاصل در خصوص سنجش میزان شبود
فسودگی ناشی از کار (فرسودگی شغلی) و همچنین میزان شبود امادگی ابتلا به آن بین خلبانی مورد آزمایش نشان داده که درصد از خلبانی مورد بررسی دچار فرسودگی شغلی شدید (نموده بالاتر 100 درصد) و 30 درصد در معرض ابتلا به فرسودگی شغلی (نموده بالاتر 70 درصد) و حداکثر حدود 66 درصد از آنها میزان تشخیص پریشی، حساسیت بین فردی و اضطراب (هر یک با 68 درصد)، بیشترین شاخص جسمانی، و وسائع (هر یک با 67 درصد)
بررسی میزان شبیه علاج اختلالات رونا-شناختی و فرسودگی شغلی

جدول ۳ - میزان رابطه همبستگی بین فرسودگی شغلی و علائم اختلالات روان-شناختی

<table>
<thead>
<tr>
<th>نوع اختلالات روان-شناختی</th>
<th>سطح میانگین</th>
<th>شاخص‌های نرمالیتی</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>راپرتابه</td>
<td>0.75</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>شکافت همبستگی</td>
<td>0.65</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>اضطراب</td>
<td>0.55</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>افسردگی</td>
<td>0.45</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>حساسیت در رابطه بین فردی</td>
<td>0.35</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>فنی</td>
<td>0.25</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>وسیع</td>
<td>0.15</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
<tr>
<td>وسیع‌تر</td>
<td>0.05</td>
<td>رابطه معناداری</td>
</tr>
</tbody>
</table>

بحث

تحقیق حاضر وضعيت روان-خوبان و میزان فرسودگی شغلی در بین آنان را در یک گروه ۲۵ نفری که به طور مداوم رفت‌وآمد در ۸۳ درصد با اشاره‌های گرفتار شغلی شغلی بودند نشان داد که با کمک معادل ۳۳ درصد از جمعیت می‌تواند گزارش بیشتری از GSI با نقشه‌هایی از افرادی که به میزان اختلالات کلی شدت بیماری است. به واقعیت عواملی برای سنجش شدت با ضعف وضعیت GSI درون فرد از نظر آسیب‌های روانی به‌وک‌میو. در نتیجه یک کد GSI واقعی، در جمعیت مورد مطالعه حدود ۳۵ درصد بوده و از حد مرز بالاتر است. حکایت از این دارد که جامعه مورد بررسی از انرژی‌ساز روانی دچار رابطه‌های منفی و سایر میزان‌های بالینی مورد ارزیابی است. برای اساس و پیرو بررسی‌های قبلی، مشخص کننده که به‌ترتیب در مقیاس‌های پارانتونی، شکاکتی‌ها، همبستگی‌ها، اضطراب‌ها، اختلال‌های افسردگی، مقیاس‌های افتراقی، ورسی و ترسی برداشته‌ها و جود دارد و میزان شبیه اختلالات در این مقیاس‌ها در بین خبانان حدود ۳ تا ۱۳ درصد است. اختلالات پارانتونی، شکاکتی‌ها، و همبستگی در روابط بین فردی از مقیاس‌های نیوک است که میزان بالینی از شیوع را از بین خبانان دارد. با توجه به این که اختلالات به‌همراه میزان کارخیالان در اثر خطرات و تحولی در انگما وظیفه اصلی ضرورت اصلی اقدامات بیشتری را مطرح می‌نماید. لازم به ذکر است که سوالی با روابط متغیر در احساس حالت در فرد با عدم کلایینی بهبودی در مقایسه با دیگران موضوع می‌شود. درست کم گرفته خود، احساس عدم آرامش و ناراحتی محسوس می‌کنند.

طب نظامی، زمستان (۱۳۸۱، شماره ۴۲)
می‌شود و هم اسرس و در نتیجه فرودگاه‌شیغلی به بروز علائم اختلالات روان‌شناختی کمک می‌کند و در نتیجه یک گردایی از دور باطل برای فرد می‌باشد. می‌شود که هر چه جلوگیری برود بیشتر به غرق شدن نرخی می‌گردد.

در اینجا به یک نمونه از این دور باطل اشاره می‌شود:

استرس زیاد در فرد زمانی رقم می‌شود که فرد مورد حمایت و پشتیبانی از سوی منابع درونی (خود) و منابع بیرونی (اطراف‌ان) قرارگیرد. در غیر این صورت، فرد به‌صورت فرودگاه‌شیغلی سپید می‌کند. بروز علائم اختلالات روان‌شناختی به‌دورال فرودگاه‌شیغلی ناشی از کار باعترب هر یک می‌شود. نتایجی از تحقیق‌های خود را فراموش نکنید. خود را ناجیز و ناپذیر تلقی کنید و در مقابل. حس امکان خود را نسبت به دیگران از دست بدهید و به دیگران به عنوان افراد مظلوم نگاه کنید. در نتیجه روابط خود را با دیگران دچار اختلال نماید. بنا برای فرد با داشتن علائم اختلالات، حمایت‌های درونی و بیرونی که لازم به حل و رفع اسرس و فرودگاه‌شیغلی است را از دست دهد. از دست دادن این حمایت‌های روانی و عاطفی هم موجب افزایش فرودگاه‌شیغلی شدید و هم میزان شدت این علائم اختلالات را پیشتر می‌کند.

در همین صورت این دور باطل با خودش منفی ادامه می‌یابد.

نکته امیدوارکننده این است که با مداخلات مشاوره و روان‌شناختی به راحتی می‌توان این بحران را شکست و مسیر سالمت روانی را برای خلبانان باز کرد. بنا برایه به یک این‌های این تحقیق و مشکلات خلبانان و تیم منفی ناشی از آن بی‌شناسی می‌شود، در انتخاب دانشجویان خلبانی نهایت توجه اعمال شود و در تجزیه آنها حتماً