

سلامت روان و تنش‌های شغلی در معلمان

www.ketab.ir

نویسنده:

سمیه عباسی



سرشناسه: عباسی، سمیه، ۱۳۷۰ -
عنوان و نام پدیدآور: سلامت روان و تنش‌های شغلی در معلمان/ نویسنده سمیه عباسی.

مشخصات نشر: اهواز: پژوهندگان راه دانش، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری: ۱۱۵ ص: جدول.

فروست: پژوهندگان راه دانش؛ شماره نشر ۱۵۰۴.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۵-۵۰۰-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: کتابنامه: ص. ۹۹ - ۱۰۵.

موضوع: معلمان - ایران - بهداشت روانی - نمونه پژوهی

موضوع: TeachersMental health -- Iran -- Case studies

موضوع: معلمان - ایران - فشار روانی کار - نمونه پژوهی

موضوع: Teachers-- Job stress -- Iran -- Case studies

موضوع: معلمان - ایران - رضایت از کار - نمونه پژوهی

موضوع: Teachers -- Job satisfaction -- Iran -- Case studies

رده بندی کنگره: LB۲۸۴۰/۳

رده بندی دیویی: ۳۷۱/۱۰۰۹۵۵

شماره کتابشناسی ملی: ۷۲۹۲۷۱۶

وضعیت رکورد: فیبا

انتشارات پژوهندگان راه دانش



ناشر: پژوهندگان راه دانش

شماره نشر: ۱۵۰۴

نام کتاب: سلامت روان و تنش‌های شغلی در معلمان

نویسنده: سمیه عباسی

تیراژ: ۱۵۰۰

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

چاپ: ترنگ

صفحه آرای: پژوهندگان

سایز: وزیری

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۵-۵۰۰-۹

قیمت: ۵۲۰۰۰ تومان

اینستاگرام: @pajopress

سایت: www.ketab.ir

حق چاپ و نشر محفوظ است.

طبق قانون حقوق نویسندگان و مصنفان هرگونه کپی برداری به هر روش پیگرد قانونی دارد.

دفتر اهواز: ۰۹۱۶۱۱۸۵۱۱۸ - ۳۲۲۰۲۸۰۲

دفتر تهران: ۰۹۱۲۸۸۸۴۹۶۹ - ۶۶۱۲۰۵۵۴

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	فصل اول: مبانی نظری و پیشینه
۱۳	مبانی نظری فرسودگی شغلی
۱۳	فرسودگی شغلی
۱۴	مراحل پنجگانه فرسودگی شغلی
۱۵	دلایل فرسودگی شغلی
۱۶	رویکردهای مختلف نسبت به فرسودگی شغلی
۱۶	رویکرد تعاملی چرینس
۱۷	مدل کپنر
۱۸	رویکرد روان‌شناختی - اجتماعی
۱۹	رویکرد بالینی
۲۰	علائم هشدار دهنده فرسودگی شغلی
۲۱	مبانی نظری کیفیت زندگی کاری
۲۱	کیفیت زندگی کاری
۲۴	تاریخچه کیفیت زندگی کاری
۲۵	رویکردهای کیفیت زندگی کاری
۲۶	رویکردهای متداول در بهبود کیفیت زندگی کاری
۲۹	اهداف کیفیت زندگی کاری
۳۲	تغاییر نوین کیفیت زندگی کاری
۳۲	مدیریت کیفیت فراگیر
۳۳	توانمندسازی کارکنان
۳۴	مهندسی مجدد (باز مهندسی) سازمان
۳۴	شاخص‌های کیفیت زندگی کاری
۳۵	راهبردهای بهبود کیفیت زندگی کاری
۳۵	انسانی‌تر کردن کار
۳۶	طراحی شغل

۳۸	مبانی نظری سرسختی روان‌شناختی
۳۹	تعاریف سرسختی روان‌شناختی
۴۰	تاریخچه سرسختی
۴۱	ابعاد سرسختی
۴۲	نظریه‌های سرسختی
۴۲	نظریه کوباسا در مورد سرسختی
۴۴	نظریه براون در مورد سرسختی
۴۵	نظریه لماکی در مورد سرسختی
۴۵	نظریه مدی و پوکتی در رابطه با سرسختی
۴۶	عوامل مؤثر بر سرسختی
۴۶	الگوی شخصیتی رفتار الف
۴۶	جایگاه مهار
۴۷	عزت نفس
۴۷	تفاوت‌های افراد در سرسختی
۴۸	مبانی نظری درون‌گرایی و برون‌گرایی
۴۸	شخصیت
۵۰	نظریه‌های شخصیت
۵۰	رویکرد روان‌تحلیل‌گری
۵۱	رویکرد پدیدار شناختی
۵۲	رویکرد شناختی
۵۲	رویکرد رفتاری
۵۳	رویکرد یادگیری اجتماعی
۵۳	نظریه کتل
۵۴	نظریه بقراط
۵۴	نظریه کرچمر
۵۵	رویکرد صفات
۵۷	تیپ‌های روان‌شناختی یونگ
۵۸	پیشینه تاریخی مدل پنج عاملی شخصیت
۶۱	عوامل پنج گانه شخصیت

۶۱		روان نژندی n
۶۲		برون گرایی E
۶۳		انعطاف پذیری O
۶۴		دلپذیر بودن A
۶۵		مسئولیت پذیری و با وجدان بودن C
۶۵		پژوهش های انجام گرفته در داخل و خارج از کشور
۶۵		پژوهش های انجام گرفته در داخل کشور
۶۷		پژوهش های انجام گرفته در خارج از کشور
۷۱		فصل دوم: روش
۷۳		ویژگی های جمعیت شناختی
۷۵		ابزارهای جمع آوری اطلاعات و شیوه اجرا
۷۸		شیوه اجرا
۷۸		روش تجزیه و تحلیل داده ها
۷۹		فصل سوم: یافته های پژوهش
۸۱		یافته های توصیفی
۸۲		یافته های مربوط به پیش فرض های تحلیل همبستگی و رگرسیون
۸۵		یافته های مربوط به فرضیه ها
۸۵		یافته های مربوط به روابط ساده
۸۶		یافته های مربوط به روابط چندگانه
۸۹		فصل چهارم: نتیجه گیری
۹۷		منابع
۹۹		فارسی
۱۰۳		لاتین
۱۰۷		بیوست ها

مقدمه

نظام آموزشی، به عنوان یک نظام بنیادین و زیرساختی که مسئولیت عظیم باروری و شکوفایی نسل کنونی و آتی جامعه را برای رسیدن به توسعه فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و ... به عهده دارد، و تأثیرات عملکردی آن در تمامی حوزه‌های زندگی اجتماعی قابل لمس است. در نظام آموزشی معلمان نقش مهمی را بر عهده دارند. معلمان می‌توانند مهم‌ترین نقش را در ارتقای سلامت دانش آموزان در مدارس به عهده داشته باشند زیرا آن‌ها مهم‌ترین عامل در فرآیند تعلیم و تربیت‌اند. معلمان در صورتی قادر به ایفاء چنین وظیفه‌ای خواهند بود که دارای توانمندی‌های لازم و الگوی مناسبی برای شاگردان باشند. در بین این صلاحیت‌ها، برخورداری معلمان از سلامت روانی اهمیت زیادی دارد و سایر وظایف آن‌ها را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهد. بنابراین شناسایی عوامل مرتبط با سلامت روانی معلمان برای در اختیار قرار گرفتن راهکارهای لازم برای برنامه ریزان و مدیران اجرایی ضروری است. کاربست این راهبردها می‌تواند سلامت معلمان و در نهایت سلامت جامعه را تحت تأثیر قرار دهد. از جمله متغیرهایی که سلامت معلمان را مورد تهدید قرار می‌دهد، فرسودگی شغلی^۱ است (بیانی و کوچکی، ۱۳۸۴).

پژوهش‌هایی که در کشورهای مختلف در مورد فرسودگی شغلی صورت گرفته، بر روی معلمان بیشتر از گروه‌های شغلی دیگر بوده است. در کشور ما نیز حجم این قبیل پژوهش‌ها کم نیستند. در این بررسی‌ها دیده شده که نارضایتی شغلی که یک شاخص عمده فرسودگی شغلی است، در معلمان بسیار بالاست. برای نمونه در یک بررسی در امریکا برآورد شده که بین ۳۰ تا ۳۵ درصد معلمان آمریکایی از شغل خود نارضایتی شدیدی دارند و بین ۵ تا ۲۰ درصد آنان به فرسودگی شغلی مبتلا هستند. این همه در حالی است که بر اساس یک بررسی، تنها در سال ۲۰۰۲ هزینه‌های پرداخت حقوق و مزایا و سایر پرداخت‌ها به معلمان در امریکا بالغ بر ۱۹۲ میلیارد دلار بوده است. در بررسی دیگری در هنگ کنگ گزارش شده که میزان فرسودگی شغلی در معلمان مدارس راهنمایی ۴۵ درصد بوده است. فرسودگی دارای اثرات زیان باری

است که پیامدهای جسمی، روان‌شناختی، اجتماعی و سازمانی آن مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته است. سردرد، خستگی، آلرژی، افسردگی، فشارخون، اضطراب، تضادهای خانوادگی، غیبت و حاضر نشدن در محل کار از جمله عواقب فرسودگی شغلی است (بونند، ۲۰۰۸؛ به نقل از بیانی و سمیعی، ۱۳۹۳).

تردید نیست که وجود علائم فرسودگی شغلی در معلمان از میزان کارآمدی و میزان رضایت‌مندی شغلی آنان می‌کاهد و این نقطه آغاز بی‌انگیزگی معلم در توجه به دانش‌آموزان و انجام بهینه و مناسب وظیفه خطیر خویش است. تلاش برای کاستن از سطح فرسودگی شغلی معلمان وظیفه عمده مسئولان نظام آموزشی کشور است. در سایر جوامع برای کاهش فرسودگی شغلی، علاوه بر توجه به همه عوامل مربوط، تلاش می‌شود تا با برقراری یک نظام حقوقی و پاداش مکفی، بها دادن به حضور و فعالیت درگیرانه معلمان در تصمیم‌سازی‌ها و تصمیم‌گیری‌های مربوط به حرفه معلمی، کاستن از تعارضات و ابهامات نقش، احترام به منزلت معلمی و... در این باره عمل شود.