



رابطه بین فرسودگی شغلی با سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان

غلامرضا شعبانی بهار^{1*}، محمد زمان کونانی²

تاریخ تصویب: 91/3/28

تاریخ دریافت: 90/10/5

چکیده

هدف اصلی این پژوهش، تعیین رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان می‌باشد. روش تحقیق این پژوهش، توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری تحقیق شامل دبیران تربیت بدنی آموزش و پرورش استان لرستان می‌باشد. که با استفاده از جدول کرجسی و مورگان 217 نفر (126 نفر دبیر مرد و 91 نفر دبیر زن) به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات، از پرسشنامه‌های استاندارد سلامت عمومی (GHQ28) و فرسودگی شغلی مسلسل (MBI 22) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، علاوه بر شاخص‌های آمار توصیفی از آزمون‌های آمار استنباطی نظیر: همبستگی پیرسون، رگرسیون و t برای گروه‌های مستقل استفاده شد.

نتایج نشان داد که بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی رابطه معکوس و معناداری وجود دارد. به نحوی که افرادی که دارای فرسودگی شغلی بالایی بودند از سلامت عمومی کم‌تری برخوردار بودند. همچنین، مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی معلمان توان تبیین و پیش بینی سلامت عمومی آنها را دارد. همچنین، بین معلمان زن و مرد از نظر میزان فرسودگی شغلی تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود. در حالی که بین معلمان زن و مرد از نظر میزان سلامت عمومی تفاوت معنی‌داری وجود دارد؛ به نحوی که سلامت عمومی مردان بیشتر از زنان است.

واژگان کلیدی: فرسودگی شغلی، سلامت عمومی، معلمان تربیت بدنی، استان لرستان

E-mail: shabani1345@gmail.com

E-mail: m.konani1361@gmail.com

1. دانشیار دانشگاه بوعلی سینا*

2. کارشناس ارشد دانشگاه بوعلی سینا

مقدمه

پیشرفت‌های شگرف فناوری و تغییرات نظام اجتماعی باعث گردیده که جوامع امروزی شکل پیچیده‌ای به خود بگیرند. عوامل متعددی همچون: مشکلات مالی و خانوادگی، تضاد با دوستان و همکاران، فشار روانی ناشی از عوامل محیطی و سازمانی باعث شده است که به نحوی زندگی طبیعی انسان را تهدید نماید (رستمی نیا، 1379). این فشار سبب می‌گردد تا وظایفی که انسان به سادگی در شرایط طبیعی انجام می‌دهد، با مشکل روبه‌رو شود، به گونه‌ای که با دشواری بدان پرداخته و حتی گاهی قادر به انجام آن نباشد. در نتیجه، آسیب‌های جدی بر منابع مالی و انسانی سازمان وارد می‌شود (صادقی بروجردی، 1382).

پژوهش‌هایی که طی دهه‌های 1980 تا 1990 صورت گرفته است، تماماً تأیید نموده‌اند که مشکلات روانی و اجتماعی همگی در ایفای نقش اجتماعی به عنوان یک عامل مانع و بازدارنده تلقی می‌شوند. در غالب این پژوهش‌ها، ضمن التفات به آثار مخرب مشکلات مذکور، تأکید بر ضرورت کشف و شناخت علل و عوامل موثر از جمله فرسودگی شغلی که در سطح معناداری می‌توانند شاخصی برای ارزیابی میزان سلامت عمومی باشد، به وضوح مشاهده می‌شود (تویتز¹، 1995). سازمان بهداشت جهانی (1998)، در تعریف فرسودگی شغلی اظهار داشته است که فرسودگی شغلی عبارت است از یک فرآیند روان‌شناختی که تحت شرایط استرس شغلی شدید حادث می‌شود و خود را به صورت فرسودگی عاطفی، مسخ شخصیت، کاهش انگیزه و پسرفت (تضعیف عملکرد) نشان می‌دهد. همچنین، همین سازمان، سلامت عمومی را برخورداری از آسایش کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو تعریف کرده است (لاست²، 1367).

معلمان به واسطه ماهیت شغلی خود، با مشکلات عدیده‌ای مواجه هستند، مشکلاتی مانند پرحجمی کار، افت تحصیلی دانش آموزان، حقوق و مزایای ناکافی، عدم علاقه دانش آموزان به تحصیل، نادیده گرفتن نیازهای آنان از طرف سازمان‌های آموزشی و کلاس‌های پر جمعیت. این مشکلات همگی بر سلامت آنها تأثیرگذار بوده و با استمرار این مشکلات آسیب‌پذیری آنها را بالا برده و نهایتاً ممکن است منجر به فرسودگی شغلی در میان آنان شود (هاکانن جی، 2004 و گریسن، 2008)³.

از دیگر سو، شواهد تحقیقاتی نشان می‌دهد که فرسودگی شغلی با غیبت‌های مکرر، بازنشستگی زودرس، عملکرد نامناسب و کاهش کیفیت تدریس، عزت نفس پایین و از لحاظ روان‌شناختی با علائم افسردگی رابطه دارد. علاوه بر آن، تحقیقات متعدد دیگری نیز نشان می‌دهند که فرسودگی شغلی با علائم روان‌شناختی از قبیل افسردگی، اضطراب و مشکلات جسمانی از همبستگی مثبت و بالایی برخوردار است (رستمی و همکاران، 1387).

با توجه به نقش حساس معلمان و در معرض خطر بودن این افراد به فرسودگی شغلی و عوارض ناخوشایند فردی، سازمانی و کشوری آن به نظر می‌رسد که ارزیابی میزان فرسودگی شغلی معلمان ضروری می‌باشد تا هم شیوع و هم عوامل تأثیرگذار آن به طور علمی ثابت شود و قبل از ایجاد عوارض جسمی و روحی و روانی برای کاهش یا پیشگیری از آن اقدامات لازم صورت گیرد (صابری، 1390).

¹. Thoits

². Lasst

³. Hakanen J & Grayson

امروزه، به دلیل تغییرات شغرفی که فرسودگی شغلی می‌تواند بر کیفیت زندگی شخصی، خانوادگی و سلامت عمومی و حرفه‌ای بر جای بگذارد، به صورت یک مسأله جدی مدنظر قرار گرفته است (گرونهوک، 2000).¹ به همین دلیل، با توجه به اهمیت موضوع و علاقه‌مندی محقق و کمبود تحقیقات با دو متغیر موجود (فرسودگی شغلی و سلامت عمومی) و نقشی که فرایند تعلیم و تربیت دانش آموزان دارد، این تحقیق در صدد شناسایی و تعیین رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان بوده است.

روش‌شناسی تحقیق

با عنایت به هدف‌های پژوهش و سؤال‌های اساسی تحقیق، روش این مطالعه توصیفی و از نوع همبستگی می‌باشد که اطلاعات آن به روش میدانی (توزیع و جمع‌آوری) اجرا گردیده است.

جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این تحقیق را دبیران تربیت بدنی (بالای ده سال سنوات خدمت) سازمان آموزش و پرورش استان لرستان تشکیل می‌دادند که با سازمان خود در زمان تحقیق رابطه استخدامی (رسمی قطعی، حق‌التدریس و قراردادی) داشتند. براساس آخرین آماری که محققان از اداره تربیت بدنی سازمان آموزش و پرورش استان لرستان در سال تحصیلی 89/90 اخذ نمودند، تعداد آنها 514 نفر بود. نمونه آماری این تحقیق براساس جدول کرجسی و مورگان 217 نفر (126 نفر مرد و 91 نفر زن) به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شده‌اند.

ابزار گردآوری داده‌ها

به منظور گردآوری داده‌ها و اندازه‌گیری متغیرهای تحقیق، از سه پرسشنامه استفاده شده است.

1- پرسشنامه مشخصات فردی

این پرسشنامه محقق ساخته بود و به وسیله آن داده‌های مربوط به وضعیت استخدامی، مدرک تحصیلی، سابقه کار، وضعیت تأهل، جنسیت و رشته ورزشی آزمودنی‌ها جمع‌آوری شد.

2- پرسشنامه فرسودگی شغلی² (MBI)

جهت اندازه‌گیری فرسودگی شغلی آزمودنی‌ها از پرسشنامه 22 سؤالی فرسودگی شغلی معلمان مسلش و همکاران (2001) استفاده شد. با عنایت به استاندارد بودن، روایی صوری این پرسشنامه به تأیید استادان راهنما و مشاور رسید. ضریب پایایی آن توسط کشتکاران (1375) 84%، نوریخس پریش (1378)، کشتی دار (1381) 70% و توسط صادقی بروجردی (1382) 81% گزارش شده است و در نهایت، پایایی این پرسشنامه از طریق محاسبه آلفای کرونباخ 82/5% تعیین گردید. این پرسشنامه جنبه‌های مختلف فرسودگی شغلی (فرسودگی عاطفی، کاهش عملکرد شخصی و تهی شدن از ویژگی‌های فردی) توسط 22 سؤال با جملاتی ساده و کوتاه و به طور بسته در این پرسشنامه آمده است و از طریق آن به راحتی می‌توان ویژگی‌های احساسی و گرایش دبیران تربیت بدنی (دچار فرسودگی شغلی) را مشخص کرد (قبادی، 1386).

¹. Gronhaug

². Maslash Burnout Inventory

3- پرسشنامه سلامت عمومی¹ (GHQ)

جهت اندازه‌گیری سلامت عمومی آزمودنی‌ها از پرسشنامه² 28 سؤالی استفاده شد. این پرسشنامه توسط گلدبرگ و هیلر² در سال 1979 طراحی شده است. این پرسشنامه یکی از معتبرترین پرسشنامه‌ها در ارتباط با سنجش سلامت عمومی است که در بیش از 70 کشور دنیا مورد استفاده قرار گرفته. همچنین این پرسشنامه در ایران نیز هنجاریابی و استاندارد شده است. (شارع پور، 1381). روایی صوری این پرسشنامه به تأیید استادان راهنما و مشاور رسید. پایایی این پرسشنامه توسط گلدبرگ و ویلیامز (1988)، تقوی (1380) مورد تأیید قرار گرفته است. همچنین، صادقی بروجردی (1382) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از 30 نفر اعضای هیأت علمی دانشگاه‌ها با استفاده از روش آماری کرانباخ 86% محاسبه نمود و در نهایت پایایی این پرسشنامه از طریق محاسبه آلفای کرونباخ 84/5% تعیین گردید. پرسشنامه² GHQ-28 دارای چهار مقیاس (علائم جسمانی، علائم اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی و علائم افسردگی فرعی می‌باشد و هر مقیاس هفت سؤال دارد).

روش‌های آماری

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، علاوه بر استفاده از جدول و نمودار، از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی آمار توصیفی و به منظور آزمون فرضیه‌های تحقیق از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون ساده و چند گانه و آزمون t برای مقایسه گروه‌های مستقل استفاده شد. البته، قبل از به‌کارگیری آزمون‌های مذکور ابتدا مقادیر پرت و انتهای از طریق رسم نمودار شناسایی شده‌اند و سپس طبیعی بودن توزیع داده‌ها به وسیله آزمون کولموگروف-اسمیرنف بررسی گردید. همچنین، خطی بودن روابط بین متغیرها از طریق رسم نمودار پراکنش داده‌ها واریسی شد. در ضمن، تجزیه و تحلیل داده‌ها به وسیله نرم افزار آماری spss انجام گرفت.

یافته‌های تحقیق

یافته‌های توصیفی

جدول 1. توزیع فراوانی و درصد فراوانی نمونه مورد مطالعه

جنس	فراوانی	درصد
مرد	126	58/1
زن	91	41/9
جمع	217	100

یافته‌های تحقیق نشان داد که از میان 217 نفر معلم (نمونه آماری)، 126 نفر معلم مرد (58/1 درصد) و 91 نفر معلم زن (41/9) بودند.

¹. General Health Questionnaire

². Gollberg and Hiller

جدول 2. توزیع فراوانی و درصد فراوانی نمونه مورد مطالعه برحسب سابقه خدمت

جمع		مرد		زن		جنس	سابقه خدمت
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی		
33/6	73	16/1	35	17/5	38		12 تا 15 سال
38/7	84	27/6	60	11/1	24		16 تا 20 سال
20/3	44	9/7	21	10/6	23		21 تا 25 سال
7/4	16	4/6	10	2/8	6		اظهارنشده
100	217	58/1	126	41/9	91		جمع

نتایج جدول شماره 2 نشان می‌دهد که سابقه خدمت 73 نفر (33/6%) از معلمان مورد مطالعه بین 12 تا 15 سال، سابقه خدمت 84 نفر (38/7%) از معلمان مورد مطالعه بین 16 تا 20 سال، سابقه خدمت 44 نفر (20/3%) از معلمان مورد مطالعه بین 21 تا 25 سال است و 16 نفر (7/4%) از معلمان سابقه خدمت خود را ذکر نکرده‌اند.

جدول 3. توزیع فراوانی و درصد فراوانی نمونه مورد مطالعه برحسب وضعیت شغلی

جمع		مرد		زن		جنس	وضعیت شغلی
درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی		
73/7	160	48/8	106	24/9	54		رسمی - قطعی
12/4	27	5/5	12	6/9	15		رسمی - آزمایشی
2/8	6	1/8	4	0/9	2		قراردادی
4/6	10	0/9	2	3/7	8		حق التدریس
6/5	14	0/9	2	5/5	12		اظهارنشده
100	217	58/1	126	41/9	91		جمع

نتایج جدول شماره 3 نشان می‌دهد که وضعیت استخدامی 160 نفر (73/7%) از معلمان مورد مطالعه رسمی - قطعی، وضعیت استخدامی 27 نفر (12/4%) از معلمان مورد مطالعه رسمی - آزمایشی، وضعیت استخدامی 6 نفر (2/8%) از معلمان مورد مطالعه قراردادی است و وضعیت استخدامی 10 نفر (4/6%) از معلمان حق التدریس است. 14 نفر (6/5%) از معلمان نیز وضعیت استخدامی خود را ذکر نکرده‌اند.

جدول 4. توزیع فراوانی و درصد فراوانی نمونه مورد مطالعه بر حسب میزان تحصیلات

میزان تحصیلات	جنس		مرد		زن		جمع
	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	
کاردانی	37	17/1	39	18	76	35	
کارشناسی	46	21/2	69	31/8	115	53	
بالتر از کارشناسی	-	-	12	5/5	12	5/5	
اظهار نشده	6	2/8	-	-	6	2/8	
جمع	91	41/9	126	58/1	217	100	

نتایج جدول شماره 4 نشان می‌دهد که میزان تحصیلات 8 نفر (3/7%) از معلمان مورد مطالعه دیپلم، میزان تحصیلات 76 نفر (35%) از معلمان مورد مطالعه کاردانی، میزان تحصیلات 115 نفر (53%) از معلمان مورد مطالعه کارشناسی، میزان تحصیلات 512 نفر (5/5%) از معلمان مورد مطالعه (مرد) بالاتر از کارشناسی است. 6 نفر (2/8%) از معلمان (زن) نیز وضعیت تأهل خود را ذکر نکرده‌اند.

جدول 5. توصیف اطلاعات مربوط به وضعیت فرسودگی شغلی نمونه آماری مورد مطالعه

متغیر	تعداد	کم‌ترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
فرسودگی عاطفی	217	9	51	23/16	8/18
مسخ شخصیت	217	5	27	14/18	6/09
فقدان موفقیت فردی	217	8	56	23/44	10/57
فرسودگی شغلی	217	26	115	60/79	14/37

نتایج جدول شماره 5 نشان می‌دهد که بیشترین میانگین مؤلفه از فرسودگی شغلی مربوط به فقدان موفقیت فردی با 23/44 درصد و کم‌ترین میانگین مؤلفه از فرسودگی شغلی مربوط به مسخ شخصیت 14/18 درصد می‌باشد و در مجموع نیز از 217 نفر، تعداد 26 نفر کم‌ترین و تعداد 115 نفر بیشترین فرسودگی شغلی را داشتند.

جدول 6. توصیف اطلاعات مربوط به وضعیت سلامت عمومی نمونه آماری مورد مطالعه

متغیر	تعداد	کم‌ترین	بیشترین	میانگین	انحراف معیار
علائم جسمانی	217	0	13	5/13	3/14
علائم اضطرابی	217	0	20	5/56	3/87
علائم اختلال در کارکرد اجتماعی	217	0	16	6/24	2/83
علائم افسردگی	217	0	18	3/37	3/66
سلامت عمومی	217	3	56	20/31	10/81

نتایج جدول شماره 6 نشان می‌دهد که بیشترین میانگین مؤلفه از سلامت عمومی مربوط به علائم اختلال در کارکرد اجتماعی با 6/24 و کم‌ترین میانگین مربوط به علائم افسردگی با 3/37 درصد می‌باشد و در مجموع نیز از میان 217 نفر، تعداد 3 نفر کم‌ترین و تعداد 56 نفر بیشترین سلامت عمومی داشتند.

یافته های استنباطی

جدول 7. ضریب همبستگی رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی

متغیر	شاخص	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
	رابطه بین فرسودگی شغلی و علائم جسمانی	217	0/201	0/003
	رابطه بین فرسودگی شغلی و علائم اضطرابی	217	0/162	0/017
	رابطه بین فرسودگی شغلی و علائم اختلال در کارکرد اجتماعی	217	0/057	0/4
	رابطه بین فرسودگی شغلی و علائم افسردگی	217	0/163	0/016
	رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی	217	-0/187	0/006

نتایج جدول شماره 7 نشان می‌دهد که بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی رابطه معکوس معنی‌داری وجود دارد ($r = -0/187$ و $p < 0/05$). بنابراین، با 95% اطمینان می‌توان گفت کسانی که دارای فرسودگی شغلی بالایی هستند، از سلامت عمومی کم‌تری برخوردارند و بالعکس. همچنین، رابطه بین فرسودگی شغلی و هر یک از زیرمقیاس‌های سلامت نشان داد که بین فرسودگی شغلی و علائم جسمانی، علائم اضطراب و علائم افسردگی رابطه مستقیم معنی‌داری وجود دارد، ولی بین فرسودگی شغلی و علائم اختلال در کارکرد اجتماعی رابطه معنی‌داری مشاهده نمی‌شود.

جدول 8. ضریب همبستگی رابطه بین مؤلفه‌های فرسودگی شغلی با سلامت عمومی

متغیر	شاخص	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
	رابطه بین مؤلفه مسخ شخصیت و سلامت عمومی	217	-0/011	0/87
	رابطه بین مؤلفه فقدان موفقیت فردی و سلامت عمومی	217	-0/135	0/047
	رابطه بین فرسودگی عاطفی و سلامت عمومی	217	-0/145	0/032

نتایج جدول شماره 8 نشان می‌دهد که بین مؤلفه‌های فرسودگی شغلی با سلامت عمومی رابطه معکوس معنی‌داری وجود دارد ($r = -0/145$ و $p < 0/05$). بنابراین، با 95% اطمینان می‌توان گفت کسانی که دارای مسخ شخصیت، فقدان موفقیت فردی و فرسودگی عاطفی بالایی هستند از سلامت عمومی کم‌تری برخوردارند.

جدول 9. توانایی تبیین سلامت عمومی معلمان براساس مؤلفه‌های فرسودگی شغلی آنها

مدل	منبع تغییرات	درجه آزادی	مجموع مجزورات	میانگین مجزورات	F	P	R	R ²	A.R ²
اول: فرسودگی عاطفی	رگرسیون	1	533/467	533/467	4/63	0/032	0/145	0/021	0/017
	باقیمانده	215	24753/593	115/133					
	مجموع	216	25287/060						
دوم: فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی	رگرسیون	2	1100/181	550/091	4/867	0/009	0/209	0/044	0/035
	باقیمانده	214	24186/879	113/023					
	مجموع	216	25287/060						

نتایج جدول شماره 9 نشان می‌دهد که در مدل دوم مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی، توان تبیین 0/04 از واریانس سلامت عمومی معلمان را به طور معنی‌داری دارند ($R^2 = 0/044$ و $P < 0/01$ و $F_{(2,214)} = 4/867$).

جدول 10. ضرایب رگرسیون برای مؤلفه‌های فرسودگی شغلی پیش‌بینی کننده سلامت عمومی معلمان

متغیر (عامل)	B	Beta	S.E	t	سطح معناداری
مقدار ثابت	11/81		2/826	4/18	0/000
فرسودگی عاطفی	-0/211	-0/160	0/089	2/37	0/018
فقدان موفقیت فردی	-0/154	-0/150	0/069	2/239	0/026

نتایج جدول شماره 10 نشان می‌دهد که یک انحراف معیار تغییر همزمان در مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی به ترتیب باعث 0/16 و 0/15 کاهش انحراف معیار تغییر در سلامت عمومی معلمان می‌شود. بنابراین فرضیه ششم پژوهش تأیید شد. به این ترتیب معادله پیش‌بینی سلامت عمومی معلمان را براساس مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی فرسودگی شغلی می‌توان به شرح زیر نوشت:

$$\text{فقدان موفقیت فردی} \times (-0/154) + (\text{فرسودگی عاطفی}) \times (-0/211) + 11/81 = \text{سلامت عمومی}$$

ضرایب مدل رگرسیون نشان می‌دهد مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی اثر منفی و معنی‌داری روی سلامت عمومی معلمان دارد. به عبارت دیگر، معلمانی که از فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی بیشتری برخوردار هستند، از سلامت عمومی کم‌تری بهره‌مند می‌باشند. بنابراین، از طریق مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی معلمان می‌توان سلامت عمومی آنها را پیش‌بینی کرد.

جدول 11. مقایسه میانگین فرسودگی شغلی معلمان زن و مرد

متغیر	جنس	تعداد	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار میانگین	t	df	p
فرسودگی عاطفی	زن	91	23/23	8/57	0/89	0/106	215	0/916
	مرد	126	23/11	7/92	0/7			
مسخ شخصیت	زن	91	13/75	5/9	0/61	0/884	215	0/378
	مرد	126	14/5	6/23	0/55			
فقدان موفقیت فردی	زن	91	23/03	10/49	1/1	0/484	215	0/629
	مرد	126	23/73	10/65	0/94			
فرسودگی شغلی	زن	91	60/02	15/26	1/59	0/67	215	0/503
	مرد	126	61/34	13/72	1/22			

نتایج جدول شماره 11 نشان می‌دهد که بین معلمان زن و مرد از نظر میزان فرسودگی شغلی تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود ($p = 0/503$ و $t_{(215)} = 0/67$). بنابراین، فرضیه هفتم پژوهش تأیید نشد. به عبارتی، معلمان زن و مرد از نظر فرسودگی شغلی در وضعیت مشابهی قرار دارند.

جدول 12. مقایسه میانگین سلامت عمومی معلمان زن و مرد

سطح معنی‌داری	درجه آزادی	مقدار t	خطای معیار میانگین	انحراف معیار	میانگین	تعداد	شاخص متغیر	
							جنس	علائم
0/06	215	1/88	0/32	3/12	5/6	91	زن	علائم جسمانی
							مرد	
0/063	215	1/87	0/44	4/22	6/14	91	زن	علائم اضطراب و بی‌خوابی
							مرد	
0/060	215	1/89	0/27	2/62	6/67	91	زن	اختلال در عملکرد اجتماعی
							مرد	
*0/039	215	2/07	0/39	3/72	3/97	91	زن	افسردگی
							مرد	
*0/016	215	2/43	1/16	11/07	22/39	91	زن	سلامت عمومی
							مرد	

نتایج جدول شماره 12 نشان می‌دهد که بین معلمان زن و مرد از نظر میزان سلامت عمومی تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود ($p < /05$ و $t_{(215)} = 2/43$). از آنجا که نمرات بالاتر در سلامت عمومی نشان دهنده اختلالات بیشتر است، لذا معلمان مرد از نظر سلامت عمومی بهتر از معلمان زن هستند.

بحث و نتیجه گیری

هدف اصلی این پژوهش تعیین رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان بود. نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی رابطه معکوس معنی داری وجود دارد. بنابراین، می توان گفت کسانی که دارای فرسودگی شغلی بالایی هستند، از سلامت عمومی کمتری برخوردارند. این یافته با تحقیقات انجام شده توسط ایوانز و ویرون و کاران (1986)، گرام مار (2003)، مارلو و هایپرلیمر (2004)، بروان و رالف (2010) و دورکین (2011) که نشان داده اند بین مؤلفه های فرسودگی شغلی و سلامت عمومی رابطه معکوس معناداری وجود دارد. همچنین، اشاره کردند که با افزایش فرسودگی شغلی، سلامتی به خطر می افتد و فرسودگی شغلی و اختلالات روانی رابطه مستقیم معناداری وجود دارد. از سوی دیگر، صادقی بروجردی (1382)، محمدی (1386)، رستمی و همکاران (1387) نویدیان و همکاران (1384)، قبادی (1386) و صابری (1390) در تحقیقات خود نشان دادند که بین عوامل فشارزای شغلی، فرسودگی شغلی و سلامت روانی جسمی همبستگی بالایی وجود دارد.

بنابراین، با توجه به مبانی نظری و نتایج، بدست آمده از تحقیقات مطروحه، می توان به این نتیجه رسید معلمان که دچار فرسودگی هستند، از سلامت عمومی کمتری برخوردارند. لذا می توان نتیجه گرفت که فرسودگی شغلی در سطوح مختلف خود باعث اختلالات جسمی و روانی در معلمان می شود. این امر به نوبه خود باعث می شود از کارآیی معلمان در مدارس و کارآیی تدریس کاسته شود.

همچنین، نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین فرسودگی عاطفی و سلامت عمومی رابطه معکوس معنی داری وجود دارد. لذا می توان گفت کسانی که دارای فرسودگی عاطفی بالایی هستند، از سلامت عمومی کمتری برخوردارند. این یافته با تحقیقات نیمن (1991)، آنویماس (2005)، مالنوسکی و وود (2006) که نتیجه گرفتند بین سلامت جسمی - روانی و فرسودگی عاطفی ارتباط معکوس معناداری وجود دارد، همخوانی دارد. همچنین، رسولیان و همکاران (1383)، عبدی ماسوله و همکاران (1386)، در تحقیقات خود نشان داده اند که رابطه بین فرسودگی شغلی و سلامت روان رابطه معنی داری حاکم بود. همچنین نتایج تحقیقات قبادی (1386)، رستمی و همکاران (1387) ناستی زایی و همکاران (1387) که نشان داد بین مؤلفه فرسودگی عاطفی و فرسودگی شغلی و سلامت عمومی همبستگی معکوس معنی داری وجود دارد، همخوانی دارد. بنابراین، با توجه به مبانی نظری و نتایج به دست آمده از پژوهش ها، می توان به این نتیجه رسید که مؤلفه فرسودگی عاطفی، فرسودگی شغلی معلمان را به عنوان یک عامل تهدیدکننده، سلامت عمومی معلمان را تحت تأثیر قرار می دهد.

همچنین، نتایج همبستگی پیرسون نشان داد که بین مؤلفه فقدان موفقیت فردی و سلامت عمومی رابطه معکوس معنی داری وجود دارد. بنابراین، فرضیه سوم پژوهش تأیید شد. لذا می توان گفت کسانی که فقدان موفقیت فردی بیشتری دارند، از سلامت عمومی کمتری برخوردارند. این یافته با تحقیق انجام شده توسط اسکوپ و همکاران (1986)، آنویماس (2005)، مالنوسکی و وود (2006)، بروان و رالف (2010)، که نشان داده اند بین مؤلفه عدم موفقیت فردی فرسودگی شغلی و سلامت روحی و روانی معلمان رابطه معناداری وجود دارد. این مؤلفه باعث کاهش سلامت روحی و روانی معلمان می شود و همچنین با تحقیقات قبادی (1386)، عبدی ماسوله (1386) و ناستی زایی (1387) که نشان داده اند بین مؤلفه فقدان موفقیت فردی با زیرمقیاس های سلامت عمومی رابطه معناداری وجود دارد و با افزایش آن، مؤلفه سلامت عمومی کاهش می یابد، همخوانی دارد. با توجه به مبانی نظری و تحقیقات انجام گرفته می توان نتیجه گرفت که مؤلفه فقدان موفقیت فردی می تواند به نحوی سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی را به خطر اندازد. در چنین شرایطی، فرد واقع بینی خود را از دست داده و با

ایجاد تصویر منفی از خود، نگرش منفی نسبت به شغل و عدم تمایل برای برقراری ارتباط با همکاران و دانش آموزان، سرانجام دچار کاهش عزت نفس و اعتماد به نفس می‌شود که این امر سبب به‌وجود آمدن مشکلات شخصیتی و به دنبال آن، اختلالات روانی و جسمی می‌شود. عدم توجه به این مؤلفه فرسودگی شغلی سبب کاهش کارایی و سودمندی معلمان در زندگی شغلی و فردی خواهد شد.

همچنین، نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین مؤلفه مسخ شخصیت فرسودگی شغلی و سلامت عمومی و زیرمقیاس‌های آن رابطه معناداری وجود ندارد. این یافته با تحقیق انجام شده توسط آنونیماس (2005) که نتیجه گرفت بین مؤلفه مسخ شخصیت فرسودگی شغلی با سلامت روان مریبان تربیت بدنی رابطه معنی‌داری وجود ندارد و همچنین با تحقیقات قبادی (1386)، مستحفضیان (1387) که نشان داده‌اند بین علائم اختلال در کارکرد اجتماعی سلامت عمومی و مؤلفه مسخ شخصیت فرسودگی شغلی ارتباط معناداری وجود ندارد، مشابه و همسو می‌باشد؛ ولی با تحقیق مارلو و هایرلیمر (2004)، مالنوسکی و وود (2006)، بروون و رالف (2010) که نشان داده‌اند فرسودگی شغلی معلمان در ابعاد مختلف (فرسودگی عاطفی، عدم موفقیت فردی و مسخ شخصیت) با کاهش سطح مطلوب روحی و روانی رابطه معناداری دارد و همچنین با تحقیقات محمدی (1385) و صابری (1390) که نشان داده‌اند بین مؤلفه مسخ شخصیت فرسودگی شغلی و سلامت عمومی رابطه معناداری وجود دارد، همسو نمی‌باشد. بنابراین، با توجه به نتایج این تحقیق و سایر تحقیقات همسو می‌توان گفت که تا حدودی مؤلفه مسخ شخصیت فرسودگی شغلی از سلامت عمومی معلمان مستقل می‌باشد و ارتباطی با یکدیگر ندارند اگر چه بعضی از تحقیقات قایل به رابطه هستند.

نتایج تحلیل واریانس مدل رگرسیون چندگانه سلامت عمومی براساس مؤلفه‌های فرسودگی شغلی نشان داد که در مدل دوم، مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی، توان تبیین 0/04 از واریانس سلامت عمومی معلمان را به طور معنی‌داری دارند. این یافته با پژوهش بحری بیناباج (1382) که نشان داد عامل فرسودگی شغلی نقش تعیین کننده‌ای در تبیین تغییرات و پراکندگی متغیر سلامت روانی ایفا می‌کند (حدود 0/61). همچنین، رستمی و همکاران (1387) که در مدل رگرسیون نشان داند 0/35 از پراکندگی مشاهده شده در متغیر سلامت روانی توسط فرسودگی شغلی تبیین می‌شود، همخوانی دارد. بنابراین، می‌توان گفت که فرسودگی شغلی از عوامل تبیین کننده سلامت عمومی می‌باشد؛ اگر چه این مقدار کم می‌باشد.

نتایج ضرایب رگرسیون با وزن‌های استاندارد شده بتا نشان داد که یک انحراف معیار تغییر همزمان در مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی به ترتیب باعث 0/16 و 0/15 انحراف معیار تغییر در سلامت عمومی معلمان ایجاد می‌شود. ضرایب مدل رگرسیون نشان می‌دهد مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی اثر منفی و معنی‌داری روی سلامت عمومی معلمان دارد. به عبارت دیگر، معلمانی که از فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی بیشتری برخوردار هستند، از سلامت عمومی کم‌تری بهره‌مند می‌باشند.

بنابراین، از طریق مؤلفه‌های فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی معلمان می‌توان سلامت عمومی آنها را پیش بینی کرد. این یافته با تحقیقات انجام شده توسط بورک و گرین لاس (1996) که نشان دادند تحلیل رفتگی به عنوان یک متغیر پیشگو توان پیش‌بینی سلامت جسمانی و عاطفی معلمان را دارد و با تحقیقات دورتی پناچیو (2004) که نتیجه گرفت تحلیل رفتگی توان پیش‌بینی سلامتی را دارد و با نتایج تحقیقات مارلو و هایرلیمر (2004) که براساس تحلیل دگرسیون آنها، فرسودگی شغلی توان پیش‌بینی سلامت جسمی - روانی را به صورت مکرر دارا می‌باشد، مشابه و همسو می‌باشد. بنابراین، با

توجه به مبانی نظری و تحقیقات انجام گرفته، می‌توان چنین نتیجه گرفت که فرسودگی شغلی معلمان توان پیش‌بینی سلامت عمومی آنها را دارد. به گونه‌ای که تغییر همزمان یک واحد فرسودگی عاطفی و فقدان موفقیت فردی به ترتیب موجب کاهش 0/211 و 0/154 سلامت عمومی می‌گردد.

نتایج آزمون t برای گروه‌های مستقل نشان داد که بین معلمان زن و مرد از نظر میزان فرسودگی شغلی تفاوت معنی‌داری مشاهده نمی‌شود ($p = 0/503$ و $t_{(215)} = 0/67$). به عبارتی، معلمان زن و مرد از نظر فرسودگی شغلی در وضعیت مشابهی قرار دارند. این یافته با تحقیق انجام گرفته توسط جفرسن (1990) و نویدیان (1384) که نتیجه گرفتند تفاوت معناداری بین دو جنس در زمینه فرسودگی شغلی وجود ندارد و زنان و مردان از لحاظ عوامل فشار زای شغلی در وضعیت مشابهی قرار دارند، مطابقت و همخوانی دارد. ولی با تحقیقات انجام گرفته توسط بورک و گرین لاس (1996)، جعفرپور (1376) و کشانی (1377) که نشان دادند مردان بیشتر از زنان دچار فرسودگی شغلی می‌شوند و این تفاوت معنادار می‌باشد، و با نتایج تحقیقات بیر (1992)، رستمی و همکاران (1387) که نشان دادند در زمینه فرسودگی شغلی و تحلیل رفتگی در میان زنان و مردان تفاوت معناداری وجود دارد و زنان بیشتر از مردان دچار فرسودگی شغلی می‌شوند، مطابقت و همخوانی وجود ندارد. در این خصوص، تحقیقات انجام شده نظرات متناقضی را بیان می‌کنند که می‌تواند به علت تفاوت‌های فرهنگی و ارزشی در جامعه مورد بررسی باشد. اما به نظر می‌رسد که زنان و مردان به دور از جنسیت آنها تقریباً به صورت همسان در معرض فرسودگی شغلی قرار می‌گیرند.

نتایج آزمون t برای گروه‌های مستقل نشان داد که بین معلمان زن و مرد از نظر میزان سلامت عمومی تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود ($p = 0/016$ و $t_{(215)} = 2/43$) و از آنجا که نمرات بالاتر در سلامت عمومی نشان دهنده اختلالات بیشتر است، لذا معلمان مرد از نظر سلامت عمومی بهتر از معلمان زن هستند. همچنین، بین معلمان زن و مرد تنها در زیرمقیاس علائم افسردگی تفاوت معنی‌داری مشاهده می‌شود ($p = 0/039$ و $t_{(215)} = 2/07$). به عبارتی، علائم افسردگی زنان بیشتر از مردان است. اما بین معلمان زن و مرد از نظر میزان علائم جسمانی ($p = 0/06$ و $t_{(215)} = 1/88$)، علائم اضطرابی ($p = 0/063$) و علائم اختلال در عملکرد اجتماعی ($p = 0/060$ و $t_{(215)} = 1/89$) تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد.

به عبارتی، معلمان زن و مرد از نظر علائم جسمانی، علائم اضطرابی و علائم اختلال در عملکرد اجتماعی در وضعیت مشابهی قرار دارند. این یافته با پژوهش انجام شده توسط بیر (1992) که نشان داد اختلالات روانی زنان نسبت به مردان در سطوح بالاتری قرار داشت، و یا نتایج پژوهش مرادی و همکاران (1380)، صادقی برو جردی (1382) و حبیبی و همکاران (1382) که نشان داده‌اند زنان نسبت به مردان از سلامت جسمی - روانی کم‌تری برخوردارند و همچنین درماندگی روان‌شناختی دیران زن بیشتر از دیران مرد است، مطابقت و همخوانی دارد. ولی با تحقیقات انجام گرفته توسط گیوست و همکاران (1990)، رستمی و همکاران (1387) که نشان داده‌اند میزان علائم و مشکلات معلمان مرد در زیرمقیاس‌های اضطراب، افسردگی و نشانه‌های جسمی در پرسشنامه سلامت عمومی نسبت به معلمان زن بالاتر بوده و علائم بیشتری را نسبت به دیگر گروه از خود نشان می‌دهد، همسو نمی‌باشد. بنابراین، با توجه به مبانی نظری و تحقیقات انجام گرفته، می‌توان نتیجه گرفت که بین مؤلفه علائم افسردگی سلامت عمومی معلمان زن و مرد تفاوت معناداری وجود دارد و معلمان مرد در مؤلفه علائم افسردگی سلامت عمومی از وضعیت بهتری نسبت به معلمان زن برخوردار هستند.

در جمع‌بندی نهایی، می‌توان گفت که بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان رابطه معکوس وجود داشت. به عبارت دیگر، معلمانی که دارای فرسودگی شغلی بالایی هستند، از سلامت عمومی کم‌تری برخوردار

بودند. همچنین بین معلمان زن و مرد از نظر میزان فرسودگی شغلی و زیرمقیاس‌های آن (فرسودگی عاطفی، مسخ شخصیت و فقدان موفقیت فردی) تفاوت معنی داری مشاهده نشد و نهایتاً بین معلمان زن و مرد از نظر میزان سلامت عمومی تفاوت معنی داری وجود دارد و سلامت عمومی مردان بیشتر از زنان است. لذا با توجه به نتیجه این تحقیق و سایر تحقیقات مشابه، پیشنهاد می‌شود با محدود ساختن زمینه‌های ایجاد فرسودگی شغلی معلمان عملاً فرصت ارتقای سلامت عمومی آنها را فراهم ساخت. در این راستا، برگزاری دوره‌های آموزشی ضمن خدمت برای تشخیص، پیشگیری و یافتن روش‌های مقابله و درمان آن لازم و ضروری توصیه می‌شود.

منابع

1. جعفر پور، حسن (1376)، ارتباط سخت رویی و فرسودگی شغلی در معلمان مدارس عادی و استثنایی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران.
2. دلاور، علی (1385)، روش تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی، نشر ویرایش، چاپ بیستم، پاییز.
3. رستمی، علیرضا و همکاران، (1387)، بررسی رابطه فرسودگی شغلی و سلامت روان با نقش کنترل‌کنندگی جنسیت و تاب آوری در میان معلمان ابتدایی، فصلنامه سلامت کار ایران، شماره 4 و 3.
4. رسولیان، مریم و همکاران (1383)، ارتباط فرسودگی شغلی با ویژگی‌های شخصیتی در پرستاران، مجله اندیشه و رفتار، سال نهم، شماره چهار، بهار.
5. شارع پور، محمود (1381)، بررسی عوامل موثر بر گرایش دانشجویان دختر و پسر نسبت به ورزش در گذران اوقات فراغت.
6. صابری، سید مهدی و همکاران، (1387)، رابطه فرسودگی شغلی با سلامت عمومی قضات و دادیاران شاغل در مراجع قضایی شهر تهران، مجله علمی پزشکی قانونی، شماره 2، صص 98-92.
7. صادقی بروجردی، سعید (1382)، ارتباط بین عوامل فشارزای شغلی با سلامت روانی - جسمی و تحلیل رفتگی اعضای هیأت علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه‌های کشور، رساله دکتری دانشگاه تربیت معلم، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی.
8. عبدی ماسوله، فتانه، کاویانی، حسین، خاقانی زاده، مرتضی (1386)، بررسی رابطه فرسودگی شغلی با سلامت روان در پرستاران، مجله دانشکده پزشکی، دانشگاه تهران، شماره 6، صص 10-3.
9. قبادی، علی (1385)، بررسی رابطه بین سلامت عمومی و تحلیل رفتگی دبیران تربیت بدنی استان کرمانشاه. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه رازی کرمانشاه، ص 50.
10. کشانی، عباس، (1377)، بررسی رضایت شغلی و فرسودگی شغلی در معلمان کودکان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تهران.
11. کشتی دار، محمد، (1381)، بررسی رابطه تحلیل رفتگی با منبع کنترل و مقایسه آن بین مدیران دانشکده‌ها و گروه‌های تربیت بدنی دانشگاه‌های آموزش عالی کشور، پایان نامه دکتری مدیریت و برنامه ریزی در تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران.

12. کشکاران، علی (1375)، تأثیر مدیریت تنیدگی بر کاهش تحلیل رفتگی در میان پرستاران دانشگاه علوم پزشکی شیراز، رساله دوره دکتری مدیریت، دانشگاه تربیت مدرس.
13. لست، جان م (1367)، فرهنگ اپیدمیولوژی (ترجمه ناصری. کیومرث) موسسه انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ص 90-89.
14. محمدی، شهناز (1385)، فرسودگی شغلی و سلامت روانشناختی در دبیران، فصلنامه روانشناسان ایرانی، شماره 9.
15. مرادی، علی رضا، محمود علی لو، مجید، پیروی، حمید (1380)، «بررسی سلامت عمومی دانشجویان دانشگاه‌های کشور (ورودی 79-80)»، اولین سمینار بهداشت روان دانشجویان، دانشگاه تهران، اسفندماه، صفحه 27.
16. ناستی زایی، ناصر، واعظی، مظفرالدین، ملازهی، اسماء (1387)، «بررسی رابطه فرسودگی شغلی با سلامت عمومی در کارکنان اداره کل مخابرات شهر زاهدان»، فصلنامه پژوهشی دانشکده بهداشت یزد، شماره 3 و 4.
17. نوربخش، پریش (1378)، ساخت و اعتبار یابی ابزار اندازه‌گیری عوامل فشار زای شغلی دبیران تربیت بدنی استان خوزستان و تعیین رابطه بین این عوامل با سلامت روانی آنها، پایان نامه دکتری مدیریت تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تربیت معلم.
18. نویدیان، علی (1384)، «بررسی عوامل تنش زای شغلی و رابطه آن با سلامت عمومی در کارکنان پرستاری بیمارستان‌های زاهدان»، فصلنامه علمی پژوهشی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، سال نهم، شماره 3.
19. Anonymous, (2005). "Burnout in Texas Division 4A and 5A High school athletic Trainers form a Reversal Theory perspective". Vol. 76, Iss .1, pg. A100,1pgs.
20. Beer, j. (1992). Burnout and stress, depression and self-esteem of teachers. No,1
21. Brouwers A, Tomic W. (2010). A longitudinal study of teacher burnout and Perceived self –efficacy in classroom management, Teaching and Teacher Education, PP (239-253)
22. Burke, Ronad J. and Greenlass, Esth R. (1996). Predicting Teacher Burnout over Time: Effects of work stress, social support, and Self-Doubts on burnout and its consequences, Anxiety, stress, and Coping: An International Journal, volume 9, Issue 3, pp(261-275)
23. Evans, Virden and Etall. (1986). Analysis of the Intrinsic and Extrinsic stress factor of k-12 Physical Education teacher. Research Report. Florida.
24. Goldberger, L, & Brenitz, S. (1993). Hand book of stress, New York: Macmillan Inc.
25. Malanowski-JR, wood- ph. (2006). Burn-and self-actualization in publish school teachers, Journal of psychology.
26. Marlow, L. and Hierimeil, R. (2004). The teaching profession: who stays and who leaves? (Eris Document Reproduction service NOED 315380).
27. Maslach,c. Schaufeli, w.B .& Leiter, M.P. (2001). Annual Review of psychology, v.52, pp (397-442).
28. Neumann. Yoram (1991). Determinants and correlate of faculty Burnout in U.S. Research; Journal of Educational Administration.

29. Svhwab, Richard L, Jackson, Susan E, and Schuler, Randall 5. (1986). Educator Burnout: Sources and Consequences. Educational Research Quarterly, 10(3), pp (14-30).
30. Thotis, P.A. (1995). Stress, copying and social support Process: Where are we? What next?
-

به این مقاله این گونه استناد کنید:

شعبانی بهار، غلامرضا و کونانی، محمدزمان (1391)، «رابطه بین فرسودگی شغلی با سلامت عمومی معلمان تربیت بدنی استان لرستان»، پژوهش‌های مدیریت ورزشی و علوم حرکتی، 2 (3)، 91 - 77.