

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر آوازه‌های دانشیان
بخش تحقیقات طب سنتی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

بررسی افسردگی معلمان مدارس عادی و استثنائی و رابطه آن با فرسودگی شغلی

Investigation of depression between normal and special teachers and relationship with job burnout

سیدمحمد مهدی مشیریان فراچی^{۱*}، دکتر محسن نوغانی دخت بهمنی^۲، حامد توکلی^۳، علی نعمت‌اللهی^۴

^۱ دانشجوی کارشناسی کودکان استثنائی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد mehdi.moshirian@live.com

^۲ دانشیار گروه علوم اجتماعی دانشگاه فردوسی مشهد

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد

^۴ دانشجوی کارشناسی کودکان استثنائی دانشگاه فردوسی مشهد

چکیده

هدف از انجام پژوهش، بررسی میزان افسردگی معلمان مدارس عادی و مدارس استثنائی و رابطه آن با فرسودگی می‌باشد. این پژوهش از نوع پس‌رویدادی است، شرکت‌کنندگان معلمان مدارس عادی و استثنائی به ترتیب ۳۰ و ۲۵ نفر بودند که به صورت نمونه در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه افسردگی بک و پرسشنامه فرسودگی شغلی مزلاچ بود. نتایج نشان داد افسردگی معلمان مدارس عادی بیشتر از معلمان مدارس استثنائی است، اما این مقایسه در سطح معناداری قرار نداشت، همچنین فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنائی به صورت معناداری بیشتر از معلمان عادی است و بین افسردگی به عنوان پیش‌بین با نمره کل فرسودگی شغلی گروه معلمان مدارس عادی رابطه معناداری وجود دارد (سطح معناداری: ۰.۰۵). با توجه به آزمون رگرسیون گرفته شده، افسردگی ۳۰ درصد از واریانس نمره کل فرسودگی شغلی دو گروه معلمان مدارس عادی و استثنائی را پیش‌بینی می‌کند و این پیش‌بینی معنادار است. براساس این پژوهش به این نتیجه می‌رسیم که افسردگی دو گروه از معلمان عادی و استثنائی تفاوت معناداری وجود ندارد اما در میزان فرسودگی شغلی تفاوت معنادار بود و همچنین افسردگی عامل پیش‌بینی کننده خرده‌مقیاس‌های فرسودگی شغلی می‌باشند.

کلیدواژه‌ها: معلمان مدارس استثنائی، معلمان مدارس عادی، افسردگی، فرسودگی شغلی.

اولین همایش ملی بر ساری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز رشد دانش‌آزمایی دانشیان
انجمن تحقیقات طب سنتی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

مقدمه

بهداشت روانی، دانش و هنری است که به افراد کمک می‌کند تا با ایجاد روش‌هایی صحیح از لحاظ روانی و عاطفی، بتوانند با محیط خود سازگاری داشته و راه حل‌های مطلوب‌تری را برای حل مشکلاتشان انتخاب نمایند. یکی از نیازهای اساسی سلامت، سلامت روان است همچون سلامت جسمانی. همان‌طور که می‌دانیم محیط‌های متفاوتی بر سلامت روانی فرد تأثیر دارد خصوصاً محیط کار. بدیهی است اگر تمرین‌های متناسب با رشد را در کلاس‌های مربوط به کودکان استثنایی^۱ در نظر بگیریم (مک دانل^۲ و همکاران، ۱۹۹۵)، یا به دنبال آموزش‌های ویژه در این رابطه باشیم (مک لافین و همکاران، ۱۹۹۹)، متوجه خواهیم شد که اقداماتی از قبیل فشارهای سنگین بر معلمین وارد می‌کند. معلمانی که عهده‌دار دانش‌آموزان استثنایی هستند، باید بتوانند رویکرد‌های آموزشی خود را اصلاح کرده و انگیزه‌ی یادگیری را در آنان تقویت کنند (داوینگ^۳، ۱۹۹۶). در حالیکه تعداد زیادی از معلمان عادی و استثنایی، از مهارت و تخصص لازم برخوردار نیستند. در شرایطی که والدین کودکان استثنایی از اندوه مزمن رنج می‌برند (مهرابی و همکاران، ۱۳۸۰)، و دچار افسردگی هستند (لاجوری، ۱۳۷۱). بدیهی است که این موضوع را بتوان با افرادی که با کودکان درگیرند قابل‌تعمیم باشد. موضوع سلامت روان معلمان بحث ویژه‌ای است که در کنار کار معلمی کودکان استثنایی موقعیت را پیچیده‌تر می‌سازد، به‌طور مثال معلوم شده است که شیوع اختلالات روانی در معلمان با فشار کاری زیاد ۱.۵ برابر معلمان دیگر است (پرتو^۴ و همکاران، ۲۰۰۶).

باتوجه به سلامت روان و توجه به شغل معلمی، یکی از مشکلات معلمان احتمالاً افسردگی باشد. همان‌طور که ضیاء‌الدینی و رجائی نژاد (۱۳۸۴)، بیان کردند شایع‌ترین اختلال روانی معلمان مدارس استثنایی افسردگی می‌باشد. شغل معلمی در آموزش و پرورش مورد توجه است، زیرا آنان تأثیر بر دانش‌آموز می‌گذارند و همچنین تأثیر می‌پذیرند، پس بهداشت روانی آنان مهم بوده است. فونتانا و آبوسیری با استفاده از یک نمونه معلمان ابتدایی و متوسطه انگلیس نشان دادند که بیش از ۷۲٪ از معلمان به‌طور خفیف و ۲۳٪ به‌طور جدی فشار ناشی از کار را تجربه می‌کنند (فروغان، ۱۳۸۲).

¹ Exceptional childrens

² mcdonnell

³ downing

⁴ porto

اولین همایش ملی برسراری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز رشد استعدادهای درخشان
انجمن تحقیقات طب سببی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتاح

یکی از اختلالات روانی که ما مورد بحث قرار می دهیم افسردگی^۵ است. افسردگی یکی از اختلالات خلقی است، فرد افسرده ویژگی هایی از جمله احساس غمگینی، عدم توانایی در لذت، کنارگیری اجتماعی، فقدان انگیزش، نشانه های نباتی (میل جنسی)، کاهش وزن و بی اشتها، افزایش وزن و پرخوری، بیوست، خشکی دهان، سر درد می باشد که بر اساس معیار تشخیصی DSM-IV-TR اگر فردی به مدت دو هفته پنج مورد از علائم را داشته باشد افسرده است (رضائی، ۱۳۹۱).

بروز نشانه های خفیف افسردگی، در واقع پاسخ طبیعی آدمی به فشارهای متعدد زندگی است. عدم موفقیت در کار و تحصیل، از دست دادن عزیزان، اینها از جمله موقعیت هایی هستند که اغلب موجب بروز افسردگی می شوند. افسردگی تنها زمانی نابهنجاری تلقی می شود که در عملکرد بهنجار اختلال ایجاد کند و هفته ها بدون وقفه ادامه یابد. اختلال های افسردگی شایع بوده و حدود ۱۷٪ از مردم در طول زندگی یک دوره افسردگی حاد پیدا می کنند (کسلر^۶ و همکاران، ۱۹۹۴). بیماری افسردگی در واحدهای هیجان خلق، شناختی، انگیزشی و جسمی و فیزیکی اختلال ایجاد می کند، برای مثال ایجاد اندوه که این یک نوع اختلال در هیجان فرد می باشد.

همانطور که گفته شد افسردگی که یکی از مولفه های سلامت روانی است، این فشار روانی می تواند عامل پیش بینی کننده فرسودگی شغلی باشد (پاریک^۷، ۱۹۸۲). بر همین اساس به موضوع فرسودگی شغلی می پردازیم.

پدیده فرسودگی شغلی^۸ از دهه های ۱۹۷۰ مورد توجه نظریه پردازان و پژوهشگران مرتبط با مفاهیم سلامت روانی قرار گرفته است. این پدیده یک نشانگان روانشناختی است و بیشتر در مشاغل دیده می شود که ساعات طولانی با انسان ها در ارتباط هستند (شوفلی^۹، ۱۹۹۶). افراد شاغل در چنین مشاغلی به تدریج احساس می کنند که زیر فشار هستند و ذخایر عاطفی و هیجانی آن ها به نفع کسانی که به آن ها خدمت می کنند، کاسته می شود. نسبت به آنان، دردها و تقاضاهایشان بی تفاوت شده، حتی احساس منفی نسبت به آن ها م یابند (شوفلی، ۱۹۹۶). صاحب نظران مختلفی در مورد عوامل فرسودگی شغلی، مطالبی را عنوان کرده اند. برای مثال (پاریک، ۱۹۸۲، به نقل از مشیریان و همکاران، ۱۳۹۳) عواملی مثل سطح فشار روانی، نوع فشار روانی، شخصیت فرد، ماهیت شغل یا نقش فرد، نوع زندگی فرد در خارج از محیط کار، سبک زندگی فرد، سبک هایی که فرد برای مقابله با فشار روانی به کار می گیرد و جو یا اقلیم سازمانی را در فرسودگی شغلی دخیل می داند.

فرسودگی شغلی دانش واژه ای برای توصیف دگرگونی های منفی نگرش، روحیه و رفتار در رویارویی با فشارهای روانی مربوط به کار است. این فرسودگی بیشتر در شغل هایی پدید می آید که افراد زمان زیادی از ساعات کاری را در ارتباط نزدیک با سایر مردم می گذرانند. رایجترین تعریف از فرسودگی شغلی را ماسلاچ و جکسون ارائه نمودند: فرسودگی شغلی نشانگاه روانشناختی شامل: خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کاهش کفایت شخصی می باشد (شوفلی، مازلاک و مارک^{۱۰}، ۱۹۹۴). وی بر این باور است که فرسودگی شغلی می تواند باعث افت کیفیت ارائه خدمات گردد،

⁵ depression

⁶ kessler

⁷ pareek

⁸ burnout

⁹ schaufeli

¹⁰ Maslach & marek

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر و اطلاع‌رسانی
بخش تحقیقات طب عمومی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

عاملی برای دست کشیدن از یک شغل، غیبت یا روحیه پایین باشد و با اختلال‌هایی همچون خستگی روانی، بی‌خوابی، روی آوردن به الکل و مواد و مشکلات خانوادگی و زناشویی ارتباط داشته باشد. سندرم فرسودگی یک اختلال روانی نیست ولی به آهستگی در طول زمان گسترش می‌یابد و ممکن است به یک ناتوانی روانی تبدیل شود (شوفلی و همکاران، ۱۹۹۴).

احساس خستگی، ویژگی اصلی فرسودگی شغلی، و عمده‌ترین مشخصه این سندرم پیچیده است. هنگامی که افراد تجربه فرسودگی شغلی خود یا دیگران را توصیف می‌کنند اغلب اشاره به تجربه خستگی دارند. خستگی نشانگر میزان استرس موجود در پدیده فرسودگی شغلی است اما این بعد در مشخص ساختن رابطه‌ای که افراد با کار خود دارند ناتوان بوده است. خستگی چیزی نیست که به سادگی تجربه شود، بلکه فعالیت‌هایی را دور ساختن خستگی هیجانی و شناختی فرد از شغلش برمی‌انگیزد که احتمالاً به عنوان شیوه‌ای برای چیره‌شود بر فشار کار عمل می‌نماید (کلوسن^{۱۱}، ۱۹۹۳).

در پژوهش بیانی و همکاران (۱۳۸۶)، در وضعیت سلامت روانی معلمان استان گلستان نشان داد که میزان افسردگی آنان ۴.۹٪ بوده است. در کل نتایج پژوهش میزان افراد مشکوک به علائم روان‌پزشکی را در میان معلمان استان گلستان ۱۸.۹٪ نشان داد. این یافته در مقایسه با مطالعه انجام شده در کشور کمتر بود. پژوهش نیرمائی، آقامحمدیان و همکاران (۱۳۸۶)، نشان داد که سلامت روان بین مادران کودکان استثنائی و عادی تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین در پژوهش توران‌پشتی و منصوبی فر (۱۳۸۸)، نشان داده شد که در سلامت روان معلمان مدارس عادی و استثنائی در مقیاس تنهایی تفاوت معناداری وجود دارد، همچنین سیدی (۱۳۸۷)، نشان داد که بین دو گروه معلمان مدارس عادی و استثنائی در میزان سلامت روان تفاوت معناداری وجود دارد به صورتی که در مولفه‌های سلامت روان یعنی اضطراب، افسردگی و بیماری روان-تنی و حساسیت بین فردی، معلمان مدارس استثنائی نمرات بیشتری نسبت به معلمان مدارس عادی کسب کردند که نشان‌دهنده آن است که معلمان مدارس استثنائی سلامت روان پایین‌تری را دارا می‌باشند.

بیرامی و هاشمی و همکاران (۱۳۹۰)، نشان دادند که سلامت روانشناختی و هوش هیجانی پیش‌بینی‌کننده فرسودگی شغلی میان پرستاران می‌باشد. فونتانا و آبوسیری با استفاده از یک نمونه معلمان ابتدایی و متوسطه انگلستان نشان دادند که بیش از ۷۲ درصد معلمان به طور خفیف و ۲۳ درصد به طور جدی فشارهای روانی ناشی از کار را تجربه می‌کنند (فونتانا و آبوسیری؛ ترجمه فروغان، ۱۳۸۲). همچنین پژوهش زرافشان و همکاران (۱۳۹۲)، نشان دادند فرسودگی شغلی و سلامت روانی معلمان مدارس ایتسم (به عنوان گروهی از مدارس استثنائی) در سطح معناداری بیشتر از مدارس دیگر استثنائی است.

زلارز، پرو و هاگ وارتتر^{۱۲} (۲۰۰۰) در پژوهشی که بر روی پرستاران انجام دادند، دریافتند که روان‌رنجورخویی، خستگی عاطفی را پیش‌بینی می‌کند. برون‌گرایی و خوشرویی، مسخ شخصیت، و گشودگی و درون‌گرایی، موفقیت فردی را پیش‌بینی می‌کند.

¹¹ clausen

¹² Zellars,perrewe & hochwarter

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز رشد دانش‌آزمایی‌ها و پژوهش‌ها
انجمن تحقیقات طب غربی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتاح

فابر^{۱۳} (۱۹۹۱) تخمین می‌زند که ۳۰ تا ۳۵ درصد از معلمان آمریکایی نارضایتی شدید از شغلشان دارند و ۲۰ تا ۲۵ درصد از آن‌ها دچار فرسودگی شغلی هستند. بابلی (۱۳۷۹) به این نتیجه رسید که میان سابقه مدیریت، سن و فرسودگی شغلی مدیران رابطه معناداری وجود ندارد ولی میان روش‌های مقابله‌ای و فرسودگی شغلی رابطه وجود دارد، همچنین کریمی (۱۳۸۲) در پژوهش خود تحت عنوان بررسی رابطه میان کارزدگی، تیپ‌های شخصیتی و فرسودگی شغلی معلمان، این نتیجه رسید که رضایت شغلی افراد فرسوده از رضایت شغلی افراد غیر فرسوده کمتر است، و بین رضایت شغلی و فرسودگی شغلی همبستگی منفی وجود دارد و همچنین کوشکی و همکاران (۱۳۸۸) نشان دادند که بین فرسودگی شغلی معلمان زن و مرد مدارس عادی تفاوت معنادار وجود دارد.

بر اساس مطالب نظری و پژوهش‌های فوق‌تر ما بر آن شدیم تا موضوع فرسودگی شغلی و افسردگی معلمان مدارس استثنایی را مورد بررسی قرار دهیم، تا بتوانیم در این پژوهش میزان افسردگی و فرسودگی شغلی آنان و رابطه بین آن را بررسی نماییم.

فرضیه پژوهش:

۱. افسردگی معلمان مدارس استثنایی بیشتر از معلمان مدارس عادی است.
۲. فرسودگی شغلی در معلمان مدارس استثنایی بیشتر از معلمان مدارس عادی است.
۳. بین فرسودگی شغلی و افسردگی رابطه وجود دارد.

روش پژوهش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

این پژوهش در طبقه پژوهش‌های توصیفی و از نوع پس‌رویدادی (علی - مقایسه‌ای) و از نوع موردی - شاهدهی است که در آن گروه مورد، معلمان مدارس استثنایی و گروه شاهد معلمان مدارس عادی هستند، و نیز همبستگی و رگرسیون و آزمون مستقل t بررسی می‌شود. جامعه آماری شامل معلمان مدارس عادی و استثنایی سطح شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۳۹۱-۹۲ که در مجموع نمونه ۵۵ نفر بودند. نمونه مورد نظر به شیوه نمونه در دسترس پس از کسب مجوز و بصورت داوطلبانه از مدارس سطح شهر مشهد انتخاب شدند. به ترتیب تعداد نمونه معلمان مدارس عادی و استثنایی ۳۰ و ۲۵ نفر بودند. نمونه معلمان مدارس عادی و استثنایی بین سن ۲۵ تا ۴۰ سال از مدارس ابتدایی، راهنمایی و متوسطه نواحی مختلف شهر مشهد به صورت تصادفی انتخاب شد.

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر دانش‌های پزشکی
بخش تحقیقات طب عمومی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

ابزارها

پرسشنامه افسردگی بک BDI^{۱۴}

این آزمون در سال ۱۹۶۱ توسط بک و همکاران ساخته شد (بلاک و هرسن^{۱۵}، ۱۹۸۸؛ به نقل از اصغری پور و همکاران، ۱۳۹۱) که شامل ۲۱ عبارت است که مجموعه ای از علائم ویژه افسردگی را می‌سنجد. علائم به طور کلی به سه دسته تقسیم می‌شوند و هر دسته ۷ گروه عبارت است. این دسته‌ها شامل علائم انگیزشی و شناختی، علائم هیجانی و عاطفی و علائم جسمی و نباتی می‌باشد (کراتوچویل^{۱۶}، ماتز و اولسون^{۱۷}، ۱۹۸۴؛ به نقل از اصغری پور و همکاران، ۱۳۹۱).

بک (۱۹۷۲) پایایی این آزمون را در حدود ۰/۹۳ گزارش می‌دهد. همچنین بلاک و هرسن (۱۹۸۸) گزارش کردند که پایایی آزمون بک با روش کودریچاردسون ۰/۷۸ و با روش آزمایشی ۰/۷۵ است. همچنین در ایران آلفای کرونباخ آن ۰/۸۷ در آمد (رجبی و همکاران، ۱۳۸۰؛ به نقل از فتحی آشتیانی، ۱۳۸۸).

پرسشنامه فرسودگی شغلی مزلاچ^{۱۸}

پرسشنامه فرسودگی شغلی برای معلمان که آن را مزلاچ (۱۹۸۶)، از گروه پالوآلتو در کالیفرنیا، تهیه کرده است. این پرسشنامه دارای ۲۲ گویه را شامل است که فرسودگی را در سه بعد فرسودگی هیجانی^{۱۹}، شخصیت زدایی^{۲۰} و نقض تحقق شخصیت^{۲۱} را می‌سنجد. مزلاچ و همکاران (۱۹۹۶) اعتبار درونی درونی را برای هر سه بعد به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۷۹، ۰/۷۱ گزارش کردند (عزیزی و همکاران، ۱۳۸۷).

¹⁴ Beck depression inventory

¹⁵ Bellack & Hersen

¹⁶ Kratochwill

¹⁷ Motts & Oclson

¹⁸ Maslach burnout inventory

¹⁹ Emotional exhaustion

²⁰ depersonalization

²¹ Reduced personal accomplishment

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز رشد دانش‌آزمایی دانشکده
انجمن تحقیقات طب سنتی ایران



۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

یافته‌ها

جدول (۱) فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد نمونه پژوهش

متغیر	معلمان مدارس استثنائی	معلمان مدارس عادی
-------	-----------------------	-------------------

متغیر	گروه	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
سن	معلمان استثنائی	۲۵	۳۲.۰۴	۴.۶۰
	معلمان عادی	۳۰	۳۲.۱۰	۴.۰۷

جدول (۲) نتایج حاصل از آزمون آماری t مستقل جهت مقایسه فرسودگی شغلی و افسردگی دو گروه

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر و اطلاع‌رسانی
بخش تحقیقات طب سنتی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

df	P	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
۴۵.۴۹	۰.۰۱۲	۸.۷۰	۸.۴۶	۱۰.۹۵	۱۵.۴۰	فرسودگی هیجانی
۴۶.۷۸	۰.۱۳۸	۷.۴۹	۴.۴۶	۹.۰۰	۷.۸۸	شخصیت زدایی
۵۱.۰۱	۰.۰۵۹	۱۳.۸۱	۱۹.۸۰	۹.۳۶	۲۶.۰۸	نقض تحقق شخصیت
۵۲.۹۹	۰.۰۰۶	۱۸.۴۵	۲۸.۲۶	۱۵.۱۴	۴۱.۴۸	نمره کل فرسودگی شغلی
۵۲.۰۹	۰.۵۲	۱۱.۰۲	۱۲.۴۳	۸.۰۰	۱۰.۷۲	افسردگی

همانطور که در جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین افسردگی معلمان عادی نسبت به معلمان مدارس استثنائی پایین تر می‌باشد. یعنی وضعیت افسردگی معلمان مدارس عادی نسبت به مدارس استثنائی بدتر است، اما این مقایسه در سطح معناداری قرار ندارد.

براساس جدول ۲ مشاهدات نشان دهنده آن است که میانگین نمره کل فرسودگی شغلی معلمان استثنائی به صورت معناداری بیشتر از معلمان عادی می‌باشد. یعنی فرسودگی شغلی به طور کلی معلمان استثنائی بیشتر از معلمان عادی است.

بیشترین میانگین برای گروه مربوط به معلمان استثنائی در مقیاس های فرسودگی شغلی به ترتیب بیشترین میانگین: نقض تحقق شخصیت، فرسودگی هیجانی و شخصیت زدائی بوده است و برای گروه معلمان عادی به ترتیب از بیشترین میانگین به صورت: نقض تحقق شخصیت، فرسودگی هیجانی و شخصیت زدائی می‌باشد.

براساس جدول ۳ همانطور نشان می‌دهد همبستگی معنادار مثبتی بین افسردگی و مولفه های فرسودگی هیجانی، شخصیت زدائی گروه معلمان مدارس استثنائی و فرسودگی هیجانی معلمان مدارس عادی وجود دارد (سطح معناداری: ۰.۰۱)، و رابطه مثبت معناداری افسردگی با شخصیت زدائی معلمان مدارس عادی وجود دارد (سطح معناداری: ۰.۰۵). این نوع همبستگی براساس مولفه نمره کل فرسودگی شغلی فقط در گروه معلمان عادی می‌باشد (سطح معناداری: ۰.۰۵)، اما همبستگی غیر معنادار و مثبتی بین افسردگی و نقض تحقق شخصیت گروه عادی وجود دارد و همچنین نمره کل فرسودگی گروه استثنائی. علاوه بر آن همبستگی غیر معنادار و معکوس بین افسردگی و نقض تحقق شخصیت گروه استثنائی وجود دارد.

همانطور که در جدول ۳ نشان می‌دهد بیشترین همبستگی مستقیم و مثبت افسردگی به ترتیب: با فرسودگی هیجانی، شخصیت زدائی و نمره کل فرسودگی شغلی می‌باشد.

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر اسناد و کتابخانه ملی
انجمن تحقیقات طب سنتی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

جدول (۳) ضرایب همبستگی بین افسردگی و فرسودگی شغلی در دو گروه معلمان استثنائی و عادی

معلمان مدارس عادی	معلمان مدارس استثنائی	افسردگی
**۰.۶۵۸	**۰.۵۰۶	فرسودگی هیجانی
*۰.۴۱۴	**۰.۵۳۹	شخصیت زدائی
۰.۱۳۵	-۰.۱۳۸	نقض تحقق شخصیت
*۰.۴۱۲	۰.۲۸۱	نمره کل فرسودگی شغلی

**P<.01

*P<.05

باتوجه به آزمون رگرسیون گرفته شده، افسردگی ۳۰ درصد از واریانس نمره کل فرسودگی شغلی دو گروه معلمان مدارس عادی و استثنائی را پیش بینی می کند و این پیش بینی معنادار است (F: 5.58, sig: 0.022).

بحث و نتیجه گیری

هدف از انجام پژوهش، بررسی میزان افسردگی معلمان مدارس عادی و استثنائی و همچنین رابطه افسردگی دو گروه با میزان فرسودگی شغلی بوده است.

نتایج نشان داد، براساس فرضیه اول مبنی بر، افسردگی معلمان مدارس استثنائی بیشتر از معلمان مدارس عادی است، مورد تایید قرار نگرفت؛ چراکه میانگین افسردگی معلمان مدارس عادی بیشتر از معلمان استثنائی بود.

این فرضیه با پژوهش توران پشته و منصوبی فر (۱۳۸۸)، که نشان داده بود در سلامت روان معلمان مدارس عادی و استثنائی در مقیاس تنهایی تفاوت معناداری وجود دارد، همسو نبود. در مقیاس خاص افسردگی برای معلمان پژوهشی یافت نشد.

براساس فرضیه دوم مبنی برآنکه فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنائی بیشتر از معلمان مدارس عادی است مورد تایید قرار گرفت، چراکه براساس نتایج بدست آمده نشان داده شد که میانگین کلی فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنائی به صورت معناداری بیشتر از معلمان مدارس عادی می باشد.

نتیجه این پژوهش نشان داد، پژوهش خسروی (۱۳۹۱) که میزان فرسودگی شغلی بین معلمان مقطع ابتدایی مدارس عادی و استثنائی را سنجیده بود و براساس آن پژوهش گفته شده بود تفاوت معناداری بین فرسودگی معلمان عادی و استثنائی وجود ندارد، همسو نبود.

نتایج دیگری در مورد فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنائی و عادی یافت نشد.

در نهایت فرضیه سوم مبنی برآنکه بین افسردگی و فرسودگی رابطه وجود دارد، مورد تایید قرار گرفته؛ چراکه بر اساس داده های بدست آمده از پژوهش نشان داده شد افسردگی با نمره کل فرسودگی شغلی معلمان مدارس عادی رابطه وجود دارد و علارغم این مولفه با مقیاس های دیگر فرسودگی شغلی یعنی، با فرسودگی هیجانی، شخصیت زدائی در هر دو گروه رابطه معنادار مثبتی وجود دارد و این با پژوهش سلیمی و همکاران (۱۳۹۱)، که نشان

اولین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز نشر اسناد و کتابخانه ملی
انجمن تحقیقات طب سنتی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتاح

دادند سلامت روان رابطه معناداری با فرسودگی شغلی دارد همسو بود و همچنین با پژوهش‌های ماینز (۲۰۰۱)، کاترین سو کوم تانگ (۲۰۰۱) و خاقانی زاده و سلیمی (۱۳۸۰) همسو و همخوان می‌باشد. همانطور که نتایج نشان داد بین افسردگی و فرسودگی شغلی رابطه وجود دارد و افسردگی پیش‌بینی‌کننده فرسودگی شغلی در سطح معناداری است، همچنین فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنائی در سطح معناداری بیشتر از معلمان مدارس عادی است، با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود توجه بیشتری به معلمان زحمتکش مدارس استثنائی شود، همچنین می‌دانیم که افسردگی باعث عواملی همچون، مشکلات جسمانی و روانی، کاهش کیفیت کاری و شغلی، کاهش رضایت شغلی و کاهش تعهد کاری خواهد شد (بابائیان و همکاران، ۱۳۹۱). پس پیشنهاد می‌شود در رابطه با افسردگی و فرسودگی شغلی راهکارهایی همچون برگزاری کارگاهی آموزشی به عنوان راهکارهای مقابله با فرسودگی شغلی و افسردگی لحاظ شود، همچنین اتخاذ راهی برای فراهم کردن روانشناسان سازمانی در درون مدارس برای کاهش فرسودگی شغلی، چراکه فرسودگی شغلی در تمام عرصه‌های زندگی از جمله زندگی زناشویی و ... تاثیر گذار خواهد بود.

تشکر و قدردانی

از تمام معلمان زحمتکش مدرسی که با ما همکاری کردند تشکر می‌کنیم.

منابع

- اصغری پور، نگار؛ یکهیزدان دوست، رخساره؛ زرگر، فاطمه (۱۳۹۱). اثربخشی گروه درمانی شناختی-رفتاری بر عزت نفس، افسردگی و سبک اسناد دانشجویان دانشکده الزهرا(س) مشهد، پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره، ۲(۱)، ۳۹-۵۲.
- بابائیان، علی؛ محمدی مهمونی، علی؛ علیزاده، حسین؛ کرمی، ذبیح‌الله (۱۳۹۱). تأثیر تعارض کار-خانواده و استرس شغلی بر فرسودگی شغلی کارکنان پلیس ناجا. فصلنامه انتظام اجتماعی، ۴(۴)، ۳۵-۵۲.
- بابلی، عزیزالله (۱۳۷۹). بررسی میزان فرسودگی شغلی مدیران دبیرستانهای پسرانه شهر تهران و رابطه آن با روش‌های مقابله‌ای آنها. فصلنامه مدیریت در آموزش و پرورش، ۷(۲۶)، ۴۴-۶۰.
- بیانی، علی اصغر؛ کوچکی، عاشور؛ کوچکی، قربان (۱۳۸۶). تعیین وضعیت روانی معلمان استان گلستان. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی گرگان، ۹(۲)، ۳۹-۴۴.
- خاقانی زاده، مرتضی؛ سلیمی، سیدحسین (۱۳۸۰). بررسی میزان فرسودگی شغلی و تعیین عوامل موثر در پرستاران. طرح تحقیقاتی دانشگاه علوم پزشکی بقیه... (عج). دانشکده پرستاری.

اولین همایش ملی برنامهریزی، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

سادوک، بنجامین جیمز. خلاصه روانپزشکی. ترجمه فرزین رضائی، ۱۳۹۱. تهران: ارجمند.
زرافشان، هادی؛ محمدی، محمدرضا؛ احمدی، فاطمه؛ اصلانی، اکرم (۱۳۹۲). فرسودگی شغلی در بین معلمان مقطع ابتدایی کودکان مبتلا به اتیسم: یک مطالعه مقایسه‌ای. مجموعه مقالات پذیرفته شده در ششمین کنگره روانپزشکی کودک و نوجوان تبریز.

سلیمی، سیدحسین؛ آزاد مرزآبادی، اسفندیار؛ عابدی درزی، محمد (۱۳۹۱). بررسی سلامت روان و رابطه آن با فرسودگی شغلی و رضایت از زندگی کارکنان یک دانشگاه نظامی در سال ۱۳۸۹. مجله طب نظامی، ۱۴(۴)، ۲۷۶-۲۸۱.

سیدی، سیده طاهره (۱۳۸۷). بررسی و مقایسه سلامت روان در معلمان کودکان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر ناشنوا و عادی مقطع ابتدایی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۸۴-۸۵. نشریه روانشناسی و علوم تربیتی، تعلیم و تربیت استثنائی، شماره ۸۳.

ضیاءالدین، حسن؛ رجائی نژاد، عبدالرضا (۱۳۸۴). همه گیرشناسی اختلالات روانی در معلمان آموزش و پرورش استثنائی شهر کرمان سال ۱۳۸۱-۱۳۸۰. مجله علوم پزشکی رفسنجان، ۴(۲)، ۱۰۳-۱۰۹.

عزیزی، لیلا؛ فیض آبادی، زهرا؛ صالحی، مریم (۱۳۸۷). تحلیل عامل اکتشافی و تاییدی پرسشنامه فرسودگی شغلی مزاج در کارکنان دانشگاه تهران، مطالعات روانشناختی، ۴(۳)، ۷۳-۹۲.

غلامی توران پشته، مرضیه؛ منصوبی فر، محسن (۱۳۸۸). بهداشت روان در معلمان دانش آموزان عادی و استثنائی. مجله اندیشه و رفتار، ۱۳(۴)، ۵۷-۶۴.

فتحی آشتیانی، علی (۱۳۸۸). آزمون های روانشناختی ارزشیابی شخصیت و سلامت روان، تهران: بعثت.

فونتانا، د و آبوسیری. روانشناسی برای معلمان. مترجم فروغان، م (۱۳۸۲). چاپ اول. تهران: ارجمند. آگه. ۵۳۸-۵۳۹.

کریمی یار. (۱۳۸۲). بررسی رابطه میان فرسودگی شغلی، تیپ های شخصیتی و خشنودی معلمان رسمی مرد شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.

کوشکی، شیرین؛ سپاه منصور، مژگان؛ نوشاد، مهرنوش (۱۳۸۸). ارتباط عزت نفس با فرسودگی شغلی معلمان دوره های مهارت های حرفه ای استثنائی و مدارس راهنمایی عادی. تحقیقات روانشناختی، ۱(۲)، ۳۳-۴۸.

کیانفر، فریبا؛ خردمند، ح (۱۳۷۷). بررسی میزان شیوع اختلالات روانی در معلمان شهر کرمان. پایان نامه دکتری چاپ نشده. دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی افضلی پور.

لاجوردی، زهره (۱۳۷۱). بررسی مقایسه ای میزان افسردگی مادران کودکان عقب مانده ذهنی آموزش پذیر و مادران کودکان عادی. پایان نامه ی کارشناسی ارشد چاپ نشده، تهران، دانشگاه تهران.

مشیریان فراچی، سیدمحمد مهدی؛ اصغری ابراهیم آباد، محمدجودا؛ رزاقی کاشانی، شمیم؛ مشیریان فراچی، سیده مریم؛ توکلی، حامد (۱۳۹۳). رابطه تاب آوری و فرسودگی شغلی با تاکید بر نگرش مذهبی در کارمندان زندان. اولین کنگره علوم تربیتی و آسیب های اجتماعی، تهران: نشر کدیور، جلد ۴، ۶۰۰-۶۰۶.

اولین همایش ملی بر ساری، روان شناسی، ارتقای سلامت و محیط زیست سالم



دانشگاه علوم پزشکی تهران
مرکز رشد دانش آموختگان
بخش تحقیقات طب اجتماعی ایران

۳۰ شهریور ۱۳۹۳

همدان دانشکده شهید مفتح

مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ نجاریان، بهمن و مسعودی، میترا (۱۳۸۰). مقایسه ی سلامت روانی والدین کودکان کم توان ذهنی تربیت پذیر ۱۲-۷ ساله با سلامت روانی والدین کودکان عادی، فصلنامه ی کودکان استثنایی، ۱۰ (۲)، ۱۳-۲۱.

نریمانی، محمد؛ آقامحمدیان، حمیدرضا؛ رجبی، سوران (۱۳۸۶). مقایسه سلامت روانی مادران کودکان استثنایی با سلامت روانی مادران کودکان عادی، فصلنامه اصول بهداشت روانی، ۹ (۳۳)، ۱۵-۲۴.

Catherine So-Kum Tang; Wing-Tung Au; Ralf Schwarzer. Mental Health Outcomes of Job Stress among Chinese Teachers: Role of Stress Resource Factors and Burnout. *J Organizational Behav*, 22, 877-901.

Downing, J. (1996). *The elementary school child severe and multipledisabilities in typical classrooms*(83- 108) Balti- more/ MD: Brook.

Farber BA.(1991). Symptoms and Types: and Underchallenged Teachers. In: Farber BA, editor. Crisis in Education. Stress and Burnout in the American Teacher. San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 72-97.

Kessler, R.C., McGonagle, K.A., Zhao, S., Nelson, C., Hughes, M., Eshleman, S., Wittchen, H., & Kendler, K. (1994). Life time and 12-month prevalence of DSM-III-R Psychiatric disorders in the United States. *Archives of General Psychiatry*, 51, 8-19.

McDonnell, J. M., Hardman, M. 1., McDonnell, A P., & Kiefer- O'Donnell, R. (1995). *Introduction to persons with severe disabilities*. Boston: Allyn and Bacon.

McLaughlin, M. L., Fuchs, L., & Hardman, M. (1999). Individual rights to education and students with disabilities: Some lessons from U. S. policy. In H. Daniels and P. Gamer (Eds.), *Inclusive education: World yearbook of education* (24- 35). London, UK: Kogan Page.

Maunz S, Steyrer J.(2001). Burnout syndrome in nursing: etiology complications, prevention. *Wien Klin Wochenschr*, 113: 296-300.-

Pareek, U. (1982). *Executive glow up and burnout*. Summary of Larsen & Tourbro lecture, India Institute of Management Ahmedabad.

Porto, L. A., Carvalho, F. M., Oliveira, N. F., Silvany Neto, A. M., Araujo, T. M., Reis, E. J., & et al. (2006). Association between mental disorders and work- related psychosocial factors in teachers. *Rev 818- 26. Saude Publica*, 40,

Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. (1994). Professional burnout: recent developments in theory and research. *Washington: Taylor & Francis*, (pp. 2.7.211).

Schaufeli, W.B., & Buunk, B.P. (1996). Professional burnout. In M.J. Schabracq, J.A.M. Winnubst & C.L. Cooper (Eds.), *Handbook of work and health psychology* (pp. 311-346). Chichester: John Wiley.

Zellers, K. L., Perrewe, P. L., & Hochwarter, W. A. (2000). Burnout in health-care: The role of the five factors of personality. *Journal of Applied Social Psychology*, 30, 1570-1598.