فصلنامه طبّ جنوب
پژوهشکده زیست-پزشکی خلیج فارس
دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی بوشهر
سال چهاردهم، شماره ۱، صفحه ۵۰ - ۴۱ (بهار ۱۳۹۰)

بررسی عوامل مرتبط با فرسودگی شغلی معلمان مدارس شهر کاشان در سال ۱۳۸۶

حمیدرضا صابری[۱]، علیرضا مروجی[۲*]، جواد ناصح[۳]

[۱] گروه بهداشت حرفه‌ای، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی کاشان
[۲] گروه پزشکی اجتماعی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی کاشان
[۳] گروه روانشناسی، مرکز تحقیقات آموزش و پرورش کاشان

چکیده

زمینه: فرسودگی شغلی از عوارض استرس شغلی محسوب می‌شود. فرسودگی شغلی شامل یک سری از خصوصیات ذهنی و عملکردی و شخصی می‌باشد که در آن فرد از بعضی از علایم روحی - روانی برخوردار است. فرسودگی شغلی باعث کاهش بهره‌وری، افسردگی و بیماری شود.

مواد و روش‌ها: این تحقیق بر روی ۳۸۵ نفر از معلمان شهرستان کاشان توسط پرسشنامه استاندارد مازلاخ، در سه حوزه مسخ شخصیت، خستگی عاطفی، کاهش عملکرد فردی فرسودگی شغلی توسط درجه‌بندی استاندارد مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج در سه بعد خستگی عاطفی (شدید ۱۰/۱ درصد، متوسط ۱۸ درصد، خفیف ۷۱/۹ درصد) و مسخ شخصیت (شدید ۴/۶ درصد، متوسط ۱۰/۹ درصد، خفیف ۸۴/۵ درصد) و کاهش عملکرد فردی (شدید ۲/۲ درصد، متوسط ۱۱/۱ درصد، خفیف ۸۶/۷ درصد) بود. با افزایش سن (P=۰/۰۰۲) و سابقه‌کاری (P=۰/۰۰۱) فرسودگی کاهش می‌یافت. افزایش مدرک تحصیلی (P=۰/۰۵)، اختلالات روان‌پزشکی (P=۰/۰۲)، نوع مسکن (P=۰/۰۰۳)، عدم رضایت از زندگی زناشویی (P=۰/۰۳۱) و جنس مرد (P<۰/۰۱) به‌طور معنی‌دار باعث افزایش فرسودگی شغلی می‌گردید.

نتیجه‌گیری: این نکته حائز اهمیت است اگر چه بر اساس این مطالعه اکثر افراد فرسودگی خفیف داشتند ولی فرسودگی متوسط تا شدید در ابعاد خستگی عاطفی (۲۸/۱ درصد) و مسخ شخصیت (۱۵/۴ درصد) قابل توجه است و لازم است به این افراد با توجه به نقش مهم خود در جامعه توجه ویژه‌ای داشت. توصیه می‌شود که معلمان مورد بررسی بیشتر و اقدامات لازم در جهت کاهش استرس و بررسی از نظر بیماری‌های روحی- روانی قرار گیرند.

واژگان کلیدی: فرسودگی شغلی، معلمان، مسخ شخصیت، مازلاخ

دریافت مقاله: ۸۸/۱۱/۱۷- پذیرش مقاله: ۸۹/۳/۹

* کاشان، دانشگاه علوم پزشکی کاشان، دانشکده پزشکی

E-mail:moraveji@kaums.ac.ir

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

مقدمه

فرسودگی شغلی عبارت از یک فرآیند روان‌شناختی که تحت شرایط استرس شغلی شدید حادث می‌شود و خود را به‌صورت فرسودگی عاطفی، مسخ شخصیت (Depersonalization)، کاهش انگیزه و پسرفت (تضعیف عملکرد) نشان می‌دهد (۱). افرادی که از فرسودگی بدن (Physical Exhaustion) رنج می‌برند اصولاً دارای انرژی کم و دارای احساس بیش از حد خستگی هستند، در این افراد نشانه‌های فشار بدنی (physical strain) نظیر سردرد، کم‌خوابی و تغییراتی در عادات غذایی به‌طور فراوان گزارش شده است. فرسودگی عاطفی نوعی افسردگی (Depression) و احساس درماندگی و عدم کارآیی در شغل است. مسخ شخصیت با علائمی مثل بدبینی نسبت به دیگران، بی‌اعتمادی، گله‌مندی از دیگران، بدگمانی نسبت به‌درستی و صداقت دیگران خود را نشان می‌دهد (۱). در سال‌های اخیر فرسودگی شغلی معلمان توجه زیادی را به‌خود معطوف کرده است و در حال گسترش است به‌طوری که این گروه همیشه در خطر این عارضه قرار می‌گیرند (۲ و ۳). فابر (farber) تخمین می‌زند که ۳۵-۳۰ درصد از معلمان آمریکایی نارضایتی شدید از شغلشان دارند و ۲۰-۵ درصد از آنها دچار فرسودگی شغلی هستند (۲). کیراکو (Kyriacou) به این نکته اشاره کرد که بزرگترین استرس‌ها برای معلمان انگیزه کم دانش‌آموزان برای انجام تکالیفشان، به دانش‌آموزان، عدم وجود فرصت‌های ارتقاء شغلی، درآمد کم، عدم دریافت تسهیلات، کلاس‌های بزرگ (زیادی دانش‌آموزان)، زمان و فرصت کم، عدم جایگاه اجتماعی مناسب، تعارض با میدان، تغییرات سریع خواسته‌های مورد انتظار می‌باشد (۴). در پژوهش دیگری میزان خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و فقدان موفقیت فردی در دبیران مرد به ترتیب برابر ۵/۷ درصد، ۳/۱۱ درصد، ۶۱/۴۷ درصد و در دبیران زن این میزان به‌ترتیب ۴/۳ درصد، ۳/۴، ۸/۳۲ در حد شدید گزارش شده است (۵).

عواملی مثل سن، سابقه کار، جنس، اعتقادات، وضعیت تأهل، مقطع تدریس، ساعات تدریس، میزان درآمد، موقعیت جغرافیایی می‌تواند اثر مرتبط با فرسودگی شغلی معلمان داشته باشد (۱۰-۶).

با توجه به نقش حساس معلمان و در معرض بودن این افراد به فرسودگی شغلی و عوارض ناخوشایند فردی و سازمانی و کشوری آن به‌نظر می‌رسد ارزیابی میزان فرسودگی شغلی معلمان ضروری بوده تا هم شیوع و هم عوامل تأثیرگذار آن به‌طور علمی ثابت گردیده تا قبل از ایجاد عوارض جسمی و روحی روانی برای کاهش و یا پیش‌گیری از آن توسط راهکارهای علمی اقدام لازم صورت گیرد. با توجه به این‌که مطالعات در کشور ما در بعضی از شهرها و استان‌ها انجام گرفته ولی در منطقه کاشان اطلاعاتی در دست نیست، این مطالعه بر روی معلمین کاشان صورت گرفت تا در حد امکان با شناسایی شیوع آن و ارائه راهکار برای کاهش آن، قدمی برای بهبود وضعیت روحی روانی شاغلین در بخش آموزش و پرورش برداریم.

مواد و روش‌کار

طی یک مطالعه مقطعی در بهار سال ۸۶ معلمان مدارس ساکن شهر کاشان که به‌طور قراردادی، رسمی یا حق‌التدریس در بخش دولتی مشغول به‌کار بودند وارد مطالعه گردیدند. با استفاده از فرمول برآورد یک

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

نسبت و در نظر گرفتن شیوع فرسودگی شغلی به میزان ۲۰ درصد با توجه به مطالعات مشابه و خطای نوع اول ۰/۰۵ و دقت برابر با ۰/۰۴ حجم نمونه ۳۸۵ نفر محاسبه شد. پس از توجیه مسئولان آموزش و پرورش کاشان و گرفتن مجوزهای لازم نمونه‌گیری آغاز گردید. نمونه‌گیری ابتدا به‌صورت خوشه‌ای طبقه‌ای و نهایتاً تصادفی ساده انجام شد. با توجه به گستردگی جامعه مورد بررسی، ابتدا مدارس شهر به ۵ خوشه اصلی بر اساس وضعیت جغرافیایی و مجدداً هر خوشه به خوشه‌های کوچکتر بر اساس بافت شهری تقسیم شد. سپس با توجه به طبقات مورد بررسی (جنس، دوره تحصیلی) و با عنایت به چگونگی توزیع افراد در جامعه، با روش تصادفی ساده، نمونه نهائی انتخاب شد. پس از اخذ رضایت‌نامه و توجیه افراد شرکت‌کننده که نتایج تحقیق محرمانه بوده و تأثیری در آینده وحال کاری آنها نخواهد داشت و آزاد بودن در مشارکت در تحقیق مطالعه آغاز گردید. برای انجام کار پرسشنامه‌ای شامل ۲ قسمت توسط کارشناسان آموزش و پرورش که در مورد تحقیق توجیه گردیدند به هر معلم ارائه گردید. قسمت اول مربوط به مشخصات فردی (سن، جنس، مقطع تدریس، تأهل، تعداد فرزندان، سابقه کار، ساعات کار در هفته، نوع مسکن، رضایت از زندگی زناشویی، میزان حقوق ماهانه و مدرک تحصیلی بود. قسمت دوم پرسشنامه حاوی اطلاعات مربوط به فرسودگی شغلی بود که توسط پرسشنامه استاندارد MBI (Maslach Burnout Inventory) (۱۱) جمع‌آوری گردید. روایی و اعتبار این پرسشنامه در مطالعات مختلف ثابت گردیده است (۱۲). برای بررسی پایایی پرسشنامه مورد استفاده در ابتدا ۵۰ معلم بصورت پایلوت پرسشنامه را تکمیل نمودند و پس از تجزیه و تحلیل و با استفاده از ضریب آلفا کرونباخ، پایایی ۰/۷۹ به‌دست آمد.

MBI، آزمونی است دارای ۲۲ سئوال که سه مقیاس خستگی عاطفی (Emotional Exhaustion)، مسخ شخصیت و کاهش موفقیت فردی (Reduced of personal accomplishment) را مورد ارزیابی و سنجش قرار می‌دهد. ۹ گزاره مربوط به برآورد خستگی عاطفی، ۵ گزاره مربوط به برآورد مسخ شخصیت، ۸ گزاره مربوط به برآورد کاهش موفقیت فردی است. پاسخ‌دهندگان در هر گزاره برای فراوانی مواجهه، گزینه‌ای از صفر (هرگز) تا شش (هر روز) و برای شدت احساس درک مواجهه نیز گزینه‌ای از صفر تا شش (برای شدت خیلی زیاد) را انتخاب می‌کند. مجموع نمره‌های فراوانی و شدت مربوط به گزاره‌های هریک از ابعاد فرسودگی شغلی جداگانه محاسبه می‌شود. هر سه بعد فرسودگی از نظر فراوانی به انواع شدید، متوسط و ضعیف به‌صورت ذیل تقسیم‌بندی می‌گردد:

جدول ۱) شدت ابعاد فرسودگی شغلی بر اساس فراوانی

	شدید	متوسط	خفیف
خستگی عاطفی	نمره بالاتر از ۳۰	۱۸-۲۹	زیر ۱۷
عملکرد شخصیتی	نمره بالاتر از ۴۰	۳۴-۳۹	زیر ۳۴
مسخ شخصیتی	نمره بالاتر از ۱۲	۷-۱۱	زیر ۶

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

همچنین تقسیم‌بندی ابعاد سه‌گانه فرسودگی شغلی از نظر شدت بر اساس جدول ۲ انجام می‌گردد.

جدول ۲) تقسیم بندی ابعاد فرسودگی شغلی بر اساس شدت

	شدید	متوسط	خفیف
خستگی عاطفی	نمره بالاتر از ۴۰	۲۶-۲۹	زیر ۲۵
عملکرد شخصیتی	نمره بالاتر از ۴۴	۳۷-۴۳	زیر ۳۶
مسخ شخصیتی	نمره بالاتر از ۱۵	۷-۱۴	زیر ۶

اطلاعات توسط نرم افزار SPSS نسخه ۱۳ (SPSS Inc, Chicago, IL) و با استفاده از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار برای متغیرهای کمی و فراوانی و درصد برای متغیرهای کیفی) و در مورد ارتباط متغیرهای مستقل با فرسودگی شغلی بر حسب مورد از آزمون رگرسیون برای متغیرهای کمی و t-student یا آنالیز واریانس (یا معادل‌های ناپارامتری آنها در صورت عدم برقراری شرایط) برای متغیرهای کیفی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

در این مطالعه کلیه ۳۸۵ (۱۰۰ درصد) نفر حجم نمونه برآوردی به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند که از بین آنها ۱۷۷ نفر (۴۶/۱) درصد مرد بودند. ۳۸/۲ درصد معلمان در مقطع ابتدایی، ۳۳/۴ درصد در راهنمایی و ۲۸/۴ درصد در دبیرستان تدریس می‌کردند. نیمی از معلمان دارای مدرک لیسانس (۵۱/۸ درصد)، ۳۱/۷ درصد فوق دیپلم، ۱۲/۸ درصد دیپلم و ۳/۷ درصد فوق‌لیسانس بودند. اکثر معلمان متأهل (۹۳/۷ درصد) و بقیه مجرد (۵/۵ درصد)، جدا شده از همسر (۰/۵ درصد) یا بیش از یک ازدواج (۰/۵ درصد) بودند. میانگین سنی افراد ۳۸/۹ سال با انحراف معیار ۶/۶ و طیف ۲۵ تا ۶۰ سال بود. بیشترین فراوانی در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ سال دیده شد (۱۶۴ نفر-۴۵/۴ درصد). سابقه کار معلمان به‌طور متوسط ۶/۶±۱۷/۷ (۳۲-۱) بود که گروه ۱۵-۱۱ سال بیشتر از سایرین وجود داشتند (۲۹/۲ درصد). متوسط تعداد فرزندان ۱/۱±۱/۸ (۵-۰ فرزند) و متوسط تعداد دانش‌آموزان (۸/۶±)۲۹/۳ بود. میانگین ساعت کاری معلمان مورد بررسی ۲۶/۴ ساعت در هفته با انحراف معیار ۸/۶ بود. ۲۳ نفر (۶ درصد) سیگاری بودند و سابقه بیماری روان‌پزشکی در ۱۰۶ نفر (۲۷/۵ درصد) وجود داشت. ۲۷ نفر (۷ درصد) از معلمان دارای شغل دوم بودند. لازم به‌ذکر است اگر چه همه افراد به پرسشنامه پاسخ دادند ولی نمرات فراوانی هر کدام از ۳ زیر شاخه فرسودگی شغلی و نیز نمرات شدت فرسودگی برای افرادی در نظر گرفته شد که به‌طور کامل به سئوالات پاسخ داده بودند و افرادی که حتی به یک سوال پاسخ نداده بودند از مطالعه حذف شدند. علت تفاوت در جدول ۱ به این علت می‌باشد.

جدول ۳ وضعیت شدت و دفعات احساس فرسودگی شغلی معلمان را از نظر هرکدام از سه بعد آن شامل مسخ شخصیت، کاهش موفقیت فردی و خستگی عاطفی نشان می‌دهند. ملاحظه می‌شود که اکثر معلمان

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

هم از نظر شدت و هم از نظر دفعات احساس مسخ شخصیت، کاهش موفقیت فردی و خستگی عاطفی در گروه خفیف قرار می‌گیرند.

ارتباط نمرات فرسودگی شغلی از نظر فراوانی و شدت به‌طور جداگانه با متغیرهای مختلف مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جدول ۴ دیده می‌شود. بر اساس این جدول میانگین نمره فراوانی و نیز شدت فرسودگی شغلی در مردان به‌طور معنی‌داری بیش از زنان بود. نمره فراوانی فرسودگی شغلی در مدارس ابتدایی کمتر از راهنمایی و نیز دبیرستان بود، اما بین راهنمایی و دبیرستان فرق معنی‌داری وجود نداشت (آزمون Tukey HSD). بالاتر بودن مدرک تحصیلی معلمان همراه با افزایش فراوانی فرسودگی شغلی بود (آزمون Tukey HSD). در مورد شدت فرسودگی شغلی غیر از اختلاف دو گروه فوق دیپلم و لیسانس و بالاتر، سایر اختلافات در زیر گروه مدرک معنی‌دار بود (آزمونDunnet T3).

همبستگی منفی معنی‌داری بین سن معلمان و نمره فراوانی فرسودگی شغلی وجود داشت (آزمون همبستگی اسپیرمن (r=-۰/۱۹، P=۰/۰۰۲) یعنی با افزایش سن از فراوانی فرسودگی شغلی کاسته می‌شد. همچنین اختلاف بین گروه سنی ۳۹-۳۰ سال با گروه ۴۹-۴۰ سال معنی‌دار بود (آزمون Tukey HSD P<۰/۰۱). از نظر نمره شدت فرسودگی شغلی فقط بین گروه سنی ۳۹-۳۰ سال و گروه ۴۹-۴۰ سال اختلاف معنی‌داری دیده شد (آزمون Dunnet P<۰/۰۱). در بین افراد متأهل، رضایت از زندگی زناشویی تأثیر معنی‌داری بر کاهش فراوانی و شدت فرسودگی شغلی داشت. نداشتن منزل شخصی همراه با سطح بالاتری از فراوانی و نیز شدت فرسودگی شغلی بود.

جدول ۳) توزیع درجات فراوانی و شدت ابعاد فرسودگی شغلی در معلمان

ابعاد فرسودگی	میزان	فراوانی تعداد (درصد)	شدت تعداد (درصد)
خستگی عاطفی	خفیف	(۷۳/۶)۲۴۳	(۷۴/۵)۲۵۱
	متوسط	(۱۷)۶۱	(۲۰/۵)۶۹
	شدید	(۹/۴)۳۴	(۵)۱۷
	جمع	(۱۰۰)۳۵۸	(۱۰۰)۳۳۷
مسخ شخصیت	خفیف	(۸۴/۴)۳۰۹	(۶۶/۳)۲۴۵
	متوسط	(۱۰/۹)۴۰	(۱۶/۸)۶۲
	شدید	(۴/۶)۱۷	(۱۶/۸)۶۲
	جمع	(۱۰۰)۳۶۶	(۱۰۰)۳۶۹
کاهش موفقیت فردی	خفیف	(۸۶/۷)۲۷۴	(۷۳/۲)۲۵۶
	متوسط	(۱۱/۱)۳۵	(۲۱/۴)۷۵
	شدید	(۲/۲)۷	(۵/۴)۱۹
	جمع	(۱۰۰)۳۱۶	(۱۰۰)۳۵۰

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

ساعات کار معلمان در هفته، تأثیری بر فراوانی و نیز شدت فرسودگی شغلی نداشت (آزمون همبستگی اسپیرمن، به‌ترتیب P=۰/۸ و P=۰/۵) ارتباط منفی معنی‌داری بین سابقه‌کاری و فراوانی فرسودگی (آزمون همبستگی اسپیرمن (r=-۰/۲، P=۰/۰۰۱) و نیز بین سابقه‌کاری و شدت فرسودگی شغلی (آزمون همبستگی پیرسون (r=-۰/۱۲۱، P=۰/۰۴۴) وجود داشت. به‌عبارت دیگر، با افزایش سابقه‌کاری فرسودگی شغلی کاهش می‌یابد. سابقه بیش از ۲۰ سال به‌طور معنی‌داری نسبت به سابقه ۲۰-۱۱ سال باعث کاهش در فراوانی و نیز شدت فرسودگی شغلی می‌گردد (آزمون Tukey HSD- به ترتیب P=۰/۰۰۶ و P=۰/۰۱) در مجموع می‌توان گفت که افزایش سن و سابقه‌کاری ارتباط معنی‌دار منفی و افزایش مدرک تحصیلی، اختلالات روان‌پزشکی، نوع مسکن، رضایت از زندگی زناشویی و جنس مرد ارتباط معنی‌دار مثبت با فرسودگی داشت.

جدول ۴) توزیع فراوانی نمرات فراوانی و شدت فرسودگی بر حسب متغیرهای مورد پژوهش در معلمان تحت بررسی

		میانگین (± انحراف معیار) نمره فراوانی فرسودگی شغلی	نتیجه آزمون	میانگین (± انحراف معیار) نمره شدت فرسودگی شغلی	نتیجه آزمون
جنس	مرد	۴۱/۵ ±۲۲/۲	p<۰/۰۱	۴۵/۱ ±۲۳/۷	p<۰/۰۱
	زن	۲۷/۹ ±۱۹		۳۲/۹ ±۱۹/۵	
مقطع تدریس	ابتدایی	۲۹/۴±۲۱/۹	p<۰/۰۵	۳۵±۲۱/۸۵	p>۰/۰۵
	راهنمایی	۳۶/۲±۲۱/۳		۴۰/۷±۲۱/۴	
	دبیرستان	۳۶/۸±۲۰/۶		۴۰/۴±۲۳/۸	
سن (سال)	۲۹-۲۰	۳۴/۳ ±۱۷/۸	p<۰/۰۱	۳۵ ±۲۱/۴	p<۰/۰۱
	۳۹-۳۰	۳۹/۵ ±۲۲/۸		۴۴/۰ ±۲۲/۶	
	۴۹-۴۰	۲۸/۱ ±۱۸/۸		۳۲/۹ ±۱۷/۸	
	≤۵۰	۳۰/۰ ±۲۳/۱		۴۲/۰ ±۳۳/۴	
مدرک تحصیلی	دیپلم	۱۸/۶±۱۷	p<۰/۰۵	۲۴±۱۵/۹	p<۰/۰۵
	فوق دیپلم	۳۱/۹±۱۹/۹		۳۹/۸±۱۹/۹	
	لیسانس و بالاتر	۳۸/۵±۲۱/۵		۴۱/۴±۲۳/۶	
وضعیت تأهل	غیر متأهل	۳۴/۵±۲۱/۱	P=۰/۸	۳۹±۱۹/۷	P=۰/۷
	متأهل	۳۳/۹±۲۱/۶		۳۸/۶±۲۲/۵	
سابقه کار (سال)	≤۱۰	۳۶/۵±۲۳/۵	P=۰/۰۰۶	۳۷/۴±۲۵/۱	P=۰/۰۱
	۱۹-۱۱	۳۶/۷±۲۰/۹		۴۱/۴±۲۰/۹	
	≥۲۰	۲۸/۰۴±۲۰/۵		۳۳/۱±۲۰/۷	
حقوق ماهانه (هزار تومان)	≤۲۵۰	۳۸/۹ ±۲۴/۱	P=۰/۳	۴۱/۸ ±۲۵/۷	P=۰/۴
	۲۵۱ تا ۳۹۹	۳۳/۱ ±۲۰/۸		۳۷/۷ ±۲۰/۹	
	≥۴۰۰	۳۵/۲ ±۲۱/۸		۴۱/۳ ±۲۵/۱	
رضایتمندی از زندگی زناشویی (در متأهلین)	راضی	۳۲/۷ ±۲۱/۴	P=۰/۰۳۱	۳۷/۱ ±۲۱/۸	P=۰/۰۰۶
	سایر (ناراضی-بی نظر)	۴۰/۹ ±۲۲/۹		۴۹/۰۳ ±۲۴/۴	
نوع منزل	شخصی	۳۲/۲ ±۲۰/۸	P=۰/۰۰۳	۳۷/۲ ±۲۱/۶	P=۰/۰۴۶
	غیر شخصی	۴۱/۵ ±۲۲/۰۴		۴۳/۶ ±۲۳/۶	
سابقه بیماری روانپزشکی	بلی	۳۸/۱± ۲۰/۸	P=۰/۰۲	۴۶/۳± ۲۲/۹	p<۰ /۰۰۱
	خیر	۳۲/۲± ۲۱/۷		۳۵/۴± ۲۱/۳	

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

بحث

بر اساس این تحقیق فرسودگی شغلی در معلمان در همه حیطه‌های آن در حد خفیف می‌باشد. مسخ شخصیت خفیف (۸۴/۵ درصد)، کاهش موفقیت فردی خفیف (۸۶/۷ درصد)، خستگی عاطفی خفیف (۷۱/۹ درصد)، این یافته با اکثر مطالعات مورد بررسی مطابق است (۹، ۱۲ و ۱۳). دلیل این امر می‌تواند وابسته به تمام پارامترهای شخصیتی و تعدیل کننده‌های محیطی و اجتماعی و کار و تطابقی می‌باشد. به‌نظر نویسنده یک دلیل مهم آن اثر کارگر سالم باشد. به‌نظر می‌رسد اکثر این افراد با توجه به شناخت وظایف معلمی آموزش‌های لازم، با این کار خود را تطبیق داده و یا این‌که مطابق و سازگار با شخصیت آنها بوده است. این نکته حائز اهمیت است که بر اساس مطالعات صورت گرفته به‌طور یک قاعده کلی دو مؤلفه فرسودگی شغلی (خستگی عاطفی و مسخ شخصیت) همیشه بیشترین نمرات را به‌خود اختصاص می‌دهند، این مطالعه نیز مؤید این نکته بود به‌طوری‌که ۱۰/۱ درصد افراد خستگی عاطفی شدید و ۴/۶ درصد مسخ شخصیت شدید داشتند.

همچنین این نکته حائز اهمیت است اگر چه بر اساس این مطالعه اکثر افراد فرسودگی خفیف داشتند ولی باید توجه داشت افرادی وجود دارند که فرسودگی متوسط تا شدید دارند این میزان در ابعاد خستگی عاطفی و مسخ شخصیت ۲۸/۱ درصد و ۱۵/۴ درصد می‌رسد. این افراد با توجه به نقش مهم خود در نظام آموزشی مدارس لازم است به این افراد توجه ویژه‌ای داشته باشیم.

همان‌طور که مشخص است این مطالعات در یک مقطع زمانی انجام می‌گیرد. چنانچه مطالعه‌ای در زمانی صورت گیرد که فاکتورهای محیطی، اجتماعی و سازمانی روی افراد تأثیر می‌گذارد، می‌تواند نتایج با نتیجه فوق مطابق نباشد مانند مطالعه‌ای که توسط انتربرینک (unterbrink) و همکاران انجام گرفته است (۱۴) در این مطالعه به‌دلیل بالا بودن فرسودگی اشاره نشده است.

در مورد ارتباط فرسودگی شغلی با جنس، در اکثر مطالعات مورد بررسی جنسیت مرد ریسک فاکتور برای فرسودگی می‌باشد (۹، ۱۰ و ۱۵-۱۳). علت این امر می‌تواند مسئولیت‌های زیادتر معلمان مرد نسبت به زنان باشد. این مسئولیت‌ها اکثراً به مسائل مربوط به خانواده برمی‌گردد.

فاکتورهای دیگر فرسودگی مثل میزان درآمد ماهیانه روی مردان تأثیر بیشتری داشته باشد. البته مطالعاتی وجود دارند که تفاوتی را بین زنان و مردان معلم در ایجاد فرسودگی یافت نکرده‌اند (۱۲ و ۱۶).

در این مطالعه فرسودگی در مقطع ابتدایی کمتر از مقاطع دیگر (راهنمایی و دبیرستان) بود ولی از نظر شدت تفاوتی نداشت. در اکثر مطالعات به‌دست آمده چنین نتیجه‌ای حاصل شد (۱۰، ۱۳، ۱۶ و ۱۷). در اکثر این مطالعات معلمان سطح مقطع تحصیلی راهنمایی و بالاتر، فرسودگی بالاتری داشتند.

به‌علت این مسئله در خلاصه مقالات به‌دست آمده اشاره‌ای نشده است شاید از دلایل آن، سطح تحصیلی بالاتر معلمان، دوره خاص سنی

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

دانش‌آموزان و دلایل اجتماعی دیگر باشد. در هر صورت مشخصات دوره ابتدایی نیز می‌تواند روی این نتایج تأثیرگذار باشد.

در مطالعه ما افزایش سن معلمان باعث کاهش فراوانی و شدت فرسودگی شغلی می‌گردید. جالب توجه اینکه در اکثر مطالعات این یافته تأیید نمی‌گردد (۹، ۱۰ و ۱۲). هر چند در یک مطالعه مربوط به ایران این نتیجه تأیید می‌گردد (۱۸). انتظار بر این است که فشار کاری و استرس‌های شغلی و زندگی توان فرد را در ابعاد مختلف کاهش دهد ولی مسائل دیگر از جمله (طبق همین مطالعه) داشتن و نداشتن مسکن می‌تواند افراد با سن کمتر را در معرض فرسودگی بالاتری قرار دهد. از طرف دیگر طبق همین مطالعه و مطالعات دیگر افزایش سابقه‌کاری که با افزایش سن همراه است خود یک فاکتور کاهش دهنده فرسودگی است (۱۵ و ۱۹).

با افزایش سابقه کار مکانیسم‌های تطبیقی، بالارفتن تجربه، تثبیت شدن در مکان آموزشی و غیره می‌تواند کاهنده فرسودگی باشد. طبق همین مطالعه حتی سوابق کاری بالای ۲۰ سال همه به‌طور معنی‌داری باعث کاهش فرسودگی می‌گردد. بنابراین سن و سابقه کم معلمان باید به‌عنوان عامل خطر در نظر داشت و توجه بیشتری به این افراد مبذول داشت. متوسط تعداد دانش‌آموزان تأثیری در شدت و فراوانی فرسودگی نداشت. این یافته با یافته مطالعات دیگر (۱۲ و ۲۰) مطابق نبود. علت این امر احتمالاً این است که اکثر معلمان مورد بررسی اکثراً تعداد مساوی از دانش‌آموزان را برای تعلیم داشته‌اند و متوسط تعداد دانش‌آموزان برای هر معلم تقریباً با توجه به نظام آموزشی ایران یکسان است احتمالاً همین نکته باعث می‌گردد که یافته فوق نسبت به دیگر مطالعات نمود پیدا کند.

بر اساس این مطالعه وضعیت تأهل تأثیری بر میزان و شدت فرسودگی نمی‌گذارد. این یافته مطابق با بعضی مطالعات دیگر (۱۲ و ۱۹) و با دیگر مطالعات موافق نبود (۱۷ و ۲۱). در مورد مطالعاتی که تأهل به‌عنوان عامل کاهنده فرسودگی به‌دست آمده است احتمالاً همسران و حمایت‌های خانوادگی تا حدی کاهنده اضطراب و استرس شغلی بوده و در مورد مطالعاتی که تأهل، نقشی در کاهش فرسودگی نداشته احتمالاً خانواده و مسئولیت‌های آن اثر حمایت خانواده و همسر را تحت تأثیر قرار می‌دهد. یک شاهد برای اثبات کاهنده فرسودگی در افراد متأهل، همین مطالعه است. در مطالعه ما افراد متأهل با رضایت‌مندی باید از زندگی زناشویی هم از نظر شدت و هم از نظر فراوانی فرسودگی به‌طور معنی‌دار درجات پایین‌تر از فرسودگی را نشان می‌دادند این یافته با دیگر مطالعات هم‌خوانی داشت (۲۱).

براساس این مطالعه وجود اختلال روان‌پزشکی هم با شدت و هم با فراوانی فرسودگی ارتباط معنی‌دار داشت. این یافته خود می‌تواند اثرات متقابل فرسودگی و بیماری روانی بیان کند. به‌طوری‌که افراد فرسوده بیشتر دچار بیماری روانی می‌شوند و هم افراد با بیماری روانی در معرض خطر بیشتر فرسودگی هستند (۲۲). شاید دلیل عمده‌ی مصرف داروهای روان‌پزشکی و مراجعه به روان‌پزشکان جهت مداوا همین علائم و یا عوارض فرسودگی باشد.

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

بر اساس مطالعه ما شاخص تعداد فرزند تأثیری روی شدت و فراوانی فرسودگی نداشت، مطالعه مشابه یافت نشد.

اگرچه بر اساس این مطالعه اکثر افراد فرسودگی خفیف داشتند ولی باید توجه داشت افرادی وجود دارند که فرسودگی متوسط تا شدید دارند این میزان در ابعاد خستگی عاطفی و مسخ شخصیت ۲۸/۱ درصد و ۱۵/۴ درصد می‌رسد. این افراد با توجه به نقش مهم خود در نظام آموزشی کشور لازم است به این افراد توجه ویژه‌ای داشته باشیم. توصیه می‌شود که این افراد مورد بررسی بیشتر و اقدامات لازم در جهت کاهش استرس و بررسی از نظر بیماری‌های روحی- روانی قرار گیرند.

تشکر و قدردانی

از تمامی معلمان عزیز و زحمت‌کش در شهرستان کاشان که در این تحقیق مارا یاری کردند و هم‌چنین از ریاست آموزش و پرورش کاشان جناب آقای فرهنگ که بستر مناسب این تحقیق را فراهم نمودند تشکر و قدردانی می‌گردد.

References:

1.World Health Organization (WHO). Guidelines for the primary prevention of mental neurological disorders: staff burn out division of mental health. Geneva 1998; 91-108.
2.Farber BA. 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, 1991, 72-97.
3.Boyle GJ, Borg MG, Falzon JM, et al. A structural model of the dimensions of teacher stress. Br J Educ Psychol 1995; 65: 49-67.
4.Kyriacou C. Teacher stress: Directions for future research. Educ Rev 2001; 53: 27-35.
5.Badri Gargary R. Teacher burnout and competitive mechanisms [dissertation]. Tehran Teacher Educ Uni., 2003.
6.Friedman I. School principal burnout: The concept and its components. J Organ Behav 1995; 16: 191-8.
7.Green TH. A study of the levels of burnout as perceived by public school principals in the state of maine. Peabody College for teachers. Vanderbilt University press [Dissertation]. New York: Abs Int., 1992.
8.Mratin J. A study of the level of burnout as perceived by public school principals in the state of new Hampshire. Vanderbilt University press [Dissertation]. New York: Abs Int., 1989.
9.Sarros JC. Administrator burnout, finding and future directions. J Educ Adm 1988; 4: 184-94.
10.Van Horn JE, Schaufeli WB, Greenglass ER, et al. A Canadian-Dutch comparison of teachers' burnout. Psychol Rep 1997; 81: 371-82.
11.Aslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. Ann Rev Psychol 2001; 52: 397–422.
12.Carlotto MS, Palazzo Ldos S. Factors associated with burnout's syndrome: an epidemiological study of teachers. Cad Saude Publica 2006; 22: 1017-26.
13.Pithers RT, Soden R. Scottish and Australian teacher stress and strain: a comparative study.
Br J Educ Psychol 1998; 68: 269-79.
14.Unterbrink T, Hack A, Pfeifer R, et al. Burnout and effort-reward-imbalance in a sample of 949 German teachers. Int Arch Occup Environ Health 2007; 80: 433-41.
15.Mohajer M. The relationship between personal characters, month earn and job history with teachers burnout in Tabriz educational center [dissertation]. Tabriz: Tabriz Uni., 2003.
16.Carlotto MS, Palazzo Ldos S. Factors associated with burnout's syndrome: an epidemiological study of teachers. Cad Saude Publica 2006; 22: 1017-26.
17.Hakak zade M. The relation of occupational burnout and some personal characters in Kerman sport teachers [dissertation]. Tehran: Tehran

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]

Teacher Educ Uni., 2004.
18.Lee C. Job stress from theory to suggestion. New York; May worth press Lnc: 1987: 195-214.
19.Demirel Y, Güler N. Burnout among High School Teachers in Turkey. Middle East J Famil Health Train 2005; 3: 33.
20.Malanowski JR, Wood PH. Burnout and self-actualization in public school teachers. J Psychol 1984; 117: 23-6.
21.Yooz bashi Z. prevalence of burnout in female managers in Tehran high schools [dissertation]. Tehran: Tehran Teacher Edu Uni., 2004.
22.Kokkinos CM. Job stressors, personality and burnout in primary school teachers. Br J Educ Psychol 2007; 77: 229-43.

[Downloaded from ismj.bpums.ac.ir on 2024-03-29]