

نقش فرمانده در ارتقای سلامت روان و تاب آوری سربازان با تأکید بر نقش دانشگاه

افسری امام علی (ع)

رضا عبداللهی

دانشجوی کارشناسی مدیریت دفاعی دانشگاه افسری امام علی (ع)، تهران، ایران
ab.reza138000@gmail.com

علیرضا امامی

کارشناسی مدیریت دفاعی دانشگاه افسری امام علی (ع)، تهران، ایران
Mbmbb2341@gmail.com

چکیده

سربازان ستون اصلی توان رزمی هر ارتش هستند و تاب آوری و سلامت روان آنان، خط مقدم موفقیت مأموریت ها و بقای نیروها را تعیین میکند. فرماندهان، فراتر از نقش سنتی مدیریت و هدایت، عامل اصلی شکل دهی به قدرت عملیاتی و آمادگی ذهنی سربازان به شمار می آیند. این مقاله با رویکردی ارتشی و مقتدر، سازوکارهای فرماندهی آگاهانه را در ارتقای تاب آوری روانی و انگیزش سربازان بررسی می کند و نشان می دهد که فرماندهانی که اقتدار، هوش هیجانی و مهارت مدیریت استرس جمعی را در کنار هم دارند، می توانند محیطی امن، انگیزه بخش و رزمی آماده برای مقابله با شرایط سخت ایجاد کنند.

با تمرکز ویژه بر دانشگاه افسری امام علی (ع) این مقاله تأکید می کند که تربیت فرماندهان آینده در این مرکز، فراتر از انتقال مهارت های نظامی است. فرماندهان آموزش دیده در دانشگاه افسری امام علی (ع)، علاوه بر تسلط بر تاکتیک ها و مهارت های رزمی توانایی تشخیص وضعیت روانی سربازان، مدیریت فشارهای روانی و تقویت تاب آوری فردی و جمعی را دارند. این ترکیب، نه تنها انسجام یگان ها و آمادگی عملیاتی را تضمین می کند، بلکه موجب ایجاد محیطی می شود که سربازان در آن احساس امنیت، اعتماد و انگیزه می کنند. مفاهیم کلیدی مورد بررسی شامل سبک های فرماندهی، هوش هیجانی، مدیریت استرس، ایجاد انگیزش و امنیت روانی جمعی هستند. یافته ها نشان می دهند که فرماندهانی که این مولفه ها را در عمل به کار می گیرند، قادرند نه تنها عملکرد رزمی نیروها را به حداکثر برسانند، بلکه تاب آوری روانی جمعی و انسجام سازمانی را در سطح یگان ها، گردان ها و کل ارتش ارتقا دهند همچنین، ادغام علمی روان شناسی با آموزش های نظامی، به ویژه در دانشگاه افسری امام علی (ع)، امکان ایجاد الگوی راهبردی ملی برای ارتقای تاب آوری و سلامت روان سربازان را فراهم می کند.

در نهایت، این مطالعه نشان می دهد که سرمایه گذاری در تربیت فرماندهان آگاه به روان سربازان نه یک گزینه، بلکه یک ضرورت راهبردی برای حفظ آمادگی رزمی، انسجام سازمانی و موفقیت مأموریت های ارتش است. ارتش هایی که این رویکرد را نادیده می گیرند، در مواجهه با شرایط سخت و تهدیدات رزمی، توان عملیاتی خود را به خطر می اندازند، در حالی که فرماندهان مقتدر و آگاه، با ایجاد محیط روانی پایدار، نیروهای خود را به حداکثر ظرفیت رزمی می رسانند و مأموریت ها را بدون نقص اجرا می کنند.

واژگان کلیدی: تاب آوری روانی، آمادگی رزمی، دانشگاه افسری امام علی (ع)، رهبری نظامی، فرماندهی مقتدر

مقدمه

نیروی انسانی، مهم ترین و تعیین کننده ترین مؤلفه قدرت در هر ارتش است. تجهیزات، فناوری و تسلیحات پیشرفته، زمانی به حداکثر کارایی می رسند که توسط نیروی انسانی آموزش دیده، منسجم و از نظر روانی آماده به کار گرفته شوند. در این میان، سربازان به عنوان خط مقدم اجرای مأموریت ها، نقش مستقیم و بی واسطه ای در حفظ آمادگی رزمی، امنیت ملی و تحقق اهداف دفاعی ایفا می کنند. بدیهی است که توان رزمی سربازان، صرفاً به توان جسمانی یا مهارت های فنی محدود نمی شود، بلکه سلامت روان و تاب آوری روانی آنان، نقشی تعیین کننده در پایداری عملکرد، فرمان پذیری، تصمیم گیری در شرایط فشار و موفقیت مأموریت ها دارد. محیط نظامی، به طور ذاتی محیطی پرفشار، ساختاریافته و مبتنی بر انضباط سخت است. مواجهه مستمر با فشارهای جسمی، روانی، دوری از خانواده، شرایط غیرقابل پیش بینی، مأموریت های سخت و الزامات انضباطی، سربازان را در معرض تنش های روانی قرار می دهد که در صورت مدیریت نشدن، می تواند به کاهش کارایی، افت انگیزه، فرسودگی روانی و در نهایت تضعیف انسجام یگان ها منجر شود. از این رو، توجه به سلامت روان سربازان نه یک مسئله رفاهی، بلکه یک ضرورت عملیاتی و راهبردی برای نیروهای مسلح محسوب می شود. در این چارچوب، نقش فرمانده از جایگاهی صرفاً اجرایی و دستوری فراتر رفته و به جایگاه عامل اصلی شکل دهی به محیط روانی یگان ارتقا می یابد. فرمانده، با شیوه رهبری، تصمیم گیری، نحوه تعامل با نیروها و مدیریت شرایط بحرانی، تأثیر مستقیمی بر آمادگی ذهنی، تاب آوری روانی و انگیزش سربازان دارد. فرماندهان آگاه و مقتدر می توانند با ایجاد محیطی مبتنی بر اعتماد، انسجام و انضباط هوشمند، نیروهای مقاوم، فرمان پذیر و آماده برای اجرای مأموریت های پیچیده تربیت کنند. در مقابل، ضعف در مدیریت روانی یگان، حتی در شرایط برخورداری از امکانات و تجهیزات مناسب، می تواند توان رزمی را به طور جدی تضعیف کند. تاب آوری روانی، به عنوان یکی از مفاهیم کلیدی در روان شناسی نظامی، به توانایی فرد و گروه در مقابله مؤثر با فشار، بازیابی سریع پس از بحران و حفظ عملکرد در شرایط دشوار اشاره دارد. در محیط نظامی، تاب آوری روانی نه تنها یک ویژگی فردی، بلکه یک مؤلفه جمعی و سازمانی است که مستقیماً تحت تأثیر سبک فرماندهی قرار دارد. فرمانده ای که قادر است فشارها را به درستی مدیریت کند، ارتباط مؤثر برقرار نماید و الگوی رفتاری مناسبی ارائه دهد، نقش اساسی در شکل گیری تاب آوری جمعی نیروها ایفا می کند.

در این میان، مراکز آموزش عالی نظامی نقش تعیین کننده در تربیت فرماندهان آینده دارند. به ویژه دانشگاه افسری امام علی (ع) به عنوان یکی از ارکان اصلی آموزش و پرورش افسران ارتش جمهوری اسلامی ایران، مسئولیت خطیری در شکل دهی به نگرش، شخصیت و توانمندی های فرماندهان آینده بر عهده دارد. این دانشگاه، صرفاً محل انتقال دانش و مهارت های نظامی نیست، بلکه بستر اصلی تربیت فرماندهانی است که باید در میدان عمل، هم اقتدار رزمی داشته باشند و هم توانایی مدیریت روانی نیروها را از خود نشان دهند. توجه نظام مند به مؤلفه های سلامت روان، تاب آوری و هوش هیجانی در فرآیند آموزش فرماندهی در دانشگاه افسری امام علی (ع) می تواند نقش تعیین کننده ای در ارتقای کیفیت فرماندهی در سطوح مختلف ایفا کند. فرماندهانی که از ابتدا با مفاهیم روان شناختی مرتبط با مدیریت نیرو، استرس، انگیزش و انسجام یگان آشنا می شوند، در شرایط واقعی مأموریت، عملکردی قاطع تر، دقیق تر و مؤثرتر خواهند داشت. چنین فرماندهانی قادرند در شرایط فشار، تصمیم گیری های آگاهانه انجام دهند، روحیه نیروها را حفظ کنند و مأموریت ها را بدون اختلال به انجام برسانند.

بر این اساس، مقاله حاضر با رویکردی تحلیلی و مبتنی بر منابع علمی و رسمی، به بررسی نقش فرمانده در ارتقای سلامت روان و تاب آوری سربازان می پردازد و با تأکید ویژه بر نقش دانشگاه افسری امام علی (ع) تلاش می کند پیوند میان آموزش نظامی، روان شناسی و فرماندهی مقتدر را تبیین نماید. هدف این پژوهش، ارائه چارچوبی علمی و کاربردی برای درک بهتر جایگاه فرمانده در مدیریت روانی یگان ها و تقویت آمادگی رزمی نیروهاست؛ چارچوبی که بتواند به عنوان مبنایی برای سیاست گذاری، آموزش و تصمیم گیری در سطوح مختلف نیروهای مسلح مورد استفاده قرار گیرد.

مبانی نظری

سربازان ستون اصلی توان رزمی هر ارتش هستند و تاب آوری و سلامت روان آنان، خط مقدم موفقیت مأموریت ها و بقای نیروها را تعیین می کند. در ارتش جمهوری اسلامی ایران، که مأموریت اصلی آن حفاظت از امنیت، استقلال و آرامش ملت است، توجه به سلامت روان نیروها نه یک گزینه رفاهی، بلکه یک ضرورت عملیاتی و راهبردی است. نیروهای انسانی، سرمایه اصلی ارتش و عامل تعیین کننده قدرت رزمی کشور محسوب می شوند و هرگونه ضعف در آمادگی روانی آنان، توان عملیاتی یگان ها را به خطر می اندازد. محیط نظامی، ذات محیطی پرفشار، مبتنی بر انضباط، سلسله مراتب و آمادگی دائمی است. فشارهای عملیاتی، دوری از خانواده، مأموریت های سخت و مواجهه با شرایط غیرقابل پیش بینی، سربازان را در معرض تنش های روانی قرار می دهد که در صورت مدیریت نشدن، می تواند موجب کاهش کارایی، افت انگیزه و تضعیف انسجام یگان ها شود. تاب آوری روانی، به عنوان توانایی فرد و گروه برای مقابله مؤثر با فشار، بازیابی سریع پس از بحران و ادامه عملکرد در شرایط دشوار، به طور مستقیم بر توان رزمی و موفقیت مأموریت ها اثر می گذارد.

فرماندهان، به عنوان محور هدایت نیروها، نقش تعیین کننده ای در ایجاد این تاب آوری دارند. سبک فرماندهی، نحوه تعامل با نیروها و مدیریت شرایط بحرانی، پیام های روانی مستقیمی به سربازان منتقل می کند و بر انگیزش، اعتماد و آمادگی روانی آنان اثر می گذارد. فرماندهانی که اقتدار را با هوش هیجانی، حمایت هدفمند و مدیریت استرس جمعی ترکیب می کنند، محیطی ایجاد می کنند که سربازان در آن احساس امنیت، اعتماد و انگیزه می کنند و توان عملیاتی یگان را به حداکثر می رسانند. در این چارچوب، دانشگاه افسری امام علی (ع) نقش راهبردی و بی بدیلی در تربیت فرماندهان آینده ایفا می کند. این دانشگاه، فراتر از آموزش تاکتیکی و مهارت های رزمی، با برنامه های آموزشی هدفمند به توسعه تاب آوری روانی و آمادگی ذهنی فرماندهان می پردازد. تمرین های مدیریت استرس، شبیه سازی بحران، آموزش تاب آوری فردی و جمعی، و پرورش هوش هیجانی فرماندهان، از مهم ترین مولفه های آموزشی این مرکز است. هدف، ایجاد فرماندهانی است که در میدان عمل، تحت فشار شدید، تصمیمات مؤثر و مقتدرانه بگیرند و سربازان را به بهترین نحو هدایت کنند.

این آموزش ها موجب می شود فرماندهانی شکل بگیرند که بتوانند محیطی امن و انگیزه بخش ایجاد کنند، تاب آوری روانی سربازان را تقویت کنند و انسجام یگان ها را تضمین نمایند. دانشگاه افسری امام علی (ع) نه صرفاً مرکز آموزش نظامی، بلکه پل میان علم هستند: نیروهایی «ارتش فدای ملت» روان شناسی و فرماندهی مقتدر ارتش است؛ نهادی که فرماندهان آن تجسم واقعی شعار متعهد، مقاوم و آماده برای دفاع از ارتش و ملت خود.

در نهایت، مبانی نظری سلامت روان و تاب آوری در محیط های نظامی نشان می دهد که فرمانده مقتدر، آموزش هدفمند، سبک رهبری آگاهانه و پیوند با ارزش های ملی و ارتشی، ستون های اصلی شکل دهی به سربازانی مقاوم و یگان هایی پایدار هستند. ارتش جمهوری اسلامی ایران با اتکا به این اصول و تربیت فرماندهان آگاه در دانشگاه افسری امام علی (ع)، قادر است تاب آوری روانی، انگیزه و انسجام نیروها را به حداکثر برساند و مأموریت های دفاعی خود را بدون نقص اجرا کند.

سبک فرماندهی و تاب آوری روانی سربازان

تاب آوری روانی سربازان، ستون اصلی توان رزمی و انسجام یگان ها است. حتی پیشرفته ترین تجهیزات و تاکتیک ها بدون رهبری مقتدر و آگاه نمی توانند تضمین کننده موفقیت مأموریت ها باشند. در ارتش جمهوری اسلامی ایران، فرماندهان نه صرفاً مدیر یا ناظر بلکه عامل اصلی شکل دهی به آمادگی ذهنی، تاب آوری روانی و انگیزش نیروها هستند. سبک فرماندهی، رفتار و تصمیمات آنان تأثیر مستقیمی بر اعتماد، انضباط و کارایی سربازان دارد. فرماندهان آموزش دیده در دانشگاه افسری امام علی (ع) فراتر از آموزش تاکتیکی، با مفاهیم هوش هیجانی، مدیریت استرس، رهبری آگاهانه و ایجاد انگیزه آشنا می شوند. این آموزش ها فرماندهان را قادر می سازد تا :

- در شرایط بحران تصمیمات سریع و مقتدرانه بگیرند
- اعتماد و انگیزه سربازان را حفظ کنند
- انسجام یگان را در سخت ترین شرایط تضمین کنند

سبک فرماندهی مؤثر در ارتش، ترکیبی است از اقتدار، حمایت و شفافیت. اقتدار بدون حمایت، سربازان را از فرمانده جدا می کند؛ حمایت بدون اقتدار، نظم و کارایی را تضعیف می کند. فرماندهی که اقتدار را با هوش هیجانی، بازخورد هدفمند و مدیریت فشار جمعی ترکیب می کند، محیطی ایجاد می کند که سربازان در آن احساس امنیت، انگیزه و تاب آوری می کنند تاب آوری روانی نیروها، نتیجه مستقیم تعامل فرمانده با یگان است. فرمانده باید فرهنگ سازمانی ارتش را با نیازهای روانی سربازان هم راستا کند، تصمیمات عملیاتی را به گونه ای هدایت کند که ضمن رعایت انضباط، انگیزه و اعتماد نیروها حفظ شود. این تعامل، یگان ها را مقاوم، آماده و رواناً پایدار می کند و نقش فرمانده در این فرایند غیرقابل جایگزین است پیوند آموزش، رهبری و تاب آوری روانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران، نشان می دهد که فرماندهان آگاه و مقتدر، ستون اصلی تاب آوری جمعی یگان ها هستند. آنان با مدیریت فشارهای روانی، ایجاد انگیزه و هدایت عملیاتی دقیق، سربازان را برای مقابله با سخت ترین شرایط آماده می کنند و توان رزمی ارتش را به حداکثر می رسانند

در نهایت، این بخش روشن می کند که سبک فرماندهی مؤثر نه یک ابزار مدیریتی ساده، بلکه عامل کلیدی شکل دهنده تاب آوری روانی، انسجام یگان و موفقیت مأموریت ها است. تربیت فرماندهان در دانشگاه افسری امام علی (ع) با ترکیب آموزش تاکتیکی و روان شناختی، تضمین می کند که ارتش جمهوری اسلامی ایران نیروهایی مقاوم، فرمانبردار و متعهد به ملت خواهد داشت، همان طور که شعار بنیادین ارتش بیان می کند: "ارتش فدای ملت"

راهکارهای عملی افزایش تاب آوری سربازان

تاب آوری روانی سربازان ستون اصلی توان رزمی و انسجام یگان ها است. ارتش جمهوری اسلامی ایران با شعار "ارتش فدای ملت" تاب آوری را نه صرفاً ویژگی فردی، بلکه یک الزام راهبردی ملی می داند. دانشگاه افسری امام علی (ع) به طور ویژه فرماندهان را برای هدایت سربازان مقاوم و تاب آور تربیت می کند، با ترکیبی از آموزش های روانی، عملی و جسمانی.

۱- آموزش تاب آوری فردی

تاب آوری فردی به توانایی سرباز در مدیریت استرس، کنترل هیجانات و بازیابی روانی پس از فشارهای عملیاتی اطلاق می شود. در دانشگاه افسری، این مهارت ها با روش های عملی تقویت می شوند تمرینات ذهنی و تمرکز: تمرینات کوتاه مدیتیشن نظامی، تنفس عمیق و تمرکز تحت فشار، به سربازان کمک می کند در مواجهه با بحران های واقعی آرامش و وضوح ذهنی خود را حفظ کنند تمرینات جسمانی تخصصی: ورزش های رزمی، دویدن طولانی با تجهیزات رزمی، صعود از ارتفاع و حمل بار سنگین، همه به تاب آوری جسمی و روانی کمک می کنند. شبیه سازی مأموریت های پراسترس: سربازان تحت فشار محدودیت زمان و منابع و تهدیدات شبیه سازی شده قرار می گیرند تا قدرت تصمیم گیری سریع و درست در شرایط واقعی تقویت شود. این روش ها تضمین می کنند سربازان در شرایط بحرانی عملکردی مقاوم، سریع و پایدار داشته باشند.

۲. آموزش تاب آوری جمعی

تاب آوری جمعی به توانایی یگان در حفظ انسجام، اعتماد و انگیزه تحت فشار اشاره دارد. دانشگاه افسری این مهارت ها را با فعالیت های عملی و جمعی پرورش می دهد:

- تمرینات گروهی و مأموریت های شبیه سازی شده: نیروها مأموریت های جمعی انجام می دهند که همکاری و هماهنگی کامل لازم دارد.

- فعالیت های اردوگاهی: زندگی در اردوگاه های نظامی، مشارکت در کارهای روزمره جمعی و مواجهه با محدودیت های محیطی، تاب آوری روانی را به صورت طبیعی تقویت می کند.
- آموزش انضباط از طریق خاطی گری ها: رفتارهای ناشایست یا خطاهای کوچک به عنوان درس های تربیتی استفاده می شوند تا سربازان مسئولیت پذیری و انضباط روانی را بیاموزند.
- تمرینات نگهداری شبانه و روزانه: مواجهه با استرس واقعی نگهداری، آگاهی به تهدیدهای محیطی و مدیریت فشار ناشی از مسئولیت حفاظت، تاب آوری روانی و اعتماد به نفس را افزایش می دهد.

۳. نقش فرمانده در مدیریت تاب آوری

فرماندهان، ستون اصلی تاب آوری جمعی هستند و باید بتوانند محیطی ایجاد کنند که سربازان:

- در شرایط بحران اعتماد و آرامش خود را حفظ کنند
 - انسجام یگان و انگیزه را حفظ نمایند
 - از تجربه های عملی مثل اردوگاه ها، نگهداری ها و تمرینات بدنی بیشترین بهره روانی و عملی را ببرند
- فرماندهان آموزش دیده در دانشگاه افسری امام علی (ع) با هوش هیجانی و مدیریت استرس جمعی، تاب آوری سربازان را به حداکثر می رسانند.

۴. مثال عملی دانشگاه افسری امام علی (ع)

دانشگاه افسری با ترکیب آموزش های عملی و روان شناختی، فرماندهان آینده را آماده می کند:

- تمرینات جسمانی و رزمی سخت، ورزش های تخصصی و مأموریت های میدانی
 - اردوگاه های تمرینی که زندگی جمعی و محدودیت های محیطی را شبیه سازی می کنند
 - فعالیت های انضباطی و خاطی گری ها برای تربیت روانی و انضباط فردی
 - نگهداری های شبانه و روزانه برای تاب آوری عملیاتی
- این برنامه ها تضمین می کند که فرماندهان، نیروهای خود را با انگیزه، مقاوم و آماده هدایت کنند و یگان ها در سخت ترین شرایط مأموریتی پایدار بمانند.

نقش فناوری و تجهیزات در تقویت تاب آوری روانی سربازان

تاب آوری روانی سربازان در ارتش جمهوری اسلامی ایران صرفاً محصول آموزش نظری یا توصیه های ذهنی نیست، بلکه نتیجه را نرم کننده میدان مستقیم قرار گرفتن حساب شده و هدفمند در شرایط فشار است. فناوری و تجهیزات در این چارچوب، نقش ندارند؛ بلکه میدان را بازتولید می کنند تا سرباز پیش از ورود به شرایط واقعی، از نظر روانی شکسته نشود. در ارتش، فناوری زمانی ارزش دارد که بتواند فشار، مسئولیت، اضطراب و تصمیم گیری را شبیه سازی کند.

شبیه سازهای رزمی و تیراندازی؛ فشار واقعی بدون تلفات یکی از مهم ترین ابزارهای تقویت تاب آوری روانی، سیمولاتورهای تیراندازی و درگیری رزمی است. در این سامانه ها، دانشجو یا سرباز صرفاً تمرین تیراندازی نمی کند، بلکه در معرض مجموعه ای از فشارهای همزمان قرار می گیرد:

هدف های متحرک که فرصت تصمیم گیری را محدود می کنند

صدای شلیک، آژیر، دستور همزمان و زمان بندی فشرده پیامد خطا که به صورت امتیازی یا عملیاتی ثبت می شود نیست؛ بلکه کنترل هیجان، حفظ تمرکز و تصمیم گیری صحیح تحت فشار است. « نشانه گیری » در چنین شرایطی، مسئله اصلی سربازی که در شبیه ساز، بارها دچار خطا شده، به تدریج یاد می گیرد هیجان خود را مهار کند، عجله نکند و مسئولیت تصمیم را بپذیرد. این فرآیند، مستقیماً تاب آوری روانی را تقویت می کند. شبیه سازی نگهبانی؛ مسئولیت، تنهایی و فشار روانی نگهبانی یکی از واقعی ترین موقعیت های فشار روانی در ارتش است. فناوری این امکان را فراهم کرده که شرایط نگهبانی شبانه، خستگی، تهدید ناگهانی و عدم قطعیت در محیط های شبیه سازی شده بازتولید شود:

- شبیه سازی تغییرات نور، صدا و تهدید محیطی
 - تمرین واکنش در شرایط خستگی ذهنی
 - تصمیم گیری در شرایطی که خطا پیامد امنیتی دارد
- در این تمرین ها، سرباز یاد می گیرد با ترس، شک، خستگی و مسئولیت سنگین حفاظت کنار بیاید. این نوع تمرین، تاب آوری روانی را نه در کلاس، بلکه در شرایطی نزدیک به واقعیت می سازد. فناوری در اردوگاه ها و تمرینات میدانی اردوگاه های آموزشی و تمرینات میدانی، فناوری به شکل نامحسوس اما مؤثر وارد عمل می شود. ابزارهای پایش، زمان بندی و ثبت عملکرد، فشار تمرین را هدفمند می کنند:
- ثبت عملکرد نیرو در شرایط کم خوابی و خستگی
 - تنظیم فشار تمرین بر اساس توان جسمی و روانی
 - جلوگیری از فرسودگی زودهنگام و در عین حال حفظ سختی تمرین
- این رویکرد باعث می شود سرباز سختی را تجربه کند، اما خرد نشود. تاب آوری دقیقاً در همین نقطه ساخته می شود. پایش وضعیت نیرو؛ فرماندهی آگاهانه تحت فشار یکی از کارکردهای مهم فناوری، کمک به فرمانده در شناخت وضعیت نیروهاست. فرمانده ای که بداند نیرویش در چه سطحی از خستگی، فشار روانی یا افت تمرکز قرار دارد، می تواند:
- وظایف را هوشمندانه تقسیم کند
 - فشار را به موقع افزایش یا کاهش دهد
 - از فروپاشی روانی یا افت عملکرد جلوگیری کند
- این موضوع نه نشانه ضعف، بلکه نشانه فرماندهی حرفه ای است.

مطالعات موردی و تجارب موفق یگان ها

تاب آوری روانی و عملکرد موفق سربازان، تنها با آموزش تئوری شکل نمی گیرد؛ بلکه تجربه عملی و قرار گرفتن در موقعیت های واقعی یا شبیه سازی شده عامل اصلی است. در دانشگاه افسری امام علی (ع) و یگان های عملیاتی، دانشجویان و سربازان با مسئولیت های متنوع و فشارهای روانی واقعی مواجه می شوند که تاب آوری و مهارت تصمیم گیری آنها را به حداکثر می رساند.

۱. مسئولیت های متنوع و تاب آوری روانی

یکی از روش های کلیدی ارتش برای آموزش تاب آوری عملیاتی، قرار دادن دانشجویان در نقش ها و مسئولیت های مختلف است: دژبان و نگهبان: مواجهه با مسئولیت حفاظت و نظم، تجربه مستقیم فشار تصمیم گیری و پاسخ گویی فوری کادر موقت و فرمانده دسته: مدیریت سربازان هم دوره ای، کنترل انسجام گروه و اتخاذ تصمیم لحظه ای مسئول نظم اردوگاه: نظارت بر فعالیت های

جمعی، حفظ انضباط و مواجهه با چالش های بین فردی هر یک از این نقش ها، دانشجو را در شرایط روانی متفاوتی قرار می دهد. فشار تصمیم، تنش بین هم دوره ای ها و مسئولیت مستقیم بر دیگران، تاب آوری روانی فرد را تقویت می کند. تجربه مکرر این موقعیت ها باعث می شود دانشجویان هم به سطح عملکرد فردی و هم جمعی مسلط شوند.

۲. مثال عملی: مأموریت های میدانی و شبیه سازی

در تمرینات میدانی و شبیه سازی دانشگاه افسری:

تیراندازی در شبیه ساز و شرایط محدودیت زمانی: دانشجو همزمان با دستور فرمانده و فشار محیط باید اهداف متحرک را شلیک کند و تصمیم های لحظه ای بگیرد.

نگهبانی شبانه در اردوگاه: مدیریت استرس، حفظ تمرکز و مراقبت از محیط، در حالی که خستگی جسمی و فشار روانی در بالاترین سطح است.

چرخش مسئولیت ها: هر دانشجو بارها از نقش نگهبان به کادر، از کادر به مسئول نظم و از مسئول نظم به فرمانده دسته منتقل می شود تا درک واقعی از فشار و مسئولیت فرماندهی پیدا کند.

این چرخش مسئولیت ها، تاب آوری روانی دانشجویان را در تمام طیف فشارها پرورش می دهد و باعث می شود توان تصمیم گیریتحت استرس به حداکثر برسد.

۳. نقش سبک فرماندهی در موفقیت مأموریت ها

تحلیل تجربیات یگان ها نشان می دهد که فرمانده ای که سبک رهبری مناسب، حمایت روانی و بازخورد دقیق ارائه می دهد، تأثیرمستقیم بر تاب آوری و عملکرد سربازان دارد. نمونه ها:

فرمانده ای که هماهنگی و اعتماد میان نیروها ایجاد می کند، مأموریت حتی در شرایط بحرانی با کمترین خطا اجرا می شود فرماندهانی که خطا را به عنوان فرصت آموزشی می بینند، تاب آوری دانشجویان و انسجام یگان را تثبیت می کنند در مأموریت های شبیه سازی شده، دانشجویان با تجربه مسئولیت های متنوع، خطاها را بهتر مدیریت و بازیابی روانی سریع تر دارند

۴. تحلیل تأثیر مسئولیت های متنوع بر تاب آوری

بررسی داده های فرضی و مشاهدات عملی نشان می دهد:

نقش دانشجو	مهارت تصمیم گیری	تاب آوری جمعی	تاب آوری فردی	فشار روانی
نگهبان شب	متوسط	متوسط	افزایش میدهد	زیاد
کادر موقت	زیاد	زیاد	زیاد	بسیار زیاد
دژبان	زیاد	بسیار زیاد	متوسط	متوسط
فرمانده دسته	بسیار زیاد	بسیار زیاد	بسیار زیاد	بسیار زیاد

۱-جدول چرخش مسئولیت-شریط-اهداف

۵. نتیجه عملی تجربیات موردی

دانشجویان و سربازانی که با چرخش مسئولیت ها، تمرین میدانی و شبیه سازی مواجه می شوند، در شرایط واقعی مأموریت عملکرد بهینه و پایدار دارند.

سبک فرماندهی ارتشی و پشتیبانی روانی درست، تاب آوری را تثبیت می کند و خطای انسانی را کاهش می دهد.

تجربه مستقیم فشار روانی، از مسئولیت نگهبانی تا فرماندهی دسته، باعث می شود دانشجویان درک واقعی از میدان، مسئولیت و اثر تصمیم خود بر دیگران پیدا کنند.

تاب آوری جمعی و سبک فرماندهی در ارتش جمهوری اسلامی ایران در دوران جنگ

تاب آوری در ارتش جمهوری اسلامی ایران، پیش از آن که در متون علمی تعریف شود، در میدان جنگ معنا شد. دوران دفاع مقدس، عرصه ای بود که در آن فشار روانی، فقدان، خستگی، ترس و مسئولیت، هم زمان بر دوش فرمانده و سرباز قرار داشت. در چنین شرایطی، آنچه یگان ها را سرپا نگه داشت، تاب آوری جمعی برخاسته از فرهنگ ارتشی و سبک فرماندهی میدانی بود. در جنگ، تاب آوری نه یک مهارت فردی، بلکه یک ضرورت بقا بود.

جنگ؛ آزمون نهایی تاب آوری روانی

در شرایط جنگی، سرباز و فرمانده با واقعیت هایی مواجه بودند که هیچ شبیه سازی ای قادر به بازآفرینی کامل آن نیست: مواجهه روزمره با مرگ مسئولیت جان نیروها تصمیم گیری در شرایط ابهام و کمبود اطلاعات تحمل فقدان همزمان و ادامه مأموریت بدون توقف نبود؛ بلکه به معنای ادامه عمل، حفظ انسجام و ایستادگی ذهنی بود. یگان هایی «تحمل فشار» در چنین فضایی، تاب آوری به معنای که از این آزمون عبور کردند، دارای یک ویژگی مشترک بودند "فرهنگ جمع محور و فرماندهی مبتنی بر مسئولیت اخلاقی"

سبک فرماندهی در جنگ؛ فرمانده جلوتر از نیرو

یکی از شاخص ترین مؤلفه های تاب آوری در دوران جنگ، سبک فرماندهی ارتش بود. فرمانده در جنگ: صرفاً صادرکننده دستور نبود در خط مقدم حضور داشت فشار روانی را پیش از نیروها تجربه می کرد این سبک فرماندهی، اعتماد روانی ایجاد می کرد. سرباز وقتی می دید فرمانده اش خطر را پذیرفته، خستگی را تحمل کرده و مسئولیت را فرار نکرده، ذهنش مقاوم می شد. این مقاومت ذهنی، همان تاب آوری جمعی بود که یگان را حفظ می کرد.

تاب آوری جمعی؛ وقتی فرد در جمع حل می شود

در جنگ، فردیت معنا نداشت. بقا وابسته به جمع بود. سرباز یاد می گرفت که: ترس شخصی اش نباید یگان را متوقف کند ضعف فردی در جمع جبران می شود، مسئولیت هر تصمیم، جمعی است همین نگاه جمع محور بود که باعث شد مفاهیمی شکل بگیرد که بعدها به هویت ارتشی تبدیل شد. در این فضا، ارزش ها به صورت عملی منتقل می شدند، نه آموزشی و در همین بستر است که آن جمله، نه به عنوان شعار، بلکه به عنوان منطبق روانی جنگ معنا پیدا می کند:

«ده پسر در خون بغلتد، گم نگرده دختری»

این عبارت، بیانگر بی ارزش بودن جان نیست؛ بلکه نشان دهنده اولویت مطلق حفاظت از ملت در ذهن رزمندگان ارتشی است.

جایی که سرباز، جان خود را سپر امنیت مردم می بیند.

جنگ و شکل گیری فرهنگ پایدار ارتش

تجربه جنگ، فرهنگی را در ارتش نهادینه کرد که آثار آن تا امروز باقی مانده است:

- پذیرش فشار به عنوان بخشی از مأموریت
- تقدم مسئولیت بر راحتی
- نگاه معنابخش به سختی ها

این فرهنگ، بعد از جنگ از بین نرفت؛ بلکه به آموزش ها، ساختار فرماندهی و دانشگاه های افسری منتقل شد. آنچه امروز در دانشگاه افسری امام علی (ع) به صورت مسئولیت سپاری، انضباط و فشار کنترل شده دیده می شود، ریشه در همان تجربه جنگ دارد.

پیوند جنگ، ارتش و ملت

در دوران جنگ، ارتش و ملت از هم جدا نبودند. سرباز، فرزند همان مردمی بود که از آنها دفاع می کرد. این پیوند عاطفی و هویتی، تاب آوری روانی را عمیق تر می کرد. وقتی هدف، حفظ امنیت مردم باشد، فشار روانی معنا پیدا می کند و به انگیزه تبدیل می شود.

اینجاست که هویت ارتشی شکل نهایی خود را می گیرد؛ هویتی که تا امروز زنده است و در یک جمله خلاصه می شود: ارتش، همیشه فدای ملت است. نه در کلام، بلکه در تصمیم، در میدان و در تاب آوری زیر آتش

نقش باورهای دینی و فعالیت های اعتقادی در تقویت تاب آوری روانی نیروهای ارتش

تاب آوری روانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران، صرفاً محصول آموزش نظامی و انضباط یا تمرینات میدانی نیست؛ بلکه ریشه در باورهای دینی، فعالیت های اعتقادی و معنا بخشی به فشار و مأموریت ها دارد. این مؤلفه، به ویژه در شرایط بحرانی، فشار تمرینی یا انجام مأموریت، نقش تعیین کننده ای در حفظ تمرکز، انگیزه و عملکرد پایدار سرباز و دانشجوی افسری دارد. باور دینی در ارتش، نه یک تزئین تشریفاتی، بلکه بخشی از سازوکار روانی مقابله با استرس و فرسودگی ذهنی است. سربازان با تجربه عملی و مأموریت های واقعی، می آموزند که فشار و سختی را نه تهدید بلکه وظیفه ای با معنا و ارزش تلقی کنند. دین به عنوان منبع معنا و تقویت روانی در مأموریت ها یکی از جلوه های روشن این فرآیند، انجام مأموریت های نظامی در شرایط روزه داری است. سرباز یا دانشجوی دانشگاه افسری امام علی (ع) که مأموریت نگهبانی شبانه، آموزش میدانی یا فعالیت عملیاتی انجام می دهد، همزمان با کاهش انرژی جسمی، خستگی، افت قند خون و فشار تمرکز ذهنی مواجه است. این شرایط در نگاه صرفاً فیزیولوژیک می تواند توانایی عملکرد را کاهش دهد، اما باور دینی:

- فشار جسمی و روانی را معنا می بخشد
 - تجربه را از تهدید به آزمون مسئولیت و تعهد تبدیل می کند
 - تاب آوری روانی و تمرکز عملیاتی را حفظ و تقویت می کند
- در نتیجه، سرباز در حالت روزه، می آموزد که ترس و خستگی، مانع انجام مأموریت نیستند، بلکه بخشی از مسیر ایثار و خدمت به ملت اند. خودکنترلی، کنترل هیجان و تاب آوری جمعی روزه داری و سایر تمرینات دینی در محیط ارتش، نوعی تمرین خودتنظیمی روانی هستند. فرد در این شرایط:
- هیجانات خود را مدیریت می کند
 - توان تحمل فشار و خستگی را افزایش می دهد
 - تمرکز خود را حتی در سخت ترین مأموریت ها حفظ می کند
- علاوه بر این، انجام مأموریت های مشابه توسط نیروهای هم دوره، تاب آوری جمعی را تقویت می کند. احساس مشترک فشار، انسجام روانی و همدلی میان اعضای یگان را بالا می برد و باعث می شود که هیچ فردی در برابر فشار روانی تنها نباشد. فعالیت های دینی سازمان یافته و آرامش روانی در دانشگاه افسری و پادگان ها، فعالیت های دینی و معنوی از جمله نماز جماعت، مراسم مذهبی، جلسات فرهنگی و حضور مسئولان عقیدتی برگزار می شوند. این فعالیت ها علاوه بر تقویت معنویت فردی، اثرات روانی زیر را دارند:
- کاهش اضطراب و استرس
 - ایجاد فرصت تخلیه و بازسازی روانی
 - تقویت حس تعلق به یگان و احساس هدفمندی

همچنین، سربازانی که در شرایط روزه، مأموریت و فعالیت های گروهی شرکت می کنند، تجربه ای ترکیبی از فشار عملیاتی و معنوی پیدا می کنند که تاب آوری روانی آنها را به سطح بالاتری می رساند.

باور دینی و سبک فرماندهی

باورهای دینی همچنین بر سبک فرماندهی اثرگذار هستند. فرمانده ای که چارچوب اخلاقی و اعتقادی دارد: قدرت را صرفاً ابزار زور نمی بیند، مسئولیت نیروها را امانت می داند، عدالت و کرامت انسانی را رعایت می کند این نوع فرماندهی باعث اعتماد روانی نیروها و افزایش تاب آوری جمعی می شود. سربازانی که فشار را درک می کنند و آن را با معنا می بینند، عملکرد پایدارتر و تصمیمات هوشمندانه تری می گیرند.

پیوند باور دینی، مأموریت و هویت ارتشی

نمونه هایی مانند انجام مأموریت با روزه نشان می دهد که باور دینی در ارتش از میدان عمل جدا نیست. دین نه مانع مأموریت است، نه فشار را کاهش می دهد؛ بلکه پشتیبان روانی و تقویت کننده تاب آوری عملیاتی است. این پیوند باعث می شود: فشارهای جسمی و روانی قابل تحمل شوند مأموریت معنا پیدا کند و تاب آوری فردی و جمعی تثبیت شود در چنین بستری، خدمت نظامی به تعهدی آگاهانه و معنابخش تبدیل می شود؛ تعهدی که با امنیت و آرامش ملت پیوند خورده است و آن را در یک جمله می توان خلاصه کرد: ارتش همیشه فدای ملت است.

راهکارهای عملی برای افزایش تاب آوری روانی در ارتش جمهوری اسلامی ایران

با توجه به تحلیل مباحث پیشین فناوری، شبیه سازی، مسئولیت های متنوع، سبک فرماندهی، فرهنگ سازمانی و باورهای دینیاراهکارهای افزایش تاب آوری می توانند در چهار محور اصلی ارائه شوند:

۱. تقویت تاب آوری فردی از طریق آموزش و تمرین عملی

تمرینات شبیه سازی شده: استفاده از سیمولاتورهای تیراندازی، مأموریت های نگهداری و شبیه سازی عملیات تحت فشار زمانی و استرس محیطی. این تمرینات باعث می شوند سربازان تصمیم گیری تحت فشار را یاد بگیرند. تمرینات جسمی و تخصصی: ورزش های رزمی، تمرینات استقامت، دوره های آمادگی جسمانی ویژه و تمرینات سخت میدانی که فشار جسمی را با تاب آوری روانی ترکیب می کنند. آموزش خودکنترلی و مدیریت هیجان: برنامه های روان شناسی عملیاتی و تمرینات کنترل استرس برای افزایش تاب آوری در شرایط بحرانی.

۲. بهره گیری از مسئولیت های متنوع برای تجربه فشارهای روانی

چرخش مسئولیت ها: دانشجویان و سربازان در نقش های مختلف (دژبان، کادر، فرمانده دسته موقت، مسئول نظم، نگهبان) قرار بگیرند تا طیف گسترده ای از فشارهای روانی را تجربه کنند. بازخورد و ارزیابی دقیق: هر تجربه، پس از تمرین تحلیل شود تا فرد یاد بگیرد فشار را مدیریت کرده و تصمیمات بهینه اتخاذ کند.

ترکیب فردی و جمعی: با قرار دادن نیروها در نقش های متفاوت، هم تاب آوری فردی و هم تاب آوری جمعی افزایش می یابد.

۳. تثبیت تاب آوری جمعی از طریق فرهنگ و ساختار سازمانی

تقویت انسجام یگان ها: فعالیت های گروهی، مأموریت های مشترک و تمرینات تیمی برای افزایش همدلی و تحمل فشار گروهی. ارتقای سبک فرماندهی عملیاتی: فرماندهان باید در خط مقدم حضور داشته باشند، فشار را تجربه کنند و با بازخورد سازنده، تاب آوری نیروها را تثبیت کنند.

انضباط روشن و عادلانه: ایجاد پیش بینی پذیری رفتاری و کاهش اضطراب از طریق قوانین و دستورالعمل های واضح.

۴. استفاده از باورها و فعالیت های دینی برای تقویت تاب آوری روانی

فعالیت های معنوی سازمان یافته: نماز جماعت، مراسم مذهبی، جلسات فرهنگی و حضور مسئولان عقیدتی برای ایجاد آرامش روانی و بازسازی ذهنی.

مأموریت در شرایط اعتقادی خاص: مانند انجام مأموریت با روزه یا مأموریت های معنوی ویژه، که فشار جسمی و روانی را با معنا و انگیزه پیوند می دهد.

آموزش معنابخش به نیروها: تاکید بر مفهوم خدمت به ملت، ایثار و مسئولیت الهی برای تبدیل فشار به انگیزه و افزایش تاب آوری.

۵. ترکیب فناوری و آموزش با باورهای روانی و معنوی

پایش و تحلیل عملکرد نیروها: استفاده از فناوری برای ثبت عملکرد، تحلیل فشار و برنامه ریزی تمرینات متناسب با وضعیت روانی و جسمی نیروها. ادغام تجربه عملی و معنوی: هر تمرین، مأموریت یا شبیه سازی باید با توجه به تاب آوری روانی و معنوی طراحی شود تا فشارها همزمان در سطح جسمی، روانی و معنوی تجربه شوند. بازخورد منظم و تثبیت رفتارها: استفاده از داده های عملی و تحلیل تجربه ها برای بهبود مداوم تاب آوری نیروها.

نتیجه گیری

ارتش جمهوری اسلامی ایران نمونه ای بی نظیر از ترکیب قدرت رزمی، تاب آوری روانی، هویت معنوی و تعهد اخلاقی است. این مقاله نشان داد که تاب آوری نیروها و دانشجویان دانشگاه افسری امام علی (ع) نه صرفاً محصول آموزش فیزیکی یا تاکتیکی، بلکه نتیجه یک سیستم یکپارچه و هدفمند است که در آن:

تمرینات عملی و شبیه سازی، از تیراندازی در سیمولاتور تا مأموریت های نگرهبانی و اردوگاه ها، باعث می شوند نیروها در شرایط فشار جسمی و روانی، تصمیم گیری بهینه و تاب آوری فردی را تمرین کنند.

مسئولیت های متنوع و چرخشی (دژبان، کادر، فرمانده دسته، مسئول نظم) دانشجو را در طیف گسترده ای از فشارهای روانی قرار می دهد و تاب آوری فردی و جمعی را تثبیت می کند.

سبک فرماندهی عملیاتی و حضور میدانی فرماندهان، اعتماد روانی، انسجام یگان و مقاومت ذهنی نیروها را افزایش می دهد و تاب آوری جمعی را تضمین می کند.

فرهنگ سازمانی ارتش و هویت جمعی، نیروها را از فردیت صرف به عضویت فعال در یک پیکره منسجم تبدیل می کند و حس همدلی، اعتماد و تحمل فشار گروهی را تقویت می کند.

باورهای دینی و فعالیت های معنوی، فشارهای جسمی و روانی مأموریت را معنا می کنند؛ نمونه واضح آن، انجام مأموریت در شرایط روزه یا مناسبت های معنوی است که تاب آوری، خودکنترلی و انسجام روانی نیروها را افزایش می دهد.

تجربه تاریخی دوران دفاع مقدس نشان داد که تاب آوری و فرهنگ ارتشی در سخت ترین شرایط آزموده شد؛ جایی که شعارشکل گرفت و نهادینه شد. «ارتش همیشه فدای ملت است» و مفهوم واقعی «ده پسر در خون بغلتد، گم نگردد دختری»

پیام نهایی

ترکیب همه این مؤلفه ها تمرین عملی، مسئولیت های متنوع، سبک فرماندهی، فرهنگ جمعی، باورهای دینی و تجربه تاریخی یک الگوی عملی برای توسعه تاب آوری در محیط های پرچالش ارائه می دهد. ارتش جمهوری اسلامی ایران نشان داده است که تاب آوری روانی، انسجام جمعی و کارآمدی عملیاتی، تنها با آموزش فنی و تاکتیکی ایجاد نمی شود؛ بلکه ترکیبی از آموزش، تجربه، فرهنگ و معنویت است که نیروها را در سخت ترین شرایط پایدار، مقاوم و متعهد به ملت نگه می دارد.

در نهایت، این معنا را می دهد که: ارتش همیشه فدای ملت است. نه یک شعار، بلکه یک واقعیت عملی و روان شناختی که در میدان، دانشگاه افسری، اردوگاه ها و تجربه تاریخی ارتش، تثبیت شده و به نسل های آینده منتقل می شود.

منابع

- ستاد کل نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران «راهنمای آموزش و پرورش نظامی و تاب آوری روانی» تهران، ۱۴۰۰
- فرماندهی کل ارتش جمهوری اسلامی ایران سیاست ها و دستورالعمل های ارتقای تاب آوری نیروها، تهران، ۱۳۹۹
- دانشگاه افسری امام علی (ع) «نامه درسی تاب آوری و آموزش مسئولیت های عملیاتی» تهران، ۱۴۰۱
- ستاد کل نیروهای مسلح «راهنمای آموزش فیزیکی و تمرینات تخصصی نیروهای مسلح» تهران، ۱۳۹۸
- فرماندهی آموزش و پرورش ارتش «دستورالعمل های مسئولیت سپاری دانشجویان افسری» تهران، ۱۳۹۹
- حسینی، علی «روان شناسی نظامی و تاب آوری سربازان» تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۹۸
- رضایی، محمد «فرماندهی و رهبری در یگان های» ع
- نظامی ایران» تهران: انتشارات ستاد کل، ۱۳۹۷
- کریمی، سارا «نقش باورهای دینی در تاب آوری روانی نیروهای نظامی» مجله علوم اجتماعی و روان شناسی، شماره ۴، ۱۳۹۹
- احمدی، حمید «آموزش مسئولیت پذیری در دانشگاه های افسری» تهران: انتشارات دانشگاه افسری، ۱۴۰۰
- رفیعی، ناصر «فرهنگ سازمانی و تاب آوری در ارتش جمهوری اسلامی ایران» مجله علوم نظامی، شماره ۲، ۱۳۹۹
- کاظمی، منصور «تجارب دفاع مقدس و اثر آن بر تاب آوری نیروهای نظامی» تهران: انتشارات پژوهشکده دفاع، ۱۳۹۶
- Bartone, P. T. (2006). Resilience under military operational stress: A review of research and theory. *Military Psychology*, 18(3), 1–19
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press
- Adler, A. B., & Castro, C. A. (2013). An occupational mental health model for the military. *Military Behavioral Health*, 1(1), 41–51
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23
- Reivich, K., & Shatte, A. (2003). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life's hurdles*. Broadway Books
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1)