

مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی

محمدرضا قرایی‌آشتیانی^۱؛ نبی‌اله دهقان^۲؛ غلامرضا رحیمی^۳

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۱۱/۲۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۲/۱۲

چکیده

یکی از مباحث بسیار مهمی که در سال‌های اخیر توسط مقام معظم رهبری حضرت امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی) به‌عنوان یک موضوع راهبردی مطرح شده است، موضوع «سبک زندگی اسلامی - ایرانی» است که در حوزه‌های مختلف فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، امنیتی قابل بحث می‌باشد. با عنایت به موارد فوق و نقش نیروهای مسلح به‌عنوان مهم‌ترین سازمان امنیتی - نظامی، پژوهش حاضر با هدف شناسایی مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی به رشته تحریر درآمده است. این پژوهش بر مبنای نتایج و دستاوردها، پژوهش توسعه‌ای کاربردی بوده و بر مبنای اهداف و ماهیت، اکتشافی و توصیفی می‌باشد که از روش‌های اسنادی و پیمایشی خبرگی جهت جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش علاوه بر اسناد و مدارک، تعدادی از خبرگان نیروهای مسلح می‌باشند که به روش نمونه‌گیری هدفمند تعداد هشت نفر به‌عنوان اعضای پنل خبرگی در میز سبک زندگی و تعداد صد نفر به‌عنوان جامعه کارشناسی جهت اعتبارسنجی مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح انتخاب گردیدند. ابزارهای اصلی جمع‌آوری داده‌ها در پژوهش حاضر، فیش‌برداری، جلسات خبرگی و پرسشنامه بوده که با استفاده از روش‌های تحلیل محتوا و آمار توصیفی، تحلیل‌های لازم صورت گرفته است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح دارای بیست‌ویک مؤلفه اساسی بوده که از این بین، پنج مؤلفه داشتن صداقت (راستگو بودن)، رعایت امانت، اهل صبر، استقامت و پایداری بودن، پرهیز از ریا و داشتن امید به آینده به ترتیب مهم‌ترین مؤلفه‌ها می‌باشند.

واژگان کلیدی: سبک زندگی، رفتار فردی، نیروهای مسلح.

۱- دانشیار دانشگاه و پژوهشگاه عالی دفاع ملی و تحقیقات راهبردی

۲- دانشیار دانشگاه و پژوهشگاه عالی دفاع ملی و تحقیقات راهبردی و نویسنده مسئول (رایانامه: drdehghan@gmail.com)

۳- دانشیار دکتری دانشگاه و پژوهشگاه عالی دفاع ملی و تحقیقات راهبردی

بحث از سبک زندگی و آداب اسلامی در عرصه زندگی فردی و اجتماعی، از مباحث بسیار ضروری جامعه کنونی ماست. ارکان اصلی شکل‌دهی به هویت اجتماعی یک جامعه عبارتند از: باورها (جهانبینی)، ارزش‌ها (ایدئولوژی) و سبک زندگی (نظام ترجیحات رفتاری). تمایزات و تفاوت‌های جوامع مختلف نیز به دلیل این سه مؤلفه عمده می‌باشد. لایه روین و آشکار هویت یک جامعه، سبک زندگی آن است. هر جامعه‌ای زمانی می‌تواند ثمره و محصول جهان‌بینی و ایدئولوژی خود را به دیگران نشان دهد که سبک زندگی او متناسب با باورها و ارزش‌هایش شکل یافته باشد (حسین شریفی، ۱۳۹۱). رهبر معظم انقلاب حضرت امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی) در سال ۱۳۹۱ در سفر به استان خراسان شمالی، سؤالاتی را با توجه به نو بودن بحث "سبک زندگی" در ادبیات و فضای گفتمانی کشور، مطرح فرمودند که هر کدام به‌نوعی به‌طور مستقیم و یا غیرمستقیم بر ابعاد و مؤلفه‌های رفتاری تأکید دارد. برای مثال: «آیا در معاشرت‌های روزانه، همیشه به‌هم راست می‌گوییم؟ - دروغ چقدر در جامعه رواج دارد؟ - علت برخی پرخاش‌گری‌ها و نابردباری‌ها در روابط اجتماعی چیست؟ علت بروز بیماری خطرناک قانون‌گریزی در برخی افراد و بعضی بخش‌ها چیست؟ - چقدر وجدان کاری و انضباط اجتماعی داریم؟ و ...» (بیانات حضرت امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی)، ۱۳۹۱/۰۷/۲۳).

با بیان این سؤال‌ها توسط مقام معظم رهبری حضرت امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی) می‌توان پی برد که جامعه کنونی ما متأسفانه نتوانسته است میان باورهای بنیادین و ارزش‌های اصیل اسلامی از یک طرف و سبک زندگی خود در حوزه‌های مختلف اجتماعی، ارتباطی معنادار و وثیق ایجاد کند! سبک زندگی کنونی در بسیاری از موارد متأثر از آداب و رسوم غیراسلامی است.

از طرفی سازمان‌های نیروهای مسلح به‌عنوان سازمان‌های ارزشی و مکتبی که دفاع از ارزش‌ها و آرمان‌های والای کشور را دنبال می‌کنند، نیاز دارند تا چگونگی زندگی کارکنان خود را در داخل سازمان و به‌ویژه در بطن جامعه همواره رصد نمایند و با سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی مناسب تلاش نمایند که کارکنان و خانواده آن‌ها نه تنها از آسیب‌ها و گزند تهاجمات اجتماعی و فرهنگی در امان بمانند، بلکه جنبه الگویی و الهام‌بخشی نیز برای جامعه و نیز کشورهای مسلمان و آزادی‌خواه باشند. با این توضیح، پرداختن به سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح از اهمیت بالایی برخوردار است. از طرفی، بررسی و مطالعه ادبیات سبک زندگی و مصاحبه با برخی صاحب‌نظران در نیروهای مسلح حاکی از آن است که به‌طور کلی می‌توان جهت دستیابی به الگوی

سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح سه بُعد اساسی را مورد مطالعه قرار داد: الف) بعد فکری / اعتقادی، ب) بعد رفتاری و ج) بعد معیشتی / اقتصادی (جلسات خبرگی سبک زندگی کارکنان ن.م، ۱۳۹۲). از طرف دیگر نیز بعد رفتاری سبک زندگی به دلیل گستردگی مفاهیم و موضوعات در چهار سطح فردی، سازمانی، خانوادگی و اجتماعی قابل تعریف است؛ لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی به رشته تحریر درآمده است.

مبانی نظری و پیشینه‌شناسی پژوهش

تعاریف و مفاهیم سبک زندگی

سبک زندگی مجموعه‌ای است از ارزش‌ها، نوع نگاه و تفکر و شیوه‌های رفتاری در هر چیزی. بیشتر مردم معتقدند که باید سبک زندگی خود را آزادانه انتخاب کنند. جامعه‌شناسان معتقدند سن، طبقه اجتماعی، قومیت و جنسیت در سبک زندگی هر فرد اثر گذارند؛ این یعنی هویت از نوع ساختار و طبقه اجتماعی فرد و همچنین جنسیت، سن و مذهب او شکل می‌گیرد. عناصر یک سبک زندگی مشترکاتی را برای شماری از افراد پدید می‌آورند. به عبارت دیگر، گروه‌های اجتماعی بیشتر به یک نوع سبک زندگی گرایش دارند (آزاد ارمکی، ۱۳۸۶).

از دیدگاه مهدوی‌کنی (۱۳۸۶)، مفهوم سبک زندگی در علوم اجتماعی این است که سبک زندگی «الگوی کنش‌های مرجح است یا کنش‌های مرجحی که دارای الگو است». پس بنا به این تعبیر، سبک زندگی دو ویژگی اصلی دارد: یکی داشتن الگو و سبک و دوم این که در این کنش‌ها نوعی ترجیح وجود دارد. به عبارتی، مردم بسیاری از رفتارها را برحسب اجبار یا عادت انجام می‌دهند، اما بخشی از رفتارهایشان از سر انتخاب و ترجیح است. این انتخاب‌ها به باورها و سلیقه‌های افراد برمی‌گردد و در نتیجه با هم تناسب و ربط دارد، یا حداقل هر دسته از رفتارهای ناشی از ترجیحات در حوزه خود با هم تناسب دارد و از این مناسبات می‌شود الگو یا الگوهایی استخراج کرد. این مناسبات یا الگومندی همان سبک زندگی است. سبک زندگی مستلزم مجموعه‌ای از عادت‌ها و جهت‌گیری‌ها و بنابراین برخوردار از نوعی وحدت است که علاوه بر اهمیت خاص خود از نظر تداوم امنیت وجودی، پیوند بین گزینش‌های فرعی موجود در یک الگوی کم‌وبیش منظم را تأمین می‌کند (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۲۱).

باسرمن (۱۹۸۳) سبک زندگی را الگویی از مصرف می‌داند که دربردارنده ترجیحات، ذائقه و ارزش‌هاست، هم‌چنین «ارل» آن را الگویی فردی از گزینش‌ها و فعالیت‌ها تعریف کرده است.

مایک فدرستون (۱۹۹۱) اشاره می‌کند که واژه سبک زندگی در درون فرهنگ معاصر، به نوعی فردیت، ابراز وجود و خودآگاهی سبک‌گرایانه اشاره دارد.

به‌زعم فدرستون (۲۰۰۵) بدن، لباس‌ها، طرز بیان، فراغت، ترجیحات خوردن و نوشیدن، خانه، اتومبیل، انتخاب محل برای تعطیلات و... به‌عنوان شاخص‌های سبک زندگی به‌حساب می‌آید (ربانی و رستگار، ۱۳۸۷: ۴۵).

به باور گیدنز، شیوه زندگی مجموعه‌ای کم‌وبیش جامع از عملکردهاست که فرد آن‌ها را به‌کار می‌گیرد؛ چون نه فقط نیازهای جاری او را برآورده می‌سازند، بلکه روایت خاصی را هم که وی برای هویت شخصی خود برگزیده است در برابر دیگران متجسم می‌سازد (گیدنز، ۱۳۸۲: ۱۲۰).

سبک زندگی از دیدگاه مبانی اسلامی

اسلام به‌عنوان یک دین جامع که در عین توجه به آخرت، دارای عناصر دنیوی پررنگی است، در باب مسائل جامعه، بی‌توجه نیست و دیدگاه‌هایی را در باب زندگی اجتماعی انسان ارائه می‌دهد که می‌تواند افق‌های نویی را برای زندگی اجتماعی انسان امروز بگشاید. سبک زندگی دینی سبکی است که الگوهای مطرح در آن از ترجیحات دینی یا مبتنی بر مبانی دینی پدید آمده است. اسلام در بعد فردی و اجتماعی برای تعقل، آموزش و یادگیری از گهواره تا گور، نکوشش تنبلی و تاکید بر کار و تلاش، بهداشت فردی، نرساندن ضرر به دیگران و مفید بدن، روش خوردن و آشامیدن، لباس پوشیدن، آداب آراستگی و... برنامه دارد. به‌عنوان نمونه، پرداختن به ابعادی نظیر صلح‌رحم، احترام به پدر و مادر، همسایه، تکریم اقدار مختلف، عیادت بیماران، مهمان‌نوازی، تکریم جهادگران و ایثارگران، تکریم علما، توجه به کودکان و تربیت فرزندان، رازداری، حفظ آبرو و... که در فرهنگ ما جایگاه ویژه دارند، در سبک زندگی غربی ترک شده است (مخبر دزفولی، ۱۳۹۱).

رفتار سازمانی و سطوح آن

مطالعه نظام‌یافته رفتار به بهبود توانایی، تشریح و پیش‌بینی و همچنین هدایت، کنترل و تغییر رفتار می‌انجامد و نیز از روابط میان رفتارها و واقعیت‌های مهم پرده برداشته، مبانی را برای پیش‌بینی دقیق رفتار فراهم می‌کند. در روش نظام‌یافته مطالعه رفتار، اعتقاد به تصادفی بودن رفتار معنایی ندارد، بلکه رفتار هر فرد در جهت نیل به هدفی است که آن را برای خود سودمند می‌پندارد (رضائیان، ۱۳۸۱: ۷). رفتار سازمانی عبارت است از: مطالعه منظم (سیستماتیک) عملیات، اقدامات، کارها و نگرش‌های افرادی که سازمان را تشکیل می‌دهند. به‌عبارتی رفتار سازمانی مطالعه رفتار

انسان در عرصه سازمان، رویارویی فرد و سازمان و بالاخره مطالعه سازمان می‌باشد. رفتار سازمانی یکی از دانش‌های میان‌رشته‌ای است که به مطالعه رفتار فرد، گروه و سازمان می‌پردازد. سه سطح تجزیه و تحلیل رفتار سازمانی، فردی، گروهی و سازمانی است. برای شناخت رفتار در محیط‌های سازمانی، هر سه سطح لازم است. صاحب‌نظران رفتار سازمانی به اتفاق بر این باورند که برای شناخت چرایی نگرش‌ها و رفتارهای افراد در محیط‌های سازمانی، باید درباره واکنش‌های آنان به‌عنوان افراد (مثل ادراکات و انگیزه‌ها)، گروه‌هایی که به آن‌ها تعلق دارند (مثل ارتباطات میان آن‌ها، هنجارهای رسمی و غیررسمی) و سازمانی که در آن کار می‌کند (فرهنگ، ارزش‌ها و ساختار) اطلاعاتی به‌دست آورد. توجه دقیق به تجزیه و تحلیل در تمامی سه سطح فوق، موضوع اصلی در رفتار سازمانی است. صاحب‌نظران رفتار سازمانی بر این عقیده هستند که متغیرهای وابسته رفتار سازمانی عبارتند از: بهره‌وری، غیبت از کار، جابه‌جایی کارکنان، رضایت شغلی، شهروند سازمانی و تعهد سازمانی. همچنین از دیدگاه آنان، متغیرهای مستقل رفتار سازمانی به تفکیک سطوح تحلیل رفتار سازمانی عبارتند از:

الف) سطح فردی شامل: ادارک، نگرش‌ها، انگیزش، شخصیت، یادگیری و...؛

ب) سطح گروهی شامل: ارتباطات، تیم و گروه، رهبری، قدرت و تعارض و...؛

ج) سطح سازمانی شامل: ساختار سازمانی، فرهنگ سازمانی، فن‌آوری سازمانی و سیاست‌های سازمانی (رایینز، ۱۳۸۰).

با عنایت به گستردگی مفاهیم رفتار سازمانی در سطوح مختلف، در پژوهش حاضر به برخی از متغیرهای فردی رفتار سازمانی که به‌نوعی با سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح جمهوری اسلامی ایران مرتبط است، پرداخته می‌شود.

مؤلفه‌های سبک زندگی

مفهوم سبک زندگی توصیف شرایط زندگی و عملکردهای روزانه هر فرد است و مجموعه‌ای است از طرز تلقی، ارزش‌ها، شیوه‌های رفتار، حالت‌ها و سلیقه‌ها در هر چیزی. سبک زندگی هر فرد نشان‌دهنده جایگاه اجتماعی، نظام ارزشی و هنجارهای درونی شده اوست. منظور از مؤلفه‌های سبک زندگی، اموری است که مصداق عینی سبک زندگی محسوب می‌شوند. برخی از این مؤلفه‌ها عبارتند از: وظایف فردی، خانوادگی و اجتماعی. وظایف فردی شامل وظیفه تفکر و علم‌آموزی، وظیفه عبادت و معنویت، وظیفه ایجاد ویژگی‌های درونی مناسب (اخلاق، نگرش، خطوط اصلی و کلی برای یک مومن مثلاً مومن آرام است، همواره به یاد خداست، توکل به خدا دارد، به هم‌نوعان

خود عشق می‌ورزد، گرفتار غم و شادی افراطی نمی‌شود و (...)، وظیفه تدبیر وقت و زمان، وظیفه شغلی (شامل نوع کار، آداب انجام کار و امثال این‌ها) و وظیفه تغذیه و بهداشت (شامل حفظ سلامت بهداشت، آراستگی و شکل ظاهر، نوع خوراک) (کاویانی، ۱۳۹۰). برخی دیگر از مؤلفه‌های سبک زندگی اسلامی در بعد فردی عبارتند از: برنامه‌ریزی نیکو و برنامه‌های نیکو، نیکوگفتاری و گفتارهای نیکو، نیکوخوری و خوراک نیکو و نیکوخواهی و رؤیاهای نیکو.

مفاهیم دیگری هم‌چون سلوک متواضعانه و در عین حال عزتمندانه و نیز سلوک متعبدانه، عادلانه، متعادلانه، صادقانه، مسئولانه و مجاهدانه از مؤلفه‌های سلوک اجتماعی عادلانه شمرده می‌شوند. مجموعه این مؤلفه‌ها، حیات طیبه انسانی و سبک زندگی اسلامی را تشکیل می‌دهند (فصلنامه معرفت، شماره ۱۸۵).

همچنین، بر اساس نتایج تحقیقات گزارش شده در سایت شورای عالی انقلاب فرهنگی، حوزه‌ها و مصادیق سبک زندگی ایرانی اسلامی در حوزه فردی را می‌توان شامل موارد ذیل دانست:

۱. ورزش و بدنسازی و حق بدن؛
۲. حق شخصیت و هویت؛
۳. خودسازی، عبادت و رعایت حقوق الهی؛
۴. رعایت حق چشم؛
۵. رعایت حق دست و پا؛
۶. رعایت حق عمر و وقت؛
۷. رعایت حق گوش و زبان؛
۸. رعایت حق شکم؛
۹. رعایت حق ذهن و حافظه؛
۱۰. رعایت حق شهوت جنسی (شورای انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۲).

سبک زندگی رزمندگان اسلام در هشت سال دفاع مقدس

نادعلی (۱۳۹۲) با هدف بررسی سیره‌شناسی رزمندگان اسلام در دوران دفاع مقدس به بررسی الگوی سبک زندگی در جنگ تحمیلی پرداخته است. از دیدگاه وی، چگونه زیستن اساس تحقق بندگی خداست. برای تحقق یک زندگی الهی، به‌جزء داشتن هدفی مقدس و ایمانی راسخ به آن هدف، الگویی کاربردی مورد نیاز است؛ به‌خصوص الگویی که در فراز و نشیب‌ها، سختی‌ها و گشایش‌ها، پیروزی‌ها و شکست‌ها، شادی‌ها و غم‌ها از مسیر اخلاق خارج نشده و هدف را

فراموش نکرده است. یافتن این الگوهای عملی برای کشوری که تاریخش سرشار از رفتارهای ارزشی است، نمی‌تواند سخت باشد. به‌جزء نمونه‌های ناب و اصیل رفتارهای ارزشی در صدر اسلام، سبک زندگی رزمندگان اسلام در دفاع مقدس هشت‌ساله، در ارتباط با خود، خدا، خانواده، هم‌زمان و جامعه حکایتی از رفتار هدف‌دار، عاشقانه و متکی به ارزش‌های دینی بود که هم قابل دسترسی است و هم قابل سرمشق شدن. برخی از مهم‌ترین ویژگی‌های سبک زندگی رزمندگان اسلام در دوران دفاع مقدس عبارتند از: داشتن هدف، ایمان به هدف، توکل، اخلاص، صبر، صداقت، دنیا برای آخرت، شجاعت، مقاومت، نماز اولویت اول زندگی، نجوا با خالق در همه حال، هم‌نشینی با کتاب زندگی، زندگی جهادی.

جمع‌بندی سبک زندگی فرماندهان شهید هشت سال دفاع مقدس در جدول ذیل (جدول شماره ۱) ارائه شده است:

جدول ۱. جمع‌بندی سبک زندگی فرماندهان شهید هشت سال دفاع مقدس

نام شهید	ابعاد و مولفه‌های سبک زندگی شهید
شهید همت	ایثارگری، کسب رضای خدا، خوش‌رویی، آرامش و اشتیاق در انجام مسئولیت، اخلاص در عمل، خضوع و خشوع در برابر خداوند، اعتقاد قلبی به ولایت، نماز اول وقت، بخشندگی، مدیر و مدبر، نظارت و پیگیری، بینش سیاسی، رعایت حقوق دیگران.
شهید بابایی	نماز اول وقت، روزه گرفتن در سخت‌ترین شرایط، دوری از زرق و برق دنیوی، گریستن و مناجات در سحرگاهان، لباس ساده و غیرمجلل، یاور در ماندگان و محرومان، خوردن غذای ساده، تواضع و فروتنی. مولفه‌های رفتاری شهید بابایی از حضرت امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی): انسان مومن و متقی، سربازی عاشق و فداکار، نیرویی متخصص و ماهر، توجه کامل به مصالح اسلام و انقلاب، صمیمیت و فروتنی بسیار با زیردستان، سخت‌گیر در برابر اعمال بد و زشت.
شهید زین‌الدین	شجاعت و شهامت، ایمان و اعتقاد راسخ به خدا، مجاهدت دائمی برای خدا، تزکیه نفس، جهاد اکبر، دائم‌الوضو، نماز اول وقت، انس با قرآن، حضور در جلسات مذهبی، محبت ویژه به اهل بیت، احترام به زیردستان، ولایت‌مدار، حفظ اموال بیت المال، ایثار و فداکاری، تقوا، صبر و استقامت، نماز شب، مدیریت و فرماندهی قوی.
شهید باکری	آرام، متین، کم حرف، باحوصله، متواضع، پرکار و منظم، رئوف و مهربان، نمونه تمام‌عیار از یک بنده صالح، عامل به احکام شرعی، توکل به خداوند، سازگاری با هم‌زمان،

نام شهید	ابعاد و مولفه‌های سبک زندگی شهید
	تاثیرگذاری، شجاعت و سلحشوری.
شهید ستاری	روحیه دستگیری از بینوایان و درماندگان، اهل تظاهر نبود، ادعای عدم‌تعلق نداشت، از زهد دم نمی‌زد و شعار سیروسلوک نمی‌داد، فرماندهی از دنیا گسسته، بخشنده بود و کریم، زاهد بود، دلسوز انقلاب بود و دردمند مردم، توکل به خدا، متبسم، ولایت‌مدار.

(دهقان، ۱۳۹۵)

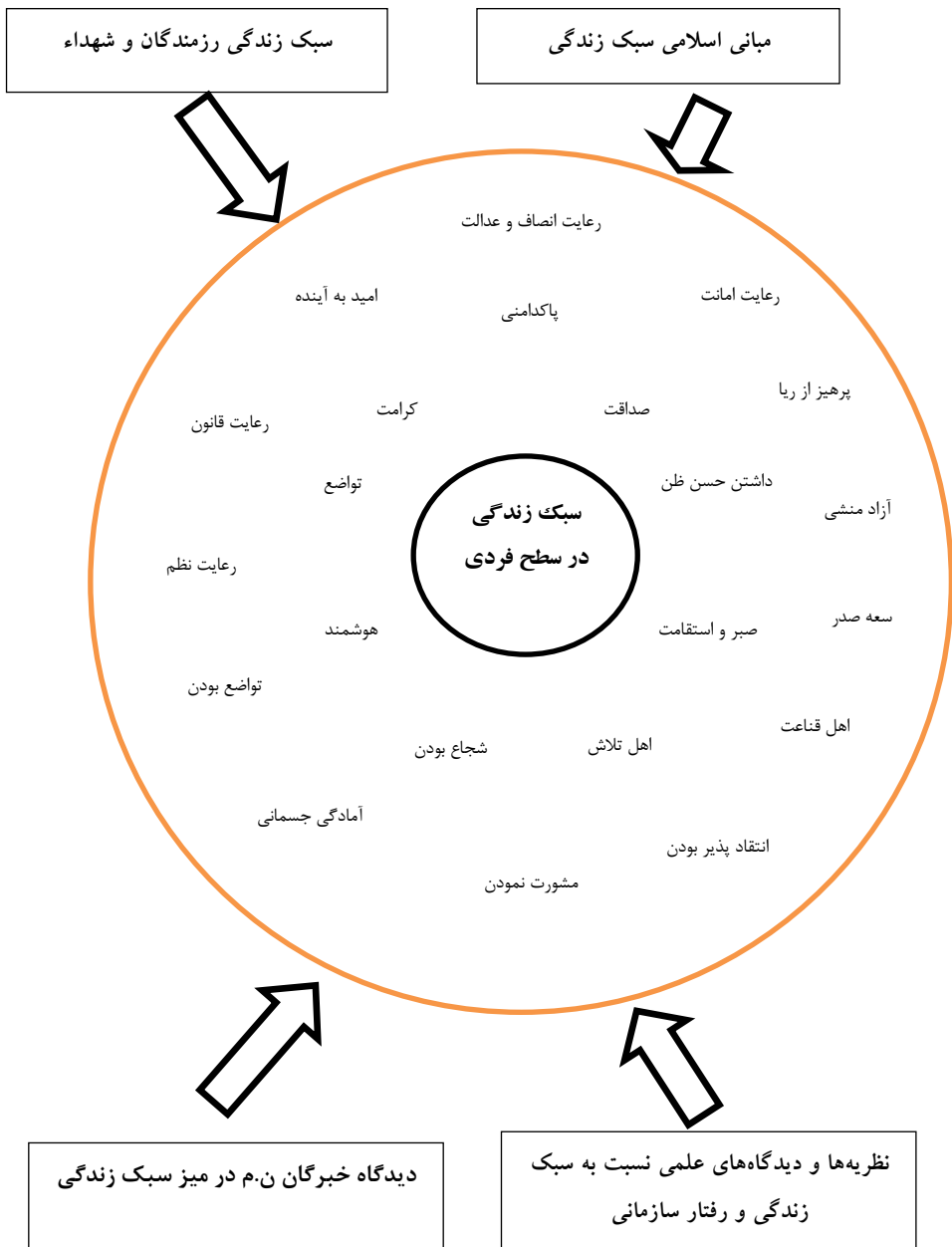
چارچوب مفهومی رفتاری سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی

چارچوب مفهومی بنیانی است که تمامی پژوهش بر آن استوار می‌شود. این چارچوب شبکه‌ای است منطقی، توصیفی و پرورده، مشتمل بر روابط موجود میان متغیرهایی که در پی اجرای فرایندهایی چون مصاحبه، مشاهده و بررسی پیشینه (ادبیات نظری تحقیق) به دست می‌آید (سکاران، ۱۳۸۰: ۸۱). در پژوهش حاضر تلاش گردیده است تا مؤلفه‌ها و شاخص‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح از دیدگاه علمی و آموزه‌های اسلامی و دینی و متناسب با سازمان‌های نیروهای مسلح شناسایی و در میز سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در مرکز تحقیقات راهبردی دفاعی به بحث و نظرخواهی گذاشته شود. نتایج حاصله در جدول ذیل (جدول شماره ۲) و نمودار شماره ۱ ارائه شده است:

جدول ۲. مؤلفه‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح	منبع
رعایت انصاف و عدالت	(دهقان، ۱۳۹۳)؛ (مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)
داشتن امید به آینده (امید به زندگی)	(شکوهی، ۱۳۹۴)؛ (شورای عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۲)؛ (حسین‌شریفی، ۱۳۹۱)
پاکدامن بودن	(حسین‌شریفی، ۱۳۹۱)؛ (شورای عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۲)
رعایت امانت (نسبت به سازمان)	(مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)؛ (دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)
داشتن صداقت (راستگو بودن)	(دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)
کرامت	(حسین‌شریفی، ۱۳۹۱)

منبع	مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح
(فاضلی، ۱۳۸۲)؛ (دهقان، ۱۳۹۳)	پرهیز از ریا
(کاویانی، ۱۳۹۰)؛ (دهقان، ۱۳۹۳)	داشتن حسن ظن
(نائینی، ۱۳۹۳)؛ (مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)	داشتن روحیه آزادمندی (آزادگی)
(عشوریان و سامانی‌نژاد، ۱۳۹۴)	رعایت تواضع و فروتنی در رفتار
(دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)	داشتن سعه‌صدر
(دهقان، ۱۳۹۳)؛ (حسین شریفی، ۱۳۹۱)	اهل صبر، استقامت و پایداری بودن
(دهقان، ۱۳۹۳)؛ (رشیدزاده، ۱۳۸۳)؛ (شریفی، ۱۳۹۱)	اهل تلاش (تلاشگری)
(فاضلی، ۱۳۸۲)؛ (دهقان، ۱۳۹۳)	اهل قناعت (ساده‌زیستی)
(مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)؛ (دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)؛ (رشیدزاده، ۱۳۸۳)	شجاع بودن
(دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)	انتقادپذیر بودن
(دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)؛ (حسین شریفی، ۱۳۹۱)	هوشمند بودن (زیرک بودن) (بصیرت داشتن)
(دهقان و همکاران، ۱۳۹۲)؛ (مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)	مشورت نمودن (اهل مشورت)
(شهبیدی، ۱۳۹۴)	رعایت نظم و انضباط
(شهبیدی، ۱۳۹۴)؛ (نوری، ۱۳۸۳)	رعایت قانون (قانونمندی)
(کاویانی، ۱۳۹۰)؛ (شورای عالی انقلاب فرهنگی، ۱۳۹۲)؛ (مستندات بازرسی ن.م، ۱۳۹۲)	داشتن آمادگی جسمانی (سلامت جسمانی)



نمودار ۱. چارچوب مفهومی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی

روش‌شناسی پژوهش

به‌طور کلی در انجام یک پژوهش می‌توان از سه رویکرد استفاده نمود: الف) رویکرد کیفی که بیشتر به دنبال اکتشاف، شناخت و توصیف متغیرها و پدیده‌ها با نگاه عمیق می‌باشد. ب) رویکرد کمی که به دنبال آزمون متغیرها و تعیین روابط فی‌مابین آن‌ها مبتنی بر داده‌های کمی می‌باشد. ج) رویکرد آمیخته که ترکیبی از روش‌های کیفی و کمی را به‌کار می‌گیرد. در این تحقیق از رویکرد آمیخته اکتشافی (ابتدا رویکرد کیفی سپس رویکرد کمی) استفاده گردید. در رویکرد کیفی در دو مرحله اقدام شد: مرحله اول) بررسی اسناد، مدارک و نظریه‌های علمی مرتبط با سبک زندگی و ارائه یک چارچوب مفهومی. مرحله دوم) بحث و بررسی در جلسات میز سبک زندگی و تعیین اهم ابعاد، مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی در حوزه رفتار فردی. در رویکرد کمی نیز با روش پیمایشی نقطه‌نظرات کارشنان و خبرگان نیروهای مسلح که با مباحث رفتاری و سبک زندگی آشنایی داشتند، دریافت و به‌صورت کمی تحلیل شد. همچنین، تحقیق حاضر برحسب نتایج تحقیق از نوع توسعه‌ای - کاربردی می‌باشد. توسعه‌ای است چون این پژوهش با بررسی ادبیات نظری و تلفیق آن با نتایج حاصل از جلسات میز سبک زندگی و نظرات کارشناسان نیروهای مسلح به ارائه ابعاد، مؤلفه‌ها و شاخص‌های بومی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح رفتار فردی می‌پردازد؛ همچنین چون نتایج پژوهش حاضر قابل بهره‌برداری در سازمان‌های نیروهای مسلح در قالب آیین‌نامه‌ها و برنامه‌های سازمانی می‌باشد، می‌توان آن‌را یک تحقیق کاربردی به‌حساب آورد.

جامعه آماری پژوهش حاضر در بخش کیفی اسناد و مدارک مرتبط با سبک زندگی و نیز ۱۰ نفر از خبرگان نیروهای مسلح می‌باشند که در سال‌های ۱۳۹۲ الی ۱۳۹۵ عضو میز سبک زندگی بودند. نمونه آماری در این بخش با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. جامعه آماری پژوهش در بخش کمی که اعتبارسنجی مؤلفه‌ها و شاخص‌های تحقیق بود، حدود ۱۰۰ نفر از کارشناسان و خبرگان نیروهای مسلح می‌باشند که با مباحث رفتاری و سبک زندگی آشنا بوده و حداقل ۱۵ سال سابقه خدمت در نیروهای مسلح داشته و دست کم ۵ سال نیز در مشاغل راهبردی خدمت نموده نموده باشند. جهت انتخاب این خبرگان با روش گلوله‌برفی و نمونه‌گیری هدفمند افراد واجد شرایط انتخاب شدند. همچنین جهت جمع‌آوری داده‌ها از روش کتابخانه‌ای با استفاده از ابزار فیش‌برداری و روش میدانی با استفاده از ابزار جلسات خبرگی و پرسشنامه استفاده گردید. جهت بالا بردن روایی جلسات خبرگی اولاً از تعداد محدودی از افراد متخصص و صاحب تجربه سازمان‌های تابعه نیروهای مسلح در حوزه‌های رفتاری و سبک زندگی به‌عنوان عضو میز «سبک

زندگی» دعوت به عمل آمد؛ ثانیاً دستورکارهای مختلفی متناسب با اهداف تحقیق در نظر گرفته شد؛ به طوری که در جلسات متعدد پیرامون موضوع حوزه رفتاری سبک زندگی بحث و از صاحب‌نظران مرتبط نیز دعوت به عمل آمد. همچنین جهت بالا بردن پایایی تحقیق، در برهه‌های زمانی مختلف، نتایج پژوهش به اعضای میز سبک زندگی ارائه گردید که تا حدود زیادی نظرات دریافتی با نظرات قبلی آن‌ها یکسان بود. به علاوه، جهت سنجش روایی صوری و محتوایی پرسشنامه علاوه بر تأییدیه استاد ناظر و برخی از اساتید و خبرگان مرتبط، از نقطه‌نظرات اعضای میز سبک زندگی نیز جهت اصلاح و بهبود شاخص‌ها استفاده گردید. همچنین جهت تعیین پایایی تحقیق از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید که در مجموع آلفای به دست آمده عدد ۰.۷۹ می‌باشد که نشان‌دهنده پایایی پرسشنامه تحقیق است.

تجزیه و تحلیل داده‌ها و یافته‌های پژوهش

الف) تحلیل توصیفی پاسخ‌گویان

حدود ۶۶ درصد از پاسخ‌گویان دارای مدرک تحصیلی دکتری و ۴۷ درصد دارای مدرک فوق‌لیسانس و شش درصد دارای مدرک لیسانس بودند. همچنین، قریب به ۵۰ درصد در رشته‌های مدیریت، حدود ۳۶ درصد در رشته‌های دفاعی و ۱۵ درصد در حوزه‌های امنیتی تحصیلات داشتند. به علاوه، حدود ۵۰ درصد از پاسخ‌گویان در ستادکل نیروهای مسلح خدمت می‌کردند. ۳۱ درصد از پاسخ‌گویان در آجا، حدود ۱۳ درصد در سپاه پاسداران انقلاب اسلامی، ۶ درصد در ناجا و ۳ درصد نیز در ودجا مشغول خدمت می‌باشند. قابل ذکر است که حدود ۳۸ درصد از پاسخ‌گویان بیش از ۳۰ سال، حدود ۴۵ درصد بین ۲۰ الی ۳۰ سال و حدود ۱۷ درصد از پاسخ‌گویان کمتر از ۲۰ سال خدمت نموده‌اند.

ب) تحلیل‌های مرتبط با اعتبارسنجی مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

دیدگاه پاسخ‌گویان درخصوص اعتبار مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح، در جدول ذیل (جدول شماره ۳) ارائه شده است. بر این اساس مؤلفه‌های داشتن امید به آینده، پاکدامن بودن، رعایت امانت، داشتن سعه‌صدر، اهل صبر، استقامت و پایداری بودن، مشورت نمودن (اهل مشورت) و رعایت نظم و انضباط به‌صورت ۱۰۰ درصد مورد توافق پاسخ‌گویان بود که این مؤلفه‌ها، مؤلفه‌های مناسبی برای بعد فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح می‌باشند. همچنین حدود ۹۷ درصد از پاسخ‌گویان، اعتبار مؤلفه‌های رعایت انصاف و عدالت، داشتن صداقت (راستگو بودن)، داشتن حسن‌ظن، رعایت تواضع و فروتنی در رفتار، اهل تلاش (تلاشگری)، اهل قناعت (ساده‌زیستی)، شجاع بودن و رعایت قانون (قانونمندی)، ۹۳ درصد اعتبار مؤلفه‌های پرهیز از ریا، داشتن روحیه آزادمندی (آزادگی)، انتقادپذیر بودن و هوشمند بودن، حدود ۹۰ درصد نیز اعتبار مؤلفه‌های کرامت و داشتن آمادگی جسمانی (سلامت جسمانی) را تایید نمودند. قابل‌ذکر است برخی از پاسخ‌گویان، پیشنهادهای هم برای تغییر عنوان یا اسم مؤلفه و هم اضافه نمودن مؤلفه‌ها داشتند. آن‌ها اذعان داشتند برخی از مؤلفه‌ها به لحاظ عنوان یا اسم بهتر است تغییر کنند؛ برای مثال به‌جای داشتن امید به آینده از عنوان امید به زندگی، به‌جای رعایت امانت از عنوان رعایت امانت نسبت به سازمان، به‌جای اهل تلاش از واژه تلاشگری، به‌جای اهل قناعت از عنوان ساده‌زیستی، به‌جای هوشمند بودن، واژه‌های زیرک بودن یا بصیرت داشتن، به‌جای مشورت نمودن از واژه اهل مشورت، به‌جای رعایت قانون از واژه قانونمندی، به‌جای داشتن آمادگی جسمانی از واژه سلامت جسمانی استفاده گردد. همچنین سایر مؤلفه‌های پیشنهادی پاسخ‌گویان جهت سنجش بعد فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح به قرار جدول شماره ۴ می‌باشد.

جدول ۳. دیدگاه پاسخ‌گویان نسبت به مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

ردیف	مؤلفه‌های در نظر گرفته شده برای سنجش بعد رفتار فردی سبک زندگی کارکنان ن.م	فراوانی و درصد فراوانی			
		بله		خیر	
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
۱	رعایت انصاف و عدالت	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۲	داشتن امید به آینده (امید به زندگی)	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۳	پاکدامن بودن	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۴	رعایت امانت (نسبت به سازمان)	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۵	داشتن صداقت (راستگو بودن)	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۶	کرامت	۷۸	٪۸۹/۶۵	۹	٪۱۰/۹۴
۷	پرهیز از ریا	۸۱	٪۹۳/۱۰	۶	٪۶/۸۹
۸	داشتن حسن‌ظن	۸۴	٪۹۶/۵۵	۹	٪۳/۴۴
۹	داشتن روحیه آزادمنشی (آزادگی)	۸۱	٪۹۳/۱۰	۶	٪۶/۸۹
۱۰	رعایت تواضع و فروتنی در رفتار	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۱۱	داشتن سعه‌صدر	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۱۲	اهل صبر، استقامت و پایداری بودن	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۱۳	اهل تلاش (تلاش‌گری)	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۱۴	اهل قناعت (ساده‌زیستی)	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۱۵	شجاع بودن	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۱۶	انتقادپذیر بودن	۸۱	٪۹۳/۱۰	۶	٪۶/۸۹
۱۷	هوشمند بودن (زیرک بودن) (بصیرت داشتن)	۸۱	٪۹۳/۱۰	۶	٪۶/۸۹
۱۸	مشورت نمودن (اهل مشورت)	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۱۹	رعایت نظم و انضباط	۸۷	٪۱۰۰	۰	۰
۲۰	رعایت قانون (قانونمندی)	۸۴	٪۹۶/۵۵	۳	٪۳/۴۴
۲۱	داشتن آمادگی جسمانی (سلامت جسمانی)	۷۸	٪۸۹/۶۵	۹	٪۱۰/۹۴

جدول ۴: سایر مؤلفه‌های پیشنهادی برای سنجش بعد فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

اعتماد به نفس، پراورزی بودن، قاطعیت، تحمل فشار، دارای بیان رسا و سخنوری، داشتن روحیه همکاری، رعایت بهداشت شخصی و محیطی، داشتن ابتکار عمل، داشتن نگرش مثبت به زندگی، حسن رهبری و مسئولیت، تقوا و ایمان یا ورع، عزت نفس داشتن، با صفا بودن، اهل یاری رساندن به دیگران، اهل وفای به عهد، حسن خلق در رفتار، نشاط و سرزندگی، توجه به خانواده، تعادل در گفتار، سخاوت و بخشندگی.

همچنین میزان اهمیت مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح برحسب میانگین نظرات به شرح جدول ذیل (جدول شماره ۵) می‌باشد. بر این اساس، مؤلفه داشتن صداقت (راستگو بودن) بیشترین اهمیت و مؤلفه آمادگی جسمانی کمترین اهمیت را در بین مؤلفه‌های رفتار فردی دارا هستند.

جدول ۵. اولویت‌بندی مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

ردیف	مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان ن.م	میانگین پاسخ‌ها
۱	داشتن صداقت (راستگو بودن)	۹/۴۱
۲	رعایت امانت	۸/۹۹
۳	اهل صبر، استقامت و پایداری بودن	۸/۹۷
۴	پرهیز از ریا	۸/۹۴
۵	داشتن امید به آینده	۸/۹۱
۶	پاکدامن بودن	۸/۷۲
۷	رعایت انصاف و عدالت	۸/۵۵
۸	رعایت نظم و انضباط	۸/۲۷
۹	رعایت قانون	۸/۲۷
۱۰	داشتن سعه صدر	۸/۲
۱۱	شجاع بودن	۸/۱۹
۱۲	اهل تلاش	۸/۱۷
۱۳	رعایت تواضع و فروتنی در رفتار	۸
۱۴	کرامت	۸۶.۷
۱۵	داشتن روحیه آزادمنشی (آزادگی)	۷/۸۲
۱۶	اهل قناعت	۷/۸۲

ردیف	مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان ن.م	میانگین پاسخ‌ها
۱۷	انتقادپذیر بودن	۷/۶۸
۱۸	مشورت نمودن	۷/۶۷
۱۹	داشتن حسن‌ظن	۷/۴۴
۲۰	هوشمند بودن	۷/۱۵
۲۱	داشتن آمادگی جسمانی	۶/۸۷

اعتبارسنجی شاخصهای هر مؤلفه‌ها سبک زندگی کارکنان ن.م در سطح فردی

۱) اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «رعایت انصاف و عدالت»

۹۷ درصد از پاسخ‌گویان بر این اعتقادند که دو شاخص «عدم تجاوز به حقوق دیگران» و «عدم تبعیض و رفتار منصفانه در برخورد با دیگران» شاخص‌های مناسبی برای سنجش مؤلفه «رعایت انصاف و عدالت» می‌باشند. همچنین ۹۳ درصد با شاخص «طرفداری از مظلوم در مناقشات و اختلافات افراد» و حدود ۸۳ درصد با شاخص‌های «تعهدات به قوانین و مقررات (قانونمداری)» و «تعهدات کاری» برای سنجش مؤلفه «رعایت انصاف و عدالت» موافق می‌باشند. قابل ذکر است برخی از پاسخ‌گویان پیشنهاداتی برای اصلاح شاخص‌ها و تکمیل آن داشتند. برای مثال عده‌ای متذکر شدند که شایسته است به جای شاخص «عدم تبعیض» از واژه «مساوات» و به جای شاخص «طرفداری از مظلوم در مناقشات و اختلافات افراد» از واژه «حق‌طلبی» و به جای واژه «تعهدات به قوانین و مقررات» از واژه «قانون‌مداری» استفاده شود. همچنین پیشنهاد گردید که شاخص «تقدم منافع دیگران در مقابل منافع خود» نیز به شاخص‌های پنج‌گانه اضافه گردد.

۲) اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «داشتن امید به آینده»

مطابق نقطه‌نظرات پاسخ‌گویان، حدود ۹۷ درصد از پاسخ‌گویان شاخص «نگاه کردن به مشکل از جنبه‌های امیدوارانه» را شاخص مناسبی برای سنجش مؤلفه «امید به آینده» عنوان کردند. همچنین حدود ۹۳ درصد نیز با شاخص‌های «مثبت فکر کردن»، «باور به امکان ایجاد آینده مطلوب» و «تلاش جهت مهیا کردن آینده‌ای بهتر با تجربیات گذشته» موافقت کردند. به علاوه حدود ۹۰ درصد از کارشناسان و خبرگان پژوهش با شاخص «پرتلاش بودن و صرف انرژی بسیار برای تحقق اهداف»، حدود ۸۳ درصد با شاخص «باور به اتفاق افتادن رویدادهای خوب» و حدود ۸۰ درصد با شاخص «باور به بهتر شدن روزبه‌روز همه چیز» موافق هستند. همچنین پاسخ‌گویان پیشنهاداتی

جهت اصلاح برخی شاخص‌های ارائه شده، داشتند. به عنوان مثال آن‌ها بیان کردند که بهتر است به جای عنوان شاخص «باور به بهتر شدن روزبه‌روز همه چیز» از عنوان «امید به زندگی» و به جای شاخص «باور به اتفاق افتادن رویدادهای خوب» از شاخص «نگاه خوشبینانه» و به جای شاخص «مثبت فکر کردن» از عنوان «مثبت‌اندیشی» استفاده گردد.

۳- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «پاکدامن بودن»

تحلیل نقطه‌نظرات کارشناسان و خبرگان رفتاری نیروهای مسلح نشان می‌دهد که ۹۷ درصد آنان با دو شاخص «عدم‌اشتهار به فحشا و منکرات» و «نداشتن رابطه غیراخلاقی» و ۱۰۰ درصد نیز با شاخص «رعایت حجاب و پوشش اسلامی» موافق هستند. به علاوه پاسخ‌گویان پیشنهاد نمودند به جای شاخص «رعایت حجاب»، عنوان «رعایت حجاب و شئون اسلامی» استفاده شود. همچنین چهار شاخص دیگر نیز جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «پاکدامن بودن» ارائه گردید: پرهیز از به‌کاربردن کلمات رکیک، داشتن دوستان عفیف و پاکدامن، رعایت موازین شرعی در روابط اجتماعی و عدم‌دل بستگی به مظاهر دنیوی.

۴- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «رعایت امانت»

نقطه‌نظرات کارشناسان و خبرگان رفتاری نیروهای مسلح نشان می‌دهد که همه آنان (۱۰۰ درصد) با دو شاخص «حفاظت از اموال سازمان» و «حفظ اسرار، اطلاعات و شئون حرفه‌ای سازمان»، ۹۳ درصد با شاخص «مراقبت در ادای مسئولیت»، حدود ۹۷ درصد با شاخص «مراقبت از حقوق ارباب‌رجوع» و حدود ۹۰ درصد نیز با شاخص «مراقبت از حقوق همکاران» جهت سنجش مؤلفه «رعایت امانت» موافق هستند.

۵- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «صداقت (راستگو بودن)»

نقطه‌نظرات کارشناسان و خبرگان رفتاری نیروهای مسلح نشان می‌دهد که همه آنان دو شاخص «راستگویی در گفتار» و «راستی در عمل و رفتار» را تایید نمودند. همچنین سه شاخص دیگر نیز جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «صداقت» ارائه گردید: یکسان بودن رفتار و گفتار، حق‌گویی، حتی اگر به ضرر گوینده باشد و وفای به عهد.

۶- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «کرامت»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «کرامت»، شاخص‌های مناسبی هستند.

به‌عبارتی، شاخص «اختصاص بخشی از دارایی‌های مادی و معنوی خود به نیازمندان» را همه (صد درصد) تأیید کردند، حدود ۹۷ درصد با شاخص‌های «کمک به دیگران و انجام کارهای نیکو و خداپسند»، «چشم‌پوشی از خطای دیگران به‌منظور اصلاح» و «اطعام و پذیرایی به‌موقع از دیگران» جهت سنجش مؤلفه «کرامت» موافق هستند. همچنین حدود ۹۳ درصد از پاسخ‌گویان با دو شاخص «شکرگزار بودن بدون انتظار تشکر از دیگران» و «وسعت نظر و داشتن اندیشه بلند و پویا» موافق می‌باشند. قابل ذکر است برخی از پاسخ‌گویان پیشنهاداتی جهت اصلاح و تغییر عناوین برخی شاخص‌ها داشتند. برای مثال پیشنهاد گردیده به‌جای شاخص «اختصاص بخشی از دارایی‌های مادی و معنوی خود به نیازمندان» از عنوان «انفاق یا بخشندگی» استفاده گردد. یا به‌جای شاخص «چشم‌پوشی از خطای دیگران به‌منظور اصلاح» از عنوان «گذشت» و به‌جای شاخص «شکرگزار بودن بدون انتظار تشکر از دیگران» از عنوان «قدردانی» استفاده شود. همچنین دو شاخص «حفظ شان و کرامت در برخورد با موضوعات جزئی» و «بروز ندادن مشکلات فردی» جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «کرامت» پیشنهاد گردید.

۷- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «پرهیز از ریا»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «پرهیز از ریا»، شاخص‌های مناسبی هستند. به‌عبارتی حدود ۹۷ درصد با دو شاخص «پرهیز از ارائه اعمال به دیگران به‌منظور ارضای نفس» و «پرهیز از ظاهرسازی» موافق بوده و حدود ۸۶ درصد نیز با شاخص «پرهیز از خودپسندی» جهت سنجش مؤلفه «پرهیز از ریا» موافق بودند. همچنین پاسخ‌گویان جهت تکمیل شاخص‌های مؤلفه «پرهیز از ریا»، سه شاخص «خودبزرگ‌بینی»، «ادعا و غرور» و «پرهیز از دورویی» را پیشنهاد نمودند.

۸- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «داشتن حسن‌ظن»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «داشتن حسن‌ظن»، شاخص‌های مناسبی هستند. به‌عبارتی ۱۰۰ درصد پاسخ‌گویان با دو شاخص «برداشت مثبت و خیر از رفتار مردم» و «شتاب‌زده قضاوت نکردن»، حدود ۹۳ درصد نیز با دو شاخص «خوش‌بینی در مسائل» و «خیرخواهی کردن» و حدود ۸۶ درصد هم با شاخص «بدگویی نکردن» جهت سنجش مؤلفه «حسن‌ظن» موافق بودند. همچنین یک شاخص با عنوان «عدم انتقاد و تخریب دیگران» نیز جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «حسن‌ظن» پیشنهاد گردید.

۹- اعتبار سنجی شاخص‌های مؤلفه «داشتن روحیه آزاد منشی (آزادگی)»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «روحیه آزادمنشی»، شاخص‌های مناسبی هستند. به عبارتی حدود ۹۰ درصد از پاسخ‌گویان با شاخص «دوری از مکر و فریب و کینه‌توزی»، حدود ۸۶ درصد با شاخص‌های «رعایت اخلاق اسلامی» و «پرهیز از پیمان‌شکنی»، حدود ۸۰ درصد با شاخص «عدم وابستگی به پست و مقام سازمانی» و حدود ۷۶ درصد نیز با شاخص «پرهیز از زرق و برق فریبنده دنیا» جهت سنجش مؤلفه «روحیه آزادمنشی» موافق بودند. همچنین یک شاخص با عنوان «گذشت و بزرگواری» جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «روحیه آزادمنشی» پیشنهاد گردید.

۱۰- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «رعایت تواضع و فروتنی»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «رعایت تواضع و فروتنی»، شاخص‌های مناسبی هستند. به عبارتی همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد) با شاخص‌های «پیش‌سلامی در برخورد با دیگران» و «فروتنی در برابر ابراز لطف و محبت دیگران»، حدود ۹۷ درصد با شاخص‌های «ترک مجادله»، «خودبرتر ندیدن» و «افتادگی در رفتار و کردار» و حدود ۹۳ درصد نیز با شاخص «نشست و برخاست با کارکنان سطوح پایین» جهت سنجش مؤلفه «رعایت تواضع و فروتنی» موافق هستند. قابل ذکر است برخی از پاسخ‌گویان پیشنهادهایی برای اصلاح و تغییر عنوان برخی شاخص‌ها داشتند. برای مثال آنان پیشنهاد نمودند به جای شاخص «پیش‌سلامی در برخورد با دیگران» از عنوان «پیشی‌گرفتن در ادای سلام و احترام» و به جای شاخص «خودبرتر ندیدن» از عنوان «اجتناب از خود برتر دیدن» و به جای شاخص «افتادگی در رفتار و کردار» از عنوان «مشی متواضعانه» استفاده گردد.

۱۱- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «داشتن سعه‌صدر»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «داشتن سعه‌صدر»، شاخص‌های مناسبی هستند. به عبارتی همه پاسخ‌گویان با دو شاخص «خویشتن‌داری» و «تحمل دیگران»، حدود ۹۷ درصد با شاخص «تحمل ناملایمات و سختی‌ها»، حدود ۸۶ درصد با شاخص «انتقادپذیری و انعطاف» و حدود ۸۳ درصد با شاخص «عدم‌تزلزل شخصیتی» جهت سنجش مؤلفه «سعه‌صدر» موافق هستند. همچنین نتایج اولویت‌بندی شاخص‌های مؤلفه «داشتن سعه‌صدر» نشان می‌دهد که شاخص «خویشتن‌داری» بیشترین و شاخص «عدم‌تزلزل شخصیتی» کمترین اهمیت را در بین

شاخص‌های سنجش مؤلفه «داشتن سعه‌صدر» دارا می‌باشند.

۱۲- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «اهل صبر، استقامت و پایداری بودن»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «اهل صبر، استقامت و پایداری بودن»، شاخص‌های مناسبی هستند. به عبارتی همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد) آنان با شاخص‌های «بردباری و مقاومت در برابر سختی‌ها» و «تسلیم‌نشدن در بحران‌ها» و حدود هشتاد درصد نیز با شاخص «باور به موفقیت و پیروزی» جهت سنجش مؤلفه «اهل صبر، استقامت و پایداری بودن» موافق هستند. همچنین شاخص «روحیه خستگی‌ناپذیر در برابر ناملایمات» جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «اهل صبر، استقامت و پایداری بودن» پیشنهاد گردید.

۱۳- اعتبارسنجی شاخص‌های سنجش مؤلفه «اهل تلاش»

در مجموع شاخص‌های در نظر گرفته شده برای مؤلفه «اهل تلاش»، شاخص‌های مناسبی هستند. به عبارتی همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد) با سه شاخص «جدیت نشان دادن در انجام کارها»، «پشتکار داشتن در انجام کار» و «خستگی‌ناپذیری»، حدود ۹۰ درصد نیز با سه شاخص «با تمام وجود کار کردن»، «انجام کار با قدرت و صلابت» و «انجام کار از روی علاقه نه برای رفع تکلیف» جهت سنجش مؤلفه «اهل تلاش» موافقت کردند. همچنین پیشنهاد گردید به جای شاخص «با تمام وجود کار کردن» از عنوان «جان‌سپاری به کار» و به جای شاخص «انجام کار با قدرت و صلابت» از عنوان «صلابت در انجام امور» استفاده گردد. به علاوه، یک شاخص نیز با عنوان «داشتن انگیزه معنوی در کار» جهت تکمیل شاخص‌ها، پیشنهاد گردید.

۱۴- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «اهل قناعت»

همه پاسخ‌گویان با دو شاخص «اکتفا کردن به خدمت‌عارف زندگی» و «راضی بودن به روزی الهی»، حدود ۹۷ درصد با شاخص‌های «درست مصرف کردن» و «پرهیز از تجمل‌گرایی»، حدود ۹۰ درصد با شاخص «چشم طمع نداشتن به مال دیگران» و حدود ۸۶ درصد با شاخص «دوری از شکوه و گلابه بی‌مورد از وضعیت موجود» جهت سنجش مؤلفه «اهل قناعت» موافق هستند.

۱۵- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «شجاع بودن»

حدود ۹۷ درصد با شاخص‌های «بدون هیچ‌گونه ترس، مطابق با اخلاقیات و ارزش‌ها عمل کردن»، «گفتن کلام حق و انجام عمل درست در مواجهه با چالش‌ها»، «خطرپذیری منطقی» و «ثبات قدم و

ایستادگی در برابر دشمن»، حدود ۹۳ درصد با شاخص «درنظر گرفتن منافع حق، بدون درنظر گرفتن تهدیدات»، حدود ۹۰ درصد با شاخص «مقاومت و پایداری در برابر وسوسه‌های درونی» و حدود ۷۶ درصد نیز با شاخص «توانایی پیروی از اصول درونی برای انجام کار درست» جهت سنجش مؤلفه «شجاع بودن» موافقت کردند. همچنین پاسخ‌گویان پیشنهاد نمودند که به‌جای شاخص «بدون هیچ‌گونه ترس، مطابق با اخلاقیات و ارزش‌ها عمل کردن» از عنوان «شجاعت در عمل» و به‌جای شاخص «درنظر گرفتن منافع حق، بدون درنظر گرفتن تهدیدات» از عنوان «حق‌گویی» استفاده گردد. به‌علاوه یک شاخص نیز با عنوان «شجاعت در امر به معروف و نهی از منکر» جهت تکمیل شاخص‌های سنجش مؤلفه «شجاع بودن» پیشنهاد شد.

۱۶- اعتبارسنجی شاخص‌های سنجش مؤلفه «انتقادپذیر بودن»

همه پاسخ‌گویان با شاخص «گشادگی و برخورد منطقی با انتقادها سازنده»، حدود ۹۷ درصد با شاخص «پرهیز از برخوردهای تلافی‌جویانه نسبت به منتقدین»، حدود ۹۰ درصد با شاخص‌های «ذهنیت مثبت از انتقاد» و «تکریم منتقدین» و حدود ۹۳ درصد نیز با شاخص «دوری از خودشیفتگی» جهت سنجش موافقت کردند. همچنین یک شاخص با عنوان «روحیه یادگیری از منتقدین» جهت تکمیل شاخص‌ها، پیشنهاد گردید.

۱۷- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «هوشمند بودن»

همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد) با شاخص‌های «توانایی تحلیل و استدلال ذهنی قوی» و «تشخیص دقیق و به‌موقع فرصت‌ها و موقعیت‌ها»، حدود ۹۳ درصد با شاخص «به‌کارگیری دانش‌های جدید»، حدود ۸۶ درصد با شاخص «تمایل به تغییر و تحول» و حدود ۸۳ درصد نیز با شاخص «جستجوی چالش‌های بزرگتر جهت ورزیدگی و افزایش توانایی‌های خود» جهت سنجش مؤلفه «هوشمند بودن» موافقت کردند. همچنین سه شاخص «توانایی حدس پیامدهای یک رفتار»، «انجام کلیه امور با تمرکز زیاد» و «پیشتازی در صحنه» جهت تکمیل شاخص‌های مؤلفه هوشمند بودن، پیشنهاد گردیدند.

۱۸- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «مشورت نمودن»

همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد)، موافقت خود را با شاخص «اهل گفتگو و گفت و شنود با دیگران»، حدود ۹۷ درصد با شاخص «استفاده از نظرات، ایده‌ها، افکار و تجربیات دیگران» و حدود ۹۳

درصد نیز با شاخص «مشارکت دادن همکاران و زیردستان در فرایندهای تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی سازمان» اعلام نمودند. همچنین دو شاخص «اعمال‌نظر مشاوران در تصمیم‌گیری‌ها» و «ترجیح دادن خرد گروهی بر خرد فردی در سازمان» جهت تقویت شاخص‌های مؤلفه «مشورت نمودن» پیشنهاد شد.

۱۹- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «رعایت نظم و انضباط»

همه پاسخ‌گویان (۱۰۰ درصد)، سه شاخص «آراستگی ظاهری»، «اطاعت منطقی از روش‌ها و رویه‌ها» و «وقت‌شناسی» و حدود ۹۳ درصد نیز شاخص «پیروی کامل از دستورهای نظامی» را به‌عنوان شاخص‌های مناسب برای سنجش مؤلفه «رعایت نظم و انضباط» تأیید نمودند. همچنین جهت تقویت شاخص‌ها، سه شاخص «معتقد به رعایت کامل مقررات»، «رعایت قوانین و مقررات سازمانی» و «وظیفه‌شناسی» پیشنهاد گردید.

۲۰- اعتبارسنجی شاخص‌های مؤلفه «رعایت قانون»

مطابق نقطه‌نظرات پاسخ‌گویان، ۱۰۰ درصد پاسخ‌گویان با دو شاخص «پایبندی به قوانین و مقررات» و «اجرای قوانین به‌طور عادلانه» و حدود ۹۷ درصد نیز با شاخص «رعایت حقوق همه افراد» جهت سنجش مؤلفه رعایت قانون، موافقت نمودند. همچنین شاخص «توان اطلاع کافی از قوانین موضوعی» نیز جهت تکمیل شاخص‌ها، پیشنهاد گردید.

۲۱- اعتبارسنجی شاخص‌های سنجش مؤلفه «داشتن آمادگی جسمانی»

مطابق نقطه‌نظرات، پاسخ‌گویان حدود ۹۷ درصد با شاخص «داشتن انرژی لازم جهت انجام عملیات در صحنه‌های مختلف»، حدود ۹۳ درصد با شاخص‌های «توان تحرک و بدنی متناسب با نوع شغل» و «تعادل و هماهنگی متناسب با نوع شغل»، حدود ۹۰ درصد با شاخص «توانایی انجام کار عضلانی قابل‌انتظار» جهت سنجش مؤلفه «داشتن آمادگی جسمانی» موافق می‌باشند. برخی از پاسخ‌گویان نیز پیشنهاد تغییر اسم این مؤلفه را به مؤلفه «تحرک و چابکی» داشتند. بر این اساس یک شاخص نیز با عنوان «چابکی لازم برای انجام کار» پیشنهاد کردند.

نتیجه‌گیری و پیشنهاد

چنانچه ذکر شد بحث از سبک زندگی و آداب اسلامی در عرصه زندگی فردی و اجتماعی، از مباحث بسیار ضروری جامعه کنونی است. این مهم در سازمان‌های نظامی که سازمان‌های ارزشی و مکتبی نیز به حساب می‌آیند، اهمیت دوچندان دارند. از این‌رو، پژوهش حاضر با هدف شناسایی اهم مؤلفه‌ها و شاخص‌های سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح در سطح فردی به رشته تحریر درآمده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که مؤلفه‌های داشتن امید به آینده، پاکدامن بودن، رعایت امانت، داشتن سعه‌صدر، اهل صبر، استقامت و پایداری بودن، مشورت نمودن (اهل مشورت)، رعایت نظم و انضباط، رعایت انصاف و عدالت، داشتن صداقت (راستگو بودن)، داشتن حسن‌ظن، رعایت تواضع و فروتنی در رفتار، اهل تلاش (تلاشگری)، اهل قناعت (ساده‌زیستی)، شجاع بودن، رعایت قانون (قانونمندی)، پرهیز از ریا، داشتن روحیه آزادمنشی (آزادگی)، انتقادپذیر بودن و هوشمند بودن، کرامت و داشتن آمادگی جسمانی (سلامت جسمانی) مهم‌ترین مؤلفه‌های فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح می‌باشند. همچنین نتایج حاصل از اعتبارسنجی شاخص‌های هر مؤلفه نیز در جدول شماره ۶ نشان داده شده است. همان‌طور که قبلاً ذکر شد، سبک زندگی در ابعاد و سطوح مختلف رفتار فردی، سازمانی، خانوادگی و اجتماعی قابل بررسی می‌باشد. با اینکه این پژوهش تلاش نمود با بررسی تحقیقات مختلف در حوزه سبک زندگی و نیز رفتار سازمانی در داخل نیروهای مسلح و نیز جلسات میز سبک زندگی مرکز تحقیقات راهبردی و نظرسنجی از کارشناسان نیروهای مسلح، اهم مؤلفه‌ها و شاخص‌های رفتار فردی را شناسایی و اولویت‌بندی نماید، با این وجود سایر سطوح و ابعاد رفتار سازمانی، خانوادگی و اجتماعی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح باید توسط سایر پژوهشگران مورد بررسی قرار گیرد. همچنین پیشنهاد می‌گردد آسیب‌شناسی وضعیت رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح بر اساس نتایج این پژوهش (مؤلفه‌ها و شاخص‌های احصاء شده) در سازمان‌های مختلف انجام و با یکدیگر مقایسه شوند.

جدول ۶. مؤلفه‌های رفتار فردی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح

ردیف	مؤلفه‌های سبک زندگی کارکنان ن.م در سطح فردی	شاخص‌های هر مؤلفه
۱	داشتن صداقت (راستگو بودن)	عدم تجاوز به حقوق دیگران؛ عدم تبعیض (مساوات) و رفتار منصفانه در برخورد با دیگران؛ طرفداری از مظلوم در مناقشات و اختلافات افراد (حق طلبی)؛ تعهدات به قوانین و مقررات (قانون‌مداری)؛ تعهدات کاری؛ تقدم قائل شدن به منافع دیگران در مقابل منافع خود.
۲	رعایت امانت	باور به بهتر شدن روزه‌روز همه چیز (امید به زندگی)؛ باور به اتفاق افتادن رویدادهای خوب (نگاه خوش‌بینانه)؛ مثبت فکر کردن (مثبت‌اندیشی)؛ نگاه کردن به مشکل از جنبه‌های امیدوارانه؛ باور به امکان ایجاد آینده مطلوب؛ پرتلاش بودن و صرف انرژی بسیار برای تحقق اهداف؛ تلاش جهت مهیا کردن آینده‌ای بهتر با تجربیات گذشته.
۳	اهل صبر، استقامت و پایداری بودن	عدم اشتها به فحشا و منکرات؛ نداشتن رابطه غیراخلاقی؛ رعایت حجاب و شئونات اسلامی؛ پرهیز از به‌کاربردن کلمات رکیک؛ داشتن دوستان عقیف و پاکدامن؛ رعایت موازین شرعی در روابط اجتماعی.
۴	پرهیز از ریا	حفاظت از اموال سازمان؛ مراقبت از حقوق همکاران؛ مراقبت از حقوق ارباب‌رجوع؛ حفظ اسرار، اطلاعات و شئون حرفه‌ای سازمان؛ مراقبت در ادای مسئولیت.
۵	داشتن امید به آینده	راستگویی در گفتار؛ راستی در عمل و رفتار؛ یکسان بودن رفتار و گفتار؛ حق‌گویی حتی اگر به ضرر گوینده باشد؛ وفای به عهد.
۶	پاکدامن بودن	اختصاص بخشی از دارایی‌های مادی و معنوی خود به نیازمندان (انفاق یا بخشندگی)؛ کمک به دیگران و انجام کارهای نیکو و خدایپسند؛ چشم‌پوشی از خطای دیگران به‌منظور اصلاح (گذشت)؛ اطعام و پذیرایی به‌موقع از دیگران؛ شکرگزار بودن بدون انتظار تشکر از دیگران (قدردانی)؛ وسعت نظر و داشتن اندیشه بلند و پویا؛ حفظ شان و کرامت در برخورد با موضوعات جزئی؛ بروز ندادن مشکلات فردی.
۷	رعایت انصاف و عدالت	پرهیز از ارائه اعمال به دیگران به‌منظور ارضای نفس؛ پرهیز از ظاهرسازی و دورویی؛ پرهیز از خودپسندی؛ پرهیز از خودبزرگ‌بینی و غرور.

ردیف	مؤلفه‌های سبک زندگی کارکنان ن.م در سطح فردی	شاخص‌های هر مؤلفه
۸	رعایت نظم و انضباط	برداشت مثبت و خیر از رفتار مردم؛ خوش‌بینی در مسائل؛ شتاب‌زده قضاوت نکردن و واقع‌بینی؛ بدگویی نکردن؛ خیرخواهی کردن؛ عدم انتقاد و تخریب دیگران.
۹	رعایت قانون	عدم وابستگی به پست و مقام سازمانی؛ رعایت اخلاق اسلامی؛ پرهیز از زرق و برق فریبنده دنیا؛ پرهیز از پیمان‌شکنی؛ دوری از مکر و فریب و کینه‌توزی؛ گذشت و بزرگواری.
۱۰	داشتن سعه‌صدر	پیش‌سلامی در برخورد با دیگران (پیشی‌گرفتن در ادای سلام و احترام)؛ ترک مجادله؛ دوری از خودنمایی و شهرت‌طلبی؛ نشست و برخاست با کارکنان سطوح پایین؛ فروتنی در برابر ابراز لطف و محبت دیگران؛ خودبرتر ندیدن (اجتناب از خودبرتر دیدن)؛ افتادگی در رفتار و کردار (مشی متواضعانه).
۱۱	شجاع بودن	خویشتر داری؛ انتقادپذیری و انعطاف؛ عدم تزلزل شخصیتی؛ تحمل دیگران؛ تحمل نامالایمات و سختی‌ها.
۱۲	اهل تلاش	بردباری و مقاومت در برابر سختی‌ها؛ تسلیم نشدن در بحران‌ها؛ باور به موفقیت و پیروزی؛ روحیه خستگی‌ناپذیر در برابر نامالایمات.
۱۳	رعایت تواضع و فروتنی در رفتار	انجام کار با قدرت و صلابت (در انجام امور)؛ انجام کار از روی علاقه نه برای رفع تکلیف؛ پشتکار داشتن در انجام کار؛ خستگی‌ناپذیری؛ داشتن انگیزه در کار.
۱۴	کرامت	اکتفا کردن به حد متعارف زندگی؛ درست مصرف کردن؛ پرهیز از تجمل‌گرایی؛ دوری از شکوه و گلایه بی‌مورد از وضعیت موجود؛ چشم طمع نداشتن به مال دیگران؛ راضی بودن به روزی الهی.
۱۵	داشتن روحیه آزادمنشی (آزادگی)	بدون هیچ‌گونه ترس، مطابق با اخلاقیات و ارزش‌ها عمل کردن (شجاعت در عمل)؛ گفتن کلام حق و انجام عمل درست در مواجهه با چالش‌ها؛ توانایی پیروی از اصول درونی برای انجام کار درست؛ درنظر گرفتن منافع حق، بدون درنظر گرفتن تهدیدات (حق‌گویی)؛ مقاومت و پایداری در برابر وسوسه‌های درونی؛ خطرپذیری منطقی؛ ثبات قدم و

شاخص‌های هر مؤلفه	مؤلفه‌های سبک زندگی کارکنان م.ن.م در سطح فردی	ردیف
ایستادگی در برابر دشمن؛ شجاعت در امر به معروف و نهی از منکر.		
ذهنیت مثبت از انتقاد؛ گشادگی و برخورد منطقی با انتقادهای سازنده؛ تکریم منتقدین؛ پرهیز از برخوردهای تلافی‌جویانه نسبت به منتقدین؛ دوری از خود شیفتگی؛ روحیه یادگیری از منتقدین.	اهل قناعت	۱۶
توانایی تحلیل و استدلال ذهنی قوی؛ تمایل به تغییر و تحول؛ به‌کارگیری دانش‌های جدید؛ جستجوی چالش‌های بزرگتر جهت ورزیدگی و افزایش توانایی‌های خود؛ تشخیص دقیق و به‌موقع فرصت‌ها و موقعیت‌ها؛ توانایی حدس پیامدهای یک رفتار؛ پیشتازی در صحنه.	انتقادپذیر بودن	۱۷
استفاده از نظرات، ایده‌ها، افکار و تجربیات دیگران؛ اهل گفتگو و گفت و شنود با دیگران؛ مشارکت دادن همکاران و زیردستان در فرایندهای تصمیم‌گیری و تصمیم‌سازی سازمان؛ اعمال‌نظر مشاوران در تصمیم‌گیری‌ها؛ ترجیح دادن خرد گروهی بر خرد فردی در سازمان.	مشورت نمودن	۱۸
آراستگی ظاهری؛ اطاعت منطقی از روش‌ها و رویه‌ها؛ پیروی کامل از دستورهای نظامی؛ وقت‌شناسی؛ وظیفه‌شناسی.	داشتن حسن ظن	۱۹
پایبندی به قوانین و مقررات؛ اجرای قوانین به‌طور عادلانه؛ رعایت حقوق همه افراد؛ اطلاع کافی از قوانین موضوعی.	هوشمند بودن	۲۰
توان تحرک و بدنی متناسب با نوع شغل؛ توانایی انجام کار عضلانی قابل انتظار؛ داشتن انرژی لازم جهت انجام عملیات در صحنه‌های مختلف؛ تعادل و هماهنگی متناسب با نوع شغل؛ چابکی لازم برای انجام کار.	داشتن آمادگی جسمانی	۲۱

منابع و مأخذ

- آژادارمکی، تقی (۱۳۸۶). زندگی روزمره، قدرت و فرهنگ، تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- حسین شریفی، احمد (۱۳۹۱). اخلاق و سبک زندگی اسلامی، تهران: دفتر نشر معارف.
- حسینی، سیدابوالقاسم (۱۳۸۸). سبک و روش زندگی استاندارد و نقش آن در تامین سلامت بدنی، روانی، اجتماعی و معنوی انسان. تهران: نشر قطره.
- دهقان، نبی‌اله (۱۳۹۳). الگوی فرهنگ سازمانی آجا مبتنی بر بیانات حضرت آقا (مدظله العالی)، تهران: مرکز مطالعات راهبردی آجا.
- دهقان، نبی‌اله (۱۳۹۵). الگوی سبک زندگی کارکنان نیروهای مسلح با تأکید بر ابعاد رفتار فردی و سازمانی. تهران: مرکز تحقیقات راهبردی دفاعی.
- دهقان، نبی‌اله؛ رحیم‌زاده، قادر؛ فتحی، صمد (۱۳۹۲). «الگوی فرماندهی در یگان‌های آجا»، فصلنامه مدیریت نظامی، سال چهاردهم، شماره ۵۳.
- رایبیز، استیفن‌پی (۱۳۸۰). رفتار سازمانی، ترجمه علی پارسائیان و محمد اعرابی، جلد اول، تهران: دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- ربانی، رسول؛ رستگار، یاسر (۱۳۸۷). «جوان، سبک زندگی و فرهنگ مصرفی»، ماهنامه‌ی مهندسی فرهنگی، سال سوم، شماره‌های ۲۴ و ۲۳.
- رضائیان، علی (۱۳۸۱). رفتار سازمانی، چاپ‌سوم، تهران: انتشارات سمت.
- سکاران، اوما (۱۳۸۰). روش‌های تحقیق در مدیریت. ترجمه محمود صائبی و محمود شیرازی، چاپ پنجم، تهران: انتشارات موسسه عالی آموزش و پژوهش مدیریت و برنامه‌ریزی.
- شریفی، رضا (۱۳۹۱). مدل چندوجهی مفهومی‌شناسی و مدیریت سبک زندگی، تهران: موسسه رهیافت زندگی متعالی.
- شکوهی، حسین (۱۳۹۴). بررسی روش‌های سنجش و سازوکارهای روحیه و انگیزش کارکنان در سازمان‌های نظامی و ارائه الگوی بومی سنجش در نیروهای مسلح، تهران: مرکز مطالعات راهبردی دفاعی ستاد کل.
- عاشوریان محمدرضا؛ سامانی‌نژاد، محمدجواد (۱۳۹۴). تأملی بر سبک زندگی فرماندهان شهید لشکر ۱۴ امام حسین (ع). سایت پایداری پژوهشگاه علوم و معارف دفاع مقدس.
- فاضل‌قانع، حمید (۱۳۹۲). سبک زندگی بر اساس آموزه‌های اسلامی، قم: مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما.

- فاضلی، محمد (۱۳۸۲). مصرف و سبک زندگی، قم: نشر صبیح صادق.
- کاویانی محمد (۱۳۹۰). «کمی‌سازی و سنجش سبک زندگی اسلامی»، نشریه روانشناسی و دین، سال چهارم، شماره دوم، صص ۲۷-۴۴.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۸۲). تجدد و تشخص (جامعه و هویت شخصی در عصر جدید). ترجمه ناصر موفقیان، تهران: نشرنی.
- مهدوی‌کنی، محمدسعید (۱۳۸۶). «مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی»، فصلنامه علمی، شماره ۱، صص ۱۹۹-۲۳۰.
- نایینی، علی‌محمد (۱۳۹۳). شناسایی و تعیین عوامل اساسی روحیه حماسی و ارائه راهبردهای حفظ و توسعه آن در جامعه، تهران: مرکز مطالعات راهبردی دفاعی ستاد کل.
- نوری، محمدموسی (۱۳۸۳). «قانون‌مداری در سیره نبوی»، مجله علوم انسانی، شماره ۸۶.

