



Physical Protection of Armored Brigades by Relying on Psychological Readiness

Vahid Reyazi¹ | Mehdi Ebrahimi^{2*} | Hadi Teimuri³

¹ Corresponding Author: Ground Forces College, Department, Command and Staff Army Command and Staff University (DAFOOS), Tehran, Iran

Email: m.ebrahimi@casu.ac.ir

² Associate Professor and Faculty Member, Command and Staff University of the Army (DAFOOS), Tehran, Iran

Email: V.Reyazi@casu.ac.ir

³ Corresponding Author: Command and Staff University of the Army, Tehran, Iran

Email: Teimurihadi@gmail.com

Article Info

Article type:

Research Article

Article history:

Received

2025 Dec 03

Received in revised form

2026 may 28

Accepted June

2026 may 29

Published online

2026 may 11

Keywords:

Intangible factors of combat capability, psychological readiness, general factors of force readiness

ABSTRACT

Purpose:This study aims to explore methods for enhancing the intangible factors of combat power in the armored brigades of the Islamic Republic of Iran Army Ground Forces, with an emphasis on psychological readiness.**Methodology:**The research employs a descriptive method and is of an applied nature with a mixed-methods approach. Data were gathered through document analysis and expert interviews, which informed the development of a questionnaire. The validity of the questionnaire was confirmed through face/content validation, and its reliability was verified with a Cronbach’s alpha coefficient of 0.91. The sample included commanders from armored brigades and divisions, faculty from the Command and Staff University, and academic experts in psychology familiar with the intangible elements of combat power, psychology, and the mission of the Ground Forces and armored brigades.**Findings:**Based on literature review and expert interviews, three dimensions and eight components were identified for enhancing the intangible aspects of combat power in armored brigades with a focus on psychological preparedness. These components were analyzed using SPSS and relevant statistical methods.**Conclusion:**On average, 84.2% of the sample population believed that focusing on personnel and their challenges, age considerations, physical activity, sufficient sleep, stress and pressure management, strengthening social relationships, healthy nutrition, helping personnel understand the impact of their duties on organizational goals, regular mental exercises, deep breathing techniques, daily journaling of thoughts and feelings, and administering theoretical and practical evaluations accompanied by appropriate incentives can significantly contribute to enhancing the intangible elements of combat power in the Army’s armored brigades.

Cite this article: ebrahimi, mehdi Corresponding Author: Ground Forces College, Department, Command and Staff Army Command and Staff University (DAFOOS), Tehran, Iran

Email: m.ebrahimi@casu.ac.ir

© The Author(s) **Publisher:** Command and Staff University

- DOI: 10.22034/jcwst.2026.563215.1021





ارتقاء حفاظت غیر فیزیکی توان رزمی تیپ‌های زرهی با تکیه بر آمادگی روان شناختی

مهدی ابراهیمی^۱ | وحید ریاضی | هادی تیموری

۱. نویسنده مسئول: گروه زمینی، دانشکده فرماندهی و ستاد، دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا، تهران، ایران m.abrahimi@casu.ac.ir

۲. دانشیار و عضو هیئت‌علمی دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا، تهران، ایران V.Rezavi@Casu.ac.ir

۳. مدرس و عضو هیئت‌علمی دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا، تهران، ایران teimurihadi@gmail.com

اطلاعات مقاله

چکیده

نوع مقاله: هدف: چگونگی ارتقاء حفاظت غیر فیزیکی توان رزمی تیپ‌های زرهی نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی ایران با تکیه بر آمادگی روان شناختی؛
مقاله پژوهشی
تاریخ دریافت: روش: پژوهش حاضر با روش توصیفی و از نوع کاربردی صورت پذیرفته و رویکرد تحقیق آمیخته است. داده‌های موردنظر به صورت مطالعه اسناد و مدارک معتبر و مصاحبه با صاحب‌نظران جمع‌آوری و بر اساس آن پرسشنامه تدوین گردیده است. روایی پرسشنامه به روش ظاهری، محتوایی و پایایی آن با ضریب آلفای کرون باخ ۰/۹۱ تأیید شد و بین حجم نمونه شامل فرماندهان تیپ و لشگرهای زرهی، اساتید دانشگاه فرماندهی و ستاد، اساتید دانشگاه در حوزه روانشناسی که با خصوصیات و ویژگی‌های عوامل نامحسوس توان رزمی و روانشناسی و مأموریت نیروی زمینی و تیپ‌های زرهی آشنایی داشته‌اند؛ تقسیم گردید.
تاریخ پذیرش: یافته‌ها: در این تحقیق، پس از مطالعه منابع و مصاحبه با صاحب‌نظران ۳ بعد و ۸ مؤلفه برای چگونگی ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی نزا جا با تکیه بر آمادگی روان شناختی احصاء گردید که با استفاده از نرم‌افزار SPSS و روش‌های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.
تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۳/۰۸
کلیدواژه‌ها: عوامل نامحسوس توان رزمی، آمادگی روان شناختی، عوامل عمومی آمادگی نیرو

نتیجه‌گیری: به‌طور متوسط ۸۴/۲ درصد جامعه نمونه معتقد هستند توجه به کارکنان و مشکلات آن‌ها، سن کارکنان، فعالیت‌های بدنی، خواب کافی، کنترل استرس و فشار، تقویت روابط اجتماعی، تغذیه سالم، کمک به کارکنان برای شناخت و درک تأثیر وظایفشان برای اهداف سازمانی، تمرین‌های ذهنی مداوم، تمرین‌های تنفسی عمیق، نوشتن روزانه نظرات و احساسات، برگزاری آزمون‌های نظری و عملی به همراه مشوق‌های متناسب می‌تواند در ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی نزا جا مؤثر باشد.

استناد: (۱۴۰۴). ارتقاء حفاظت غیر فیزیکی تیپ‌های زرهی با تکیه بر آمادگی روان شناختی. ۱. فصلنامه علمی و فناوری‌های جنگ شناختی.

DOI: 1022034jcwst.2026.563215.1021

ناشر: دانشگاه فرماندهی و ستاد ارتش جمهوری اسلامی ایران © نویسندگان.



DOI: 1022034jcwst.2026.563215.1021

مقدمه

در عصر جنگ‌های پیچیده، توان رزمی تنها در سخت‌افزارهای نظامی و برتری تجهیزاتی خلاصه نمی‌گردد. پژوهش‌های نوین نشان می‌دهند که عوامل نامحسوس به‌ویژه آمادگی روان‌شناختی نیروها، نقشی تعیین‌کننده در شکست یا پیروزی میدان‌های نبرد دارند. تیپ‌های زرهی به‌عنوان محور اصلی عملیات آفندی و پدافندی، وابستگی حیاتی به آمادگی روان‌شناختی دارند.

توان رزمی هر یگان نظامی عبارت است از کلیه امکانات موجود و کاربرد صحیح آن‌ها در جهت انجام مأموریت محوله که از عوامل محسوس (فیزیکی)، عوامل نامحسوس (غیر فیزیکی) و عوامل برتر ساز ترکیب گردیده است. (آقامحمدی، ۱۳۸۹: ۶۷) اگر دو یگان را در نظر بگیریم که از نظر وسایل، تجهیزات و جنگ‌افزار از هر حیث یکسان و برابر هستند، یا به‌عبارت‌دیگر از نقطه‌نظر عوامل فیزیکی (محسوس)، توان رزمی کاملاً مشابه بوده اما از لحاظ شایستگی‌های روحی و روانی، افرادی که هر دو یگان را سازمان داده‌اند و آن‌را اداره می‌نمایند، متفاوت و متمایز باشند، در این صورت توان رزمی یگانی بیشتر و مؤثر است که خصایل انسانی و روحی و روانی کارکنان آن برتر و ارزشمندتر است که عوامل نامحسوس توان رزمی نامیده می‌شود و شامل (تأثیر رهبری نظامی، ایمان، روحیه، انگیزه (میل)، آموزش، انضباط، سازمان‌دهی، صبر و بردباری و مقاومت، شجاعت، حمیت قسمتی، آداب‌ورسوم و سنن و تعصبات ملی و قومی است. (رستمی، حسن‌پور، ۱۴۰۱: ۵۴)

برای پی بردن به ارزش عوامل نامحسوس توان رزمی با نگاهی به جنگ‌های اخیر از قبیل جنگ طالبان با ارتش افغانستان، جنگ روسیه و اوکراین و جنگ‌های حزب‌الله لبنان با اسرائیل درمی‌یابیم که نیروهای ضعیف‌تر از لحاظ عوامل محسوس توان رزمی، با تکیه بر عوامل نامحسوس، ارتش‌های مقابل را علی‌رغم داشتن عوامل محسوس بسیار بالاتر زمین‌گیر نموده و یا شکست داده‌اند.

آمادگی روان‌شناختی به‌منزله یک مفهوم روان‌شناختی، به حالات، احساسات و باورهای افراد به شغل و سازمان مربوط است و به‌عنوان فرایند افزایش انگیزش درونی تعریف شده است. (اسکندری، ۱۳۹۸: فصلنامه علمی مطالعات مدیریت راهبردی دفاع ملی)

آمادگی روان‌شناختی، در سازمان موجب دوام و بقای سازمان در محیط خود و سازگاری با آن و گسترش ارتقاء مهارت‌ها برای سازش بیشتر می‌گردد، در سازمان‌ها که از آمادگی روان‌شناختی بالا برخوردار هستند، کارکنان متعهد و وظیفه‌شناس باروحیه و عملکرد بالا وجود خواهند داشت. (شکوهی، ۱۳۹۶: ۶۷)

با توجه به اهمیت عوامل نامحسوس توان رزمی در جنگ و نقش حیاتی آن برای تیپ‌های زرهی، هدف محقق ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی نیروی زمینی با استفاده از ارتقاء در دو بعد آمادگی توانمندسازی روان‌شناختی و توانمندسازی معنوی از حوزه‌های عوامل عمومی آمادگی نیرو است.

تشریح و بیان مسئله

انسان به‌عنوان کامل‌ترین پدیده الهی، تابع ارزش‌ها و باورهایی است که شیوه‌های رفتاری صحیح و منطقی و برخوردهای اصولی می‌تواند تأثیر بسزایی در ایجاد و ارتقاء روحیه و انگیزه، آن داشته باشد. در تشکیل هر سازمان عوامل و عناصر مختلف نقش دارند، یکی از مهم‌ترین عوامل در نیروی زمینی ارتش و به‌ویژه در تیپ‌های زرهی، نیروی انسانی است که بی‌شک در جهت نیل به اهداف و خواسته‌های این نیرو نقش تعیین‌کننده دارد. عوامل نامحسوس توان رزمی که مستقیماً متأثر از ویژگی‌های نیروی انسانی است در تیپ‌های زرهی که یکی از واحدهای عملیاتی نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی ایران هستند و اکثراً نیروی انسانی این تیپ‌ها از کارکنان پایور تشکیل شده است دارای اهمیت مضاعفی است؛ زیرا با توجه به ماهیت رسته زرهی و تانک که یک جنگ‌افزار آفندی تأثیرگذار در صحنه نبرد است، کارکنانی که در این رسته و تیپ‌های زرهی خدمت می‌کنند نیز باید در شرایط بحران و جنگ دارای انگیزه و روحیه بالا و آفندی برای رزم‌آوری و جنگ‌آوری باشند تا بتوانند برای مقابله و رویارویی با تیر مستقیم تانک‌ها یا سلاح‌های ضدتانک دشمن به میدان رفته و نیروی دشمن را منهدم

نمایند، لذا توجه و ارتقا مداوم عوامل نامحسوس در این تیپ‌ها به منظور ایجاد و نگهداری روحیه آفندی در کارکنان امری ضروری است.

با توجه به اهمیت عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی در نیروی زمینی، محقق در نظر دارد با کنکاش و مطالعه علمی و با کمک صاحب‌نظران و تکیه بر عوامل آمادگی عمومی نیرو در دو حوزه توانمندسازی روان‌شناختی که دارای مؤلفه‌های (عملکرد شناختی، هوشیاری ذهنی، خودشکوفایی) و توانمندسازی معنوی با مؤلفه (احساس هویت و تعلق، آگاهی از هدف و معنا و توانایی سازش و کنار آمدن) است، پاسخ مناسب برای چگونگی ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی با استفاده از توانمندسازی روان‌شناختی و توانمندسازی معنوی به دست آورد. تا با به‌کارگیری آن‌ها توسط فرماندهان، عوامل نامحسوس توان رزمی این تیپ‌ها ارتقاء یابد.

مبانی نظری و پیشینه‌های پژوهش

الف- مبانی نظری

۱- توان رزمی:

توان رزمی هر یگان نظامی عبارت است از کلیه امکانات موجود و کاربرد صحیح آن‌ها در جهت انجام مأموریت محوله که از عوامل محسوس (فیزیکی)، عوامل نامحسوس (غیر فیزیکی) و عوامل برتر ساز ترکیب شده است. (آقا محمدی، ۱۳۹۸: ۷۰)

۲- عوامل نامحسوس توان رزمی:

شامل تأثیر (رهبری نظامی، ایمان، روحیه، انگیزه (میل)، آموزش، انضباط، سازمان‌دهی، صبر و بردباری و مقاومت، شجاعت، حمیت قسمتی، آداب‌ورسوم، سنن و تعصبات ملی و قومی) است. (حسن‌پور، ۱۴۰۱: ۴۱)

توانمندی شناختی مربوط به کارکردهای اجرایی مغز هستند و بر مبنای چارچوب‌های نظری عمده در حوزه عصب‌روان‌شناسی توسط محققان مختلف دارای تقسیم‌بندی‌های متفاوتی می‌باشند. در یکی از شناخته‌شده‌ترین چارچوب‌ها شامل هفت توانایی حافظه، توجه پایدار، برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری، کنترل مهارتی و توجه انتخابی، شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری شناختی است. (اصغر زاده، ۱۴۰۰: ۳۷)

۳- آمادگی:

آمادگی کلمه‌ای که امروزه در جامعه مورد استفاده و کاربرد زیادی یافته است اما در نیروهای نظامی معنای ویژه و عمیقی دارد. آمادگی برای یک فرد خانواده یا سازمان به معنای سازگاری با شرایط موجود است در شرایط جنگ نظامیان و افراد رزمنده باید با هرج و مرج و پیچیدگی جنگ سازگار باشند. هنگامی که این نظامیان از جنگ بازمی‌گردند باید آمادگی خود را حفظ نمایند تا در جامعه مدنی که از آن ریشه گرفته‌اند، به‌طور صلح‌آمیز با دیگران تعامل داشته باشند و زندگی نمایند آمادگی در افراد نظامی صرفاً فقط جسمی نیست؛ بلکه باید جامع کامل و همه‌جانبه باشد. اعتقاد بر این است که راز آمادگی مطلوب در داشتن آگاهی پایدار از محیط در حال تغییر و انطباق انعطاف‌پذیر مستمر با آن نهفته است.

آمادگی کامل^۱ وضعیتی است که ذهن و جسم به‌صورت یک واحد در نظر گرفته‌شده، این وضعیتی است که افراد نظامی خانواده‌های آن‌ها و سازمان‌هایی که در آن خدمت می‌نمایند، متصل و درگیر هستند. آمادگی کامل را به‌عنوان نقطه‌ای از تعادل بین آمادگی و تندرستی می‌توان لحاظ نمود جایی که هر یک از این دو وضعیت از یکدیگر پشتیبانی می‌نمایند و در تعادل کامل با همدیگر هستند. افراد نظامی که به آمادگی کامل رسیده باشند؛ سالم، آماده و انعطاف‌پذیر هستند و قادر به رویارویی با چالش‌ها و تهدیدات مرگبار می‌باشند. آمادگی کامل رزم برای افراد نظامی، خانواده‌های نظامی و نیروی کار غیرنظامی با چالش‌های زیادی مواجه است.

➤ باید به‌روشنی تعریف شود که مؤلفه‌های آمادگی کدام است؟

➤ چگونه آن‌ها به‌عنوان اقدامات فردی ارزیابی می‌شوند؟

➤ نحوه تعمیم آن‌ها به کل، جامعه چگونه خواهد بود؟

➤ چگونه آموزش‌دیده خواهند شد؟

➤ چه کسی و چه چیزی وضعیت نهایی را تعیین می‌نماید؟

موارد بالا تمام وظایفی است که پیش روی مسئولین و تصمیم‌گیران نظامی هست. این تصور اشتباه است که بحث در مورد آمادگی نیروهای نظامی در جنگ فقط وجهه منفی داشته باشد. در واقع همه مردم تمایل دارند تا به سطح بالاتری از آمادگی جسمانی و روانی در پی رویدادهای دشواری مانند جنگ و بلایای طبیعی دست یابند که البته از سوی دیگر این آمادگی کامل در شرایط صلح نیز بسیار کاربرد خواهد داشت. در این مطالعه مروری آنچه از آمادگی کامل رزم به افراد نظامی و خانواده‌هایشان مربوط می‌شود بررسی گردیده است. در اینجا سعی شده که آمادگی کامل رزم و مؤلفه‌های آن شامل آمادگی اجتماعی، رفتاری، جسمانی محیطی، پزشکی، معنوی تغذیه‌ای و روانی مورد بررسی قرار گیرد. (علی شیری، ۱۳۹۷: ۴)

۴- آمادگی روان‌شناختی:

آمادگی روان‌شناختی به‌عنوان یکپارچگی و بهینه‌سازی توانایی‌های ذهنی عاطفی و رفتاری تعریف می‌گردد که با بهینه‌سازی عملکرد و تقویت انعطاف‌پذیری افراد نظامی حاصل می‌شود. انعطاف‌پذیری افراد نظامی توانایی مقاومت، بازیابی، رشد و انطباق در شرایط چالش‌برانگیز برای حفاظت از نیروهای نظامی حیاتی است. علاوه بر این بدون چنین انعطاف‌پذیری، عملکرد افراد نظامی توانایی موفقیت کامل وظایف متأثر و متضرر می‌شود و آمادگی آن‌ها برای اعزام به‌طور ناخودآگاه تحت تأثیر قرار می‌گیرد. آمادگی روانی می‌تواند با استفاده از آموزش اصولی، مشابه آمادگی جسمانی تأمین گردد. این اصول آموزشی شامل افزایش آگاهی و مهارت از طریق تمرین و تکرار، مکانیسم‌های بازخورد، انگیزه‌های عملکرد و چالش کافی برای رساندن مهارت به حد اعلاء خود است. منابع داخلی (شخصی) و خارجی (محیطی) در آمادگی روانی برای دستیابی به اهداف مأموریت، برآورده نمودن تقاضاها، چالش تحریک رشد و توسعه شخصی مورد نیاز است. منابع داخلی آمادگی روانی شامل آگاهی، باورها و ارزیابی‌ها، مقابله، تصمیم‌گیری و تعامل و منابع خارجی شامل رهبری واحد، خانواده، آموزش، سیاست و تحقیق است. افراد باید سطح کافی آگاهی از محیط خود و ارتباطشان داشته باشند تا پاسخ مناسب و کارا را در زمان مناسب ایجاد نمایند. (Hoffmann, 1998:45)

۵- عملکرد شناختی

به مجموعه فرآیندهای ذهنی اشاره دارد که به ما اجازه می‌دهد اطلاعات را پردازش نماییم، یاد بگیریم، به یاد بیاوریم، مسائل را حل و تصمیم‌گیری نماییم. این عملکرد شامل چندین جنبه مختلف است که در زیر به آن‌ها اشاره می‌شود:

الف) اجزای عملکرد شناختی:

(۱) حافظه: توانایی ذخیره‌سازی و بازیابی اطلاعات است که به حافظه کوتاه‌مدت،

حافظه بلندمدت و حافظه کاری تقسیم می‌گردد؛

(۲) توجه: توانایی تمرکز روی یک یا چند منبع اطلاعاتی و نادیده گرفتن دیگران

است که می‌تواند به صورت انتخابی یا تقسیم‌شده باشد؛

(۳) زبان: توانایی درک و تولید زبان، شامل مهارت‌های گفتاری و نوشتاری است؛

(۴) حل مسئله: شناسایی و حل مسائل با استفاده از تفکر منطقی و خلاق است؛

(۵) تصمیم‌گیری: توانایی انتخاب بهترین گزینه از میان گزینه‌های موجود بر اساس

اطلاعات و تجربه‌ها است؛

(۶) تفکر انتقادی: شامل توانایی تجزیه و تحلیل و ارزیابی اطلاعات به منظور رسیدن به

نتیجه‌گیری منطقی است. (Zulch, 2019)

ب) اهمیت عملکرد شناختی:

عملکرد شناختی در زندگی روزمره و در زمینه‌های مختلف مانند تحصیل، کار، روابط

اجتماعی و سلامت روانی بسیار مهم است. بهبود عملکرد شناختی قادر است به افزایش

کارایی، یادگیری بهتر و بهبود کیفیت زندگی کمک نماید. عوامل مؤثر بر عملکرد

شناختی شامل موارد زیر است:

(۱) سن: عملکرد شناختی معمولاً با افزایش سن تغییر می‌نماید؛

(۲) تغذیه: رژیم غذایی مناسب می‌تواند تأثیر مثبتی بر عملکرد شناختی بگذارد؛

(۳) فعالیت بدنی: ورزش منظم به بهبود عملکرد شناختی کمک می‌نماید؛

(۴) خواب: خواب کافی و باکیفیت برای حفظ عملکرد شناختی ضروری است؛

(۵) استرس: استرس مزمن قادر است تأثیرهای منفی بر عملکرد شناختی بگذارد. (Marques, 2020)

پ) راه‌های بهبود عملکرد شناختی:

- ۱) تمرین‌های ذهنی: حل معماها، بازی‌های فکری و یادگیری زبان‌های جدید؛
- ۲) تغذیه سالم: مصرف مواد غذایی مغذی مانند میوه‌ها، سبزی‌ها، ماهی و مغزها؛
- ۳) فعالیت بدنی: ورزش منظم و فعالیت‌های جسمانی؛
- ۴) مدیریت استرس: تمرینات تنفسی، مدیتیشن و یوگا؛
- ۵) خواب کافی: ایجاد عادات خواب سالم و رعایت زمان خواب. (علی شیری، ۱۳۹۸: ۷)

۶- هوشیاری ذهنی:

توانایی فرد در آگاهی از افکار، احساسات و محیط اطراف خود است. این مفهوم به معنی توجه و تمرکز بر لحظه حال و درک کامل آنچه در حال وقوع است، می‌باشد. هوشیاری ذهنی به بهبود کیفیت زندگی، کاهش استرس و افزایش سلامت روانی کمک می‌نماید.

الف) اجزای هوشیاری ذهنی:

- ۱) آگاهی از خود: شناخت و درک احساسات، افکار و رفتارهای خود؛
- ۲) توجه: توانایی تمرکز روی موضوع خاص و نادیده گرفتن حواس پرتی‌ها؛
- ۳) پذیرش: قبول نمودن افکار و احساسات بدون قضاوت و تلاش برای تغییر آن‌ها؛
- ۴) حضور در لحظه: تجربه هر لحظه به‌طور کامل و بدون نگرانی درباره گذشته یا آینده است. (اصغر زاده، ۱۴۰۰: ۳۳)

ب) اهمیت هوشیاری ذهنی:

- ۱) کاهش استرس: با تمرکز بر لحظه حال و پذیرش احساسات، می‌توان استرس و اضطراب را کاهش داد.
- ۲) بهبود تمرکز: هوشیاری ذهنی به افزایش توانایی تمرکز و توجه کمک می‌نماید.
- ۳) تقویت روابط: افزایش آگاهی از خود و دیگران روابط اجتماعی بهبود می‌یابد.

۴) افزایش خلاقیت: با آزاد نمودن ذهن از افکار مزاحم، خلاقیت و نوآوری افزایش می‌یابد. (اصغر زاده، ۱۴۰۰: ۴۰)

پ) راه‌های تقویت هوشیاری ذهنی:

۱) مدیتیشن: به افزایش هوشیاری ذهنی کمک و شخص را به تمرکز بر لحظه حال ترغیب نماید؛

۲) تمرین تنفسی عمیق: می‌تواند به آرامش و افزایش آگاهی کمک نماید؛

۳) یوگا: ترکیب حرکات بدنی و تمرکز ذهنی جهت تقویت هوشیاری است؛

۴) نوشتن روزانه: نوشتن احساسات و افکار در یک دفتر می‌تواند به افزایش آگاهی از خود کمک نماید.

۵) توجه به فعالیت‌های روزمره: سعی نمایید در حین انجام کارهای روزمره، مانند خوردن یا پیاده‌روی، به جزئیات توجه کنید.

هوشیاری ذهنی یک مهارت ارزشمند است که به بهبود کیفیت زندگی و سلامت روانی کمک می‌نماید. با تمرین و توجه به لحظه حال، می‌توان به افزایش آگاهی و کاهش استرس دست یافت. (Gupta, 2016)

۷- خود شکوفایی:

به فرآیند رشد و توسعه فردی اشاره دارد که در آن شخص به پتانسیل‌های کامل خود می‌رسد و به بهترین نسخه از خود تبدیل می‌گردد. این مفهوم در روان‌شناسی و فلسفه وجودی اهمیت دارد و به‌عنوان یکی از اهداف اصلی زندگی انسان‌ها شناخته می‌شود. خودشکوفایی یک سفر فردی است که نیاز به تلاش، آگاهی و تعهد دارد. با پیگیری آن افراد می‌توانند به زندگی معنادار و رضایت‌بخش‌تر دست یابند. (offmann, T, 1998)

الف) ویژگی‌های خود شکوفایی:

۱) آگاهی از خود: شناخت عمیق از نقاط قوت و ضعف، ارزش‌ها و اهداف است.

۲) خودانگیزگی: تمایل به پیگیری علایق و خواسته‌های شخصی بدون توجه به انتظارات اجتماعی است.

۳) خلاقیت: توانایی تفکر خلاق و نوآورانه و ابراز آن در زندگی روزمره است.

۴) پذیرش خود: قبول خود به‌عنوان فرد ویژه با تمام نقص‌ها و ویژگی‌ها است.

۵) رشد مداوم: تمایل به یادگیری و توسعه مهارت‌ها و دانش جدید است.
(Zulch, 2019)

ب) اهمیت خود شکوفایی:

۱) افزایش رضایت از زندگی: افرادی که به خود شکوفایی دست می‌یابند، معمولاً احساس رضایت و خوشبختی بیشتری دارند؛

۲) بهبود روابط: با شناخت بهتری از خود، شخص می‌تواند روابط بهتری با دیگران برقرار نماید؛

۳) افزایش خلاقیت و نوآوری: خود شکوفایی به فرد اجازه می‌دهد، خلاقانه‌تر به چالش‌ها پاسخ دهد؛

۴) توسعه مهارت‌ها: افراد به‌دنبال یادگیری و بهبود مهارت‌های خود هستند که به پیشرفت شخصی و حرفه‌ای کمک می‌نماید. (Zulch, 2019)

پ) راه‌های دستیابی به خود شکوفایی:

۱) تنظیم هدف: اهداف مشخص و قابل دستیابی که به رشد شخص کمک نماید؛

۲) روابط مثبت: ارتباط با افراد که شما را تشویق و به رشد شما کمک می‌نمایند؛

۳) یادگیری مداوم: جستجوی فرصت‌های یادگیری، چه از طریق مطالعه، دوره‌های آموزشی یا تجربیات جدید است؛

۴) مدیتیشن و خود اندیشی: وقت گذاشتن برای تفکر در مورد خود و احساسات و تمرین مدیتیشن برای افزایش آگاهی است؛

۵) پذیرش چالش‌ها: مواجهه با چالش‌ها و خروج از منطقه راحتی به رشد شخصی کمک می‌نماید. (رضایی منش، ۱۴۰۰: ۳۵)

ب- پیشینه‌های پژوهش

جان والتر^۱ سال ۲۰۱۵ در مقاله‌ای با عنوان «برنامه عوامل عمومی آمادگی نیرو» اظهار می‌دارد: ارزیابی برنامه‌ها با روش‌های ترکیبی رهبران را قادر می‌سازد تا درک نمایند که

چرا و چگونه یک برنامه موفق می‌شود؟ نمی‌شود؟ تا تلاش‌های بعدی را مدبرانه و طبق اطلاعات علمی انجام دهند.

بهروز رضایی منش، صمد بارانی (۱۳۹۸) در مقاله‌ای با عنوان عوامل مؤثر در آمادگی روان‌شناختی، به وجود ارتباط معنی‌دار و مثبت بین (عوامل سازمانی، عوامل مدیریتی، منابع خودکارآمدی فردی) اشاره نموده است.

در مقاله‌ای که توسط احمدعلی ناجی و اسحاق رحیمیان، سال ۱۴۰۲ انجام گرفته است به تدوین «مدل آمادگی شناختی برای نظامیان با فرا ترکیب دیدگاه‌های پژوهشگران غربی» پرداخته و نتایج مقاله بیانگر است که آمادگی شناختی برای نظامیان دارای سه بخش عمده دانش، مهارت و صفت است و در این رابطه می‌توان گفت مدل مورد تحقیق مطابق هدف آمادگی شناختی، بر سه جزء شناختی بودن، امکان آموزش و قابلیت اندازه‌گیری تأکید دارد.

دونالد کامپل^۱ سال ۲۰۰۵ در مقاله‌ای با عنوان «عوامل استرس‌زای شغلی در خدمت سربازی» به شناسایی عوامل استرس‌زا و ارزیابی شدت احتمالی آن‌ها در محیط‌ها و مراحل مختلف خدمت سربازی پرداخته و به بررسی و مقایسه منابع و شدت احتمالی استرس شغلی در چندین نوع گسترده از محیط‌های نظامی می‌پردازد و یک چارچوب یکپارچه برای بررسی سامانمند استرس شغلی نظامی در این زیر محیط‌ها ارائه می‌دهد.

جیمز جی. گراس در مقاله‌ای با عنوان «تنظیم هیجان» در سال ۲۰۰۹ معتقد است یکی از سریع‌ترین حوزه‌های در حال رشد در روانشناسی، حوزه تنظیم هیجان است و دارای سه مرحله شناسایی، انتخاب و اجرا است که هر کدام دارای فرایندی جداگانه است.

پل‌تی‌بارتون^۲ سال ۲۰۱۵ در تحقیقی با عنوان «تاب‌آوری در سطوح بالای استرس» معتقد است: اگرچه بسیاری از افراد پس از قرار گرفتن در معرض استرس از کاهش سلامت جسمی و روانی رنج می‌برند، بسیاری دیگر تاب‌آوری قابل توجهی نشان می‌دهند و با وجود سطوح بالای استرس، سالم می‌مانند.

1- Donald Compell

2 -P-T-Barton

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر در پی تبیین چگونگی ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی ایران با تکیه بر آمادگی روان‌شناختی با استفاده از روش توصیفی و نوع کاربردی با رویکردی آمیخته است.

برای جمع‌آوری داده‌ها از دو روش مطالعه‌های کتابخانه‌ای (مطالعه اسناد و مدارک) و میدانی (پرسشنامه) استفاده گردیده و تجزیه و تحلیل آن نیز به صورت آمیخته صورت پذیرفته است.

جامعه آماری این پژوهش برای مرحله کیفی (مصاحبه) شامل تعدادی از صاحب‌نظران و خبرگان مرتبط با موضوع در سطح فرماندهان عمده و پیشکسوت و همچنین اساتید برجسته دافوس و تعدادی از اساتید حوزه و روان‌شناسان برجسته است که حداقل دارای مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر بودند و در سطوح مختلف فرماندهی، ستادی و عملیاتی و دانشگاهی فعالیت داشتند و در زمینه موضوع تحقیق از تجربه لازم برخوردار هستند.

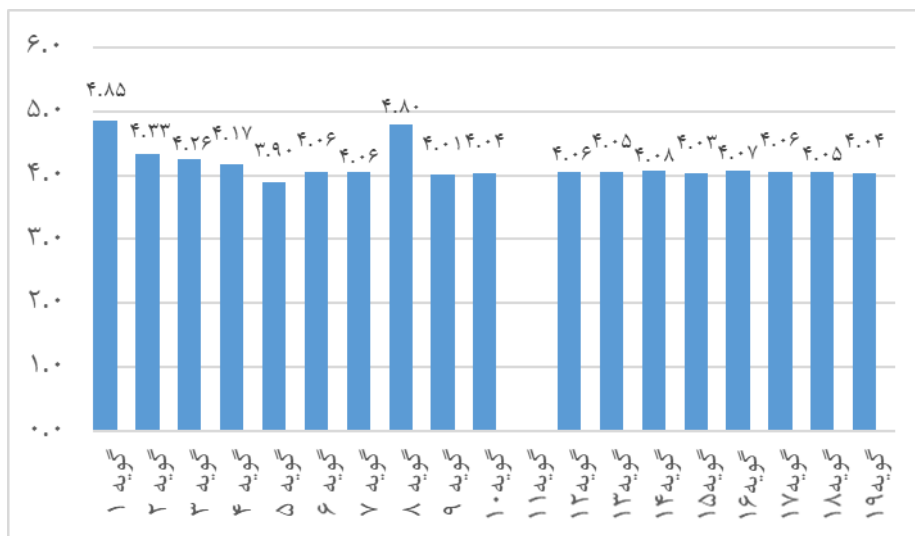
جامعه آماری برای مرحله کمی (پرسش‌نامه) شامل هیئت‌رئیس و رؤسای رکن سوم تیپ‌های زرهی و فرمانده گردان‌های تانک با حداقل ۱۵ سال سابقه خدمت و حداقل دارای مدرک کارشناسی و بالاتر است که همگی در زمینه موضوع تحقیق از تجربه لازم برخوردار هستند و به عبارتی تاکنون نسبت به اجرای مأموریت، بازدید و ارزیابی عملکرد یگان‌های زرهی مسئولیت داشتند. بر همین اساس تعداد جامعه آماری ۵۷ نفر در نظر گرفته شده است. در این تحقیق تجزیه و تحلیل اطلاعات و داده‌ها به روش آمیخته انجام گرفته است. با تجزیه و تحلیل کیفی اسناد و مدارک، مطالعه منابع و مصاحبه انجام پذیرفته با خبرگان، مؤلفه‌های پژوهش استخراج گردیده است. براین اساس پرسشنامه تهیه شده و در بین نمونه آماری توزیع و نتایج حاصل با استفاده از نرم‌افزار SPSS و روش‌های آماری مورد تجزیه و تحلیل کمی قرار گرفته و نهایتاً با در نظر گرفتن نتایج در تجزیه و تحلیل‌های کیفی و کمی، تجزیه و تحلیل آمیخته به انجام رسیده است.

الف- تجزیه تحلیل کیفی:

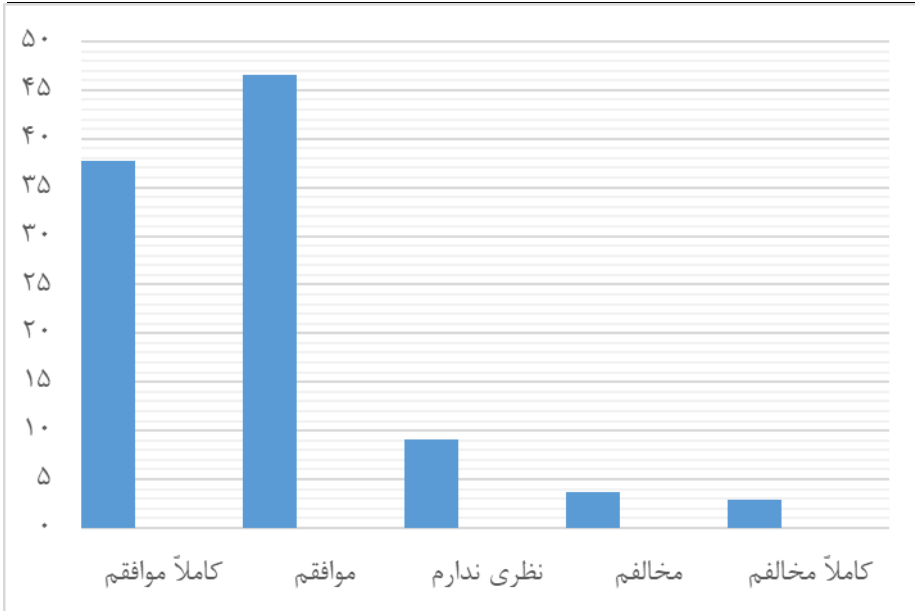
پردازش اطلاعات حاصل از پاسخهای ارائه شده توسط صاحب نظران و اهم موارد یادشده در اسناد، کتب و مدارک با توجه به معیارهای تباین، همگرایی و تقاطع نشان داد عواملی همانند توجه به کارکنان، میزان سن، فعالیت های بدنی، خواب کافی، استرس، تمرین های ذهنی، نوشتن روزانه نظرها، تمرکز روی اهداف، یادگیری مداوم، کارگروهی، تعیین راهبردها می تواند در ارتقاء آمادگی روان شناختی مؤثر باشد که مهم ترین عوامل در ارتقاء آمادگی روان شناختی احصاء شده از مطالعه منابع و مصاحبه با صاحب نظران در سه دسته کلی، عملکرد شناختی، هوشیاری ذهنی و خودشکوفایی است.

ب- تجزیه و تحلیل کمی:

باهداف چگونگی ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ های زرهی با تکیه بر آمادگی روان شناختی تعداد ۲۰ گویه طرح شد و از جامعه آماری درباره آنها نظرخواهی گردید. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده شامل میانگین، فراوانی و درصد فراوانی پاسخ های ایشان در نمودارهای زیر ارائه گردیده است:



نمودار شماره ۱: میانگین گویه های آمادگی روان شناختی



نمودار شماره ۲: درصد فراوانی گویه‌های آمادگی روان‌شناختی

تجزیه و تحلیل یافته‌ها

یافته‌های حاصل از تحلیل‌های کیفی و کمی نشان می‌دهد توجه به کارکنان و مشکلات آن‌ها، میزان سن کارکنان، فعالیت‌های بدنی، خواب کافی، کنترل استرس و فشار، تقویت روابط اجتماعی، تغذیه سالم، کمک به کارکنان برای شناخت مدرک تأثیر وظایفشان برای اهداف سازمانی، تمرین‌های ذهنی مداوم، تمرین‌های تنفسی عمیق، نوشتن روزانه نظرها و احساسات، برگزاری آزمون‌های نظری و عملی به همراه مشوق‌های متناسب می‌تواند در ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی نزاجا مؤثر باشند.

البته این گویه که توجه به کارکنان و مشکلات آن‌ها در ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی مؤثر است بیشترین میانگین و در نتیجه بالاترین اولویت را به خود اختصاص داده است. به عبارتی، از نظر جامعه نمونه این شاخص بیشترین تأثیر را در ارتقاء عوامل نامحسوس توان رزمی تیپ‌های زرهی دارد.

اولویت‌بندی کامل گویه‌ها نیز به ترتیب بیشترین به کمترین به شرح زیر است:

(۱) توجه به کارکنان و مشکلات آن‌ها

- ۲) کمک به کارکنان در شناخت و درک تأثیر وظایف برای اهداف سازمانی بر هوشیاری ذهنی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۳) ترجیح کار گروهی، تسهیل تعاملات، ایجاد انگیزه و تشویق دیگران به کار گروهی در خودشکوفایی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۴) یادگیری مداوم، جستجوی فرصت یادگیری، از طریق مطالعه، دوره‌های آموزشی یا تجربه‌های جدید در خودشکوفایی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۵) تعیین راهبرد، تعیین اولویت‌ها و هدایت اعضای تیم به سمت دستیابی به اهداف مشترک در خود شکوفایی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۶) توانایی رهبری و هدایت و تعیین نقش و وظایف افراد بر اساس توانایی آن‌ها.
- ۷) ایجاد روابط مثبت و تشویق اقدام‌های مثبت در خودشکوفایی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۸) تمرکز روی اهداف در خودشکوفایی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۹) برگزاری آزمون عملی و نظری به همراه مشوق‌های مناسب بر هوشیاری ذهنی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۰) تغذیه سالم مثل مصرف مواد مغذی (میوه، سبزی، ماهی و مغزها) بر هوشیاری ذهنی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۱) فعالیت‌های بدنی بر عملکرد شناختی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۲) میزان سن کارکنان در عملکرد شناختی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۳) خواب کافی و زمان خوابیدن در عملکرد شناختی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۴) کنترل استرس و فشار کار بر عملکرد شناختی و عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۵) تقویت روابط اجتماعی بر عملکرد شناختی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.
- ۱۶) تمرین‌های تنفسی عمیق به همراه ترکیب با حرکات بدنی مثل یوگا می‌تواند به هوشیاری ذهنی و ارتقاء عوامل نامحسوس کمک نماید.

۱۷) تمرین ذهنی مداوم مثل حل چالش و پیدا نمودن راه‌حل مناسب برای مشکل توسط کارکنان بر هوشیاری ذهنی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.

۱۸) نوشتن روزانه نظرها و احساسات می‌تواند در افزایش هوشیاری ذهنی و ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر باشد.

۱۹) طراحی اهداف قابل‌دستیابی برای کارکنان و برنامه‌ریزی فعالیت‌ها طبق اطلاعات جمع‌آوری‌شده و با همکاری دیگران بر ارتقاء عوامل نامحسوس مؤثر است.

نتیجه‌گیری و پیشنهادها

الف- نتایج:

نتایج جدول و نمودارهای بالا نشان‌دهنده آن است که به‌طور متوسط از ۵۷ نفر نمونه آماری، ۲۱ نفر (۳۷/۷ درصد) گزینه کاملاً موافقم، ۲۱ نفر (۴۶/۵ درصد) گزینه موافقم، ۵ نفر (۹/۱ درصد) گزینه متوسط، ۲ نفر (۳/۷ درصد) گزینه مخالفم و ۱ نفر (۲/۹ درصد) گزینه کاملاً مخالفم را انتخاب نموده‌اند. میانگین پاسخ‌های پاسخ‌دهندگان به این گویه برابر با ۴/۱۸ است.

پ- پیشنهادها:

۱- معاونت عملیات نزا‌جا:

در خصوص اهمیت بیشتر به آمادگی روان‌شناختی برای بالا بردن توان رزمی یگان‌های رزمی به‌خصوص تیپ‌های زرهی اقدامات لازم را انجام و در بازدیدها و دستورالعمل‌ها به این چارچوب علمی توجه ویژه نماید.

۲- معاونت طرح و برنامه و بودجه نزا‌جا:

پیش‌بینی‌های لازم جهت تدوین برنامه جامع در خصوص پیاده‌سازی حوزه‌های مختلف آمادگی روان‌شناختی در سطح نیرو انجام شود و بودجه لازم اختصاص داده شود.

۳- معاونت آماد و پشتیبانی نزا‌جا:

پشتیبانی آمادی و اداری لازم برای نهادینه کردن حوزه‌های مختلف آمادگی روان‌شناختی انجام پذیرد.

۴- معاونت تربیت و آموزش نزااجا:

ارتقاء آمادگی روان‌شناختی در سطوح مختلف نیازمند طی دوره‌های آموزشی ویژه جهت فراگیری ادبیات خاص مأموریت و روش اجرای آن است، نسبت به تدوین ریشه برنامه آموزشی و آموزش کارکنان در سطوح مختلف اقدام نمایید.

منابع

الف- فارسی

- ۱) آئین‌نامه انضباطی نیروهای مسلح. (۱۳۶۹). تهران: ستاد کل نیروهای مسلح.
- ۲) آراسته، حمیدرضا؛ حسن‌پور، اکبر؛ ایزدی، احمد و بستانی املشی، طهمورث. (۱۳۹۷). طراحی الگوی شایستگی مدیران روابط عمومی مطالعه موردی: شرکت ملی گاز ایران و شرکت‌های تابعه. فصلنامه آموزش و توسعه منابع انسانی، ۵ (۱۸)، ۷۹-۵۵.
- ۳) آرمسترانگ، مایکل. (۱۳۸۵). مدیریت عملکرد (فرد، تیم، سازمان) بهروز قلیچ‌لی و داریوش غلامزاده، مترجمان). تهران: مرکز پژوهش‌ها و آموزش صنعتی ایران. تاریخ انتشار اثر اصلی مشخص نیست.
- ۴) آرمسترانگ، م. (۱۳۹۳). مدیریت منابع انسانی ح. پهلوانیان، س. میر حسینی و ج. کمایی، مترجمان؛ ویرایش ۱۰، جلد ۱. تهران: نیکوروش. (تاریخ انتشار مشخص نیست).
- ۵) آقا محمدی، داوود. (۱۳۸۹). سیمای فرماندهی، مدیریت و رهبری در نظام اسلامی. تهران: معاونت پژوهش دانشگاه افسری امام علی (ع).
- ۶) آقا محمدی، صمد؛ جهانگیرفرد، مجید؛ حاج‌علیان، فرشاد و مجیبی، تورج. (۱۳۹۷). الگوی شایستگی‌های اقتصادی فرماندهان نظامی. فصلنامه مدیریت نوآوری در سازمان‌های دفاعی، ۱ (۲)، ۱۲۸-۱۰۳.
- ۷) احمدی، مهدی. (۱۳۹۱). الگوی شایستگی مدیران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه پیام نور واحد تهران. سامانه ایران‌داک.
- ۸) احمدی، علی. (۱۳۸۵). مدیریت فرماندهی جنگ از دیدگاه امام علی (ع). مجله شمیم یاس، (۴۳)، ۱۱.
- ۹) افجه‌ای، علی‌اکبر. (۱۳۹۰). مدیریت اسلامی. تهران: جهاد دانشگاهی علامه طباطبایی.
- ۱۰) بخشی، محمدحسین و ثواقب، جهان‌بخش. (۱۳۸۰). معیارهای گزینش در فرمان امام علی به مالک اشتر. روش‌شناسی علوم انسانی، (۲۷)، ۱۲۹-۱۲۵.

- (۱) تسبیحی، غلامحسین. (۱۳۸۰). فرماندهی و سیر تکاملی آن. فصلنامه مدیریت نظامی، (۳)، ۲۵-۳۵.
- (۱۲) جان‌بست، رابرت. (۱۳۹۱). کتاب روش‌های تحقیق در علوم تربیتی و رفتاری (نرگس طالقانی و حسن پاشا شریفی، مترجمان). تهران: رشد. (تاریخ انتشار مشخص نیست).
- (۱۳) حاج کریمی، عباسعلی؛ رضاییان، علی؛ هادی‌زاده، اکبر و بنیادی نائینی، علی. (۱۳۹۰). طراحی مدل شایستگی‌های مدیران منابع انسانی بخش دولتی در ایران. چشم‌انداز مدیریت دولتی، (۸)، ۲۳-۴۳.
- (۱۴) حسن‌پور، حمید و رستمی، شهاب. (تاریخ انتشار نامشخص). جنگ کلاسیک ۱ (ص. ۴۱). تهران: انتشارات دانشگاه فرماندهی و ستاد.
- (۱۵) اسکندری، فریدون؛ محمدی، رضا؛ علی‌اکبری، حسن و سیف، علی‌اکبر. (۱۳۹۰). سبک رهبری فرماندهان نظامی از دیدگاه امیرالمؤمنین در نهج‌البلاغه. دوفصلنامه مدیریت اسلامی، (شماره نامشخص)، ۴۰-۹۰.
- (۱۶) تورنتون، جورج سی. (۲۰۰۶). کانون‌های ارزیابی در مدیریت منابع انسانی (سعید جعفری مقدم، مجید سلیمی و سعید شهباز مرادی، مترجمان). تهران: دانشکده کارآفرینی دانشگاه تهران.

ب- انگلیسی

- 1) Amatetti, C. & Carnes, B. (2014). Managerial Competency Models: A Critical Review and Proposed Holistic-Domain Model. *Journal of Management Research*, 6(4), 36-59.
- 2) Andreas M. Riege. (2003). Validity and reliability tests in case study research: a literature review with "hands-on" applications for each research phase. *Qualitative Market Research: An International Journal*, 6(2), 75-86.
- 3) Bartone, P. T. (2006). Resilience Under Military Operational Stress: Can Leaders Influence Hardiness? *Military Psychology*, 18(Suppl), S131-S148.
- 4) Campbell, D. J. (2009). Occupational Stressors in Military Service. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1, 519-547.
- 5) Gross, J. J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26
- 6) Hoffmann, T. (1998), "The meanings of competency", *Journal of European Industrial Training*, Vol. (23) No.6, Pp:85-275.

- 7) Walter, J.& Plano Clark, V. L. (2105). Designing and conducting mixed methods research (3rd ed.)