

## رابطه نگرش دینی، مهارت‌های ارتباطی بین فردی با تاب‌آوری در سربازان

سعید سالاری مقدم

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره). ایران. قم

saeedsalari110@gmail.com

محمد رضا احمدی

استادیار گروه روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره). ایران. قم  
عضو پیوسته انجمن روان‌شناسی اسلامی

m.r.ahmadi313@gmail.com

علیرضا رنجبر

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره). ایران. قم

ranjkeshamirali@gmail.com

محمد سعید نصر اصفهانی

دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره). ایران. قم

SNASR1907@gmail.com

### چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه سطح دین‌داری، مهارت‌های ارتباطی بین فردی با تاب‌آوری سربازان یکی از پادگان‌های نظامی است. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. به همین منظور با استفاده از جامعه آماری پژوهش، نمونه‌ای به تعداد ۲۰۰ آزمودنی انتخاب شدند. آزمودنی‌ها به پرسشنامه‌های دین‌داری گلک<sup>۱</sup> و استارک<sup>۲</sup> (۱۹۶۵)، مهارت‌های ارتباطی بین فردی منجمی‌زاده (۱۳۹۱)

1. Gluck

2. Stark

و تاب‌آوری کانتر<sup>۱</sup> و دیویدسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد ابعاد دین‌داری با روابط بین‌فردی و تاب‌آوری ارتباط مثبت معنادار دارند و برخی ابعاد دین‌داری پیش‌بینی‌کننده خوبی برای تاب‌آوری‌اند. همچنین نتایج نشان داد که بین مهارت‌های ارتباط بین‌فردی و تاب‌آوری، رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

**کلیدواژگان:** دین‌داری، مهارت‌های ارتباط بین‌فردی، تاب‌آوری، سربازان.

## ۱. مقدمه

در برهه‌ای از تاریخ زندگی می‌کنیم که به رغم پیشرفت‌های شگرف انسان در عرصه‌های مختلف علم و فناوری، از نظر سلامت روانی، افراد جوامع مختلف در هیچ قرن‌ی تا این اندازه دچار بحران نبوده‌اند (اسحاقی و همکاران، ۱۳۸۸). اضطراب ناشی از نوع شغل و مأموریت‌های پیچیده، قوانین سخت، دوری از خانواده، احتمال معلولیت و ترس از شکست، اسارت و حتی مرگ، از جمله مسائلی هستند که احتمال آنها در مشاغل نظامی بسیار بیشتر از مشاغل غیرنظامی است و در نتیجه مشکلات روان‌شناختی بیشتری در پی خواهند داشت (آزاد مرزآبادی، ۱۳۸۸). آموزش نظامی شامل آموزش فیزیکی، انطباق و عملکرد در موقعیت‌های اضطراب‌آور می‌باشد (نوری و همکاران، ۱۳۹۳). دوران سربازی دورانی است که به دلیل وجود شرایط خاص این دوره و اتفاقات حاصل از آن، حضور در این مقطع از زندگی را برای فرد سخت و طولانی می‌کند. در واقع دوران سربازی به علت ایجاد شرایط جدید، دوری از خانواده و شرایط سخت و مستحکم حاکم بر آن، فشار بالایی را بر فرد تحمیل می‌کند (حبیبی و همکاران، ۱۳۹۳). امروزه با توجه به شرایط سخت و فشار بالایی که بر روی نیروهای مسلح و نظامی کشورهای مختلف وجود دارد و سمت‌های حیاتی و مهمی که این افراد بر عهده دارند، شاهد افزایش بیماری‌های روانی و اضطراب‌های شغلی و در نتیجه آسیب‌های روانی هستیم (دلاور و همکاران، ۱۳۹۲).

یکی از موقعیت‌هایی که بیشتر جوانان ذکور جامعه در آن قرار می‌گیرند، خدمت سربازی است و به علل شرایط روانی و محیطی خاص حاکم، ممکن است میزان آسیب‌پذیری جوانان را افزایش دهد (احمدی و همکاران، ۱۳۹۴). به تازگی رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر با شعار توجه به

1. Connor
2. Davidson

استعدادها و توانمندی‌های انسان مورد توجه حوزه‌های مختلف روان‌شناسی قرار گرفته است. این رویکرد بر شناسایی و پرورش توانمندی‌هایی تأکید دارد که زمینه ارتقای سلامت و شادکامی انسان را فراهم می‌آورد. تاب‌آوری<sup>۱</sup> یکی از مهم‌ترین مفاهیمی است که در این رویکرد در کانون توجه پژوهشگران قرار گرفته است (شیخ‌الاسلامی و حسن‌نیا، ۱۳۹۴). اصطلاح تاب‌آوری به مثابه یک مؤلفه شخصیتی در اواخر قرن بیستم بر اساس پژوهش‌هایی که در زمینه فرایندهای عالی مؤثر بر کنترل و هدایت فرایندهای شناختی انجام شد، پا به عرصه تحقیقات روان‌شناختی گذاشت (لمی و گزل، ۲۰۰۱<sup>۲</sup>). تاب‌آوری به منزله یک سپر در برابر موقعیت‌های تهدیدکننده و فرایند مقابله و سازگاری موفقیت‌آمیز، با شرایط چالش‌انگیز و اضطراب‌آفرین زندگی تعریف می‌شود (ماستن، بست و گارمزی، ۱۹۹۰<sup>۳</sup>). تاب‌آوری شامل حفظ آرامش در شرایط اضطراب، انعطاف‌پذیری در رویارویی با موانع، اجتناب از راهبردهای فرسایشی، حفظ خوش‌بینی و احساسات مثبت هنگام دشواری‌هاست (رنجبر و همکاران، ۱۳۹۰). می‌توان گفت تاب‌آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی-روانی در موقعیت‌های خطرناک است، در واقع تاب‌آوری شرکت فعال و سازنده فرد در محیط خود نیز به شمار می‌آید (کانر<sup>۴</sup> و دیویدسون، ۲۰۰۳<sup>۵</sup>).

پژوهشگران نشان دادند که تاب‌آوری با دل‌بستگی ایمن به خدا (احمدی، شیخ، سرابندی، ۱۳۹۱)، هوش هیجانی (شیخ‌الاسلامی و حسن‌نیا، ۱۳۹۴)، کیفیت دوستی و تقابل دوستی (حجازی و سلیمانی، ۱۳۸۹)، حمایت اجتماعی (خباز، بهجتی، ناصری، ۱۳۹۰)، هوش معنوی (کشاوری و یوسفی، ۱۳۹۱)، حل مسئله (بهزادپور، مطهری، گودرزی، ۱۳۹۲) و دین‌داری (جمشیدی، عرب، درخواه، ۱۳۹۲) همبستگی مثبت معنادار دارد.

گارمزی با بررسی پژوهش‌ها، عوامل ارتقادهنده تاب‌آوری را به سه دسته فردی (نظیر هوش ذاتی و خلق‌وخو)، خانوادگی (ویژگی‌های خانوادگی و میزان حمایتی که اعضای خانواده از فرد به عمل می‌آورند) و اجتماعی (حمایت بیرونی از جانب اشخاص و سازمان‌های خارج از خانواده که می‌تواند هم فرد و هم خانواده را یاری دهد) تقسیم‌بندی می‌کند (به نقل از کاندلی، ۲۰۰۶<sup>۶</sup>). از عوامل مؤثر که موجب ارتقای تاب‌آوری می‌شود، ارتباط اجتماعی است؛ ارتباطی که

1. Resilience
2. Lemay & Ghazal
3. Masten, Best & Garmezy
4. Conner
5. Davidson
6. Condly

از طریق همسالان و گروه اجتماعی تأمین می‌شود (راتر،<sup>۱</sup> ۱۹۸۵). مهارت ارتباط اجتماعی یا بین‌فردی، یکی از رفتارهای مهم در زندگی جمعی امروز به شمار می‌آید. اهمیت این مهارت‌ها به حدی است که برخی آن را یکی از انواع هوش دانسته‌اند (استرنبرگ،<sup>۲</sup> ۱۹۸۶). این مهارت‌ها از سویی بر روابط افراد و کیفیت دوستی، و از سوی دیگر بر بهداشت روانی افراد و نیز عملکرد اجتماعی سودمند و مؤثر در اجتماع تأثیر دارند. هالینگر مهارت‌های اجتماعی را مشتمل بر مهارت‌هایی می‌داند که برای داشتن ارتباط مؤثر با دیگران و کسب پذیرش از جانب آنها ضروری هستند (هالینگر،<sup>۳</sup> ۱۹۸۷). مریل و گیمپل این مهارت‌ها را توانایی آغاز و تداوم ارتباط اجتماعی تعریف می‌کند که دریافت تقویت اجتماعی از دیگران را موجب می‌شود (مریل و گیمپل،<sup>۴</sup> ۱۹۹۸). بایر معتقد بود مهارت ارتباط اجتماعی مهارت‌های مختلفی مانند گوش دادن مؤثر، تنظیم عواطف، توانایی دریافت و ارسال پیام‌های واضح ارتباطی، بینش، بینش نسبت به فرایند ارتباطی و توانایی دفاع از عقاید و نظرات خود را شامل می‌شود (بایر،<sup>۵</sup> ۱۹۹۶). در حقیقت همان‌طور که فرانکل معتقد است، صمیمیت به همراه دریافت حمایت اجتماعی، به فراموشی موقعیت تنش‌زا می‌انجامد (آستین،<sup>۶</sup> ۲۰۰۲).

از عوامل دیگر مؤثر در تاب‌آوری، دین‌داری است. برخی محققان به این نتیجه رسیدند که دین به عنوان سازوکاری حفاظتی، موجب ارتقای تاب‌آوری در نوجوانان در معرض خطر می‌شود (بال،<sup>۲۰۰۳</sup>). جیمز،<sup>۷</sup> یونگ،<sup>۸</sup> فروم،<sup>۹</sup> و دیگر روان‌شناسان به اهمیت دین اشاره کرده‌اند. پارگامنت<sup>۱۰</sup> نقش‌های روان‌شناختی مهم و بی‌شمار دین را در کمک به مردم برای درک و کنار آمدن با رخداد‌های زندگی چنین توصیف کرده است: دین می‌تواند در ایجاد احساس امید، احساس نزدیک بودن به دیگران، آرامش هیجانی، فرصت خودشکوفایی، احساس راحتی، مهارت تکانه، نزدیکی به خدا و

- 
1. Rutter
  2. Sternberg
  3. Hollinger
  4. Merrill, & Gimpel
  5. Bayer
  6. Epstein
  7. James
  8. Jung
  9. Fromm
  10. Pargament

کمک به حل مشکل مؤثر باشد (نیومن<sup>۱</sup> و پارگامنت، ۱۹۹۰).

بررسی‌ها نشان‌دهنده همبستگی مثبت بین دین‌دار بودن با سلامت روان بوده‌اند (برای نمونه، برگین<sup>۲</sup>، مسترز<sup>۳</sup> و ریچاردز<sup>۴</sup>، ۱۹۸۸؛ براون<sup>۵</sup>، ندویوس<sup>۶</sup>، و گری<sup>۷</sup>، ۱۹۹۰؛ ویلیامز<sup>۸</sup>، لارسن<sup>۹</sup> و بوکر<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۱؛ پاولسون<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۸؛ کونینگ<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۸؛ ابهری، ۱۳۷۵؛ نجفی و همکاران، ۱۳۷۷؛ غباری‌بناب و خدایاری‌فرد، ۱۳۸۰؛ روحی عزیز، ۱۳۸۰). مطالعات انجام‌شده در گروه‌های خاص نظیر فرزندان والدین مبتلا به اختلال افسردگی عمده (کاسن<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۱)، کودکانی که با آنها بدرفتاری شده (کیم<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۸) و خانواده‌هایی که در آنها یکی از والدین فوت کرده (گریف<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۷) نیز مؤید وجود رابطه مثبت بین دین‌داری و تاب‌آوری بوده‌اند. در ایران نیز هاشمی و جوکار (۱۳۹۰) بین تعالی معنوی و تاب‌آوری، و حمید و همکاران (۱۳۹۱) بین هوش معنوی و تاب‌آوری رابطه معناداری یافته‌اند. شریفی و همکاران (۱۳۸۴) رابطه نگرش دینی و سلامت عمومی و شکیبایی در دانشجویان را بررسی کرده‌اند. رابطه حاکی از آن بود که نگرش دینی با افزایش سلامت عمومی و شکیبایی رابطه مثبت معناداری دارد. جمشیدی و همکاران (۱۳۹۲) با بررسی رابطه بین نگرش دینی و تاب‌آوری در دانش‌آموزان راهنمایی دریافتند که میان ابعاد دین‌داری و تاب‌آوری رابطه مثبت معنادار وجود دارد. با مرور پژوهش‌های موجود مشخص شد که در هیچ‌کدام از این پژوهش‌ها اثر دین‌داری و ارتباط‌گرایی بر تاب‌آوری در سربازان مشغول به خدمت بررسی نشده است. همان‌طور که مشخص شد دوره

1. Newman
2. Bergin
3. Masters
4. Richards
5. Brown
6. Ndubuis
7. Gray
8. Williams
9. Larson
10. Bucker
11. Polsoun
12. Koenig
13. Kasen
14. Kim
15. Greeff

سربازی یکی از دوره‌های سخت و طاقت‌فرسا برای مردان جوان است که سازگاری با این دوره، اهمیتی ویژه دارد. به همین دلیل، هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه نگرش دینی و مهارت‌های ارتباط بین‌فردی با تاب‌آوری در سربازان است. فرضیه‌های این تحقیق بدین قرارند:

۱. بین ابعاد دین‌داری و تاب‌آوری سربازان رابطه مثبت وجود دارد؛
۲. بین ابعاد دین‌داری و مهارت‌های ارتباط بین‌فردی در سربازان رابطه وجود دارد؛
۳. بین مهارت‌های ارتباط بین‌فردی و تاب‌آوری در سربازان رابطه وجود دارد.

## ۲. روش تحقیق

روش این مطالعه از نوع توصیفی - همبستگی بوده است. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه سربازان شرکت‌کننده در دوره آموزشی سال ۱۳۹۵ در یکی از پادگان‌هاست که تعدادشان چهارصد نفر بود و دو ماه از آموزششان می‌گذشت. از این تعداد، دویست نفر با استفاده از فرمول کوکران نفر به صورت تصادفی انتخاب شد.

## ۳. ابزارهای پژوهش

**الف) پرسشنامه نگرش سنج مذهبی:** سراج‌زاده گویه‌های این پرسشنامه را که در ابتدا بر پایه الگوی گلاک و استارک تدوین شده بود، با منابع اسلامی تطبیق داده است (سراج‌زاده، ۱۳۷۷). این پرسشنامه دارای ۲۶ پرسش است و چهار بُعد باورهای دینی (دارای هفت پرسش)، بُعد تجربی یا عواطف دینی (دارای شش پرسش)، بُعد پیامدی یا آثار دینی (دارای شش پرسش)، و بُعد مناسکی یا اعمال دینی (دارای هفت پرسش) را می‌سنجد. همه عبارت‌های پرسشنامه پرسش‌های نگرشی و دارای پنج گزینه از نوع لیکرت بوده‌اند: ۱. کاملاً مخالف، ۲. مخالف، ۳. بینابین، ۴. موافق، ۵. کاملاً موافق. در بررسی روایی این پرسشنامه، سراج‌زاده (۱۳۷۹) ضریب همبستگی ۰/۶۲ - ۰/۴۱ را گزارش کرده است. همچنین ضرایب آلفای استاندارد چهار مقیاس مربوط به چهار بُعد دین‌داری را ۰/۸۷ تا ۰/۹۲ گزارش کرد؛

**ب) پرسشنامه تاب‌آوری:** این پرسشنامه را کانر و دیویدسون<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی ساخته‌اند. این پرسشنامه ۲۵ پرسش و چهار خرده مقیاس (تحمل عواطف منفی، جهت‌گیری هدف، مقابله معنوی و رهبری) دارد که به صورت پنج درجه‌ای توسط هر آزمودنی پاسخ داده می‌شوند. ضریب

1. Conner & Davidson

پایایی همسانی درونی از طریق آلفای کرونباخ این پرسشنامه در دامنه‌ای از ۰/۷۶ تا ۰/۹۰ گزارش شده است. ضریب پایایی بازآزمایی این پرسشنامه ۰/۸۱ به دست آمده است. ضریب همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه مقابله آدامز و بلودن معنادار است: ( $r = 0/43$  و  $P < 0/01$ ).

محمدی (۱۳۸۴) این پرسشنامه را برای استفاده در ایران به‌روز کرده است. سامانی و همکاران (۱۳۸۶) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه را در دانشجویان ۰/۸۷ به دست آورده‌اند. مدانلو (۱۳۸۸) در یک پژوهش مقدماتی در میان دانشجویان ضرایب این پرسشنامه را از طریق روش‌های آلفای کرونباخ دو نیمه‌سازی کرد. نتایج نشان داد که ضرایب آلفای کرونباخ و دو نیمه‌سازی به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۷۴ است. همچنین برای بررسی ضریب روایی پرسشنامه تاب‌آوری از مقیاس عواطف مثبت و منفی و مقیاس شادی و افسردگی استفاده شد. نتایج نشان داد که مقیاس عواطف مثبت ( $r = 0/66$ ) و منفی ( $r = 0/41$ ) و مقیاس شادی ( $r = 0/46$ ) و افسردگی ( $r = 0/45$ ) با پرسشنامه تاب‌آوری همبستگی معناداری دارند؛

**ج) پرسشنامه مهارت ارتباط بین‌فردی:** این پرسشنامه را منجمی‌زاده (۱۳۹۱) ساخته و دارای ۱۹ پرسش است که هدفش سنجش میزان مهارت ارتباط بین‌فردی است. طیف پاسخ‌گویی این پرسشنامه از نوع لیکرت است که از بسیار پایین تا بسیار خوب می‌باشد. مجموع امتیازات این پرسشنامه از ۱۹ تا ۹۵ است که نشان‌دهنده میزان مهارت ارتباطی فرد است. منجمی‌زاده برای بررسی اعتبار و روایی این پرسشنامه، همبستگی این پرسشنامه را با پرسشنامه برقراری ارتباط مؤثر بررسی کرد و میزان همبستگی بالای ۰/۶۹۸ را گزارش کرد. همچنین برای پایایی این پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که پایایی ۰/۷۳ را گزارش کرده است (منجمی‌زاده، ۱۳۹۱). بررسی پایایی این پرسشنامه در این تحقیق با استفاده از روش آلفای کرونباخ میزان ۰/۸۰ را نشان داد.

در این تحقیق از روش همبستگی تحلیل رگرسیون برای بررسی رابطه ابعاد نگرش دینی و تاب‌آوری استفاده شد. با توجه به اینکه اجازه دسترسی به چنین جامعه‌ای سخت است، از یکی از فرماندهان که تحصیلات مرتبط با روان‌شناسی داشت، برای ارائه پرسشنامه‌ها به شرکت‌کنندگان کمک گرفته شد و از سربازان خواسته شد تا پرسش‌ها را به‌دقت بخوانند و پاسخ دهند و مشخصات جمعیت‌شناختی را ذکر کنند. از ۲۳۰ پرسشنامه توزیع شده، تعداد دویست پرسشنامه دارای پاسخ کامل بود که با نرم‌افزار SPSS نمره‌گذاری، تجزیه و تحلیل شدند.

#### ۴. یافته‌های تحقیق

در این پژوهش، از آزمون تحلیل رگرسیون برای تعیین نقش پیش‌بین ابعاد دین‌داری و مهارت‌های

ارتباط بین فردی در تاب‌آوری استفاده شد. در جدول شماره ۱ شاخص‌های توصیفی شامل میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های آزمودنی‌های پژوهش برحسب متغیرهای ابعاد دین‌داری، مهارت ارتباط بین فردی و تاب‌آوری نشان داده شده است. همان‌طور که در این جدول مشاهده می‌شود، میانگین کل در نگرش دینی سربازان  $73/43$  با انحراف معیار  $8/97$  می‌باشد و از میان چهار بعد دین‌داری بعد اعتقادی دارای بیشترین میانگین  $21/6$  و بعد پیامدی دارای کمترین میانگین  $13/99$  می‌باشد. میانگین نمره تاب‌آوری  $73/84$  و انحراف معیار آن  $12/87$  و میانگین مهارت ارتباطی  $69/10$  است.

جدول شماره ۱. اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش ( $n=200$ )

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین
نگرش دین‌داری	بعد اعتقادی	$3/03$	$10$	$27$
	بعد عاطفی	$3/60$	$1$	$24$
	بعد پیامدی	$3/90$	$1$	$24$
	بعد مناسکی	$5/12$	$3$	$28$
	کل	$8/97$	$35$	$90$
تاب‌آوری	$73/84$	$12/87$	$15$	$100$
مهارت‌های ارتباط بین فردی	$69/10$	$11/33$	$27$	$115$

رابطه نگرش دینی و چهار بعد آن و تاب‌آوری و مهارت ارتباطی بررسی شد. در جدول شماره ۲ یافته‌های به‌دست‌آمده در پی آزمون فرضیه‌های پژوهش هستند.

جدول شماره ۲. ضریب همبستگی ابعاد دین‌داری، مهارت ارتباط‌گرایی با تاب‌آوری

ابعاد نگرش دینی	تاب‌آوری		مهارت‌های ارتباط بین فردی	
	P	r	P	r
اعتقادی	$0/005$	$0/14^*$	$0/005$	$0/11^*$
عاطفی	$0/001$	$0/21^{**}$	$0/001$	$0/18^{**}$
پیامدی	$0/001$	$-0/10$	-	$-0/17^{**}$
مناسکی	$0/001$	$0/12^*$	$0/005$	$0/17^{**}$
کل	$0/005$	$0/15^*$	$0/005$	$0/13^*$
تاب‌آوری	-	$1$	-	$0/61^{**}$

در جدول شماره ۲ یافته‌های به‌دست‌آمده از آزمون فرضیه نخست پژوهش مبنی بر وجود رابطه مثبت بین ابعاد دین‌داری و تاب‌آوری و فرضیه دوم آن یعنی وجود رابطه مثبت بین تاب‌آوری و



مهارت ارتباطی و نیز سومین فرضیه پژوهش وجود رابطه مثبت بین ابعاد دین‌داری و مهارت‌های ارتباط بین فردی نشان داده شده است.

همان‌گونه که در جدول شماره ۲ نشان داده شده، ضریب همبستگی بین نگرش دینی و تاب‌آوری ۰/۱۵ است که به معنای وجود ارتباط بین نگرش دینی و تاب‌آوری است. رابطه هر یک از ابعاد نگرش دینی و تاب‌آوری که فرضیه اول پژوهش بود در این بخش تأیید می‌شود. تنها در بعد پیامدی است که رابطه معناداری (۰/۱۰-) با تاب‌آوری ندارد. طبق یافته‌های این جدول فرضیه دوم تحقیق تأیید می‌شود و بین ابعاد اعتقادی، عاطفی، مناسکی و مهارت ارتباط بین فردی رابطه معنادار ۰/۱۱، ۰/۱۸ و ۰/۱۷ وجود دارد. تنها در بعد پیامدی رابطه معنادار منفی (۰/۱۷-) وجود دارد. فرضیه سوم تحقیق نیز تأیید می‌شود و چنان‌که در جدول مشاهده می‌شود، میان تاب‌آوری و مهارت ارتباط بین فردی رابطه وجود دارد.

اگرچه همان‌طور که در جدول نشان داده شد، تمام ابعاد دین‌داری به جز بعد پیامدی رابطه مثبت معنادار با تاب‌آوری داشتند، اما برای مشخص شدن اینکه کدام بعد از ابعاد دین‌داری پیش‌بینی‌کننده معناداری برای تاب‌آوری هستند، از روش رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شد.

جدول ۳. رگرسیون گام‌به‌گام به منظور پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس ابعاد دین‌داری

متغیر پیش‌بین	B	B	R	R <sup>۲</sup>	T	p
بعد عاطفی	۰/۷۶	۰/۲۱	۰/۲۱	۰/۴۵	۳/۰۶	۰/۰۰۰۱

با توجه به جدول شماره ۳ از میان ابعاد دین‌داری تنها بعد عاطفی پیش‌بینی‌کننده معناداری برای تاب‌آوری در سربازان است و دیگر ابعاد در رگرسیون گام‌به‌گام پیش‌بینی‌کننده معناداری برای تاب‌آوری نیستند. با توجه به اینکه نشان داده شد تاب‌آوری و مهارت‌های ارتباط بین فردی رابطه مثبت معنادار دارند، برای پیش‌بینی تاب‌آوری از طریق مهارت‌های ارتباط بین فردی از طریق رگرسیون با روش ورود نیز اقدام شد که نتایج در جدول شماره ۴ آورده شده است.

جدول ۴. رگرسیون به روش ورود به منظور پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس مهارت ارتباط‌گرایی

متغیر پیش‌بین	B	B	R	R <sup>۲</sup>	T	P
مهارت‌های ارتباط بی بین فردی	۰/۷۰	۰/۶۱	۰/۳۷	۰/۶۱	۱۰/۸۶	۰/۰۰۰۱

همان طور که در جدول شماره ۴ نشان داده شده، مهارت ارتباط‌گرایی پیش‌بینی‌کننده بسیار خوبی برای تاب‌آوری در سربازان است؛ به این معنا که هرچه سربازان مهارت ارتباط‌گرایی بالاتری داشته باشند، به احتمال فراوان دارای تاب‌آوری بالاتری هستند و با مشکلات و سختی‌های محیط سربازی راحت‌تر کنار می‌آیند.

## ۵. بحث و نتیجه‌گیری

این تحقیق، با هدف بررسی رابطه بین ابعاد نگرش دینی و تاب‌آوری در سربازان و همچنین رابطه بین ابعاد دین‌داری و مهارت‌های ارتباط بین‌فردی و رابطه بین مهارت‌های ارتباط بین‌فردی و تاب‌آوری انجام شد. طبق یافته‌های موجود در جدول شماره ۲، مشخص شد که بین ابعاد دین‌داری (به جز بعد پیامدی) و تاب‌آوری رابطه مثبت معنادار وجود دارد. این نتیجه با یافته‌های پژوهش کیم<sup>۱</sup> (۲۰۰۸)، گریف<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۷)، هاشمی و جوکار (۱۳۹۰)، حمید و همکاران (۱۳۹۱)، شریفی و همکاران (۱۳۸۴) و جمشیدی و همکاران (۱۳۹۲) همسوست. در تبیین این نتیجه، می‌توان گفت: دین‌دار بودن فرد از طریق سازوکارهای مختلف می‌تواند موجب افزایش تاب‌آوری شود: افراد دین‌دار با پیروی از دستورها و آموزه‌های دینی، زندگی جهت‌دار و هدفمندی را در پیش گرفته (بردستانی، ۱۳۸۱) در مواجهه با مشکلات، منبع معنوی نیرومندی را در اختیار دارند که تحمل مشکلات را برای آنها آسان می‌سازد و مانع کج‌روی و انحراف از هنجارهای اجتماعی می‌شود و به سازگاری آنها کمک می‌کند (سراج‌زاده و همکاران، ۱۳۸۷). آنان برای رفتار و اعمال خود معیارهای واضح و روشنی در اختیار دارند که عمل به آن موجب رضایت از زندگی (بال و همکاران، ۲۰۰۳) و افزایش اعتماد به نفس می‌گردد که خود از عناصر مهم و تأثیرگذار بر تاب‌آوری هستند (بهرامی احسان، ۱۳۸۱). همچنین واگذاری امور به خدا در نگرش دینی موجب کاهش اضطراب، ترس و دیگر عواطف منفی می‌شود (گنجی و همکاران، ۱۳۸۹). اینکه چرا سایر ابعاد دین‌داری با تاب‌آوری ارتباط دارند، اما بعد پیامدی ارتباطی ندارد، به ویژگی‌ها و خصوصیات این بعد بازمی‌گردد که این بُعد، به دلیل بیشترین انتقادات، در میان ابعاد الگوی دین‌داری گلاک و استارک پس از مدتی حذف شد؛ از جمله اینکه بعد پیامدی فی‌نفسه پیامد دین‌داری است، نه بعدی از ابعاد آن. بعد پیامدی دین‌داری، که با این انتقاد از الگوی دین‌داری کنار گذاشته شد، به اعمالی گفته می‌شود که از عقاید، احساسات و اعمال مذهبی ریشه می‌گیرد و از ثمرات و نتایج ایمان در

1. Kim
2. Greeff

زندگی و کنش‌های بشر است. این بُعد، نقش چندانی در جهت‌گیری انسان ندارد، بلکه خود، تابع ساختارهای اجتماعی است (احمدی، ۱۳۸۸). همچنین در محیط سخت سربازی افراد به دنبال چنین پیامدهایی نیستند، بلکه به دلیل آن شرایط سخت، تنها به دنبال انجام اعمال دینی بدون توجه به نتایج آن هستند.

همچنین در جدول شماره ۲ نشان داده شد که هر یک از ابعاد دین‌داری به جز بعد پیامدی با مهارت‌های ارتباط بین‌فردی رابطه مثبت معنادار وجود دارد، که این نتایج با یافته‌های راتر (۱۹۸۵) و آستین (۲۰۰۲) همسو هستند. با توجه به اینکه دین‌دار بودن به‌ویژه در اسلام، افراد را به بودن در کنار یکدیگر و انجام تکالیف به صورت جمعی ترغیب می‌کند، مشخص می‌شود که دین‌داری و مهارت‌های ارتباطی از طریق موقعیت‌های اجتماعی دینی با یکدیگر ارتباط دارند. از آنجاکه دین اسلام به فعالیت‌های جمعی توجهی ویژه دارد (نظیر اهمیت دادن فراوان به نماز جماعت) روان‌شناسان دو نوع سازوکار را نام برده‌اند که از طریق آنها فعالیت‌های جمعی مذهبی می‌تواند به افزایش سلامتی بینجامد. نوع اول این سازوکارها را می‌توان افزایش منابع روان‌شناختی نامید؛ به این معنا که مشارکت در فعالیت‌های اجتماعی، منابع روان‌شناختی نظیر عزت نفس و خودکارآمدی را افزایش می‌دهد که به نوبه خود به افزایش سطح سلامتی افراد منجر می‌شود. نوع دوم این سازوکارها را می‌توان منابع اجتماعی نامید که به میزان تعامل با دیگر افراد اشاره می‌کند. تعامل مداوم با دیگران می‌تواند احتمال دریافت حمایت اجتماعی، اطلاعات اجتماعی و برخوردهای سودمند اجتماعی را افزایش دهد (لین<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۳، به نقل از موسیک و همکاران، ۲۰۰۳). سربازانی که بتوانند از طریق مهارت‌های ارتباطی کیفیت دوستی خود را بالا ببرند و دوستیابی بهتری داشته باشند، می‌توانند نسبت به کسانی که در این مهارت ضعیف هستند، با دریافت حمایت اجتماعی تاب‌آوری بالاتری در محیط سخت سربازی داشته باشند.

در آخر نتایج جدول شماره ۲ نشان‌دهنده رابطه معنادار میان مهارت‌های ارتباط بین‌فردی و تاب‌آوری بودند که این نتیجه با یافته‌های راتر (۱۹۸۵)، مریل و گیمپل (۱۹۹۸)، حجازی و سلیمانی (۱۳۸۹)، خباز و همکاران (۱۳۹۰) همسوست. بر این اساس که با توجه به دسته‌بندی عوامل مؤثر در تاب‌آوری که توسط گارمزی (۲۰۰۴) جمع‌آوری شد، مهارت‌های ارتباطی، به صورت عوامل اجتماعی از طریق حمایت‌های اجتماعی منجر به تاب‌آوری در سربازان است. مانتسون معتقد است که مهارت‌های اجتماعی، رفتارهایی هستند که بر روابط بین افراد از یک سو،

و بهداشت روانی آنان و نیز عملکرد سودمند و مؤثر در اجتماع از سوی دیگر، تأثیر دارد که احتمال دریافت حمایت اجتماعی را به بیشترین حد می‌رسانند (ماتسون، ۱۹۹۰). همان‌طور که فرانکل معتقد است، صمیمیت به همراه دریافت حمایت اجتماعی به فراموشی موقعیت تنش‌زا می‌انجامد (آستین، ۲۰۰۲). بنا بر یافته‌های پارکر و آشر (۱۹۹۳)، نارسایی در مهارت‌های اجتماعی بر عملکرد فرد تأثیر منفی می‌گذارد و به ناسازگاری‌های اجتماعی می‌انجامد (پارکر و آشر، ۱۹۹۳). می‌توان بر اساس نتایج به پیشنهادهایی رسید؛ نخست اینکه همان‌گونه که نشان داده شد، دین‌داری پیش‌بینی‌کننده بسیار خوبی برای تاب‌آوری است. بنابراین می‌توان به نقش دین و اعتقادات مذهبی و اعمال دینی در سلامت روان و از جمله تاب‌آوری پی‌برد و کسانی که در زمینه آموزش سربازان فعالیت دارند، می‌توانند با تحریک و تقویت باورهای دینی سربازان در حال خدمت، تاب‌آوری و سازگاری آنها را در محیط سخت سربازی در طول آموزش بالا ببرند؛ دوم اینکه طبق نتایجی که از نقش مهارت ارتباط‌گرایی در پیش‌بینی تاب‌آوری به دست آمد، خانواده و محیط‌های آموزشی از جمله مدرسه و دانشگاه، می‌توانند با افزایش مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی، به سازگاری و تاب‌آوری در موقعیت‌های دشوار از قبیل دوران سربازی کمک کنند.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش دسترسی سخت به جامعه سربازان برای نمونه‌گیری بود که فرایند ارائه پرسشنامه و دریافت پاسخ‌ها از ناحیه سربازان را دشوار می‌ساخت. همچنین ابزار پژوهش به صورت کاغذ و مدادی بود که شرکت‌کنندگان عقاید شخصی خود را گزارش می‌کردند.

۱. آزاد مرزآبادی، اسفندیار (۱۳۸۸). روان‌شناسی سازمانی. تهران: مرکز تألیف کتاب‌های درسی معاونت تربیت، آموزش و فرهنگ پاسداری سپاه.
۲. احمدی، غلامرضا و همکاران (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر ذهن آگاهی و ولع مصرف سربازان با اختلال مصرف مواد افیونی، فصلنامه روانشناسی نظامی. ۶ (۲۲)، ۲۱-۵.
۳. احمدی، یعقوب (۱۳۸۸). وضعیت دین‌داری و نگرش به آینده دین در میان نسل‌ها مطالعه موردی شهر سنندج، مجله روان‌شناسی دین. ۱ (۱)، ۱۷-۴۴.
۴. اسحاقی، سیدرضا، فرج‌زادگان، زیبا، و بابک، آناهیتا (۱۳۸۸). طراحی پرسشنامه سبک زندگی در سالمندان، فصلنامه پایش. ۹ (۱)، ۹۱-۹۹.
۵. بردستانی، عذرا (۱۳۸۳). بررسی تأثیر باورهای مذهبی بر رفتار نوع دوستانه و سازگاری تحصیلی در دانش‌آموزان سال آخر متوسطه، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه شیراز.
۶. بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۱). رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، اضطراب و حرمت خود، مجله روان‌شناسی. ۴، ۳۳۶-۳۴۷.
۷. حبیبی، محمدباقر و همکاران (۱۳۹۳). بررسی میزان شیوع افسردگی و اضطراب در بین سربازان و ارتباط آن با سبک‌های دلبستگی، فصلنامه روانشناسی نظامی. ۵ (۱۸)، ۵-۱۴.
۸. حمید، نجمه و همکاران (۱۳۹۱). بررسی رابطه سلامت روان و هوش معنوی با تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، فصلنامه جنتا شاپیر. ۳ (۲)، ۳۳۱-۳۳۸.
۹. جمشیدی، بهنام و همکاران (۱۳۹۲). رابطه دین‌داری و تاب‌آوری در دانش‌آموزان راهنمایی و دبیرستان شهر شیراز، اندیشه‌های نوین تربیتی. ۱۰ (۱)، ۱۴۲-۱۶۲.
۱۰. دلاور، علی و همکاران (۱۳۹۲). ساخت و هنجاریابی پرسشنامه تمایل به خودکشی در سربازان، فصلنامه روانشناسی نظامی، ۵ (۱۷)، ۵-۱۵.
۱۱. رنجبر، کاکاوند، و برجعلی، برماس (۱۳۹۰). تاب‌آوری و کیفیت زندگی مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی، فصلنامه روان‌شناسی سلامت. ۱، ۱۷۷-۱۸۷.
۱۲. سامانی، سیامک و همکاران (۱۳۸۶). تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی، مجله روان‌پزشکی و روانشناسی ایران. ۱۳، ۲۹۰-۲۹۵.
۱۳. سراج‌زاده، سیدحسین (۱۳۸۷). نگرش‌ها و رفتارهای دینی نوجوانان تهرانی و دلالت‌های آن برای نظریه سکولار شدن، فصلنامه اطلاع‌رسانی پژوهشی. ۱۰، ۱۰۵-۱۰۷.
۱۴. شریفی، طیبه و همکاران (۱۳۸۴). نگرش دینی و سلامت عمومی و شکیبایی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی اهواز، اندیشه و رفتار. ۱۱ (۱)، ۸۸-۹۹.
۱۵. گنجی، طاهره، و حسینی، آغافاطمه (۱۳۸۹). باورهای مذهبی دانشجویان کارشناسی و ارتباط آن با میزان اضطراب آنان، نشریه دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران، ۶۴ (۲۳)، ۴۱-۵۱.
۱۶. مدانلو، فاطمه (۱۳۸۸). بررسی ارتباط تاب‌آوری، روش‌های مقابله با استرس و حمایت اجتماعی با وضعیت روانی زنان داغ‌دیده، پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه محقق اردبیلی.
۱۷. محمدی، مسعود (۱۳۸۴). بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض خطر سوءاستفاده

- مصرف مواد، پایان نامه دکتری. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی.
۱۸. منجمی زاده، اصغر، (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی بین فردی و میزان پذیرش اجتماعی دانشجویان دانشگاه پیام نور خوارسان، پایان نامه کارشناسی.
۱۹. نوری، رضا و همکاران (۱۳۹۳). وضعیت سلامت عمومی و روانی سربازان در دوره آموزش رزم مقدماتی. فصلنامه روان‌شناسی نظامی، ۵ (۱۸)، ۵۱-۵۸.
۲۰. هاشمی، لادن، و جوکار، بهرام (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین تعالی معنوی و تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه، مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۸ (۱۳)، ۱۲۳-۱۴۲.

21. Bayer, J. (1996). Social Competence and Social Skills Training for Children and Adolescents, A Literature Review, *Australian Journal of Guidance and Counseling*, 6, 1-13.
22. Ball, J., Armistead, L., Austin, B. J. (2003). The Relationship Between Religiosity, Adjustment among African-American, Female, Urban Adolescents, *Journal of Adolescence*. 26 (4), 431-446.
23. Condly, S.J. (2006). *Resilience in Children a Review of Literature with Implications for Education*. Urban Education. 41 (3), 211-236.
24. Conner, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a New Resilience Scale: the Conner- Davidson Resilience Scale (CD-RISC), *Depression and Anxiety*. 18, 76-82.
25. Epstein JL (2002). *School, Family, Community Partnership: Preparing Educators and Improving School*. Boulder, Co: Westview.
26. Greeff, A. & Joubert, A. (2007). Spirituality and Resilience in Families in which a Parent has Died, *Psychological Reports*, 100, 897-900.
27. Hollinger, G.D. (1987). Social Skills for Behaviorally Disordered Children as Preparation for Mainstreaming: Therapy, Practice and New direction, *Remedial and Special Education*. 8, 17-27.
28. Kasen, S. Wickramaratne, P. Gameroff, M. J. & Weissman, M. M. (2011). Religiosity and Resilience in Persons at High Risk for Major Depression, *Psychological medicine*. 42(3), 509-19.
29. Kim, J. (2008). The Protective Effects of Religiosity on Maladjustment among Maltreated and Nonmaltreated Children, *Child abuse & neglect*. 32(7), 720-711.
30. Lemay, R., & Ghazal, H (2001). Resilience and Positive Psychology: Finding Hope, *Child and Family*, 5 (1), 10-21.
31. Masten, A., Best, K. & Garmezy, N. (1990). Resilience and Development, Contributions from the Study of Children who Overcome Adversity, *Development and Psychopathology*, 2, 424-445.
32. Matson, J. L. (1900). *Matson Evaluation of Social Skills with Woungesster: Manual*. Worthington, OH: International Diagnostic System.
33. Merrill, k & Gimpel, G, (1998). *Social Skills of Children and Adolescents, Conceptualization, Assessment, and Treatment*, New Jersey, Lawrence Erlbaum associates, Inc.
34. Musick, M. A., Wilson, J. (2003). Volunteering and depression: the Role of Psychological and Social Resources in Different Age Groups, *Social Science & Medicine*. 56 (2), 259-269.
35. Newman, J. S, & Pargament, k. I. (1990). The Role of Religion in Problem

- Solving Process, *The International Journal for the Psychology of Religion*. 31 (4), 390-404.
36. Parker, J.G. & Asher, S.R. (1993). Friendship and Friendship Quality Inmiddle Childhood: Links with Peer Group Acceptance and Feelings of Lonelinessand Social Dissatisfaction, *Developmental Psychology*. 29 (4), 611-621.
37. Sparrow, S.; Balla, D. & Cicchetti, D. (1984). *Vineland Adaptive BehaviorScales*: New York: American Guidance Service.
38. Rutter, M. (1985), Resilience in the Face of Adversity: Protective Factors and Resistance to Psychiatric Disorder, *British Journal of Psychiarty*. 147, 598-611.
39. Sternberg, R. (1986). *The Nature and Scope of Practical Intelligence*, Cambridge, Cambridge University Press.