

رابطه تاب آوری و فرسودگی شغلی با واسطه گری سلامت روان در معلمان کودکان کم توان ذهنی

مرضیه حسینی^۱، حمیدرضا اقامحمدیان شهرباف^۲، نادر باقری^۳

۱- کارشناس ارشد روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، ایران

۲- استاد روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، ایران

۳- مربی روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، ایران

(نویسنده مسئول): aghamohammadian@um.ac.ir

چکیده:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تاب آوری با فرسودگی شغلی با واسطه گری سلامت روان در معلمان کودکان کم توان ذهنی انجام شد. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر ماهیت و روش پژوهش از نوع همبستگی است. جامعه پژوهش شامل معلمان کودکان کم توان ذهنی شهر مشهد (۹۶-۹۷) بود. تعداد ۱۴۸ معلم بر اساس جدول مورگان به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارها، پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش، مقیاس تاب آوری کانر و پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ بود. نتایج نشان داد سلامت روان می تواند نقش میانجی گری معناداری را در رابطه بین تاب آوری و فرسودگی شغلی معلمان کودکان کم توان ذهنی ایفا کند. نتایج حاصل از اجرای رگرسیون نشان داد که از بین مؤلفه های سلامت روان، مؤلفه کارکرد اجتماعی و همچنین از بین مؤلفه های تاب آوری، مؤلفه ی اعتماد به غرایز شخصی و تحمل عواطف منفی نسبت به سایر مؤلفه های دیگر می توانند پیش بین بهتری برای فرسودگی شغلی باشند.

کلمات کلیدی: تاب آوری، فرسودگی شغلی، سلامت روان، معلمان کودکان کم توان ذهنی

The purpose of this study was to investigate the relationship between resiliency and burnout with mental health mediation in teachers of mentally retarded children. This research is applied in terms of purpose and in terms of nature and method of research is correlation. The research population included teachers of mentally retarded children in Mashhad (97-96). 148 teachers were selected according to Morgan's table by sampling method. Tools included Masl's Job Burnout Questionnaire, Conner Relief Scale and Goldberg Health Questionnaire. The results showed that the proposed model of research with fitted data is fit and mental health can play a meaningful mediation role in the relationship between the resilience and burnout of teachers of children with mental ability. The results of regression analysis showed that among the components of mental health, the component of social function, as well as the components of resiliency, the component of trust in personal instincts and the tolerance of negative emotions compared to other components, can be a better predictor of burnout a job

Keywords: Resiliency, Job burnout, Mental health, Teachers of mentally retarded children

. مقدمه

تعلیم و تربیت امری وقت گیر، پر ثمر و در عین حال دشوار است که در آن معلمان به عنوان نقطه آغاز هر تحول آموزشی و پرورشی، بیشترین نقش را عهده دار هستند. [۱].. معلمان دانش آموزان استثنایی که یکی از ارکان اصلی آموزش و پرورش استثنایی به شمار می روند، در صورتی که به امر سلامت روانی و تاب آوری آن ها توجه بیشتری شود، اثربخشی مؤثرتری در آموزش و پرورش کودکان استثنایی خواهند داشت [۲].

در مطالعه کاوسس [۳]. مشخص شد، در میان مشغله های پرخطر، معلمان سطوح بالایی از استرس شغلی را نشان میدهند و این امر در مورد معلمان استثنایی که دارای دانش آموزان با نیازهای ویژه و مشکلات بیشتری می باشند مسئله را وخیم تر می نماید.

نتایج پژوهش در زمینه مقایسه سلامت روانی معلمان با دیگر گروه های شغلی نشان می دهد، خستگی مزمن، اختلالات روانی، افسردگی و اضطراب و نیز فرسودگی شغلی در معلمان نسبت به دیگر گروه های شغلی بیشتر است [۴].

واژه ی فرسودگی را نخستین بار روان پزشکی به نام فرویدنبرگر^۱ ابداع کرد و آن را به صورت پیدایش نگرش و احساس منفی در مقابل فشارهای شدید روانی مرتبط با کار تعریف کرد. این حالت بیشتر در افرادی پدید می آید که ساعات طولانی از روز را در ارتباط تنگاتنگ با سایر افراد به سر می برند و پس از مدتی فرسوده می شوند [۵].

بعد از مطرح شدن این واژه تلاش های زیادی در توصیف آن صورت گرفت با این حال بهترین تعریفی که مقبولیت یافته و در نوشته ها رواج پیدا کرده است رویکرد چند بعدی است که مسلج^۲ و جکسون^۳ آن را ارائه کرده است [۵]. مسلش، سندرم فرسودگی شغلی را به سه بعد اصلی، خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و کاهش احساس موفقیت فردی تقسیم نمود [۶]. از سویی دیگر باتوجه به موقعیت خاص آموزشی در مدارس استثنایی، روبه روشن شدن معلمان با حجم زیاد کار و پیچیدگی آن در کلاس درس، مواجه شدن با سختی ها و دشواری های آموزش و اینکه معلمان این مدارس به عنوان الگویی برای نشان دادن رفتار تاب آورانه برای دانش آموزان محسوب می شوند، داشتن سبک رفتاری تاب آورانه می تواند به عنوان عامل مهمی برای برخورد های درست و منطقی این معلمان تلقی شود. تاب آوری برحسب صلاحیت شخصی، تحمل استرس، پذیرش تغییر و باور تأثیرات شهودی تعریف می شود [۷].

تاب آوری توانایی افراد در سازگاری مؤثر با محیط است، علیرغم قرار داشتن در معرض عوامل خطر آفرین. عوامل خطر آفرین آن دسته شرایط و موقعیت های منفی هستند که با پیامدهای منفی و مشکلات رفتاری مرتبط می شوند [۸]. تاب آوری به عنوان فرآیند پویای انطباق مثبت باتجربه های تلخ و ناگوار، یک مهارت لازم و ضروری برای معلمان و به خصوص معلمان مدارس استثنایی می باشد، چرا که این معلمان در شرایط کاری خاص و سخت به سر می برند. تاب آوری به سه دلیل در آموزش بسیار اهمیت دارد اول اینکه بر انتظارات معلم از دانش آموز تاثیر گذار است، چرا که خود معلم الگویی برای نشان دادن رفتار تاب آورانه است. دوم اینکه تدریس حرفه ای سخت و پیچیده است و مستلزم آن است که معلم با ابهامات، سختی ها و دشواری هایی که در کلاس درس آموزشی مواجه می شود برخورد درست و منطقی داشته باشد و این نیاز به سبک رفتاری تاب آورانه دارد. معلم از یک سو باید استرس خود را مدیریت کند و از سوی دیگر باید به

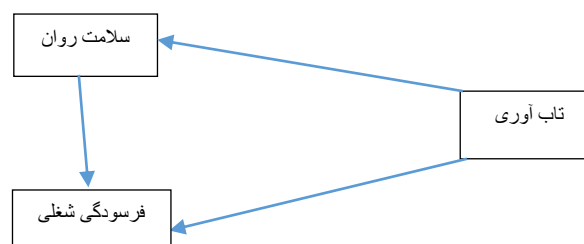
¹ Freudenberger

² Masalach

³ Jackson

وظایف حرفه ای خود به نحو درست عمل نماید. و سوم اینکه تاب آوری در معنی توانایی حل مساله بازيابی سریع راه حل های ممکن و عمل جسارت آمیز در رویارویی با مسائل گوناگون به صورت کارآمد تعریف می شود و دقیقاً با حس مدیریت بر خود و داشتن انگیزه در تدریس برای دستیابی همه جانبه دانش آموزان ارتباط دارد [۹].

ظرفیت تاب آوری به عنوان یک پیش بینی کننده جهت جلوگیری و کاهش فرسودگی شغلی ناشی از استرس های حرفه ای محسوب می گردد. تاب آوری و سرسختی باعث کاهش اضطراب و افسردگی می شود. بنابراین ارتقای تاب آوری هدفی مهم جهت درمان و پیشگیری از آسیب های روانشناختی می باشد [۱۰]. حال با توجه به مطالب بیان شده انتظار می رود که تاب آوری با کمک مولفه سلامت روان منجر به کاهش فرسودگی شغلی در معلمان کودکان کم توان ذهنی باشد. به بیان دیگر با همبستگی میان تاب آوری و سلامت روان انتظار می رود افرادی که دارای سلامت روان بیشتری باشند، فرسودگی شغلی احساس کنند و دشواری کار با کودکان ناتوان ذهنی منجر به استرس و افسردگی در حیطه کاری آن ها نشود. بنابر این با توجه به پژوهش های فوق، در مدل پیشنهادی، ما به بررسی رابطه تاب آوری و فرسودگی شغلی معلمان کودکان کم توان ذهنی با میانجی گری سلامت روان پرداخته ایم. بر این اساس الگوی زیر طراحی و آزمون شد.



روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر ماهیت و روش پژوهش از نوع همبستگی است. جامعه این پژوهش شامل تمامی معلمان مدارس استثنایی (کم توان ذهنی) شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۷ می باشد. با توجه به تعداد معلمان شاغل در حوزه کودکان کم توان ذهنی شهر مشهد که حدود ۲۵۰ نفر می باشند، بر اساس جدول مورگان با توجه به تعداد کل جامعه، تعداد ۱۴۸ نفر به عنوان افراد نمونه پژوهش انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها به مدارس کم توان ذهنی نواحی هفتگانه مشهد مراجعه شد. پس از توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش و جلب مشارکت و رضایت آنها برای همکاری، پرسشنامه ها

تکمیل شدند. آزمودنی ها در هر مرحله از تکمیل پرسشنامه ها، حق خروج از آزمون را داشتند. در نهایت پس از جمع آوری اطلاعات و حذف پرسشنامه های ناقص، تعداد ۱۴۰ نفر به عنوان نمونه در نظر گرفته شد.

ابزار پژوهش

در این پژوهش سه ابزار مورد استفاده قرار گرفت که هر یک به صورت خلاصه شرح داده می شود.

پرسشنامه فرسودگی شغلی (برای معلمان): پرسشنامه فرسودگی شغلی ۲۲ سوالی مسلچ و جکسون (MBI) (برای معلمان ساخته است. این پرسشنامه دارای ۲۲ سوال است که به سنجش فرسودگی هیجانی، پدیده های شخصیت زدایی و فقدان تحقق شخصی در چارچوب فعالیت حرفه ای در گروه های حرفه ای مانند پرستاران و معلمان می پردازد [۱۱].

ابراهیمی مقدم، پور احمد [۱۲] پایایی این پرسش نامه را برای خستگی عاطفی ۰/۸۰ عملکرد شخصی ۰/۷۹ و برای مسخ شخصیت ۶۹/۰ گزارش کرده اند. زمینی و همکاران (۱۳۹۰) پایایی این پرسشنامه را برای کل پرسشنامه ۰/۷۶ و برای خرده مقیاس هاس خستگی هیجانی ۰/۸۴، مسخ شخصیت ۰/۶۳ و کارایی فردی ۰/۸۶ گزارش کرده است.

مقیاس سلامت روان گلدبرگ^۳: این پرسشنامه ۲۸ سوالی، چهار خرده مقیاس آسیب جسمانی، اضطراب، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی را بررسی می کند. و برای غربالگری اختلالات روان شناختی غیر سایکوتیک در مراکز درمانی و سایر جوامع طراحی و تدوین شده است. هر یک از مقیاس ها دارای ۷ پرسش است. هر سوال دارای چهار گزینه است که برای نمره گذاری از روش لیکرت استفاده شده و به گزینه های الف تا د به ترتیب نمره صفر تا ۳ تعلق می گیرد و حداقل نمره صفر و حداکثر نمره ۸۴ می باشد [۱۳].

در پژوهش تقوی [۱۴]، ضریب اعتبار این پرسشنامه ۰/۷۲ و برای خرده آزمون های نشانه های بدنی، اضطراب و بی خوابی، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی به ترتیب ۰/۶۰، ۰/۶۸، ۰/۵۷ و ۰/۵۸ به دست آمده است.

¹ Maslach&Jackson

² Maslach burnout inventory

³ Goldberg

پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون^۱: این پرسشنامه دارای ۲۵ سوال است. حداکثر نمره فرد این پرسشنامه ۱۰۰ و حداقل آن صفر می باشد هر چه نمره فرد بالاتر باشد بیانگر تاب آوری بیشتر است [۱۵]. نتایج مطالعات مقدماتی پایایی و روایی این مقیاس را تأیید کرده اند [۱۵]. پایایی پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون براساس پژوهش محمدی [۱۶] با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمده است.

یافته های پژوهش

یافته های تحقیق در دو بخش یافته های توصیفی و یافته های مربوط به آزمون مدل پیشنهادی از طریق تحلیل مسیر ارائه شده است.

همانگونه که در جدول ۱ مشاهده می شود میانگین و انحراف استاندارد هر یک از سه مولفه ها به همراه خرده مقیاس های آن ها آورده شده است.

جدول ۱- بررسی میانگین و انحراف استاندارد متغیرها و خرده مقیاس های آن ها

متغیر	خرده مقیاس ها	میانگین	انحراف استاندارد
تاب آوری		۹۲/۸۷	۱۶/۴۷
	شایستگی فردی	۳۰/۰۹	۶/۱
	اعتماد به گرایش شخصی	۲۴/۱۶	۴/۷۸
	پذیرش تغییر	۱۹/۳۸	۳/۸۶
	کنترل	۱۱/۰۲	۲/۵۶
	تاثیرات معنوی	۸/۲۷	۱/۶۷
فرسودگی شغلی		۴۹/۲	۱۲/۳۵
	خستگی عاطفی	۱۲/۸۲	۱۰/۰۹
	مسخ شخصیت	۷	۳/۶۴
	احساس موفقیت فردی	۲۹/۳۷	۶/۲
سلامت روانی		۲۶/۵۱	۱۴/۲۷
	علائم جسمانی	۶/۹۸	۴/۵۵
	علائم اضطرابی	۷/۰۴	۴/۶۸
	کارکرد اجتماعی	۹/۰۴	۳/۶۲
	علائم افسردگی	۳/۴۴	۳/۹۷

¹ Conner,k& Davidson

به منظور آزمون الگوی پیشنهادی، یعنی بررسی رابطه تاب آوری با فرسودگی شغلی با واسطه گری سلامت روان در معلمان کودکان کم توان ذهنی از روش تحلیل مسیر استفاده شد.

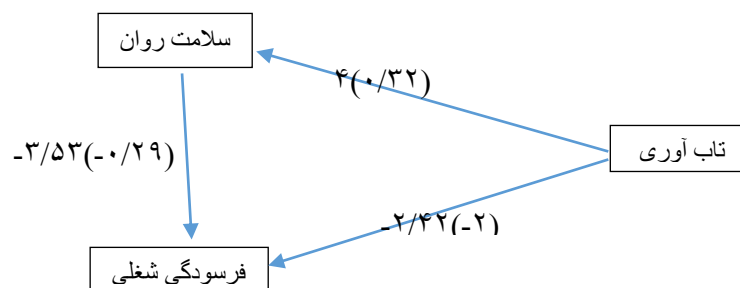
مدل	χ^2	Df	χ^2/df	RMSEA	GFI	AGFI	NFI	CFI	NNFI
۳ عاملی	۴/۷	۱	۴/۷	۰/۱۱	۰/۹۷	۰/۸۵	۰/۸۵	۰/۹۱	۰/۸۲

جدول ۲- شاخص های نیکویی برازش برای فرضیه پژوهش

عنوان مسیر	ضریب مسیر	T	نتیجه
تاب آوری به سلامت روانی	۰/۳۲	۴	تایید
تاب آوری به فرسودگی شغلی	-۰/۲	-۲/۴۲	تایید
سلامت روانی به فرسودگی شغلی	-۰/۲۹	-۳/۵۳	تایید

جدول ۳- مقادیر ضرایب مسیر برآورده شده در الگوی تحلیل مسیر و سطح معناداری آنها

نمودار ۱. ضرایب مسیر و مقادیر معناداری آنها در الگوی پیشنهادی



جدول ۴- نتایج حاصل از آزمون آماری رگرسیون چندگانه برای پیش بینی فرسودگی شغلی از طریق مؤلفه های تاب آوری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
					-۲/۴۲(-۲)

پیش بین	۲۰۰۶/۵۹۸	۵	۴۰۱/۳۲	۲/۸۰۲	۰/۰۱۹
باقی مانده	۱۹۱۹۴/۳۹۴	۱۳۴	۱۴۳/۲۴۲		
کل	۲۱۲۰۰/۹۹۳	۱۳۹			
* معناداری در سطح ۰/۰۵			** معناداری در سطح ۰/۰۱		

جدول ۵- نتایج حاصل از آزمون آماری رگرسیون چندگانه برای پیش بینی فرسودگی شغلی از طریق مؤلفه های سلامت عمومی

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش بین	۳۴۲۴/۵۴۴	۴	۸۵۶/۱۳۶	۶/۵۰۲	**۰/۰۰۰
باقی مانده	۱۷۷۷۶/۴۴۹	۱۳۵	۱۳۱/۶۷۷		
کل	۲۱۲۰۰/۹۹۳	۱۳۹			
* معناداری در سطح ۰/۰۵			** معناداری در سطح ۰/۰۱		
* معناداری در سطح ۰/۰۵			** معناداری در سطح ۰/۰۱		

جدول ۶- نتایج حاصل از آزمون آماری رگرسیون چندگانه برای پیش بینی سلامت روان از طریق مؤلفه های تاب آوری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
پیش بین	۴۱۲۵/۸۳۱	۵	۸۲۵/۱۶۶	۴/۵۶۶	۰/۰۰۱
باقی مانده	۲۴۲۱۵/۱۴۱	۱۳۴	۱۸۰/۷۱		
کل	۲۸۳۴۰/۹۷۱	۱۳۹			
* معناداری در سطح ۰/۰۵					

بحث و نتیجه گیری

این پژوهش به بررسی رابطه تاب آوری با فرسودگی شغلی با واسطه گری سلامت روان در معلمان کودکان کم توان ذهنی پرداخت. بر اساس پیشینه نظری و تجربی، الگویی ارائه گردید و با استفاده از روش تحلیل مسیر مورد آزمون قرار گرفت. نتایج تحلیل مسیر در باب مدل پیشنهادی با داده های این پژوهش برازش خوبی برقرار کرد.

نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان داد تاب آوری رابطه مستقیم و غیر مستقیم و معناداری با فرسودگی شغلی دارد.

بین تاب آوری با فرسودگی شغلی معلمان کودکان کم توان ذهنی رابطه معنادار وجود دارد. شرایط محیط کار اعم از عوامل فیزیکی، اجتماعی روانشناختی بر عملکرد شغلی و میزان بهره وری کارکنان تأثیر گذار است. در دنیای کار، ماهیت برخی از مشاغل و تجارب بگونه ای است که خواه ناخواه افراد دچار مشکل می شوند، به گونه ای که ممکن است سلامت روانی آنها تهدید شود و بصورت معضل فرسودگی شغلی در نیروی انسانی بروز کند

اشتغال در مدارس استثنایی به دلیل شرایط ان از جمله نیازهای متعدد دانش آموزان، تفاوت های فردی همچنین لزوم پاسخگویی به والدین و تغییرات سریع عقاید و انتظارات از معلمان، آموزش را کاری پیچیده و مشکل ساخته و شغل معلمی را در این آموزشگاه ها پراسترس ساخته است. بنابراین این اولین قدم در جهت رسیدن به کادر آموزشی موفق در این مدارس علاوه بر توجه به مسائل آموزشی اعم از محتوا، حجم دروس، توجه به تأثیر مسائل و مشکلات تحصیلی، رفتاری، آموزش های مهارت های خاص زندگی به دانش آموزان که جزء لاینفک کار در مدارس است، توجه به ویژگی های شخصیتی و درک عواملی است که بر کیفیت فعالیتهای معلمان تأثیر گذار است لذا یکی از مفاهیمی که در سالهای اخیر توجه روانشناسان کار، روانشناسان بهره وری و روانشناسان صنعتی و سازمانی را به خود معطوف داشته؛ نشانه ها، علل و آثار فرسودگی شغلی است [۱۷].

. نتایج تحلیل بر نقش میانجی سلامت روان در رابطه ی تاب آوری معلمان کودکان کم توان ذهنی و فرسودگی شغلی حیطه شغلی آن ها حکایت داشت. ارتقای سلامت روان هدفی مهم جهت درمان و پیشگیری از آسیب های روان شناختی می باشد و می تواند در پیشگیری و مقابله با استرس های محیط کاری موثر باشد. از آنجایی که سلامت روان بالای معلمان منجر به کنترل بهینه استرس و فشار شغلی آن ها خواهد شد، افراد سازگاری بهتری در واکنش به شرایط ناگوار محیط کاری خواهند داشت. معلمان دانش آموزان استثنایی که یکی از ارکان اصلی آموزش و پرورش استثنایی به شمار می روند، در صورتی که به امر سلامت روانی آن ها توجه بیشتری شود، اثربخشی مؤثرتری در آموزش و پرورش کودکان استثنایی خواهند داشت. سلامت روان و تاب آوری همبستگی بالایی با یکدیگر دارند و تاب آوری به عنوان فرآیند پویای انطباق مثبت باتجربه های تلخ و ناگوار، یک مهارت لازم و ضروری برای معلمان و به خصوص معلمان مدارس



استثنایی می باشد. سلامت روان با کمک مولفه تاب آوری منجر به کاهش فرسودگی شغلی در معلمان کودکان کم توان ذهنی خواهد شد. فرسودگی شغلی به خستگی جسمی و روانی ناشی از فشارهای موجود در محل کار و خود کار زندگی شغلی و همچنین علائم و حالات تحلیل رفتگی قوا، سرخوردگی و گوشه گیری در کارکنان اطلاق می شود و از جمله خطرات شغلی است که به علت تأثیر منفی بر کارکنان، سازمانها و بیماران، در سالهای اخیر مورد توجه قرار گرفته است

Reference

- 1-kavehei T, ashouri A, habibi M. Predicting job satisfaction based on self-efficacy beliefs, teachers' sense of efficacy, job stress and Hierarchy of needs in exceptional children's teachers at lorestan province. *Exceptional Education*. 2014; 4 (126) :5- [Persian]
- 2-Rahbar,F;khanzadeh.A.(2016)Comparison of Job Stress and Job Satisfaction in Teachers of Students with Mental Disability and Teachers of Normal Students. *Exceptional education*. 4 (141), 25-31. [Persian]
- 3-Covess, V., Rios-Seidel, C., & SevillaDedieu, C. (2007). Teachers mental health and teaching levels. *Journal of Teaching and Teacher Education*, 52, 1-16.
- 4--Matlabi M.K., Kayani, A. (2017). The Relationship between Mental Health Burnout and Exceptional Children's Teachers' Mediating Interests in Career Participation. Master's Degree. Islamic Azad University, Zanjan-[Persian]
- 5-Kawah, Muhammad (1395). Resilience, Publication of Sociologists. Tehran-[Persian]
- 6-Moneta, G. B. (2011). Need for Intention to Leave testing an Occupational Modeling Achievement, Burnout. *Journal of Personality and Individual Differences*. 24. 274- 278
- 7- Conner, K.,M. and Davidson, j.R.T.,(2003),Development of a new resiliencescal : The conner-Davidson Resilience scale (CD-RISC) *Depression and Anxiety* 18.76-82
- 8- Gomes R, MCLaren SO. The association of avoidance coping style, and perceived Mother and father support with anxiety/depression among late adolescents. *Applicability of Resiliency modelsPersonality and Individual Differences*.2006; 40(6):1165-1176
- 9-Ebrahimi Ghavam, p. (1390). The Relationship Between Resilience and Job Satisfaction among Teachers of Normal and Exceptional Schools in Tehran. *Psychology of Exceptional Persons*, 1 (1): 68-81. [Persian]



10-Isabel, M., Garcia, C. & Peloss, E. (2012). Resilience and Burnout Syndrom in Nursing Student and its relationship With Sociodemographic Variabls and Interpersonal Relationship. International Journal of Psychological Reseach. 1. 6-9

11- Maslach, C. H. & Lieter, M. P. (2008). Early predictors of job burnout and engagement.

Journal of Applied Psychology, 93(3), 498-512

12- -Ebrahimi Moghadam, Mohammad. Pour Ahmad, Fatemeh (2012). Emotional expressiveness and self-efficacy relation with burnout in municipal employees. Quarterly Journal of Occupational Medicine. Fourth Edition / Issue 3 / Autumn 9

13- Sabri narzadeh, R., Abdkhodaei, M. S., Tabibi, Z.(2012)). ".Study of causal "Study of causal relationship between sense of coherence, psychological hardiness, coping strategies and mental health". Research in psychological health, 6(1): 26- 35. [Persian

].

14-Taghavi, Mohammad Reza (2001). The validity and reliability of Mental Health Questionnaire (GHQ). Psychology Magazine, (3) 20:38. . [Persian

15-Conner, K.,M. and Davidson, j.R.T.(2003).Development of a new resiliencescal : The conner Davidson Resilience scale (CD-RISC(Depression and Anxiety 18.76-82.

16- Mohammadi, M. (1384). Investigating the Factors Affecting Resilience in Subjects at Risk of Substance Abuse, Ph.D, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran. [Persian

17-Adriaenssens, J., De Gucht, V. & Maes, S. (2015). Determinants and prevalence of burnout in emergency nurses: A systematic review of 25 years of research. International journal of nursing studies, 52 (2), 649-661.



۲- رهبر کرباسدهی، فاطمه؛ خانزاده، عباسعلی؛ رهبر کرباسدهی، ابراهیم. (۱۳۹۵). مقایسه تنیدگی شغلی و رضایت شغلی در معلمان دانش آموزان با کم توانی ذهنی و معلمان دانش آموزان عادی. تعلیم و تربیت استثنایی. ۴(۱۴۱)، ۲۵-۳۱.

۴- مطلبی، ک؛ کیانی، ق. (۱۳۹۶). رابطه فرسودگی شغلی با سلامت روان در معلمان کودکان استثنایی نقش میانجی مشارکت شغلی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی، زنجان

۵- کاوه، محمد (۱۳۹۵). تاب آوری، انتشارات جامعه شناسان. تهران

۹- ابراهیمی قوام، ص. (۱۳۹۰). رابطه بین تاب آوری و رضایتمندی شغلی در میان معلمان مدارس عادی و استثنایی شهر تهران. روان شناسی افراد استثنایی، ۱(۱): ۶۸-۸۱.

۱۲- ابراهیمی مقدم، محمد. پور احمد، فاطمه. (۱۳۹۱). رابطه ابرازگری هیجانی و خودکارآمدی با فرسودگی شغلی در کارمندان شهرداری. فصلنامه علمی تخصصی طب کار. دوره چهارم / شماره سوم / پائیز ۹۱ / صفحات ۷۲-۶

۱۳- صبری نظر زاده، راشین؛ عبد خدایی، محمد سعید. (۱۳۸۹). رابطه احساس انسجام و سخت کوشی روان شناختی با راهبردهای مقابله‌ای. ویژه نامه روان شناسی معاصر، ۵(۱): ۴۹۰-۴۹۲.

۱۴- تقوی، محمدرضا. (۱۳۸۰). بررسی روانی و پایایی پرسشنامه سلامت روان (GHQ). مجله روانشناسی، ۳(۳): ۲۰-۳۸

۱۶- محمدی، م. (۱۳۸۴). بررسی عوامل موثر بر تاب آوری در افراد در معرض خطر سوء مصرف مواد، رساله دکتری، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران.