

عوامل استرس‌زا و متغیرهای مرتبط با آنها در کارکنان نظامی

اسفندیار آزادمرزآبادی* PhD

آدرس مکاتبه: مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج)، تهران، ایران
esfandearazad@yahoo.com

تاریخ اعلام قبولی مقاله: ۸۸/۱۰/۲۰

تاریخ اعلام وصول: ۸۷/۹/۱۸

چکیده

اهداف. استرس از پدیده‌هایی است که میزان یا شدت آن به تناسب محیط و موقعیت‌های مختلف متفاوت است، به طوری که میزان استرس در محیط‌های دارای شرایط کاری دشوار یا آب و هوای نامساعد افزایش پیدا می‌کند. این مطالعه با هدف بررسی و رتبه‌بندی عوامل استرس‌زا و همچنین بررسی میزان همبستگی عوامل استرس‌زا با متغیرهای جمعیت‌شناختی گروهی از کارکنان نظامی انجام شد.

روش‌ها. این مطالعه توصیفی-همبستگی در گروهی از نیروهای نظامی مستقر در یکی از مناطق ایران انجام شد. ۷۶۶ نفر از این نیروها به روش خوشه‌ای مبتنی بر سهم انتخاب شدند. ابزار تحقیق پرسش‌نامه محقق‌ساخته و پرسش‌نامه اطلاعات دموگرافیک بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS 11 و آزمون‌های آماری همبستگی، تحلیل واریانس و شفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها. بین متغیرهای محیطی و جمعیت‌شناختی با استرس رابطه معنی‌دار وجود داشت. در رتبه‌بندی عوامل اصلی استرس‌زا، بالاترین رتبه مربوط به وضعیت درجه حرارت، کمبود پزشکان متخصص و حادث و درمانگاه‌های مناسب بود. رابطه شدت استرس با سن و میزان تحصیلات معنی‌دار نبود، ولی بین سابقه کار و میزان استرس‌های روانی تفاوت معنی‌داری مشاهده شد.

نتیجه‌گیری. متغیرهای محیطی و جمعیت‌شناختی بر میزان استرس کارکنان نظامی موثر است. مشکلات منطقه‌ای یا وابسته به شرایط اقلیمی و جغرافیایی، مهم‌ترین عامل استرس‌زا در کارکنان نظامی هستند.

کلیدواژه‌ها: استرس، کارکنان نظامی، عوامل استرس‌زا

مقدمه

استرس، یکی از مشکلاتی است که بشر، طی قرون متمادی به آن مبتلا بوده است. اما به نظر می‌رسد با پیشرفت تکنولوژی، نه تنها از میزان استرس‌های روانی- اجتماعی کاسته نشده، بلکه بر میزان شدت آن نیز افزوده شده است [۱]. انتشار صدها هزار کتاب و مقاله در زمینه بررسی اثرات استرس و شیوه مقابله و کنترل آن، خسارت‌ها و هزینه‌های اقتصادی ناشی از آن و نیز ارتباط استرس با بسیاری از مسایل بهداشت روان و تاثیر آن در عملکرد افراد، این مساله را تایید می‌کند [۱، ۲، ۳، ۴]. استرس، نوعی واکنش روانی- فیزیولوژیک است که فرد، هنگام عدم برقراری تعادل بین "تقاضاها و نیازهای محیطی" و "توانایی و ظرفیت مواجه شدن با این نیازها" در خود احساس می‌کند [۴]. به عبارت دیگر، استرس، درجه سوخت‌وساز بدن در برابر فشارهای زندگی است [۵، ۶، ۷]. اگرچه زندگی بدون استرس، مساوی با مرگ است و مطالعات نشان می‌دهد که مقدار معینی از استرس، به‌منظور حفظ عملکرد بهینه، مورد نیاز است، اما استرس زیاد می‌تواند هم به سلامت جسمی و روانی فرد، آسیب وارد سازد و هم در عملکرد وی اختلال ایجاد کند [۱، ۲، ۳، ۵]. به‌عبارت دقیق‌تر، استرس متعادل، عملکرد افراد را افزایش می‌دهد، ولی روبه‌رو شدن با استرس زیاد یا دسترسی به منابع ناکافی در مقابله با استرس، می‌تواند موجب احساس تنش و اضطراب در اشخاص شود [۸، ۹، ۱۰].

براساس نتایج پژوهش‌ها، چنانچه استرس‌های فرد، بیش از توانایی‌ها و ظرفیت‌های مقابله با عامل استرس‌زا باشد، می‌تواند در درازمدت، فرد را به سوی انواع اختلالات روانی- فیزیولوژیک سوق دهد [۱، ۳، ۷، ۱۱]. این مساله به‌ویژه در مورد محیط‌های پرتنش و محیط‌هایی که افراد در معرض استرس‌های طولانی قرار دارند، شکل عینی‌تری می‌یابد [۳، ۷]. مطالعات نشان می‌دهد که استرس و فشار روانی در بعضی محیط‌ها و موقعیت‌ها، مانند شرایط کاری دشوار، آب و هوای نامساعد، دوری از خانواده برای مدت طولانی و نیز مواجهه با خطرات جسمی و روانی، افزایش می‌یابد. از جمله این محیط‌ها، می‌توان به محیط‌های نظامی اشاره کرد [۱، ۷، ۱۲] که به‌دلیل حساسیت ویژه و مخاطراتی که در این‌گونه مراکز وجود دارد، زمینه ایجاد استرس و فشار روانی افزایش می‌یابد [۶، ۷، ۱۳]. یکی از شایع‌ترین عوامل استرس‌زا در زندگی افراد، استرس‌هایی است که از محیط کار و شرایط کاری شخص، به وی وارد می‌شود که می‌تواند باعث ایجاد بیماری روانی در کارکنان شده یا روند ایجاد بیماری را تسریع نماید [۷، ۱۱]. وجود تنش و فشار عصبی و استرس شغلی، باعث کاهش سطح هوشیاری و اختلال در عملکرد نیروهای نظامی می‌شود. از طرف دیگر، هنگامی که از فرد انتظار می‌رود چند نقش متعارض با یکدیگر را ایفا کند، فرد دچار تعارض می‌شود که این تعارضات، در بعضی محیط‌ها مانند مراکز نظامی، انتظامی و حرفه‌هایی که کشیک شبانه دارند، بیشتر است [۲]. فارغ از استرس شغلی را در کارکنان ارتش استرالیا با مشکلاتی چون تعارض در نقش، عدم تشویق و ارتقای

شغلی و جایگاه پایین شغلی مرتبط می‌داند و سلیمان‌نژاد نیز بیان می‌کند که همبستگی بین رضایت شغلی و استرس شغلی و وضعیت تحصیلی، از نظر آماری معنی‌دار است [۳، ۵، ۱۴]. طبق نتایج فرنج و کاپلان، افراط در کار و نارسایی کیفی مانند سختی کار، از عوامل ایجاد استرس محسوب می‌شوند [۱]. مطالعات دیویس و رابینسون، نشان می‌دهد که افسردگی‌های افسران پلیس انگلستان، ناشی از کار مفرط است [۱، ۱۵]. تحقیقات در مورد استرس، روی شغل، سازمان و ساختار سازمانی، نقش سازمانی فرد، جریان پیشرفت حرفه‌ای، روابط حرفه‌ای و رویارویی کار و خانواده، متمرکز شده‌اند [۵، ۱۶، ۱۷]. استرس شغلی با هر الگویی که بررسی شود، دارای علایمی است که در قالب علایم روان‌شناختی، جسمانی و رفتاری، ظاهر می‌شود [۵، ۸، ۱۱]. بررسی عوامل استرس‌زا، مقدمه کنترل و مدیریت استرس است. با توجه به نقش استرس، در بهداشت روانی افراد و استرس‌زا بودن مشاغل نظامی، شناخت عوامل ایجادکننده فشار و استرس در کارکنان و نیروهای شاغل در مراکز نظامی، می‌تواند به ارتقای سطح سلامت نیروها در شرایط مختلف، کمک کرده و در عین حال، زمینه ارتقای امنیت کشور را فراهم نماید. این مطالعه با هدف شناخت عوامل موثر بر استرس‌های گروهی از کارکنان نظامی، انجام شد.

روش‌ها

این تحقیق از نوع مطالعات توصیفی- مقطعی است. جامعه مورد مطالعه، گروهی از نیروهای نظامی مستقر در یکی از مناطق ایران بودند که از میان آنان نمونه‌ای به حجم ۷۶۶ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای، مبتنی بر سهم، انتخاب و مورد مطالعه قرار گرفتند. حجم نمونه، با استفاده از جدول محاسبه حجم نمونه کرجسی و مورگان به‌دست آمد.

سعی شد که از هر استان متناسب با سهم نیروها، تعدادی در نمونه مورد مطالعه، حضور داشته باشند. معیارهای ورود در این مطالعه، داشتن حداقل یک سال سابقه اشتغال در منطقه، نداشتن بیماری جسمی و داشتن عضویت رسمی و معیارهای خروج از مطالعه، سابقه ابتلا به بیماری‌های روانی، سابقه کمتر از یک سال، داشتن بیماری مزمن یا صعب‌العلاج و عضویت قراردادی و سایر انواع عضویت (بیمانی و روزمزد و غیره) بود.

ابزار تحقیق، پرسش‌نامه عوامل استرس‌زا (مشکل از دو بخش مشخصات فردی و عوامل استرس‌زا) شامل ۳۵ سؤال بود. با توجه به ویژگی‌های فرهنگی، اجتماعی و سازمانی جامعه، عوامل استرس‌زا در ۶ گروه (عوامل مربوط به منطقه محل اشتغال، عوامل اجتماعی، شغلی، شخصی، خانوادگی و عوامل مربوط به نظامی‌گری) مورد بررسی قرار گرفتند. این پرسش‌نامه، پس از مطالعه ابزارهای مشابه و با نظرات کارشناسان و متخصصان روان‌شناسی تهیه و روایی آن مورد تایید تعدادی از اساتید و کارشناسان روان‌شناسی و روان‌پزشکی قرار گرفت. به‌منظور محاسبه اعتبار پرسش‌نامه، ضریب آلفای کرونباخ آن

در رتبه بعدی، افراد دارای سابقه کار ۱۰ تا ۱۴ سال به خود اختصاص دادند، در حالی که افراد دارای سابقه کار کمتر از ۵ سال، کمترین میزان استرس را در بین گروه‌های چهارگانه به دست آوردند. به عبارت دیگر، با افزایش سابقه کار، استرس‌های کارکنان نیز بیشتر شد. همچنین از نظر میزان و شدت استرس، مشکلات خانوادگی در بین کارکنان با سابقه کار زیر ۵ سال، بسیار کمتر از سایر گروه‌ها بود (جدول ۲).

جدول ۳) رتبه‌بندی عوامل اصلی استرس به تفکیک میزان تحصیلات پرسنل

عوامل ← ↓ میزان تحصیلات	منطقه‌ای	اجتماعی	شغلی	شخصی	خانوادگی	نظامی گری	میانگین شدت
ابتدایی	۱/۹۶	۱/۱۵	۱/۴۲	۱/۴۰	۱/۳۸	۱/۰۸	۱/۴۶
راهنمایی	۱/۸۶	۱/۴۷	۱/۵۱	۱/۲۶	۱/۰۶	۱/۰۶	۱/۳۷
دیپستان	۱/۹۳	۱/۶۷	۱/۴۹	۱/۳۲	۱/۱۰	۱/۰۲	۱/۴۲
دیپلم	۲/۱۰	۱/۸۸	۱/۵۳	۱/۳۴	۱/۱۶	۱/۱۸	۱/۵۳
فوق دیپلم	۱/۹۵	۱/۷۵	۱/۵۲	۱/۲۶	۱/۰۹	۱/۲۳	۱/۴۷
لیسانس	۲/۰۷	۱/۸۴	۱/۴۶	۱/۱۸	۱/۰۳	۱/۱۲	۱/۴۵
بالتر از لیسانس	۲/۱۵	۱/۸۳	۱/۶۷	۱/۶۰	۱/۰۶	۱/۴۸	۱/۶۳
حوزوی	۱/۳۸	۱/۱۷	۱/۲۵	۱/۲۳	۰/۹۵	۰/۴۳	۱/۰۷

از نظر میزان تحصیلات، رتبه مشکلات خانوادگی در بین افراد دارای تحصیلات ابتدایی، راهنمایی و دیپستانی، بالاتر از رتبه مشکلات نظامی بود، در حالی که در بین افراد دارای تحصیلات بالای دیپلم، رتبه مشکلات نظامی، بالاتر از رتبه مشکلات خانوادگی بود. همچنین رتبه مشکلات منطقه‌ای، در میان کارکنانی که دارای تحصیلات لیسانس و بالاتر بودند، بالاتر از سایر مقاطع تحصیلی بود و پس از آن کارکنان دیپلم و سپس افراد دارای تحصیلات لیسانس، قرار گرفتند (جدول ۳).

جدول ۴) رتبه‌بندی عوامل استرس به تفکیک وضعیت تاهل

عوامل ← ↓ وضع تاهل	منطقه‌ای	اجتماعی	شغلی	شخصی	خانوادگی	نظامی گری	میانگین شدت
مجرد	۱/۸۴	۱/۴۲	۱/۵۷	۱/۲۱	۰/۹۴	۱/۰۱	۱/۳۳
متاهل	۱/۹۷	۱/۷۲	۱/۴۹	۱/۳۱	۱/۱۴	۱/۰۹	۱/۴۵
دارای دو همسر	۱/۹۳	۱/۷۶	۱/۴۵	۱/۳۱	۱/۳۹	۱/۲۹	۱/۵۲

بر اساس وضعیت تاهل، در بین افرادی که دارای دو همسر بودند، مشکلات خانوادگی بیشتر از مشکلات شخصی بود و در مجموع کارکنان دارای دو همسر، استرس بیشتری نسبت به سایر گروه‌ها داشتند. همچنین کارکنان مجرد دارای کمترین استرس بودند (جدول ۴). برای مقایسه میزان معنی‌دار بودن شدت استرس، بر حسب سابقه

۰/۹۲ و در حد مطلوب به دست آمد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS 11 و آزمون‌های آماری همبستگی، تحلیل واریانس و شفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج

بالاترین رتبه در بین عوامل ایجادکننده استرس مربوط به رطوبت بیش از حد هوا، کمبود پزشکان متخصص و حاذق و درمانگاه‌های مناسب، فقدان تفریحات و سرگرمی‌های کافی برای خانواده، کمبود حقوق و مزایا، کمبود امکانات در محیط کار، کمبود امکانات آموزشی و پرورشی مناسب بود. در حالی که عواملی چون حساسیت بیش از اندازه، مشکل با مافوق، عدم موفقیت در شغل، عدم رضایت از شغل در رتبه‌های پایین‌تر قرار داشتند.

به جز گروه سنی ۳۰-۳۴ سال که مشکلات نظامی گری آنها در رتبه ۵ و بالاتر از مشکلات خانوادگی بود، در بقیه گروه‌های سنی، مشکلات نظامی گری در آخرین رتبه قرار داشت. در سایر موارد، ترتیب رتبه‌ای مشکلات به صورت منطقه‌ای، اجتماعی، شغلی، شخصی، خانوادگی و نظامی گری بود. در مجموع بیشترین میزان استرس را گروه سنی ۴۵ سال به بالا نشان داد (جدول ۱).

جدول ۱) رتبه‌بندی عوامل اصلی استرس به تفکیک گروه‌های سنی کارکنان

عوامل ← ↓ گروه‌های سنی (سال)	منطقه‌ای	اجتماعی	شغلی	شخصی	خانوادگی	نظامی گری	میانگین شدت
۲۰-۲۴	۱/۸۷	۱/۴۶	۱/۵۰	۱/۱۸	۰/۹۹	۰/۹۷	۱/۳۳
۲۵-۲۹	۱/۹۷	۱/۷۱	۱/۵۶	۱/۳۰	۱/۰۹	۱/۰۹	۱/۴۵
۳۰-۳۴	۲	۱/۷۴	۱/۴۶	۱/۳۵	۱/۱۶	۱/۱۵	۱/۴۸
۳۵-۳۹	۱/۹۲	۱/۲۹	۱/۴۶	۱/۳۷	۱/۲۱	۱/۱۴	۱/۴۸
۴۰-۴۴	۱/۸۱	۱/۷۸	۱/۳۹	۱/۲۸	۱/۰۹	۰/۹۱	۱/۳۸
بالای ۴۵	۲/۲۱	۱/۴۷	۱/۵۴	۱/۳۶	۱/۳۵	۱/۱۴	۱/۵۱

جدول ۲) رتبه‌بندی عوامل اصلی استرس به تفکیک سابقه کار

عوامل ← ↓ سابقه کار (سال)	منطقه‌ای	اجتماعی	شغلی	شخصی	خانوادگی	نظامی گری	میانگین شدت
زیر ۵	۱/۷۵	۱/۳۶	۱/۱۷	۰/۹۴	۰/۸۹	۱/۲۶	۱/۲۲
۵ تا ۹	۲/۹۹	۱/۶۸	۱/۵۸	۱/۳۰	۱/۱۱	۱/۱۰	۱/۲۶
۱۰ تا ۱۴	۲/۱۰	۱/۷۵	۱/۵۳	۱/۳۱	۱/۱۸	۱/۲۰	۱/۴۶
۱۵ و بالاتر	۱/۹۱	۱/۸۳	۱/۴۵	۱/۳۸	۱/۱۳	۱/۱۶	۱/۴۸

بالاترین میزان استرس را افراد دارای سابقه کار ۱۵ سال و بالاتر و نیز

کار کارکنان، از روش تحلیل واریانس بهره گرفته شد. بر این اساس، بین میانگین گروه‌ها در سطح ۰/۰۵ تفاوت معنی‌داری وجود داشت (جدول ۵).

جدول ۵) رابطه شدت استرس و سابقه کار

آماره ←	تعداد نمونه	میانگین شدت استرس	انحراف استاندارد	سطح معنی‌داری
زیر ۵	۱۸۲	۱/۲۲	۰/۵۷	>۰/۰۰۰۴
۵ تا ۹	۲۱۷	۱/۴۱	۰/۵۹	
۱۰ تا ۱۴	۱۵۶	۱/۴۶	۰/۵۷	
۱۵ و بالاتر	۱۷۳	۱/۴۲	۰/۵۹	

همچنین آزمون شفه نشان داد که این تفاوت بین گروه کمتر از ۵ سال با سایر گروه‌ها معنی‌دار بوده است. همچنین بین میزان سابقه کارکنان و میزان استرس‌های روانی آنها، تفاوت معنی‌داری وجود داشت. معنی‌دار بودن این مقایسه‌ها نشان داد که متغیر سابقه کار در میزان استرس‌های روانی کارکنان، موثر بوده است. بر این اساس، ملاحظه شد که در بین گروه‌های مختلف از نظر سابقه شغلی، کارکنانی که سابقه آنها زیر ۵ سال است، به‌طور معنی‌داری نسبت به سایر کارکنان، دارای کمترین میزان استرس‌های روانی بودند. بین گروه‌های مختلف تحصیلی در شدت استرس، تفاوت معنی‌داری وجود نداشت.

بحث

در زمینه نقش عوامل اقتصادی در ایجاد استرس، نتایج به‌دست آمده از این تحقیق، تا حدودی مشابه تحقیقی است که روی استرس‌های افراد بزرگسال شهر اصفهان صورت گرفته است. در تحقیق مذکور مشخص شد که از نظر جمعیت بزرگسال شهر اصفهان، استرس‌زاهای اقتصادی، بالاترین استرس‌زاهای هستند و بیشترین شدت را نیز به خود اختصاص داده‌اند [۶، ۱۸]. در این تحقیق نیز یکی از مهم‌ترین مشکلات افراد نمونه مورد بررسی، کمبود حقوق و مزایا، ضعف در وضعیت اقتصادی و مالی خانواده، مشکلات مربوط به هزینه‌های درمانی و مسکن بوده است که همه عوامل ذکر شده در محور اقتصاد قرار می‌گیرند [۶]. در تحقیق دیگری که توسط محققین خارجی با هدف مقایسه خانواده‌های نظامی و غیرنظامی صورت گرفته است، نتایج، گویای آن است که بدهد رفتاری با کودکان، در خانواده‌های نظامی به مراتب کمتر از خانواده‌های غیرنظامی است و مشکلات مالی ممکن است موجب افزایش استرس در خانواده‌ها شده و همین امر، میزان ریسک‌پذیری مقوله بدهد رفتاری با کودکان را افزایش می‌دهد [۱۸]. در تحقیق انجام شده روی جمعیت عمومی یکی از شهرها، مشخص شد که مشکلاتی چون بیماری و بستری شدن یکی از اعضای خانواده، تولد فرزند، مرگ یک دوست نزدیک و مشکلات مالی در حد

متوسط، رتبه‌های بالاتری را به‌عنوان عوامل استرس‌زا به‌دست آورده‌اند که تا حدود زیادی با عوامل استرس‌زا در این تحقیق شباهت دارد. هرچند بعضی از عوامل مانند محیط جغرافیایی و یا محیط فیزیکی دارای تفاوت‌هایی با هم هستند [۱۹]. همچنین تحقیقاتی به‌وسیله کوپر و اسلن در سال ۱۹۸۵ با هدف شناخت منابع حرفه‌ای و خانوادگی استرس‌زا در خلبان‌ها انجام شده است که هر دو تحقیق به بررسی عواملی مانند رویدادهای زندگی شخص، تولد، ازدواج، مرگ پرداخته‌اند و همین‌طور در مقاله‌ای که با هدف زمینه‌یابی عوامل خستگی خلبانان صورت گرفته است، مهم‌ترین عوامل خستگی را استرس‌های مربوط به محیط‌های عملیاتی و آموزشی بیان داشته‌اند [۱، ۷]. در تحقیق رابین‌هارد روی خلبانان مشخص شد، خلبانانی بیشتر دچار سانحه می‌شوند که در زندگی شخصی و اجتماعی و خانوادگی خود اشتباهات و شکست‌های بیشتری دارند [۱، ۱۴]. همین‌طور در مطالعه انجام شده روی کارکنان نظامی آمریکایی چنین گزارش شده است که یک چهارم نمونه مورد مطالعه، از استرس‌های مربوط به شغل رنج می‌برند. این نتیجه، مشابه با نتایج به‌دست آمده در این تحقیق است. همچنین هر دو نشان می‌دهند که مهم‌ترین عامل ایجاد استرس، محیط کار و شرایط نامناسب آن بوده است. در بخشی از نتایج تحقیق حاضر، مشاهده می‌شود که بعضی از عوامل مربوط به منطقه مانند شرایط اقلیمی از جمله گرمای شدید، رطوبت بیش از حد هوا، دوری از محل سکونت و فاصله زیاد از مراکز اقتصادی و فرهنگی، عدم دسترسی به خدمات درمانی مناسب و نیز فقدان دسترسی به مراکز شهری، از جمله مهم‌ترین عوامل ایجاد استرس در نیروها بوده‌اند [۱۲]. توجه به تحقیقات انجام شده در سال‌های اخیر، نشان از تفاوت‌هایی، بین نتایج تحقیقات فوق‌الذکر و تحقیق حاضر دارد که می‌توان دلیل آن را متفاوت بودن شرایط محیط و محل زندگی و تا حدودی شرایط شغلی نمونه مورد بررسی دانست. از دیگر استرس‌های زندگی، استرس‌های مرتبط با فرهنگ محیط یا جامعه‌ای است که افراد در آن زندگی می‌کنند، که در این تحقیق، به آن اشاره شده است. لذا اهمیت نقش فرهنگ، در تعریف و بیان مشکلات بهداشت روانی مورد توجه قرار می‌گیرد، همان‌گونه که رشد آگاهی درباره این موضوع در سندروم مرز فرهنگی روشن شده است. کما این‌که به‌علت تغییراتی که افراد غیربومی در منطقه با آن روبه‌رو می‌شوند، می‌توان به استرس‌های فرهنگی نیز در بین آنان اشاره کرد [۱۰]. به‌عنوان مثال، در مقاله بررسی نقش استرس‌های فرهنگی در بهداشت روانی دانشجویان در سال ۱۳۸۳، شایع‌ترین مشکلات استرس‌زای دانشجویان، مشکلات مربوط به دوری از خانواده، دوری از دوستان و بستگان، مشکلات ناشی از تغییر در نوع غذا و پوشاک، وضعیت مالی، دفاع از عقاید شخصی، زبان، به هم خوردن نظم خواب و خوراک، استانداردهای زندگی، تغییر در شیوه زندگی و غیره ذکر شده است که در بعضی موارد بین این تحقیقات مشابهت‌هایی دیده می‌شود، مانند دوری از خانواده و محل زندگی، دوری از دوستان و

3- Julia W, Lorie T, Edward MV. Strategies for managing stress after war. New York: John Wiley and Sons; 2008.

4- Rentz ED, Marshall SW, Martin SL, Gibbs DA, Casteel C, Loomis D. Occurrence of maltreatment in active duty military and nonmilitary families in the state of Texas. *Mil Med.* 2008;173(6):515-22.

۵- ساعتچی محمود. روان‌شناسی بهره‌وری. تهران: موسسه نشر ویرایش؛ ۱۳۷۶.

6- Farrel KT. Work related stress in army store man Australian army. *Psychol Corps.* 1990;3(2):12-9.

7- Rhodes JE, Smith BJ. Combat stress. *Marine Corps.* 2000;7:4-16.

8- Brian LS. Managing stress: Principles and strategies for health and wellbeing. 3rd ed. United States: Jones and Bartlett Publication; 2002.

9- Dyole EC. Work and organizational psychology. Routledge: Psychology Press; 1997.

10- Ward C, Bochner S, Farnham A. The psychology of culture shock. 2nd ed. London: Routledge; 2001.

11- Cran J. Thriving on stress, Rutledge Clenys, 1992 coping with crisis. Leicester: British Psychological Society; 1993.

12- Pflanz S, Sonnek S. Work stress in the military: Prevalence, causes and relationship to emotional health. *Mil Med.* 2002;167(11):877-82.

13- Julia W, Lorie T, Edward MV. Clinicians guide to treating stress after war. New York: John Wiley and Sons; 2008.

۱۴- سلیمانزاد حمیرا. بررسی رابطه‌ی استرس حرفه‌ای رضایت شغلی در کارکنان سازمان‌های دولتی شهر ایلام. *مجله دانشگاه علوم پزشکی ایلام.* ۱۳۸۳؛ ۱۲(۴۵): ۳۴-۹.

۱۵- آزادمرزآبادی اسفندیار. بررسی ارتباط بین استرس‌های شغلی و رضایتمندی شغلی کارکنان. *مجله علوم رفتاری.* ۱۳۸۶؛ ۱۳(۲): ۳۱-۱۲۱.

16- Dyole CE. Work and organizational psychology: An introduction with attitude. Philadelphia: Taylor and Francis Group; 2003.

۱۷- راس مایر. استرس شغلی. خواجه‌پور غلامرضا، مترجم. تهران: انتشارات سازمان مدیریت صنعتی؛ ۱۳۷۷.

۱۸- عطاری عباس. بررسی وقایع استرس‌زا و پیامدهای آن در افراد بزرگسال شهر اصفهان طی پنج سال گذشته [طرح تحقیقاتی]. اصفهان: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان؛ ۱۳۷۶.

19- Azad Marzabadi A, Tarkhorani H. Ranking of stress in military personnel in Persian Gulf. *J Appl Sci.* 2007;7(22):3552-6.

۲۰- آزادمرزآبادی اسفندیار. بررسی نقش استرس‌های فرهنگی در بهداشت روانی دانشجویان. تهران: دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان؛ دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳-۱۲ اسفندماه ۱۳۸۳.

بستگان یا روبه‌رویی با آداب و رسوم فرهنگی جدید که نیازمند تلاش بیشتر برای سازگاری و در نتیجه استرس بیشتر در افراد است. هرچند بین این مشکلات، تفاوت‌هایی نیز مشاهده می‌گردد [۱۰، ۲۰].

نتیجه‌گیری

به‌طور کلی نتایج بررسی عوامل استرس‌زا در بین نیروها، حاکی از این است که مهم‌ترین عوامل استرس‌زا عبارتند از: مشکلات شخصی، خانوادگی، شغلی، نظامی‌گری، منطقه‌ای و اجتماعی که در کل نمونه تحقیق، مشکلات منطقه‌ای یا به عبارتی مشکلاتی که وابسته به شرایط اقلیمی و جغرافیایی منطقه است، بالاترین رتبه را به‌عنوان عامل استرس‌زا به خود اختصاص داده است و مشکلات اجتماعی، شغلی، شخصی و خانوادگی در رتبه‌های بعدی قرار دارند. از سوی دیگر جالب توجه است که کارکنان منطقه از نظر نظامی‌گری دارای کمترین ناراحتی و استرس هستند. شاید بتوان گفت، دلیل آن این است که آنها به خودباوری نظامی نسبت به خود رسیده‌اند و نظامی‌گری را به‌عنوان یک بخش جدایی‌ناپذیر وجود خود یا شغل‌شان پذیرفته‌اند.

بنابراین به‌نظر می‌رسد، از آن‌جا که هرگونه تغییری در سازمان، زندگی خانوادگی و شغلی افراد، با توجه به اهمیت آن، می‌تواند فرد را دستخوش فشار روانی نماید، لذا لازم است از تغییرات زیاد در کار، مسئولیت، جایگاه و سایر موارد، بدون ایجاد شرایط مناسب آن، خودداری کرده یا در صورت لزوم، افراد را از نظر روانی آماده پذیرش تغییرات نمایند.

منابع

- ۱- استورات‌جین بنجامین. تنیدگی یا استرس، بیماری جدید قرن. دادستان پیرخ، مترجم. تهران: انتشارات رشد؛ ۱۳۷۷.
- 2- French JRP, Caplan RD. Organizational stress. In: Marrow AJ, editor. The failure of success. New York: Amacom; 1972.

Stressor and their relative variables in militants

Azad Marzabadi E.*

*Address: Research Center of Behavioral Sciences, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran
esfandearazad@yahoo.com*

Submission Date: 9/12/2008

Acceptation Date: 10/1/2010

Abstract:

Aims. Stress is a phenomenon that has different density and rate according to demographic and geographic situation and increases in hard labor condition or bad climate places. The aim of this study was to rank stressors and determine the relation between demographic variables and stressors in a group of militants.

Methods. This descriptive correlation study performed in a group of militants in one of the regions of Iran. 766 militants were selected by clustered based on proportion method. Instruments were researcher-made and demographic questionnaires. Data was analyzed by SPSS 11 software and correlation test, variance analysis and Scheffe test.

aphic variables with stressors. The highest rankings in stressors were temperature and lack of expert physicians and appropriate clinics. The relation of stress rate with age and level of education was not significant but the relation between psychological stresses rate and work experience was significant.

Conclusion. Geographic and demographic variables affect the stress rate of militants. Regional or problems related to geographical and climatic conditions are the most important stressors in militants.

Keywords: Stress, Militants, Stressors