

یک الگوی روانشناختی از استرس‌های میدان نبرد

علی فتحی‌آشتیانی Ph.D.

دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج) - دانشکده پزشکی - گروه روانشناسی - مرکز تحقیقات علوم رفتاری - تهران - ایران

خلاصه

مطالعاتی که در جنگ‌های مختلف انجام شده است بیانگر آن است که متغیرهای متعددی توانایی رزمندگان را برای مقابله با استرس‌های نبرد افزایش یا کاهش می‌دهند. دو گروه عمده از متغیرها شامل متغیرهای پیشایند و واسطه‌ای منجر به ایجاد برداشتهای اساسی از موقعیت‌های استرس‌زا می‌شوند. متغیرهای پیشایند شامل عوامل فردی، عوامل مربوط به واحد یا یگان رزمی و عوامل مربوط به میدان نبرد می‌شوند. عوامل فردی به شخصیت فرد، فشارهای غیرنظامی، رو به رویی با موقعیت‌های نظامی و نقش‌های نظامی مربوط هستند. عوامل مربوط به واحد یا یگان رزمی به انسجام در واحد، روحیه، میزان آموزش، قدرت رهبری و فرماندهی و میزان تعهد در انجام وظیفه مربوط می‌گردند. عوامل مربوط به میدان نبرد به نوع نبرد، غافلگیری، بلاتکلیفی و شرایط محیطی مربوط می‌شوند. متغیرهای واسطه‌ای که ماهیتی شناختی دارند به برداشتهای، انتظارات، نحوه برخورد و ارزیابی از محیط نبرد مربوط می‌شوند. بر اساس این دو متغیر (پیشایند و واسطه‌ای)، سبک پاسخ فرد (جسمانی، عاطفی، شناختی و اجتماعی) تعیین می‌شود و برحسب این پاسخ‌ها، سبک مقابله (از مقابله فعال تا نافع و شکننده) مشخص خواهد شد.

واژه‌های کلیدی: استرس، میدان نبرد، الگوی روانشناختی، سرباز.

مقدمه

واژه استرس که به تنیدگی اشاره دارد در زندگی روزانه به‌طور فراوان مشاهده می‌شود. اهمیت استرس و تأثیر آن در عملکرد آدمی در تمامی وجوه زندگی امر مسلمی است. عوامل افزایش یا کاهش استرس در زندگی قابل شناسایی و در صورت مهیا ساختن تمهیدات لازم قابل اجتناب و پیشگیری است. ولی اگر آمادگی‌های لازم برای مقابله با این مشکلات فراهم نباشد، استرس با تأثیری که بر افکار، اندیشه‌ها، عواطف، انگیزه‌ها و جنبه‌های فیزیولوژیکی می‌گذارد، توانمندی‌های روانی و جسمانی را کاهش داده و مقاومت بدن و روان را پائین آورده و از طریق مختل ساختن سیستم ایمنی بدن، فرد را در معرض انواع بیماری‌های روانی و جسمانی قرار می‌دهد. البته همیشه استرس، چیزی بد، ویرانگر و چیزی که باید

از آن اجتناب کرد نیست. بلکه استرس طیفی را شامل می‌شود که در این طیف، استرس مثبت، درجه‌ای از استرس است که برای ادامه دادن و بهبود بخشیدن به تحمل استرس، بدون این‌که به نظام فرد زیان و خللی وارد سازد، ضروری است. این میزان از استرس، کمک کننده و حتی برای سلامتی لازم است. یک پاسخ متوسط به استرس، به‌طور واقعی عملکرد فرد را بهبود می‌بخشد. مثلاً سربازانی که آموزش دیده‌اند، نسبت به یک موقعیت استرس‌زا پاسخ‌ها و عملکردی بهتر دارند.

مطالعاتی که در جنگ‌های مختلف انجام شده، بیانگر آن است که متغیرهای متعددی، توانایی افراد را برای مقابله با استرس‌های نبرد افزایش یا کاهش می‌دهند. اکثر استرسورها در موقعیت جنگی ناشی از ارزیابی فعالیت‌های دشمن در کشتن،