Military Caring Sciences **Policy Summary**

10.22034/12.3.194

OPEN ACCESS

Strategies for Promoting Resilience Based on Spiritual Health in Military Forces: A Policy Brief

Afaghi. A[1],
* Vahdaninia. V[1]
Mohammadi. A[1]

*1- Aja Command and Staff University, Tehran, Iran (*Corresponding Author), EMail: vvnia@cacu.ac.ir*

ABSTRACT

Military forces, due to the nature of their job, as a sensitive and key stratum in national security, in encountering fields of crisis, face numerous psychological, physical, and social stresses and challenges that can have negative impact on their performance and health. Resilience as the ability to resist stress and recover balance after crisis, has a key role in maintaining efficiency and health of the forces. Spiritual health which includes values, beliefs and the individual's connection with higher purposes, as one of the fundamental dimensions of general health, also plays an important role in controlling stress, increasing motivation and strengthening the sense of purposefulness in the career path of military forces. The purpose of this study is to present a summary of policies related to the promotion of resilience based on spiritual health in military forces. The findings of the study showed that "spiritual education and awareness-raising"; "providing opportunities for thinking and contemplation"; "encouraging the performance of spiritual and religious activities"; "providing spiritual counseling services"; "development of spiritual leadership" and "integration of spiritual health in the healthcare system" can be considered for the promotion of resilience based on spiritual health. In order to achieve the promotion of resilience and taking into consideration the factors related to spiritual health, it is necessary to use the proposed policy solutions for maintaining an effective workforce

Keywords: Human Resources, Military Personnel, Resilience, Spiritual Health

Cite this article: Afaghi A, Vahdaninia V, Mohammadi A. Strategies for Promoting Resilience Based on Spiritual Health in Military Forces: A Policy Brief. Military Caring Sciences. 2025; 12 (3): 194-203.

Received: 2025/05/28 Received in revised form: 2025/07/8 Accepted: 2025/07/10 Published: 2025/9/30

©The Author(s)

Publisher: Aja University of Medical Sciences

علوم مراقبتی نظامی

خلاصه سیاستی

راهکارهای ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی: یک خلاصه سیاستی

احمد آفاقی[1]
***ولی اله وحدانی نیا**[1]
احمد محمدی[1]

۱ - دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا، تهران، ایران (* نویسنده مسئول)، آدرس الکترونیک:
vvnia@casu.ac.ir

چکیده

نیروهای نظامی به دلیل ماهیت شغلی خود، به عنوان قشر حساس و کلیدی در امنیت ملی، در برخورد با میدان‌های بحران، با استرس‌ها و چالش‌های روانی، جسمی و اجتماعی متعددی مواجه هستند که می‌تواند تأثیر منفی بر عملکرد و سلامت آن‌ها داشته باشد. تاب‌آوری به عنوان توانایی مقاومت در برابر استرس و بازیابی تعادل پس از بحران، نقش کلیدی در حفظ کارایی و سلامت نیروها دارد. سلامت معنوی که شامل ارزش‌ها، باورها و ارتباط فرد با اهداف عالی است به عنوان یکی از ابعاد اساسی سلامت عمومی، نیز نقش مهمی در کنترل استرس، افزایش انگیزه و تقویت حس هدفمندی در مسیر کاری نیروهای نظامی دارد. هدف از این مطالعه، ارائه خلاصه سیاست‌های مربوط به ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی می‌باشد. یافته‌های مطالعه نشان داد که «آموزش و آگاهی‌بخشی معنوی»، «فراهم‌سازی فرصت‌های تفکر و تعمق»، «تشویق به انجام فعالیت‌های معنوی و مذهبی»، «ارائه خدمات مشاوره معنوی»، «توسعه رهبری معنوی» و «ادغام سلامت معنوی در سیستم مراقبت‌های بهداشتی» می‌توانند جهت ارتقای تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی مد نظر قرار بگیرند. به منظور دستیابی به ارتقاء تاب آوری و با در نظر گرفتن عوامل مرتبط با سلامت معنوی لازم است از راهکارهای سیاستی پیشنهاد شده، برای حفظ نیروی کار مؤثر استفاده گردد.

کلمات کلیدی: پرسنل نظامی، تاب آوری، سلامت معنوی، نیروی انسانی

استناد: آفاقی احمد، وحدانی نیا ولی اله، محمدی احمد. راهکارهای ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی: یک خلاصه سیاستی. علوم مراقبتی نظامی. ۱۴۰۴؛ ۱۲(۳): ۲۰۳- ۱۹۴.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۰۷ تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۴/۱۷ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۱۹ تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۷/۰۸

ناشر: دانشگاه علوم پزشکی آجا

©نویسندگان.

CC BY NC

مقدمه

نیروی انسانی، مهم‌ترین سرمایه سازمانی است و سرمایه انسانی قوی، امکانات مادی و اجتماعی را فراهم می‌آورد. سازمان‌های کوچک و بزرگ از یک سو با بحران‌های اقتصادی، سیاسی و اجتماعی و از سوی دیگر با بحران‌های داخلی مثل ورشکستگی مالی، کمبود نیروی انسانی، ترک خدمت نیروهای کلیدی روبرو هستند. تنها مشکلات و مسائل بزرگ نیستند که می‌توانند برای افراد و سازمان‌ها مشکل ساز شوند؛ بلکه مشکلات کوچک روزمره افراد و سازمان نیز می‌تواند قابل تأمل باشد (۱). در این شرایط، انعطاف‌پذیری و تاب‌آوری (Resilience) به یک ضرورت مهم برای همه کسب وکارها تبدیل شده است.

تاب‌آوری مهارتی است که افراد در شرایط طاقت‌فرسا، تمام توانمندی‌های خود را به کار می‌گیرند تا به موفقیت دست پیدا کنند؛ درنتیجه موجب سازگاری فرد با عوامل خطر می‌شود (۲). توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی روانی در شرایط خطرناک، تاب‌آوری نام دارد. تاب‌آوری به عنوان یک ساز و کار دفاعی باعث می‌شود افراد در شرایط دشوار و با وجود عوامل خطر، از ظرفیت‌های موجود خود در جهت دستیابی به موفقیت و رشد زندگی فردی استفاده کنند و از این چالش‌ها به‌عنوان فرصتی برای توانمند کردن خود بهره جویند (۳).

جهت ارتقاء تاب‌آوری، توجه به سلامت معنوی (Spiritual Health) به‌عنوان حوزه مطالعاتی اهمیت زیادی دارد (۳). صاحب‌نظران برای سلامت، بعدهای مختلفی قائل شده‌اند؛ بعدهایی چون سلامت جسمی، سلامت روانی، سلامت اجتماعی و سلامت معنوی. بعد سلامت معنوی یکی از ابعاد مهم سلامتی است که توجه به آن، به‌شدت ضروری و پیونددهنده با دیگر ابعاد سلامتی است و باعث ارتقای سلامت عمومی انسان می‌شود (۴). سلامت معنوی، به‌عنوان بعدی از سلامت، عموماً برخورداری انسان از وضعیتی مطلوب در حیطه‌هایی چون: «رابطه‌ی فرد با خود»، «رابطه‌ی فرد با دیگران»، «رابطه‌ی فرد با طبیعت»، «مسئولیت اجتماعی»، «مسائل وجودی» و «رابطه‌ی فرد با وجود برتر» شمرده می‌شود (۵).

معنویت در محیط کار مفهوم جدیدی است که قابلیت این را دارد که می‌تواند به افراد در جهت یکپارچه ساختن کار و زندگی معنوی‌شان، جهت ببخشد و کاری لذت‌بخش، متوازن و معنادار را برای آن‌ها به ارمغان آورده و تاب‌آوری آن‌ها را ارتقاء دهد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که سلامت معنوی می‌تواند به‌عنوان یکی از منابع درونی مؤثر، نقش مهمی در تقویت تاب‌آوری ایفا کند (۶-۹)؛ به عبارت دیگر اعتقاد به نیرویی برتر، مایه تسلی در شرایط دردناک و تهدیدکننده است و تحمل شرایط دردناک را آسان‌تر می‌کند. کارکنانی که از سطح بالاتری از سلامت معنوی برخوردارند، در مواجهه با چالش‌ها انعطاف‌پذیرتر، مسئولیت‌پذیرتر و امیدوارتر عمل می‌کنند (۱۰). سازمان‌هایی که در سیاست‌گذاری‌های منابع انسانی خود به تقویت سلامت معنوی توجه می‌کنند، کارکنانی تاب آورتر، وفادارتر و بهره‌ورتر خواهند داشت. این رویکرد نه تنها کیفیت زندگی شغلی را بهبود می‌بخشد، بلکه به تحقق اهداف راهبردی سازمان نیز کمک می‌کند (۱۱).

تاب‌آوری کارکنان پایور نظامی در محیط‌های کاری پرتنش، به‌ویژه در حوزه‌های حساس، امری حیاتی است. سازمان‌های نظامی به کارکنانی نیاز دارند که از تاب‌آوری بالایی برخوردار باشند تا بتوانند با موانع پیشرو مقابله کنند و موفقیت‌های فراوانی کسب کنند اهمیتی که سلامت معنوی و تاب‌آوری بر روی روحیه و توانایی‌های فرد دارد بسیار حائز اهمیت است؛ به‌گونه‌ای که با افزایش سلامت معنوی و تاب‌آوری نیروهای نظامی در آینده می‌توان بر مشکلات فائق آمده و در راستای اهداف سازمان اقدام نموده و باعث توسعه پیشرفت‌های بعد نظامی (یکی از ابعاد قدرت ملی) جامعه شد (۱۲).

برابر اصل یکصد و چهل و سوم قانون اساسی، نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران، مأموریت پاسداری از استقلال و تمامیت ارضی و نظام جمهوری اسلامی کشور را بر عهده دارد. اجرای این وظیفه و مأموریت خطیر و رسالت سنگین به عهده کارکنان سازمان است (۱۳).

سازمان بدون منابع انسانی مفهومی ندارد و اداره کردن آن غیرممکن است و حتی با وجود ظهور فن‌آوری‌های جدید در سازمان‌ها، نقش انسان، به عنوان عاملی حیاتی در بقای سازمان همچنان آشکار است. در سازمان‌های نظامی مانند بسیاری از سازمان‌های دیگر، عامل انسانی مهم‌ترین رکن سازمان است و کم و کیف عملکرد آن تأثیر بسیار زیادی بر موفقیت سازمان دارد. با عنایت به شرایط خاص جامعه، افزایش تعارضات در زندگی

اجتماعی افراد، گسترش سازمان‌ها و تغییرات زیاد محیطی و اجتماعی، تهدیدات نظامی، شکل‌گیری تحولات جدید فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، نظامی و همچنین تنوع و پیچیدگی مأموریت‌های محوله، کارکنان را در برابر این تغییرات و مشکلات تحت تأثیر مسائل مختلفی قرار داده است؛ به‌گونه‌ای که این شرایط پرخطر می‌تواند زمینه‌ساز بروز آسیب‌های متعدد و متنوع در سطح یگان‌های نظامی گردیده و تاب‌آوری نیروهای نظامی را تحت‌الشعاع خود قرار دهد (۱۴، ۱۵). ارزانی و باصری در یک مطالعه توصیفی- همبستگی با حجم نمونه ۲۴۰ نفر از کارکنان نظامی، میانگین میزان تاب‌آوری را ۴۱/۹۵ ذکر کرد که این مقدار نشان‌دهنده میزان کم تاب‌آوری در کارکنان نظامی است (۱۶). از این رو به منظور سازگاری با این مشکلات، ارتقاء تاب‌آوری کارکنان پایور در چنین شرایطی یکی از چالش‌های اساسی و وظایف اصلی فرماندهان و مدیران بوده است.

مطالعات زیادی نشان داده‌اند که مداخلات مبتنی بر سلامت معنوی می‌توانند به عنوان یک رویکرد مؤثر برای ارتقای تاب‌آوری و سلامت روان در جمعیت‌های مختلف مورد استفاده قرار گیرند (۶، ۷، ۱۰). جعفری و همکاران نیز در مطالعه‌ی خود نشان دادند که تأکید بر تاب آوری معنوی می‌تواند راهبردهای مقابله‌ای افراد نظامی را تحت تأثیر قرار دهد؛ به عبارت دیگر به سبب ماهیت استرس‌زای مشاغل نظامی، ایجاد زمینه برای فعالیت‌های مذهبی و معنوی که از جمله عواملی است که می‌تواند تاب آوری معنوی را افزایش دهد، از اهمیت خاص برخوردار است (۱۷).

الگویی جامع برای توسعه و تقویت سلامت معنوی می‌تواند بهبود کارایی، کاهش آسیب‌های روانی و افزایش پایداری نیروها را در پی داشته باشد؛ بنابراین، تدوین راهکارهای مؤثر و مبتنی بر شواهد در این حوزه ضروری است. با توجه به اهمیت تاب‌آوری در سلامت و بهزیستی افراد، به‌ویژه در کارکنان پایور نظامی، شناسایی راهکارهای ارتقاء تاب آوری از اهمیت خاصی برخوردار است؛ زیرا این ظرفیت علاوه بر تأثیرگذاری بر حیطه‌های کیفیت زندگی، بر عملکرد شغلی و کیفیت ارائه خدمات‌رسانی نیروهای نظامی نیز تأثیر می‌گذارد. لذا، این مطالعه با هدف ارائه سیاست‌های مربوط به ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی انجام شد.

مواد و روش‌ها

این مطالعه بخشی از یک مطالعه ترکیبی با رویکرد اکتشافی متوالی (Exploratory Sequential Design) است که در سال ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳ در استان تهران و خراسان رضوی انجام شد. در فاز کیفی، محقق ابتدا مصاحبه‌های ساختار یافته‌ای با تعداد ده نفر از خبرگان در سطح آجا شامل تعدادی از فرماندهان، مدیران، اساتید و متخصصین حوزه سلامت معنوی و تاب‌آوری انجام داد و به تبیین تاب‌آوری کارکنان پایور آجا مبتنی بر سلامت معنوی پرداخت. سپس بر اساس نتایج این مصاحبه‌ها، یک پرسشنامه طراحی و در مرحله کمی، مراحل روانسنجی پرسشنامه انجام شد. در این راستا در مرحله‌ی کیفی، راهکارهای عملی و اثربخش پیشنهادی درباره چگونگی ارتقاء تاب آوری نیروهای نظامی مبتنی بر سلامت معنوی، طبق نظر و تجارب صاحب‌نظران و ذینفعان تدوین گردید.

سپس به منظور شفاف شدن ابعاد مسئله و یافتن مطالعات مرتبط، جست و جوی منظم در داده پایگاه‌های اطلاعاتی معتبر داخلی و بین المللی شامل SID، Magiran، Scopus، PubMed و همچنین استفاده از موتور جستجوی Google Scholar بین سال‌های ۱۴۰۴ -۱۳۹۴ (۲۰۲۵-۲۰۱۵) و با استفاده از کلید واژه‌های سلامت معنوی، تاب آوری، سلامت، نیروی انسانی، پرسنل نظامی (Spiritual health, Resilience, Health, Human Resource, Military Personnel) انجام شد. این روش (انجام مصاحبه و مرور متون) به درک عمیق‌تری از چگونگی ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی برای ایفای نقش مؤثرتر کمک می‌کند. در نهایت راهکارها در قالب جدول راهنمای سیاستی تنظیم و نقد و بررسی شدند تا قابلیت اجرایی، مزایا و معایب هر یک ارزیابی گردد.

مطالعه حاضر در شورای پژوهشی دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا (دافوس) در تاریخ ۱۴۰۲/۴/۱۳ تصویب شده است. از مشارکت کنندگان برای شرکت در مطالعه، پاسخگویی به سؤالات، رضایت آگاهانه کتبی اخذ شد. ورود مشارکت کنندگان به مطالعه کاملاً داوطلبانه بود و هیچ گونه تطمیع یا فشاری جهت جمع آوری داده‌ها به آن‌ها وارد نشد. در مورد محرمانه بودن داده‌های جمع آوری شده و نیز حق خروج از مطالعه به آن‌ها اطمینان کامل داده شد. سایر مفاد بیانیه هلسینکی و کمیته اخلاق نشر

جدول ۱- گزینه‌های سیاستی ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی

راهکارهای سیاستی	تعریف و توضیح	اجزا کلیدی	مزایا	چالش‌ها
آموزش و آگاهی‌بخشی معنوی	این راهکار شامل طراحی و اجرای برنامه‌های آموزشی جامع و مدون با هدف افزایش دانش و آگاهی نیروها در زمینه سلامت معنوی است. این برنامه‌ها باید مباحثی چون معنای زندگی، ارزش‌های اخلاقی و انسانی، ارتباط با ماوراءالطبیعه، هدفمندی و نقش معنویت در تاب‌آوری را پوشش دهند.	کارگاه‌ها و سمینارهای آموزشی: برگزاری کارگاه‌های تعاملی و سمینارهای تخصصی با حضور اساتید و متخصصان حوزه معنویت و روانشناسی. مطالعات گروهی: تشکیل گروه‌های مطالعاتی برای بررسی متون و منابع مرتبط با سلامت معنوی و تبادل تجربیات. برنامه‌های آنلاین و آفلاین: استفاده از پلتفرم‌های آموزشی آنلاین و بسته‌های آموزشی آفلاین برای دسترسی آسان و مستمر به محتوای آموزشی. ارزیابی و بازخورد: ارزیابی مستمر میزان اثربخشی برنامه‌های آموزشی از طریق آزمون‌ها، پرسشنامه‌ها و جلسات بازخورد.	افزایش آگاهی و دانش نیروها در زمینه سلامت معنوی، تقویت ارزش‌های اخلاقی و انسانی، ایجاد حس هدفمندی و معناداری در زندگی، کاهش استرس و اضطراب، افزایش تاب‌آوری در برابر مشکلات و چالش‌ها.	نیاز به متخصصان مجرب و آموزش‌دیده برای تدریس و اجرای برنامه‌ها، احتمال مقاومت برخی نیروها در برابر مفاهیم معنوی، دشواری اندازه‌گیری عینی میزان اثربخشی برنامه‌ها.
تشویق به انجام فعالیت‌های معنوی و مذهبی	این راهکار شامل حمایت و ترویج فعالیت‌های معنوی و مذهبی مورد علاقه نیروها است. هدف از این کار، کمک به نیروها برای ارتباط با منبع قدرت و آرامش درونی خود، تقویت باورهای معنوی و ایجاد حس تعلق و معناداری است.	فراهم کردن امکانات: ایجاد و تجهیز نمازخانه‌ها، مساجد و سایر اماکن مذهبی در پادگان‌ها و مراکز نظامی. برگزاری مراسم مذهبی: برگزاری مراسم مذهبی و مناسبت‌های معنوی با حضور روحانیون و مبلغان مذهبی. حمایت از گروه‌های مذهبی: حمایت از فعالیت‌های گروه‌های مذهبی و معنوی در داخل سازمان. تشویق به فعالیت‌های داوطلبانه: تشویق نیروها به شرکت در فعالیت‌های داوطلبانه و خیریه با هدف کمک به نیازمندان.	تقویت باورهای معنوی و مذهبی، ایجاد حس آرامش و امیدواری، بهبود روابط با دیگران، کاهش رفتارهای پرخطر، افزایش احساس مسئولیت اجتماعی.	احتمال بروز اختلافات مذهبی و فرقه‌ای، نیاز به رعایت تنوع مذهبی و احترام به آزادی عقیده، دشواری مدیریت و نظارت بر فعالیت‌های مذهبی در محیط‌های نظامی.
فراهم‌سازی فرصت‌های تفکر و تعمق	این راهکار بر ایجاد فضاهای فیزیکی و زمانی مناسب برای نیروها به منظور تفکر، تعمق و خودشناسی تمرکز دارد. هدف از این کار، فراهم کردن فرصتی برای نیروها است تا از دغدغه‌های روزمره و استرس‌های شغلی فاصله بگیرند و به ارزش‌ها، باورها و اهداف درونی خود توجه کنند.	ایجاد فضاهای آرام: ایجاد اتاق‌های مدیتیشن (Meditation)، کتابخانه‌ها و فضاهای سبز در محیط‌های نظامی. زمان‌های استراحت: گنجاندن زمان‌های استراحت کوتاه در برنامه‌های روزانه برای تفکر و تعمق. طبیعت‌گردی: برگزاری اردوهای طبیعت‌گردی گروهی با هدف تأمل در زیبایی‌های طبیعت و ارتباط با محیط زیست.	افزایش خودآگاهی و شناخت درونی، کاهش استرس و اضطراب، تقویت تمرکز و توجه، ایجاد حس آرامش و سکون، افزایش خلاقیت و نوآوری، بهبود تصمیم‌گیری.	احتمال تلقی این فعالیت‌ها به عنوان غیرضروری یا وقت‌گیر توسط برخی نیروها، نیاز به مدیریت زمان مناسب برای گنجاندن این فعالیت‌ها در برنامه‌های شلوغ نظامی، دشواری ایجاد فضاهای آرام و ساکت در محیط‌های پرهیاهوی نظامی.

ادامه جدول ۱- گزینه‌های سیاستی ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی

راهکارهای سیاستی	تعریف و توضیح	اجزا کلیدی	مزایا	چالش‌ها
		تمرینات ذهن‌آگاهی (Mindfulness): آموزش و تمرین تکنیک‌های ذهن‌آگاهی برای افزایش تمرکز و کاهش استرس.		
ارائه خدمات مشاوره معنوی	این راهکار شامل ارائه خدمات مشاوره تخصصی در زمینه مسائل معنوی و وجودی به نیروهای نظامی است. مشاوران معنوی می‌توانند به نیروها کمک کنند تا با چالش‌های زندگی، از دست دادن اطرافیان، بحران‌های معنایی و سایر مسائل مرتبط با سلامت معنوی کنار بیایند.	استخدام مشاوران معنوی: استخدام مشاوران متخصص و آموزش‌دیده در زمینه معنویت، روانشناسی و مشاوره. ایجاد مراکز مشاوره: ایجاد مراکز مشاوره معنوی در پادگان‌ها و مراکز نظامی. برگزاری جلسات مشاوره فردی و گروهی: ارائه خدمات مشاوره فردی و گروهی به نیروها در زمینه‌های مختلف. ارائه خدمات آنلاین (online): ارائه خدمات مشاوره آنلاین از طریق تلفن، ایمیل و ویدئو کنفرانس.	کمک به حل مشکلات معنوی و وجودی، کاهش احساس تنهایی و انزوا، افزایش خودآگاهی و شناخت درونی، بهبود سلامت روان و ارتقاء کیفیت زندگی.	کمبود مشاوران معنوی متخصص و آموزش‌دیده، احتمال مقاومت برخی نیروها در برابر مراجعه به مشاور، نیاز به حفظ حریم خصوصی و رازداری در جلسات مشاوره.
توسعه رهبری معنوی	آموزش و تربیت رهبران نظامی در زمینه اصول رهبری معنوی با هدف الهام بخشیدن به نیروها، ایجاد حس هدفمندی و ترویج ارزش‌های اخلاقی.	آموزش رهبران: برگزاری دوره‌های آموزشی برای رهبران نظامی در زمینه رهبری معنوی، ارتباط مؤثر، همدلی و انگیزش.	افزایش انگیزه و تعهد نیروها، بهبود روابط بین رهبران و کارکنان، ارتقاء فرهنگ سازمانی، افزایش بهره‌وری.	نیاز به رهبران با صلاحیت و آگاه به مسائل معنوی، احتمال مقاومت برخی رهبران در پذیرش این نقش جدید،
ادغام سلامت معنوی در مراقبت‌های بهداشتی	ادغام سلامت معنوی در مراقبت‌های بهداشتی: گنجاندن ارزیابی و مداخلات مربوط به سلامت معنوی در برنامه‌های مراقبت‌های بهداشتی نیروهای نظامی با هدف شناسایی و رفع نیازهای معنوی نیروها و پیشگیری از مشکلات روانی و اجتماعی ناشی از عدم توجه به این بعد از سلامت.	ارزیابی سلامت معنوی: گنجاندن پرسشنامه‌ها و مصاحبه‌های مربوط به سلامت معنوی در ارزیابی‌های پزشکی و روانشناختی نیروها. ارائه خدمات یکپارچه (Integrated): همکاری بین متخصصان بهداشت، مشاوران معنوی و روحانیون برای ارائه خدمات جامع به نیروها. تدوین پروتکل‌های درمانی: تدوین پروتکل‌های درمانی مبتنی بر سلامت معنوی برای درمان مشکلات روانی و اجتماعی نیروها.	شناسایی زودهنگام مشکلات معنوی، ارائه خدمات بهداشتی جامع و یکپارچه، کاهش هزینه‌های درمانی، بهبود کیفیت زندگی.	دشواری ادغام سلامت معنوی در سیستم مراقبت‌های بهداشتی، نیاز به همکاری بین متخصصان بهداشت و مشاوران معنوی. خودداری برخی نیروها از افشای مسائل معنوی خود به متخصصان بهداشت

COPE (Committee on Publication Ethics) نیز مورد توجه قرار گرفتند.

یافته‌ها

پنج راهکار سیاستی اصلی در ارتقاء سلامت معنوی نیروهای نظامی مبتنی بر تاب آوری شناسایی شد: «آموزش و آگاهی‌بخشی معنوی»؛ «تشویق به انجام فعالیت‌های معنوی و مذهبی»؛ «فراهم‌سازی فرصت‌های تفکر و تعمق»؛ «ارائه خدمات مشاوره معنوی»؛ «توسعه رهبری معنوی» و «ادغام سلامت معنوی در سیستم مراقبت‌های بهداشتی».

این راهکارها به طور کلی، باعث تقویت حس هدفمندی، ارتقای ارزش‌های اخلاقی، کاهش استرس و افزایش حمایت اجتماعی و در نهایت افزایش میزان تاب آوری می‌شود. این راهکارها باید با توجه به فرهنگ، باورها و نیازهای خاص نیروهای نظامی طراحی و اجرا شوند. همچنین اجرای این برنامه‌ها نیازمند زیرساخت‌های مناسب، آموزش متخصصان، حمایت مدیریتی، مشارکت فعال افراد و ارزیابی مداوم دارد تا اثربخشی آن‌ها تضمین شود. در جدول شماره یک به شرح راهکارهای سیاستی به همراه اجزای کلیدی، مزایا و چالش‌های هر کدام پرداخته شده است.

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف ارائه راهکارهای مربوط به ارتقاء تاب آوری مبتنی بر سلامت معنوی در نیروهای نظامی انجام شد. یافته‌های مطالعه نشان داد که بهره‌گیری مؤثر از راهکارهای سلامت معنوی نظیر آموزش و آگاهی‌بخشی معنوی، فراهم‌سازی فرصت‌های تفکر و تعمق، تشویق به انجام فعالیت‌های معنوی و مذهبی، ارائه خدمات مشاوره معنوی، توسعه رهبری معنوی و ادغام سلامت معنوی در مراقبت‌های بهداشتی می‌تواند نقش محوری در ارتقاء تاب‌آوری نیروهای نظامی ایفا کند. بوگا (Boga) در کتاب رهبری نظامی و تاب آوری (Military Leadership and Resilience) بیان می‌کند که تاب‌آوری به عنوان توانایی بازگشت به حالت عادی پس از مواجهه با شرایط سخت، به ویژه در محیط‌های نظامی، از اهمیت بالایی برخوردار است (۱۸).

یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد که آموزش معنویت و آگاهی بخشی و انجام فعالیت‌های مذهبی و معنوی می‌تواند به افراد کمک کند تا در برابر چالش‌های زندگی، مقاومت نشان دهند و به دنبال معنا و هدف باشند. پینتو (Pinto) و همکاران با انجام یک مطالعه مروری حوزه‌ای (Scoping Review) از هوش معنوی، همبستگی‌های مثبتی را با تاب‌آوری، سلامت عمومی، روانی، هوش هیجانی و رفتارهای اجتماعی مطلوب و راهبردهای ارتباطی و همبستگی‌های منفی را با فرسودگی شغلی، استرس، افسردگی و اضطراب نشان داد. این مطالعه تأکید کرد که آموزش هوش معنوی به عنوان یک استراتژی ارتقای سلامت با هدف ایجاد جامعه‌ای تاب آورتر و دلسوزتر، به شدت مورد نیاز است و باید از اوایل کودکی در برنامه‌های آموزشی جهانی ادغام شود (۱۹). همچنین داده‌های حاصل از مصاحبه عمیق با ۲۲ بیمار و کادر درمان دریک بیمارستان نظامی در سال ۱۴۰۱ نشان داد، سلامت معنوی تیم درمان و بیماران باعث تغییر نگرش به بحران حاصل از بیماری می‌شد تا حوادث زندگی و رنج‌ها را تجربیات معنوی در نظر بگیرند که با ربوبیت خداوند قابل مدیریت است. ایشان خدا را محور در درمان، شفادهنده و اراده خدا را حاکم بر حوادث زندگی می‌دانستند. این نگرش معنوی از سلامت معنوی آن‌ها نشئت می‌گرفت. ایمان و معنویت دینی با ارتقای هوش معنوی در سازگاری با بحران مؤثر بود و انگیزه معنوی سبب تاب‌آوری و تلاش برای رضای خدا می‌شد (۲۰). در همین راستا، کارگاهان (Karahan) و همکاران در کشور ترکیه با انجام یک مطالعه مقطعی در بین ۲۱۲ دانشجوی دندانپزشکی به این نتیجه رسیدند که بین سلامت معنوی و تاب آوری همبستگی مثبت وجود دارد (۹). در محیط‌های پرتنش و پرفشار نظامی، آموزش در حوزه معنویت به نیروهای نظامی کمک می‌کنند تا با تقویت ارزش‌های اخلاقی و انسانی، معنا و هدفی فراتر از وظایف نظامی خود بیابند و از بروز فرسودگی و افسردگی جلوگیری کنند. آگاهی‌بخشی نیز با توسعه خودآگاهی و مدیریت هیجانات، به نیروهای نظامی امکان می‌دهد تا استرس‌ها و فشارهای ناشی از بحران‌ها و دوری از خانواده را بهتر مدیریت کرده و تصمیمات بهتری در شرایط بحرانی اتخاذ کنند. فعالیت‌های مذهبی و معنوی، مانند دعا، مراقبه و انجام مراسم مذهبی، نیز با ایجاد حس همبستگی، حمایت اجتماعی و امیدواری، به تقویت روحیه و افزایش تاب‌آوری جمعی نیروها کمک می‌کنند.

تفکر و تعمق و انجام تمرینات ذهن آگاهی، با تغییر در شبکه‌های

عصبی مرتبط با هیجان، توجه و خودآگاهی، زمینه را برای سازگاری بهتر با چالش‌های زندگی فراهم می‌کنند. رحیم‌پور و همکاران در مطالعه خود نشان دادند که آموزش تلفیقی چشم انداز زمان و ذهن آگاهی در افزایش تاب آوری دختران دانش آموز، تأثیر مثبت و معناداری دارد (۲۱). فراهم‌سازی فرصت‌های تفکر و تعمق در نیروهای نظامی، به عنوان یک راهبرد اساسی، به افراد این امکان را می‌دهد تا از فشارهای روزمره و استرس‌های ناشی از محیط نظامی دور شده و به ارزیابی عمیق‌تر تجربیات خود بپردازند. همچنین الگوهای فکری و رفتاری خود را شناسایی کرده، نقاط قوت و ضعف خود را بشناسند و راهکارهای سازگارتری برای مقابله با چالش‌ها پیدا کنند و در مواجهه با شرایط دشوار، انعطاف‌پذیری بیشتری از خود نشان دهند.

ارائه خدمات مشاوره معنوی، با توجه به فطرت خداجوی انسان و زمینه و بافت مذهبی و فرهنگی قوی در کشور ما و وجود ریشه‌های عمیق معنویت و باورهای مذهبی می‌تواند به عنوان منبع حمایتی مهمی به حساب آید که به افزایش تاب آوری افراد کمک کند. مطالعه‌ی برجی و همکاران بیان کرد که مسئولان مراکز مشاوره دانشگاه‌ها برای افزایش تاب آوری و سلامت روان دانشجویان از مقوله دین و اهمیت آن غافل نشوند و در جهت تقویت معنویت در دانشجویان گام بردارند (۲۲). مشاوران معنوی، با ایجاد فضایی امن و حمایتی، به نیروهای نظامی این امکان را می‌دهند تا درباره نگرانی‌ها، ترس‌ها و چالش‌های اخلاقی خود صحبت کرده و راه‌حل‌های مبتنی بر ارزش‌های خود برای حل مشکلات پیدا کنند. این فرآیند، نه تنها به کاهش استرس و اضطراب کمک می‌کند، بلکه با تقویت ایمان، امیدواری و حس تعلق به یک هدف بزرگتر، تاب‌آوری روانی و معنوی نیروها را به طور چشمگیری افزایش می‌دهد.

رهبری معنوی می‌تواند با افزایش انگیزش در مهم‌ترین سرمایه سازمان‌ها یعنی نیروی انسانی باعث بهبود عملکرد کارکنان و اثربخشی آن‌ها شود (۲۳). رهبری معنوی فرماندهان نظامی، ضامن آمادگی معنوی در رزم و مؤثر بر کاهش استرس‌های نظامیان است. فرماندهان دارای شخصیت معنوی سالم توأم با خردورزی، پاکدامنی، شجاعت، سخاوت، نوع دوستی و مهرورزی رفتار می‌کنند. آن‌ها با ایجاد دلبستگی ایمن به خدا و تصور مثبت از خدا سبب ارتقای سلامت معنوی نظامیان و خانواده‌ها می‌شوند. دلبستگی ایمن به خدا، استرس‌های شغلی، فشار رخدادهای زندگی را کاهش می‌دهد (۲۴). مطالعه کُه (Koh) و همکاران در نشان داد افزودن توجه به معنویت می‌تواند برای گنجاندن در اعتباربخشی بهداشت عمومی (Public Health Accreditation) در آینده مربوط به شایستگی‌های رهبری در نظر گرفته شود (۲۵). سلامت معنوی نیز که شامل ایجاد معنا و هدف در زندگی، ارتباط با چیزی بزرگ‌تر از خود و تقویت ارزش‌های اخلاقی است، می‌تواند به افراد نظامی کمک کند تا ارزش‌ها، باورها و هویت خود را شکل دهند. این مفهوم نه تنها به عنوان یک ویژگی شخصی بلکه به عنوان یک دارایی برای افزایش تاب‌آوری و عملکرد فرماندهان و رهبران نظامی مأموریت‌ها حائز اهمیت است (۲۶). رهبران معنوی، با تمرکز بر رشد فردی و تیمی، درک عمیق نیازهای روحی و روانی نیروهای نظامی، ایجاد یک محیط کاری مثبت و حمایتی و تقویت ارتباط بین نیروها، نه تنها به بهبود عملکرد آن‌ها کمک می‌کنند، بلکه به آن‌ها انگیزه می‌دهند تا در مواجهه با چالش‌ها، تاب آوری بیشتری از خود نشان دهند و در نهایت با انگیزه و امیدواری بیشتری به اهداف سازمانی دست یابند.

ادغام سلامت معنوی در مراقبت‌های بهداشتی نیز به عنوان آخرین راهکار شناسایی شد. شناسایی و رفع نیازهای معنوی نیروها در معاینات بالینی سالانه و پیشگیری از مشکلات روانی و اجتماعی ناشی از عدم توجه به این بعد از سلامت بسیار مهم است. حیدرزادگان و کوچک زای‌ی در مطالعه‌ی خود بیان کردند که اختلال در سلامت معنوی نظامیان می‌تواند با ایجاد بحران معنوی سبب بروز اختلالات روانی شود (۲۷). ویلسون (Willison) و همکاران در مطالعه خود که با هدف بررسی آمادگی معنوی و علائم افسردگی در دانشجویان افسری ارتش ایالات متحده انجام شده بود؛ پیشنهاد دادند که پرسنل پزشکی، باید دانشجویان را تشویق کنند تا اعمال معنوی یا مذهبی خود را افزایش دهند تا به بهبود سلامت روان آن‌ها کمک کند زیرا آمادگی معنوی به افراد کمک می‌کند تا ویژگی‌های شخصی خود را برای استقامت در مواقع استرس‌زا و مصیبت‌ها توسعه دهند (۲۸).

نتایج نشان می‌دهد که سلامت معنوی به عنوان یکی از ابعاد کلیدی تاب‌آوری، می‌تواند نقش مهمی در بهبود عملکرد و

سلامت نیروهای نظامی ایفا کند. در نتیجه، پیشنهاد می‌گردد که ارتقاء سلامت معنوی به عنوان یک اولویت استراتژیک در برنامه‌ریزی‌های نظامی تدوین و پیاده‌سازی گردد تا بهبود کلی سلامت روان و عملکرد نیروهای مسلح تضمین شود و بهره‌مندی از ظرفیت‌های معنوی در میان نیروها تقویت گردد. این اقدام، ضمن افزایش قدرت مقاومت در برابر بحران‌ها، سبب شکل‌گیری سازمانی پایدار، اخلاق مدار و هدفمند خواهد شد.

راهکارهای پیشنهادی، با هم افزایی، یک سپر محافظتی در برابر آسیب‌پذیری‌های روانی ایجاد کرده و با تقویت ارزش‌ها و باورهای معنوی، حس تعهد و مسئولیت را افزایش داده و تاب‌آوری فرد را در برابر سختی‌های زندگی تقویت می‌کنند. با این حال، اجرای این راهکارها نیاز به فرهنگ‌سازی، پشتکار و حمایت مدیریتی، حمایت کامل از جانب ساختارهای اجرایی و فرهنگی نظام، برنامه‌ریزی دقیق، حمایت مدیریتی، مشارکت فعال و ارزیابی مداوم افراد دارد. چالش‌هایی مانند مقاومت افراد در قبول تغییرات، نیاز به منابع مالی و زمان و حساسیت‌های فرهنگی و دینی نیز باید در نظر گرفته شوند. این راهکارها می‌تواند به عنوان یک مدل جامع برای سایر سازمان‌های نظامی و غیرنظامی نیز مورد استفاده قرار گیرد.

تنوع فرهنگی و باورهای دینی در محیط‌های نظامی مختلف، نیازمند تحلیل‌های بومی سازی شده است که این مقاله به‌طور کامل پوشش نداده است. همچنین با توجه به اینکه تاب‌آوری تحت تأثیر عوامل متعددی از جمله فرهنگ، سازمان و جنسیت قرار دارد. این موضوع نشان می‌دهد که برای ارتقای تاب‌آوری در نیروهای نظامی، نیاز به رویکردی چندعاملی و بلندمدت وجود دارد. پیشنهاد می‌شود که مطالعات آینده به بررسی تأثیر عوامل فرهنگی و سازمانی بر تاب‌آوری در محیط‌های مختلف نظامی تمرکز کنند. همچنین، توسعه‌ی ابزارهای دقیق‌تر برای ارزیابی تاب‌آوری و طراحی برنامه‌های مداخله‌ای شخصی‌سازی‌شده می‌تواند به بهبود نتایج کمک کند.

تشکر و قدردانی

این مطالعه بخشی از پایان‌نامه دانشجویی کارشناسی ارشد رشته مدیریت دفاعی می‌باشد که در تاریخ ۱۴۰۲/۴/۱۳ در دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا مصوب شده است. بدینوسیله از مسئولین دانشگاه فرماندهی و ستاد آجا و افراد مصاحبه شونده قدردانی می‌گردد.

تضاد منافع

بدین وسیله نویسندگان تصریح می‌نمایند که هیچ گونه تضاد منافعی در رابطه با مطالعه حاضر ندارد.

References

1. Mohammadi M, Hakkak M, Nazarpoori AH, Mousavi SN. Identifying the components of the islamic educational model of institutional administrators in Iran. Scientific Journal of Islamic Management. 2018; 26(2): 133-55. (Persian) URL: https://scholar.google.com/citations? view_op=view_citation&hl=fa&user=AazQ6VgAAAAJ & cstart = 20 & pagesize=80 & sortby =pubdate &citation_for_view=AazQ6VgAAAAJ:-LHtoeeytlUC
2. Hagi Aghanjad Y, Zare Nistanak M. The effectiveness of family resilience training on social adjustment of military families. Military Caring Sciences. 2021; 8(3): 254-63. (Persian) DOI: 10.52547/mcs.8.3.254
3. Balouchi H, Bozorgmanesh M, Amirfakhrae A, Shafaat T. The intermediate role of resilience mediation in the relationship between the meaning of life and spiritual health with the mental health in patients with colon cancer. J Res Behav Sci. 2017;15(4):411-9. (Persian) DOI: 20.1001.1.17352029.1396.15.4.3.8
4. Fani M. Health as a Basic Human Need. Research on Religion & Health. 2022; 8(3): 1-6. (Persian) DOI: 10.22037/jrrh.v8i3.38519
5. Omidvari S. Spiritual health. Encyclopedia of Islamic Medical Ethics. 2023; 1(1): 1-22. (Persian) URL: http://eime.tums.ac.ir/article-1-67-en.html
6. Rajabiyan Dehzireh M, Dortaj F, Dortaj F, Allahi Z. Role of spiritual health in the resiliency of Kashan university students. Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal. 2019; 8(1): 97-108. (Persian) URL: http://frooyesh.ir/article-1-691-en.html
7. Tavanaie A, Rajabi M, Bitarafan M. The relationship between resilience and spiritual health in the Caregivers of Patients with End Stage Cancer. Islamic Studies in Health.2018;2(1):97-106. (Persian)
8. Farzanehfar M, Karampourian A, Khazaei S, Khatiban M. Relationship between Spiritual Health, Burn Pain Anxiety, and Resilience in Burn Patients. Avicenna J Clin Med. 2023; 30 (2): 121-7. (Persian) DOI: 10.32592/ajcm.30.2.121
9. Karahan M, Kiziltan Eliacik BB, Baydili KN. The interplay

intelligence: A scoping review on the gateway to mental health. Glob Health Action. 2024; 17(1): 2362310. DOI: 10.1080/16549716.2024.2362310. Epub 2024 Jun 21

20. Zoheiri M, Masuodi OA, Asadzandi M, Khoshi A. Investigation the role of spiritual health in treatment of patients with covid-19: Study of a military hospital. Journal of Military Medicine. 2022; 24(3): 1201-9. (Persian) DOI: 10.30491/JMM.24.3.1201
21. Rahimpour S, Arefi M, Manshaii GR. The effectiveness of mixed method of time perspective and mindfulness education on resilience and wisdom. Positive Psychology Research. 2021; 7(1): 35-52. (Persian) DOI: 10.22108/ppls.2021.118779.1798
22. Borji M, Memaryan N, Khorrami Z, Farshadnia E, Sadighpour M. Spiritual health and resilience among University students: The mediating role of self-esteem. Pastoral Psychology. 2020; 69: 1-10. DOI:10.1007/s11089-019-00889-y
23. Wang M, Guo T, Ni Y, Shang S, Tang Z. The effect of spiritual leadership on employee effectiveness: An intrinsic motivation perspective. Front Psychol. 2019; 9: 2627. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02627
24. Asadzandi M. The role of military commanders as mentors in the spiritual health of society: Based on the sound heart model. Journal of Military Medicine. 2023; 25(4): 1973-82. (Persian) DOI: 10.30491/jmm.2023.1006520.1073
25. Koh HK, Tso CC, Dougherty CP, Lazowy EE, Heberlein CP, Phelps FA. Exploring the spiritual foundations of public health leadership. Front Public Health. 2023; 11: 1210160. DOI: 10.3389/fpubh.2023.1210160
26. Goulart J. Spiritual Readiness: A Mission-Critical Strength. Nawy Medicine. 2025.
27. Heydarzadegan A, Koochakzaei M. Study of the relationship between spiritual well-being and self-efficacy of students of faculty of engineering and psychology and educational sciences. Iranian Journal of Engineering Education. 2015; 17(65): 79-93. (Persian) DOI:10.22047/ijee.2015.8012
28. Willison ML, Fraley AL, Oglesby LW, Wright CJ, Winkelmann ZK. Spiritual Fitness, Spiritual Readiness, and Depressive Symptoms in Reserve Officers' Training Corps Cadets. J Athl Train. 2024;59(4):419-27. DOI: 10.4085/1062-6050-0323.23

of spiritual health, resilience, and happiness: An evaluation among a group of dental students at a state university in Turkey. BMC Oral Health. 2024; 24: 587. DOI: 10.1186/s12903-024-04297-4
10. Mirzaee S, Bekmaz K, Rasooli A, Shamsi A. Effect of spiritual self-care education on the resilience of nurses working in the intensive care units dedicated to COVID-19 patients in Iran. CMJA. 2022; 12 (2):188-201. DOI: 10.32598/CMJA.12.2.1166.1
11. Najarkolaei FR, Haghighi M, Heydarabadi AB, Ansarian A, Mesri M. Investigation of spiritual health in staff of one Medical Sciences University in Tehran. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2015; 1(1): 13-20. (Persian) URL: https://journals.sbmu.ac.ir/en-jrrh/article/view/11973
12. Khakinahad H, Roshani R, Rajabpour M. Human Capital Resilience of the Logistics system of the IR of Iran Army. Military Management Quarterly. 2022; 22(86):1-34. (Persian) DOI: 10.22034/IAMU.2022.542493.2683
13. Jahangir M. Constitution of the Islamic Republic of Iran tehran: Doran; 2025.
14. Jafari Golestan N, Afaghi E, Kazemi Galougahi MH. Effect of positive thinking skills training on the resilience of nurses working in selected military hospitals. Military Caring Sciences. 2022; 9(3): 231-40. (Persian) DOI: 10.22034/9.3.231
15. Arvand H, Angazi A, Hayati M. Designing and evaluating the effectiveness of cognitive behavioral interventions to enhance cognitive resilience of military forces. Military Psychology. 2023;14(1):117-50. (Persian) DOI: 20.1001.1.25885162.1402.14.53.6.5
16. Arzany GH, Baseri A. Predict of life satisfaction with an emphasis on religious identity, the power of resiliency and hope to the lives of in military and police personnel. Military Psychology. 2016; 6(24): 23-33. (Persian) URL: https://jmp.ihu.ac.ir/article_201212.html
17. Jafari E, Hajloo N, Mohammadzadeh A. The relationship between the practice of religious beliefs, spiritual well-being, general health and coping styles in soldiers. Journal of Military Medicine. 2015; 16(4): 191-6. (Persian). URL: https://militarymedj.bmsu.ac.ir/article_1000572.html?lang=en
18. Boga MD. Military Leadership and Resilience. Handbook of Military Sciences: Springer; 2024. p. 1-20.
19. Pinto CT, Guedes L, Pinto S, Nunes R. Spiritual