

# مطالعه نقش ویژگی‌های فردی بر بروز عوامل استرس‌زای شغلی در بین دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار

غلامعلی کارگر<sup>۱</sup>  
حسین بیگدلی<sup>۲</sup>

تاریخ

تاریخ وصول: ۹۰/۲/۵

پذیرش: ۹۰/۷/۴

## چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر، مطالعه ارتباط بین عوامل استرس‌زای شغلی و ویژگی‌های فردی در بین دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار بود. جامعه آماری شامل ۱۲۰ دبیر از مدارس شهرستان شهریار بود که تعداد ۹۲ نفر با استفاده از جدول کرجسای مورگان به عنوان جامعه نمونه تحقیق تعیین گردید. روش انجام این تحقیق از نظر هدف کاربردی، از نظر استراتژی همبستگی و از نظر مسیر اجرا پیمایشی است و جمع‌آوری داده‌ها به صورت میدانی انجام شد که در آن مشخصات فردی و مؤلفه‌های استرس شغلی از طریق پرسشنامه مورد ارزیابی قرار گرفت و ابزار اندازه‌گیری شامل سه پرسشنامه ویژگی‌های فردی (محقق ساخته)، تیپ شخصیتی (روزمن و فریدمن) و عوامل استرس‌زای شغلی (کوپر) بود که پس از تأیید روایی محتوای و پایایی  $r = 0/87$  مورد استفاده قرار گرفت. برای آزمون فرضیه‌های تحقیق از آزمون ضریب همبستگی کندال و پیرسن به منظور اختلاف میانگین و ارتباط متغیرهای عوامل استرس‌زا با متغیرهای دیگر استفاده شد.

نتایج تحقیق نشان داد که بین ویژگی‌های فردی سن، جنسیت، سابقه خدمت و تحصیلات با عوامل

۱- استادیار دانشگاه علامه طباطبایی (نویسنده مسئول) karegar@atu.ac.ir

۲- دانشجوی کارشناس ارشد دانشگاه علامه طباطبایی

استرسزای شغلی رابطه معنادار وجود دارد ولی بین عوامل وضعیت استخدام و تأهل با عوامل استرسزا رابطه‌ای وجود ندارد. همچنین بین تیپ شخصیتی A و بروز عوامل استرسزای شغلی رابطه معنی دار و مستقیم وجود دارد.

**واژگان کلیدی:** استرس شغلی، ویژگی‌های فردی، دبیران تربیت بدنی.

### مقدمه

پیشرفت‌های شگرف فن‌آوری و تغییرات سریع اجتماعی باعث گردیده که جوامع امروزی شکل پیچیده‌ای به خود گرفته و به واسطه آن فشارهای روانی که از عوامل متعددی (مشکلات مالی و خانوادگی، تضاد با دوستان و همکاران و فشارهای ناشی از عوامل محیطی و سازمانی) سرچشمه گرفته، تهدیدی برای زندگی انسان امروزی محسوب شود (صادقی بروجردی و مظفری، ۱۳۸۳). استرس و پیامدهای آن امروزه، دامنه وسیعی از بررسی‌ها و تحقیقات علمی روانشناسان را به خود اختصاص داده است. به طوری که در زندگی امروزی بیش از پیش شاهد استرس و عوارض آن هستیم. تحولات بسیار چشمگیر و سریع در بسیاری از زمینه‌ها، رشد روزافزون جمعیت، تغییر آداب و سنن اجتماعی، خانوادگی و صنعتی شدن جوامع، نبودن بازار کار متناسب با رشته تحصیلی دانشگاهی، افزایش طلاق و... موجب نگرانی و بالا رفتن استرس افراد شده است (جامعی باغک، ۱۳۸۲).

### تعریف استرس و استرس شغلی

پدیده استرس شغلی<sup>۱</sup> بخش اجتناب ناپذیر زندگی حرفه‌ای افراد را تشکیل می‌دهد (شیخی و همکاران، ۱۳۸۷). استرس می‌تواند برای کارکنان اثرات زیان بار و

۱. Stress

۲. Job stress

مخرب‌تری داشته باشد و در تندرستی آنان اثرات سوء برجای بگذارد. با توجه به اهمیت این موضوع اغلب پژوهش‌های ۳۰ سال اخیر در زمینه رفتار سازمانی و افزایش بهره‌وری به بررسی استرس شغلی اختصاص یافته‌اند (شیخی و همکاران، ۱۳۸۷).

به نظر سلیه (۱۹۸۰) استرس پاسخ فیزیولوژیکی بدن به عوامل جسمی و روانی است که این عوامل به استرسور (عامل فشارزا) موسومند. به اعتقاد او استریک عامل عمده در ایجاد بیماری‌ها است و موجب برانگیختگی رفتار سازشی ارگانیسم می‌شود. به طور خلاصه استرس به معنای تنش، فشار روانی و تحریک‌های عصبی است که بسیاری از آنان حاصل محرک‌های محیطی هستند که نیازمند پاسخ می‌باشند. اگرچه محرک‌های محیطی عامل حرکت و نیاززندگی پویا بوده، لیکن در صورت تشدید می‌توانند باعث عواقب نگران‌کننده‌ای مانند بروز عوارض بیماری‌های قلبی، گوارشی، پوستی و عوارض حاد عصبی (بیماری‌های روانی) گردند. به طور کلی هر محرکی که در انسان ایجاد تنش نماید و او را به واکنش وادارد، عامل استرس زا شناخته می‌شود. عامل استرس ممکن است بیرونی، درونی و یا مرکب باشد. هر یک از عوامل مانند مرگ عزیزان، بیماری، مشکل مالی، اختلاف زناشویی، بیکاری، طلاق و محیط سخت کاری می‌تواند عامل بیرونی استرس زا باشد و اختلالات بیمارگونه در اعضا و اندام‌های بدن یا عفونت داخلی و مانند آن نیز در زمره عوامل درونی استرس شناخته می‌شوند و عوامل مرکب (مختلط) ترکیبی از دو عامل داخلی و خارجی می‌باشند (جامعی با غک، ۱۳۸۲). استرس شغلی از علل عمده انتقال و غیبت از کار است و طبق یک برآورد تقریبی در ایالات متحده آمریکا، مشکلات ناشی از کار، سالانه ۷۵ تا ۹۰ میلیارد دلار و یا حدود ۱۰ درصد تولید ناخالص ملی زیان به بار می‌آورد (شیخی و همکاران، ۱۳۸۷).

## استرس شغلی و معلمان

استرس خصوصیت اجتناب ناپذیر و ذاتی اکثریت کسانی است که درگیر مشاغل هستند. اما در رابطه با شغل معلم استرس معنای خاصی پیدا می‌کند. چرا که معلمان علاوه بر مسائل و مشکلاتی که در همه مشاغل و برای همه مطرح است با مجموعه‌ای از مسائل و مشکلات که صرفاً ناشی از شغل آنهاست، روبرو می‌باشند. تأکید تحقیقات انجام شده بر روی استرس معلمان نیز بر روی همین جنبه دوم است.

امروزه استرس معلمان به عنوان یک نگرانی جهانی مطرح است. به همین جهت توجه بیشتر محققان را در کشورهای مختلف، به خود جلب کرده است. چنانچه کی ریاکو<sup>۱</sup> (۱۹۸۷) در یک مطالعه بین المللی در زمینه بررسی استرس معلمان، ضمن اشاره به وقوع و علل استرس حرفه معلمی در کشورهای انگلیس، آمریکا، کانادا و نیوزیلند، حرفه معلمی را به عنوان یک حرفه بسیار استرس آور شناخته است. تحقیقات بورگ<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) نیز نشان می‌دهد که بیش از یک سوم معلمان از زمینه های وابسته به آموزش به عنوان یک استرسزای قوی یاد کرده اند. تراورز و کوپر<sup>۳</sup> (۱۹۹۰)، (کوکس و بروکلی<sup>۴</sup>، ۱۹۸۴)، (میلستین و گولوزوسکی<sup>۵</sup>، ۱۹۸۵) نیز معتقدند که حرفه معلمی از بسیاری مشاغل دیگر مانند پزشکی، دندانپزشکی، پرستاری و مامور مالیاتی استرس آورتر است. حتی آنها پیش بینی می‌کنند که در سال های آتی مشاغل معلمی و پزشکی از مرحله خیلی استرس زا به مرحله بی نهایت استرس زا خواهند رسید. تحقیقات دیگری نیز نشان داده که معلمان مدارس، حرفه معلمی را در

۱. Kyriacou

۲. Borg

۳. Trovers & cooper

۴. Cox & Brockley

۵. Milstein & Goluszewski

مقایسه با دیگر حرف به عنوان استرس آورترین شغل معرفی کرده اند (کاکس و بروکلی<sup>۱</sup>، ۱۹۸۴، نیوول<sup>۲</sup>، ۱۹۸۱). در ایران نیز تحقیقات متعددی (رضایی، ۱۳۶۸، مغاره، ۱۳۷۴، ابراهیمی قوام، ۱۳۷۵، مداحی، ۱۳۷۵، آگیلار وفایی، ۱۳۷۷) حکایت از استرس بالای معلمان ایرانی دارد.

کی ریاکو و ساتکلیف<sup>۳</sup> (۱۹۸۷) که تحقیقات متعددی راجع به استرس شغلی معلمان انجام داده‌اند، مدلی برای استرس شغلی معلمان ارائه کرده‌اند. این محققان بیان می‌کنند که استرس معلم ممکن است به عنوان تجربه معلم از احساسات ناخوشایندی چون فشار، ناکامی، ناامیدی، اضطراب، خشم و افسردگی که منتج از جنبه‌های مختلف کار معلم می‌باشد، تعریف شود. یا به عبارت دیگر استرس معلم عبارت است از مجموعه‌ای از پاسخ‌های عاطفی منفی از قبیل (خشم، افسردگی) که معمولاً با تغییرات فیزیولوژیکی بالقوه بیماری‌زا (مانند افزایش ضربان قلب و آزاد شدن هورمون ACTH در خون) همراه است، که این نیز به نوبه خود ناشی از تقاضا و خواسته‌هایی است که از معلم به علت شغل همیش انتظارات می‌رود و تهدیدی برای عزت نفس و سلامتی او می‌باشد که به وسیله مکانیزم مقابله (روش مقابله با استرس) فعال شده تا تهدید ادراک شده را کاهش دهد.

در این مدل، تجارب استرس از ادراک و تصورات معلم منتج می‌شود و بنابراین عنصر کلیدی در این مدل، ادراک معلم از تهدید می‌باشد. یعنی وقتی معلم در مقابل تقاضاها و خواسته‌هایی قرار می‌گیرد که توان برآورده شدن آنها را ندارد، برای جلوگیری از خدشه دار شدن وجهه و عزت نفسش در مقابل دیگران و از ترس اخراج به علت عدم صلاحیت و کفایت، احساس

۱. Cox & Brockley

۲. Newell

۳. Kyriacou & Sutcliffe

نامنی کرده و موقعیت خود را تهدیدآمیز می‌بینند، بطوری که این امر قوی‌ترین و مؤثرترین حربه برای تهدید سلامت او می‌باشد. این تقاضاها و انتظارات که در ایجاد استرس نقش دارند، می‌توانند از جانب خود و یا دیگران بر او تحمیل شده باشند. پس بطور خلاصه مدل کی‌ریاکو نشان می‌دهد که تجارب استرس‌زای ادراک معلم نسبت به موقعیت، تهدیدآمیز بوده و شامل ۱- تقاضاها و خواسته‌هایی است که معلم را در بر می‌گیرد. ۲- او قادر نیست یا برایش مشکل است تا آن تقاضاها را بر آورده سازد. ۳- عجز و ناتوانی در انجام آن به حدی است که سلامت جسمی و روانی او را تهدید می‌کند. استرس مجموعه‌ای از علل است نه مجموعه‌ای از نشانه‌ها، بنابراین باید به جستجوی علل بروز استرس در معلمان پرداخت. با توجه به تفاوت‌های فردی معلمان، واکنش آنها نسبت به فشارهای گوناگون متفاوت است، لذا ممکن است نشانه‌ها و علائم استرس نیز به اشکال گوناگون ظاهر شوند. عوامل استرس یا استرسورها دامنه‌ی گسترده‌ای در معلمان دارند و از شخصیت خود معلمان گرفته تا عوامل درون و برون سازمانی را تشکیل می‌دهند (کی‌ریاکو، ۱۹۸۷).

فرنج<sup>۱</sup> (۱۹۷۶) استرس شغلی معلم را در قالب ویژگی‌های خاص از محیط کار که برای فرد تهدیدآمیز می‌شود و به صورت تقاضای بیش از حد و یا تسهیلات ناقص برای رفع نیازها هستند، تعریف کرده‌اند.

### عوامل استرس‌زا در کار معلم

عوامل و منابعی که موجب بروز استرس در معلمان می‌شود بسیار متعدد و متنوع است در این تحقیق با توجه به نظریه کوپر (۲۰۰۱) عواملی به عنوان مورد بروز استرس مورد نظر قرار گرفتند. کوپر یکی از صاحب‌نظران در زمینه استرس شغلی به ویژه استرس

۱. French

معلم‌ان می‌باشد و تحقیقات زیادی را بر روی مشاغل گوناگون به‌خصوص حرفه معلمی انجام داده است و او در نظریه خود عوامل استرس‌زای شغلی معلم‌ان را به شرح زیر تعیین نموده است:

۱- مشکلات ناشی از نقش معلم ۲- مشکلات ناشی از شرایط نا مطلوب کـارـی معلـم  
۳- مشکلات رفتاری دانش‌آموزان ۴- روابط با دیگران ۵- عوامل شخصی معلم.

عامل مشکلات ناشی از ابهام نقش معلم به فقدان وضوح و روشنی محدودیت‌ها، اهداف، وضعیت و مسئولیت و عوامل دیگری نظیر پیچیدگی وظایف و تغییر سریع و مداوم سازمان مربوط است. شرایطی که از طرف معلم‌ان به‌عنوان عوامل اصلی استرس گزارش شده‌اند شامل:

\* روش‌های بی‌ثبات و متزلزل و مبهم نسبت به رفتار با دانش‌آموزان.

\* دوباره سازی برنامه‌ها و رویکردهای آموزشی و تربیتی براساس تغییر دستور العمل‌ها.

\* این تصور که دانش‌آموزان و والدین و عموم مردم عزت نفس کمی برای آنها قائل هستند.

در ابهام نقش، عامل تعارض نقش اهمیت زیادی دارد و زمانی رخ می‌دهد که خواسته‌های متناقض بر معلم اعمال شود. تعارض نقش بویژه برای زنان از منابع اصلی استرس به‌شمار می‌رود، از آنجا که زنان بیش از مردان تمایل به پذیرفتن مسئولیت‌های مدیریت خانواده و مراقبت از فرزندان دارند، تعارض بیشتری بین نقش‌های کارمندی، والدینی و همسری خود احساس می‌کنند.

گرانباری نقش عامل دیگری است که در ابهام نقش مؤثر است. گرانباری شامل پیچیدگی شغل و درخواست‌های بیش از حدی است که زمان کمی برای رسیدگی به آنها وجود دارد.

مشکلات ناشی از شرایط نامطلوب کاری معلم عبارت

است از اینکه محیط فعالیت معلم نامناسب و مشکل آفرین است و او از سه جهت تحت فشارهای مختلف قرار می‌گیرد: فشارهای فیزیکی، فشارهای مالی و فشارهای سازمانی (کوپر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۱).

فشارهای فیزیکی، شامل جنبه های فیزیکی شرایط کاری نامناسبی است که معلمان با آن مواجه هستند نظیر مدارسی که ویژگی یک مدرسه خوب را ندارند و به هیچ وجه برای فعالیت های آموزش و پرورش مناسب و شایسته نیستند.

فشارهای مالی عبارتست از مشکلات اقتصادی - مالی که از جهات مختلف سازمانی و شخصی و دانش آموزی موجبات فشار بر معلمان می‌گردد.

مشکلات سازمانی به آن دسته از مشکلات به طور عمده ناشی از مسائل سازمانی آموزش و پرورش، مدرسه و سبک های مدیریت و رهبری مدیران اطلاق می‌شود. تعارض و کشمکش میان مسئولان و مدیران مدارس، مدیران و معلمان، معلمان و سایر همکاران که در نتیجه صدور بخشنامه ها و دستورالعمل های فراوان و مکرر و تدوین خط مشی ها و رویه های مختلف سازمانی به وجود می‌آید، معلمان را دچار استرس می‌کند. تحقیقات نشان می‌دهند که اگر فشار عصبی سازمانی به درستی باز شناخته شود و با تدبیر و دوراندیشی هدایت گردد، در بهبود کار و بالا رفتن خشنودی کارمندان و افزایش بازدهی سازمان مؤثر می‌شود. در غیر این صورت سازمان باید هزینه سنگینی را بپردازد (جیمز<sup>۲</sup>، ۱۹۸۰). قاسمی نژاد و سیادت (۱۳۸۳) نشان دادند که بین جو سازمانی و استرس شغلی معلمان رابطه معناداری وجود دارد و همچنین در رابطه بین جو سازمانی با شاخص های استرس شغلی، بیشترین نقش را شاخص مسائل مربوط به دانش آموزان دارد. علاوه بر این، نتایج تحقیق مذکور نشان داد

---

۱. cooper&etc

۲. James &etc



که بین شاخص‌های جو سازمانی و استرس شغلی رابطه معناداری وجود دارد.

- مشکلات رفتاری دانش آموزان به هر علتی که باشد، به نوبه خود مشکلات فراوانی را برای معلمان به وجود می‌آورد، نظم کلاس را بر هم می‌زند، روال کار معلم را آشفته می‌کند، رشته افکار معلم را مختل می‌سازد و تداوم کار و فعالیت کلاسی را به طور ثمربخش، غیر ممکن می‌سازد. (لوینس، ۱۹۷۵) نشان دادند که دانش آموزان به اندازه‌ای ناهنجارند که باید به مراکز مخصوص کودکان دشوار فرستاده شوند. بسیاری از معلمان قیمت گزافی را در مقابله با رفتارهای ضد اجتماعی دانش آموزان خود می‌پردازند.

روابط با دیگران که شامل روابط با مدیران، همکاران، دانش آموزان است از منابع مهم استرس معلمان می‌باشد (کی ریاکو، ۱۹۸۷، تراورز و کوپر؛ ۱۹۹۹ بورگ و همکاران، ۱۹۹۱) در پژوهشی عوامل مربوط به روابط اجتماعی در محیط کار را به عنوان یکی از عوامل اصلی استرس را در معلمان دسته بندی کرده است که عبارتند از: روابط مبهم و منفی با شاگردان، مقاومت شاگردان در یادگیری به خاطر عدم علاقه، کمبود حمایت همکاران، دخالت های مدیر، مدیریت نامطلوب یا عدم حمایت مدیر، روابط نامطلوب با اولیاء و مشکلات مربوط به مطرح کردن رفتار نامناسب دانش آموزان با آنان و انتظارات اولیاء.

عوامل فردی معلم شامل جنسیت، ویژگی های فردی همچون سن، میزان تجربه و تحصیلات، مقطع تدریس، و ویژگی های شخصیتی مانند الگوی رفتاری (تیپ A یا تیپ B) می‌باشد. بعضی از مطالعات نشان می دهند که ویژگی های شخصیتی معلم بیشتر از سایر ویژگی های او از جمله سن و جنس، در تعیین سطح استرس معلمان تأثیر دارند.

به طور کلی رابطه ویژگی های فردی و استرس موضوعی است که هنوز هم بر سر آن بحث و مجادله ادامه دارد. شاید علت این ناهمبستگی آن باشد که معلم فردی است پویا و متغیر که در تعامل دائم با محیط و دیگران می‌باشد. بنابراین ممکن است که وی بعضی از جنبه های شغلی را در بعضی شرایط استرس زا بداند و در بعضی شرایط نداند. این مجادلات نیز از آنجا ناشی می شود که در برخی از تحقیقات بین این ویژگی ها و استرس کلی رابطه ای مشاهده نشده، ولی در پاره ای از آنها تفاوت های بارزی بین معلمان با ویژگی های متفاوت، از نظر میزان استرس مشاهده شده است. به طور مثال کی ریاکو و ساتکلیف (۱۹۷۸) در یکی از تحقیقات خود در یافتند که بین ویژگی های فردی و میزان استرس معلمان رابطه ای

وجود ندارد. اما در همین تحقیق مشاهده شد عواملی که موجب استرس می‌شود برای افراد مختلف، متفاوت می‌باشد. مثلاً بدرفتاری دانش‌آموزان برای معلمان زن بیش از مردان استرس‌زا می‌باشد و یا اینکه در اکثر موارد معلمان بیش از مدیران و جوان‌ها بیش از افراد مسن و افراد کم‌تجربه بیش از افراد پر تجربه دچار استرس می‌شوند.

روزمن و فریدمن<sup>۱</sup> (۱۹۷۴) در تحقیقات خود دریافته‌اند که بعضی از افراد بیشتر از دیگران تحت تأثیر استرس قرار می‌گیرند و آسیب می‌بینند. آنها این گروه را دارای شخصیت A نامیدند.

به عقیده آنها افراد دارای شخصیت A الگوهای رفتاری خاصی دارند، مثلاً:

الف) همواره عجل و بی‌حوصله‌اند.

ب) در کار رفتاری رقابتی دارند.

ج) غالباً چند کار را با هم انجام می‌دهند.

دارنده شخصیت A این نحوه زندگی را دوست دارد و اگر در تلاش دائم نباشد دچار ملال می‌شود. بنابراین مسئله زندگی آنها این است که بتوانند پر انرژی باقی بمانند تا استرس تحمل پذیر باشد. نتیجه تحقیق جی‌سی پور (۱۳۷۶) نشان داد که تیپ A بیشتر از تیپ B دچار استرس و در نتیجه حمله قلبی می‌شوند.

اما افرادی که تحت عنوان شخصیت تیپ (B) تعریف می‌شوند، برعکس شخصیت نوع A هستند: آرام، صبور، ملایم، با اخلاق متعادل، همه وقت خود را صرف کسب موفقیت‌های حرفه‌ای یا رقابت‌های اجتماعی نمی‌کنند، کار یکنواخت و پایدار دارند، دچار کمبود وقت و فرصت نیستند، وقت مناسبی را هم برای فعالیت‌های مورد علاقه خویش در بیرون از محیط کار اختصاص می‌دهند،

۱. Rosen man & Freedman

آرام و شمرده صحبت می‌کنند. مدل‌ها و نظریات مربوط به استرس شغلی بیانگر آن هستند که نحوه تأثیرگذاری عوامل استرس زای شغلی بر انسان دقیقاً تابعی است از ویژگی‌های فردی او. عناصر تشکیل دهنده تفاوت‌های فردی مواردی است از قبیل ظرفیت جسمانی، سن، جنس، میزان تحصیلات، وضعیت تأهل، واکنش پذیری. باتوجه به عناصر نام برده ممکن است برخی افراد موقعیتی را استرس آمیز به شمار آورند، در حالی‌که در مقابل بعضی دیگر آن را به عنوان یک چالش مثبت در نظر بگیرند که به تبع این نگرش تأثیر مثبتتری بر سلامت روح و جسم آنها خواهد داشت. به این ترتیب پژوهش حاضر درصدد آن است که روابط احتمالی موجود بین عوامل استرس زای شغلی با ویژگی‌های فردی را مورد بررسی و مطالعه قرار دهد. ویژگی‌های فردی مورد نظر این تحقیق عبارتند از متغیرهای سن، جنسیت، میزان تحصیلات، سابقه کاری، وضعیت تأهل، میزان درآمد و حقوق و تیپ شخصیتی.

پژوهش‌های انجام شده در زمینه تأثیر تفاوت‌های جنسیتی در استرس شغلی نتایج متفاوتی را نشان داده است، چنانکه در نظریه دو عاملی هرزبرگ زنان و مردان نظرات مشابهی در مورد جنبه‌های درونی کار ابراز داشته اند (بورگ<sup>۱</sup>، ۱۹۶۶). چندین مطالعه نشان داده‌اند که مردان بیشتر روی حقوق، فرصت‌های ارتقاء و پیشرفت شغلی و جنبه‌هایی دیگر از کار اهمیت قائلند (بارتول<sup>۲</sup>، ۱۹۷۹؛ برگر، ۱۹۸۶) و زنان بیشتر کیفیت خوب ارتباطات بین فردی را ترجیح می‌دهند (بارتول، ۱۹۷۶ و بتل و برنر<sup>۳</sup>، ۱۹۸۶). بعضی تحقیقات نیز حاکی از ابهام و تعارض نقش بیشتر در زنان هستند و این ناشی از مسئولیت پذیری بیشتر زنان در زمینه امور خانوادگی و مراقبت از

---

۱. Borg

۲. Bartol

۳. Betel&Berner

فرزندان می‌باشد، لذا زنان بیشتر از مردان دچار تعارض بین نقش‌های همسری، والدینی و کارمندی خود می‌شوند. تحقیق آگیلار وفایی (۱۳۷۷) و رضایی (۱۳۶۸) نشان می‌دهند که معلمان مرد در مقایسه با زنان بیشتر دچار استرس هستند و مسائل و مشکلات مالی مهمترین منبع استرس در بین آنان است. مظفري و صادقي بروجردي (۱۳۸۳) در تحقیقی نشان دادند که بین عوامل فشارزای شغلی با میزان تحصیلات تفاوت معنی داری وجود دارد و افراد دارای مدارک تحصیلی پایین تر فشار روانی شغلی بیشتر داشتند. اما بین عوامل فشارزای شغلی با جنسیت، تأهل و وضعیت استخدامی تفاوت معنی داری وجود نداشت. عابدی و همکاران (۱۳۸۸) نشان دادند که میزان استرس و واکنش در برابر استرس در افراد جوان بیشتر از افراد مسن بود همچنین افراد مجرد استرس بیشتری در مقایسه با افراد متأهل داشتند و همچنین بین استرس و رضایت شغلی همبستگی وجود داشته و نبود رضایت شغلی می‌تواند سبب افزایش میزان استرس شود و وجود ارتباط بین استرس و رضایت شغلی با حوادث کاری و ویژگی‌های فردی مشاهده شد. در پژوهشی دیگر که توسط خاقانی زاده و همکارانش (۱۳۸۷) انجام شد، نشان داد که سطح استرس شغلی اکثر پرستاران (۹۰٪) در حد طبیعی بود و با جنسیت و وضعیت تأهل دارای رابطه معنی داری بود و با سن همبستگی منفی و با ساعات کار در هفته همبستگی مثبت داشت. در تحقیق انجام شده توسط پاین<sup>۱</sup> (۱۹۸۷) در هندوستان مشخص شد که تفاوت‌های فرهنگی، نقش بسیار مهمی در نتایج تحقیق پیرامون رابطه ویژگی‌های فردی معلمان و میزان استرس دارد مثلاً مشاهده شده است به علت اینکه در جامعه هندوستان زنان سهم عمده‌ای در انجام کارهای منزل دارند،

۱. Payne

عامل کمبود وقت تفاوت بارزی را بین میزان استرس آنان و معلمان مرد ایجاد کرده است. مدل تعاملی اندلر<sup>۱</sup> (۱۹۸۰) از اضطراب نیز، استرس را به عنوان یک متغیر موقعیتی تعریف می‌کند که ادراک آن موقعیت، تحت تأثیر زمینه‌های فردی است. استرس در هر جایگاه شغلی می‌تواند از اثربخشی و کارایی کارکنان کاسته و در نهایت موجب کاهش بهره‌وری سازمان متبوع گردد. شناسایی و تعدیل عوامل استرس‌زای شغلی، باعث پیامدهای مثبتی در شخصیت، روح و روان فرد می‌شود. همچنین صنعتی شدن جهان بیانگر نقش و اهمیت استرس شغلی در بین عوامل روانی مؤثر بر سلامت انسان می‌باشد (تانگری<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳).

برخی پژوهش‌های صورت گرفته در سال‌های اخیر به بررسی استرس حرفه‌ای پرداخته‌اند و هدف اکثر آنها قانع کردن مؤسسات خصوصی و سازمان‌های دولتی درباره پیامدهای این پدیده بر بهداشت روانی و جسمانی افراد بوده است. در پژوهش حاضر اثرات استرس شغلی برای اولین بار در بین دبیران تربیت بدنی شاغل در آموزش و پرورش مورد مطالعه قرار گرفته است. به دلیل جایگاه ویژه تعلیم و تربیت در مدارس و نقش دبیران در تربیت و پرورش جسمانی و روانی دانش‌آموزان و با توجه به اثرات منفی عوامل استرس‌زای شغلی بر عملکرد و رسالت خطیر آنان، موجب گردید تا محققان با هدف مطالعه رابطه عوامل استرس‌زای شغلی و ویژگی‌های فردی در دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار اقدام به انجام تحقیق حاضر نمایند. لذا محقق با اجرای این تحقیق درصدد پاسخگویی به این سؤال می‌باشد: چه رابطه‌ای بین عوامل استرس‌زای شغلی و ویژگی‌های فردی دبیران تربیت بدنی وجود دارد؟

---

۱. Andler

۲. Tangri

## روش شناسی تحقیق

روش انجام این تحقیق از نظر هدف کاربردی، از نظر استراتژی همبستگی و از نظر مسیر اجرا پیمایشی است و جمع آوری داده ها به صورت میدانی انجام شد. در این تحقیق از آمار توصیفی برای بررسی فراوانی متغیرها و شاخص‌های گرایش به مرکز استفاده شد و برای آزمون فرضیه‌های تحقیق از آزمون ضریب همبستگی کندیال و پیرسن به منظور اختلاف میانگین و ارتباط متغیرهای عوامل استرس‌زا با متغیرهای دیگر استفاده شد.

جامعه تحقیق شامل کلیه دبیران تربیت بدنی مشغول به خدمت شهرستان شهریار که در سال تحصیلی ۸۹-۱۳۸۸ بود که با توجه به آمار اخذ شده از آموزش و پرورش شهرستان شهریار تعداد آنها ۱۲۰ نفر بوده است. جامعه نمونه پژوهش بر اساس جدول مورگان متشکل از ۹۲ نفر بود که به صورت تصادفی منظم انتخاب شدند و با تعیین سهم نمونه ۲ دبیر تربیت بدنی در هر مدرسه (جمعاً ۴۶ مدرسه دخترانه و پسرانه)، پرسشنامه‌ها بین افراد جامعه توزیع گردید و در مجموع تعداد ۸۰ پرسشنامه جمع آوری گردید.

ابزار تحقیق، پرسشنامه سه قسمتی بود که بخش اول آن پرسشنامه ویژگی‌های فردی شامل ۱۳ سؤال در مورد سن، جنسیت، محل زندگی، مدرک تحصیلی، مقطع تدریس، رشته تحصیلی، سابقه تدریس، وضعیت تأهل، وضعیت اشتغال، وضعیت کاری، وضعیت مسکن، وضعیت شغل دوم و میزان درآمد و حقوق بود و در بخش دوم آن پرسشنامه استاندارد استرس شغلی که شامل ۵۷ سؤال و ویژگی پرسشنامه استاندارد تیپ شخصیتی «آ و ب» ساخته فریدمن و روزمن<sup>۱</sup> در اختیار نمونه ی تحت بررسی قرار گرفت. برای سنجش پایایی کل پرسش‌های

۱. Friedman&Rozenman

پرسشنامه‌ها از آلفای کرونباخ استفاده گردید که میزان آن ۸۷٪ محاسبه گردید که نشان دهنده پایایی مناسب پرسشنامه پژوهش حاضر بود. محقق پس از جمع آوری پرسشنامه و وارد کردن داده‌ها در نرم افزار spss به تجزیه و تحلیل داده‌ها پرداخت.

### یافته‌های تحقیق

توصیف آماری داده‌های تحقیق نشان داد که ۳۱٪ از افراد جامعه تحقیق بین ۲۰ تا ۲۵ ساله بودند و ۴۴٪ آنها در محدوده سنی ۲۶ تا ۳۰ سال و ۱۹٪ ۳۱ تا ۳۵ سال و ۶٪ بیش از ۳۶ سال قرار داشتند. ۵۷٪ از آنها دارای مدرک کارشناسی، ۸٪ کارشناسی ارشد و بالاتر و ۳۵٪ فوق دیپلم داشتند. ۸۴٪ از دبیران در مناطق شهری و ۱۶٪ در روستا زندگی می‌کردند. ۷۰٪ بیش از ۶ سال و ۳۰٪ بین ۱ تا ۵ سال سابقه تدریس داشتند. تعداد زنان و مردان جامعه به نسبت مساوی بودند. میزان حقوق ۹۳٪ افراد جامعه بین ۲۵۰ تا ۵۰۰ هزار تومان در ماه بود و ۵٪ بیش از ۵۰۰ هزار تومان و ۲٪ کمتر از ۲۵۰ هزار تومان حقوق می‌گرفتند. ۹۲٪ افراد جامعه مجرد و ۸٪ متأهل بودند. ۹۰٪ دبیران تحت استخدام رسمی بودند و ۱۰٪ آنها استخدام قراردادی بودند.

بررسی میانگین متغیرهای عوامل استرس‌زای شغلی نشان داد که عوامل ناشی از نقش در بین معلمان بیشترین میانگین را دارد.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار عوامل استرس‌زای شغلی

انحراف معیار	میانگین	
۴/۸۶	۱۹/۳۱۲۵	مشکلات رفتاری شاگردان
۳/۳۳	۲۰/۱۰۰۰	شرایط کاری
۵/۵۰	۲۱/۲۸۷۵	سازمانی - مدیریتی
۱۰/۱۲	۵۳/۵۷۵۰	عوامل ناشی از نقش
۳/۶	۱۵/۷۶۲۵	عامل فردی



فرضیه های تحقیق با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسن و کندال مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت و نتایج زیر حاصل گردید.

عوامل استرس زای شغلی و میزان تحصیلات: داده های جدول (۲) نشان می‌دهد که از بین عوامل استرس زای شغلی فقط مشکلات رفتاری شاگردان با میزان تحصیلات دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود دارد ( $r = 0/219$ ،  $P < 0/05$ ).

ضریب همبستگی کندال  $0/219$  محاسبه شده است می‌توان استنباط کرد که بین متغیر مشکلات رفتاری شاگردان و میزان تحصیلات دبیران رابطه مستقیم و مثبتی وجود دارد. یعنی با افزایش سطح تحصیلات دبیران تربیت بدنی مشکلات رفتاری شاگردان نیز ۲۲٪ افزایش می‌یابد.

عوامل استرس زای شغلی و سن دبیران: داده های جدول (۲) نشان می‌دهد که از بین عوامل استرس زای شغلی مشکلات رفتاری شاگردان - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی با میزان سن دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود دارد ( $P < 0/05$ ).

ضریب همبستگی کندال برای متغیرهای مشکلات رفتاری شاگردان - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی  $-0,312$ ،  $0,314$ ،  $0,439$  محاسبه شده است می‌توان استنباط کرد که بین متغیر مشکلات رفتاری شاگردان و میزان سن دبیران رابطه معکوس و منفی وجود دارد. با افزایش سن دبیران تربیت بدنی مشکلات رفتاری شاگردان نیز ۳۱٪ کاهش می‌یابد و بین عوامل ناشی از نقش و عامل فردی و سن دبیران رابطه مستقیم و مثبتی وجود دارد و با افزایش سن دبیران این دو متغیر نیز ۳۱٪ و ۴۴٪ افزایش می‌یابد

عوامل استرس زای شغلی و سابقه کار دبیران: داده‌های جدول (۲) نشان می‌دهد که از بین عوامل استرس‌زای شغلی مشکلات رفتاری شاگردان- سازمانی- مدیریتی- عوامل ناشی از نقش - عامل فردی با سابقه تدریس دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود دارد ( $P < 0/05$ ).

نتایج حاصل از ضریب همبستگی کندال نشان می‌دهد که با افزایش سابقه تدریس دبیران متغیرهای سازمانی مدیریتی- عوامل ناشی از نقش - عامل فردی ۲۹٪، ۳۱٪، ۳۲٪ افزایش می‌یابد و همچنین با افزایش سابقه تدریس دبیران میزان مشکلات رفتاری شاگردان کاهش می‌یابد.

عوامل استرس زای شغلی و وضعیت تأهل دبیران: داده‌های جدول (۲) نشان می‌دهد که عوامل استرس‌زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان- سازمانی- مدیریتی- عوامل ناشی از نقش - عامل فردی- شرایط کاری) با وضعیت تأهل دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود ندارد ( $P < 0/05$ ).

جدول ۲. نتایج آزمون ضریب همبستگی کندال برای متغیر ویژگی‌های فردی

متغیرها	تحصیلات		سن		سابقه کار		تأهل		جنسیت		استخدام		حقوق		
	ارزش کندال	ضریب کندال	ارزش p	ضریب کندال	ارزش p	ضریب کندال	ارزش p	ضریب کندال	ارزش p	ضریب کندال	ارزش p	ضریب کندال			
مشکلات رفتاری شاگردان	*۰/۲۱۹	۰/۰۱۸	-	۰/۰۰۵	۰/۰۰۵	*۰/۱۹۵	۰/۰۴۱	-	۰/۲۱۰	*۰/۲۳۷	۰/۰۱۳	-	۰/۹۱۰	۰/۱۱۲	۰/۲۳۴
شرایط کاری	۰/۱۱۸	۰/۲۱۲	۰/۱۱۳	۰/۳۱۸	۰/۱۱۷	۰/۲۲۷	۰/۱۳۰	۰/۱۸۰	۰/۲۶۸	۰/۱۰۷	-	۰/۰۵۳	۰/۵۸۷	۰/۱۲۳	۰/۲۰۰
سازمانی - مدیریتی	۰/۱۱۱	۰/۲۲۹	۰/۱۵۴	۰/۱۷۱	*۰/۲۸۹	۰/۰۰۲	۰/۱۱۷	۰/۲۲۰	*۰/۲۴۶	۰/۰۱۰	-	۰/۰۸۰	۰/۴۰۳	۰/۰۸	۰/۳۹۵

عوامل ناشی از نقش	۰/۰۹۶-	۰/۲۹۷	۰/۳۱۴**	۰/۰۰۵	۰/۳۱۰**	۰/۰۰۱	۰/۱۷۰	۰/۰۷۱	۰/۳۳۴**	۰/۰۰۰	۰/۰۹۵	۰/۳۱۵	۰،۰۵-	۰/۵۵۲
عامل فردی	-	۰/۰۴۲	۰/۴۳۹**	۰/۰۰۰	۰/۳۱۶**	۰/۰۰۱	۰/۰۸۶	۰/۳۶۷	۰/۲۹۲**	۰/۰۰۲	۰/۰۲۵	۰/۷۹۰	۰،۰۱۲-	۰/۸۹۸

عوامل استرس‌زای شغلی و جنسیت دبیران: داده های جدول (۲) نشان می‌دهد که از بین عوامل استرس‌زای شغلی مشکلات رفتاری شاگردان - سازمانی - مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی با جنسیت دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود دارد ( $P < 0/05$ ). نتایج حاصل از ضریب همبستگی کندال نشان می‌دهد که دبیران زن باعث ۲۵٪-۳۳٪-۲۹٪ افزایش متغیرهای سازمانی مدیریتی- عوامل ناشی از نقش - عامل فردی می‌شوند و دبیران زن ۲۴٪ باعث کاهش مشکلات رفتاری شاگردان می‌گردند.

عوامل استرس‌زای شغلی و وضعیت استخدامی دبیران: داده‌های جدول (۲) نشان می‌دهد که عوامل استرس‌زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان - سازمانی - مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی - شرایط کاری) با وضعیت استخدامی دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود ندارد ( $P < 0/05$ ).

عوامل استرس‌زای شغلی و میزان درآمد و حقوق دبیران: داده‌های جدول (۲) نشان می‌دهد که عوامل استرس‌زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان - سازمانی - مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی - شرایط کاری) با وضعیت تأهل دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود ندارد ( $P < 0/05$ ).

عوامل استرس‌زای شغلی و نوع تیپ شخصیتی دبیران: داده‌های جدول (۳) نشان می‌دهد که از بین عوامل استرس‌زای شغلی فقط مشکلات رفتاری شاگردان با تیپ

شخصیتی نوع A دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود دارد. ( $P < 0,05$ ) نتایج حاصل از ضریب همبستگی پیرسن نشان می دهد که با افزایش تیپ شخصیتی نوع A متغیر سازمانی مشکلات رفتاری شاگردان ۳۲٪ افزایش می یابد. داده های جدول (۳) نشان می دهد که عوامل استرسزای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان - سازمانی - مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی - شرایط کاری) با تیپ شخصیتی نوع B دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود ندارد. ( $P < 0,05$ ).

جدول ۳. نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسن برای تیپ شخصیتی A و B

شخصیت نوع B		شخصیت نوع A		شخصیت
ارزش P	ضریب همبستگی پیرسن	ارزش P	ضریب همبستگی پیرسن	
۰/۴۷۳	۰/۰۸۱-	۰/۰۰۳	**۰/۳۲۴	عوامل استرس شغلی
۰/۲۳۲	۰/۱۳۵	۰/۹۸۵	۰/۰۰۲	مشکلات رفتاری شاگردان
۰/۷۸۰	۰/۰۳۲-	۰/۶۱۱	۰/۰۵۸	شرایط کاری
۰/۵۹۴	۰/۰۶۸	۰/۶۲۲	۰/۰۵۶	سازمانی - مدیریتی
۰/۳۶۷	۰/۱۰۲	۰/۷۱۵	۰/۰۴۱-	عوامل ناشی از نقش
				عامل فردی

عوامل استرسزای شغلی: نتایج حاصل از جدول (۴) نشان می دهد که بین عوامل استرسزای شغلی تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P < 0,05$ ).

جدول ۴. نتایج آزمون فریدمن

ارزش P	درجه آزادی	آماره کای اسکوتر
۰,۰۰	۴	۱۰۲,۳۸۸

جدول ۵. میانگین رتبه‌ها

اولویت	میانگین رتبه‌ها	
۳	۳/۳۹	مشکلات رفتاری شاگردان
۲	۳/۵۲	شرایط کاری
۱	۳/۹۱	سازمانی - مدیریتی
۴	۲/۴۴	عوامل ناشی از نقش
۵	۱/۷۴	عامل فردی

با توجه به میانگین رتبه متغیرهای ذکر شده متغیر سازمان مدیریت و شرایط کاری و مشکلات رفتاری شاگردان به ترتیب رتبه اول - دوم - سوم را کسب کرده‌اند.

### بحث و نتیجه گیری

یافته‌های تحقیق حاضر نشان داد:

بین عوامل استرس زای شغلی فقط مشکلات رفتاری شاگردان با میزان تحصیلات دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی‌دار و مستقیم وجود دارد. یعنی با افزایش سطح تحصیلات دبیران تربیت بدنی مشکلات رفتاری شاگردان نیز افزایش می‌یابد. این یافته با نتیجه تحقیق مظفری و صادقی بروجردی (۱۳۸۳) همخوانی دارد ولی با نتایج تحقیق کی‌ریاکو و ساتکلیف (۱۹۷۸) همخوانی ندارد.

از بین عوامل استرس زای شغلی مشکلات رفتاری شاگردان، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی با میزان سن دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی‌دار و معکوس وجود دارد. یعنی با افزایش سن دبیران تربیت بدنی تأثیر عامل مشکلات رفتاری شاگردان نیز کاهش می‌یابد. این نتیجه با یافته حاصل از پژوهش عابدی و همکاران (۱۳۸۸) و خاقانی زاده (۱۳۸۷) همخوانی دارد ولی با یافته حاصل از پژوهش کی‌ریاکو و ساتکلیف (۱۹۷۸) همخوانی ندارد. بین عوامل ناشی از نقش و عامل فردی و سن

دبیران رابطه مستقیم و مثبتی وجود دارد و با افزایش سن دبیران این دو متغیر نیز افزایش می‌یابد. این نتیجه با یافته حاصل از تحقیق کی ریاکو وساتکلیف (۱۹۷۸) همخوانی دارد.

بین عوامل استرس زای شغلی سازمانی و مدیریتی، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی با سابقه تدریس دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی دار و مستقیم وجود دارد ولی با عامل مشکلات رفتاری شاگردان رابطه معنی دار معکوس وجود دارد. یعنی با افزایش سابقه تدریس دبیران متغیرهای سازمانی مدیریتی، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی افزایش می‌یابد ولی با افزایش سابقه تدریس دبیران میزان مشکلات رفتاری شاگردان کاهش می‌یابد. نتیجه اخیر با نتایج حاصل از تحقیق کی ریاکو وساتکلیف (۱۹۷۸) همخوانی دارد. نتایج تحقیق این محققان نشان داد که افراد با تجربه کمتر از افراد مجرب دچار استرس شغلی می‌گردند.

بین عوامل استرس زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان- سازمانی- مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی- شرایط کاری) با وضعیت تأهل دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی داری وجود ندارد. این نتیجه با نتایج حاصل از تحقیق مظفری و صادقی بروجردی (۱۳۸۳) همخوانی دارد. ولی با نتایج تحقیق خاقانی زاده (۱۳۸۷) و عابدی و همکاران (۱۳۸۸) همخوانی ندارد.

بین عوامل استرس زای شغلی عامل سازمانی- مدیریتی، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی با جنسیت دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی دار مستقیم وجود دارد. یعنی در بین دبیران زن اثر متغیرهای سازمانی مدیریتی، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی شدت بیشتری دارد. این امر با نتایج تحقیق پاین (۱۹۸۷) و خاقانی زاده (۱۳۸۷) و

(بارتول، ۱۹۷۶ و بتل و برنر، ۱۹۸۶، ۱۹۸۶) همخوانی دارد. اما با نتایج تحقیقات آگیلار وفایی (۱۳۷۷) و رضایی (۱۳۶۸) همخوانی ندارد. ولی مشکلات رفتاری شاگردان با جنسیت دارای ارتباط معنی دار معکوس است. یعنی در بین دبیران زن مشکلات رفتاری شاگردان کمتر موجب بروز استرس شغلی در آنها می‌گردد.

عوامل استرس‌زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان- سازمانی- مدیریتی - عوامل ناشی از نقش - عامل فردی- شرایط کاری) با وضعیت استخدامی دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی‌داری وجود ندارد. این امر با نتایج تحقیق مظفری و صادقی بروجردی (۱۳۸۳) همخوانی دارد.

از بین عوامل استرس‌زای شغلی فقط مشکلات رفتاری شاگردان با تیپ شخصیتی نوع A دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی‌داری وجود دارد. یعنی با افزایش ویژگی‌های تیپ شخصیتی نوع A عامل استرس‌زای مشکلات رفتاری شاگردان افزایش می‌یابد. این یافته با نتایج تحقیق روزمن و فریدمن (۱۹۷۴) و بخشی پور (۱۳۷۶) همخوانی دارد.

همچنین عوامل استرس‌زای شغلی (مشکلات رفتاری شاگردان- سازمانی- مدیریتی- عوامل ناشی از نقش - عامل فردی- شرایط کاری) با تیپ شخصیتی نوع B دبیران تربیت بدنی شهرستان شهریار ارتباط معنی‌داری وجود ندارد.

بین عوامل استرس‌زای شغلی در اثرگذاری بر دبیران تفاوت معنی‌داری وجود دارد. میانگین رتبه متغیرهای عوامل مذکور نشان می‌دهد که متغیر سازمان‌مدیریت و شرایط کاری و مشکلات رفتاری شاگردان به ترتیب در اولویت‌های رتبه اول، دوم و سوم قرار دارند.

## نتیجه گیری

یافته‌های تحقیق حاضر مبین این نکته است که بروز استرس شغلی در بین دبیران تربیت بدنی مدارس شهریار تحت تأثیر ویژگیهای فردی آنها قرار دارد. در واقع آن طور که کی ریako و ساتکلیف (۱۹۸۷) در مدل خود اظهار داشته است، استرس معلم ممکن است به عنوان تجربه معلم از احساسات ناخوشایندی چون فشار، ناکامی، ناامیدی، اضطراب، خشم و افسردگی که منتج از جنبه‌های مختلف کار معلم می‌باشد، تعریف شود و همچنین آن طور که کوپر (۲۰۰۱) اظهار داشته است، استرس شغلی با توجه به خصوصیات فردی و نحوه ادراک او از محیط اطراف شکل می‌گیرد. در واقع نحوه ادراک افراد از محرک‌های بیرونی مطابق آنچه تحقیقات نشان داده است، حاصل ویژگیها و خصوصیات افراد و تابع تفاوت‌های فردی آنان است. در همین راستا روزمن و فریدمن (۱۹۷۴) نیز معتقدند که تیپ شخصیتی افراد بر نحوه احساس و بروز استرس در آنها مؤثر است.

آن طور که نتایج تحقیق حاضر نشان می‌دهد یکی از ویژگی‌های فردی که می‌تواند در بروز استرس شغلی اهمیت زیادی داشته باشد، عامل سن است. در تحقیق حاضر مشاهده می‌شود که افراد جوانتر بیش از افراد مسن دچار استرس شغلی در عامل مشکلات رفتاری دانش آموزان می‌گردند و این عامل استرس‌زا بر جوانان بیش از افراد مسن تأثیرگذار است در حالیکه با افزایش سن عامل ابهام نقش تأثیر بیشتری بر دبیران دارد. لذا می‌توان نتیجه گرفت که دبیران مسن‌تر به دلیل تجربه مفید تحت تأثیر مشکلات رفتاری دانش آموزان قرار نمی‌گیرند و می‌توانند این عامل را تحت کنترل خود داشته باشند و آنچه موجبات ناراحتی ایشان را فراهم می‌سازد روشن



نبودن نقش آنها در زمینه آموزش در مدرسه است. پس از نتیجه اخیر می‌توان به این واقعیت دست یافت که وقتی دبیران تجربه بیشتری می‌یابند نیز عوامل استرس‌زا کمتر از افراد کم تجربه باعث آشفتگی روانی آنها می‌گردد. به این ترتیب نوع عوامل استرس‌زا در دبیران تحت تأثیر سن و تجربه تدریس متفاوت است.

علاوه بر سن و تجربه کاری، سطح تحصیلات دبیران عامل تکمیل‌کننده ای است که می‌تواند در کنترل عوامل استرس‌زا شغلی مؤثر باشد. طبیعتاً سطح تحصیلات بالاتر توان علمی دبیران را ارتقا می‌بخشد و آگاهی و دانش بیشتر، به عنوان ابزاری برای اعتماد به نفس بیشتر و کارایی بهتر تلقی می‌گردد. لذا همانطور که نتیجه تحقیق حاضر نشان می‌دهد، افراد مجرب و مسن که دارای تحصیلات بالاتر هستند، از پختگی، تجربه و دانش لازم برای ایجاد نتایج اثربخش در محیط کار خود برخوردارند و به همین دلیل حائز توانایی کنترل بیشتر عوامل استرس‌زا شغلی می‌باشند.

یکی دیگر از عوامل اثرگذار بر استرس شغلی، آن طور که از نتایج تحقیق حاضر و همچنین تحقیقات مشابه برمی‌آید، عامل جنسیت است. عامل مشکلات رفتاری دانش‌آموزان در بین دبیران زن کمتر از دبیران مرد موجد استرس شغلی می‌گردد و در واقع این امر به آن معناست که دبیران زن نگرانی از بابت رفتارهای مشکوک آفرین دانش‌آموزان خود ندارند و به خوبی قادر به مهار آن هستند. اما اثر متغیرهای سازمانی مدیریتی، عوامل ناشی از نقش و عامل فردی در بین دبیران زن بیش از دبیران مرد شدت دارد. به نظر محققین، این امر شاید به دلیل نگرش اجتماع به فعالیت‌های اجتماعی زنان و حجم مسئولیتهای مختلفی است که عرف جامعه از زنان انتظار دارد، قابل توجیه است. امروز در

جامعه ما، علی رغم تلاش دولتمردان به ایجاد عدالت اداری، ولی همچنان وضعیت حقوق و دستمزد و جایگاه سازمانی زنان شاغل، در مقایسه با مردان با مشکلات بیشتری همراه است. لذا قابل انتظار است که زنان در برابر شرایط و تصمیمات سازمانی و مدیریتی با استرس بیشتری مواجه باشند.

تأثیر تیپ شخصیتی بر نوع بروز استرس نه تنها در تحقیق حاضر بلکه در تحقیقات مشابه دیگر به اثبات رسیده است. افراد دارای شخصیت تیپ A که افرادی پر جنب و جوش و فعال هستند بیش از افراد تیپ شخصیت B دچار استرس شغلی می گردند. طبیعی است که افراد تیپ شخصیت B به دلیل آرامش و عدم صرف انرژی بیش از حد لازم، کمتر تحت تأثیر محرک‌های استرس زا قرار می گیرند. لذا معلمان که فعال بوده و دائماً به دنبال بهبود وضعیت آموزشی و رشد دانش آموزان هستند، بیشتر مورد آسیب قرار می گیرند.

تحقیق حاضر، نتایج ارزشمندی را برای بهره برداری در آموزش و پرورش کشور در اختیار علاقمندان قرار داده است. به نظر می رسد مسئولان آموزش و پرورش کشور باید به ایجاد امنیت شغلی و تعیین وظایف مشخص و همچنین محیط مناسب برای انجام وظیفه معلمان توجه جدی نماید. تا امروزه زنان به دلیل نیاز اقتصادی خانوار ملزم به حضور در صحنه حرفه ای جامعه شده اند که بر وظایف سنگین آنها در رسیدگی به امور خانه و فرزندان افزوده است و بدیهی است بروز استرس شغلی در بین دبیران زن نه تنها موجب بروز مشکلاتی برای سلامت جسمی و روانی آنها می گردد بلکه تبعات آن را در زندگی خانوادگی و روند فعالیت جامعه می توان مشاهده کرد. به همین جهت لازم است مسئولین آموزش و پرورش کشور در تأمین نیازهای شغلی دبیران زن اهتمام جدی نمایند تا از دچار گردیدن آنها به استرس جلوگیری نمود.

همچنین باید در آموزش و افزایش تجربه دبیران جوان اقدامات جدی صورت گیرد تا بتوان از توانایی ایشان در موقعیت‌های بهتری بهره‌برداری نمود. بروز استرس در بین دبیران جوان به همراه بی‌تجربگی ایشان مشکلات جدی در امر آموزش و پرورش دانش‌آموزان به همراه خواهد داشت. لذا از وظایف مهم آموزش و پرورش کشور این است که با توجه، حمایت و رفع نیازهای دبیران مدارس، محیطی آرام و مطمئن برای آموزش دانش‌آموزان که آینده‌سازان ایران هستند، فراهم شود.



## منابع فارسی

- آینه بند، بهرام. (۱۳۸۳). تنش شغلی. مجله توسعه مدیریت شماره ۲۹.
- بخشی پور رودسری عباس. (۱۳۷۶). بررسی رابطه میان شخصیت تیپ A و استرس تجربه شده با وقوع حمله قلبی. نشریه پژوهش‌های روان‌شناختی، شماره ۸، صص ۱۴-۳.
- جامعی باغک، محمدرضا. (۱۳۸۲). بررسی عوامل تنش در پرسنل پرستاری بیمارستان‌های وابسته به دانشگاه علوم پزشکی زاهدان. پایان نامه کارشناسی ارشد دفاع شده، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان.
- خاقانی زاده و همکاران. (۱۳۸۷). بررسی استرس شغلی و کیفیت زندگی کاری پرستاران شاغل در بیمارستان‌های منتخب نیروهای مسلح، نشریه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، شماره ۶۰. زمستان ۱۳۸۷.
- رضایی، علیرضا. (۱۳۶۸). بررسی میزان شیوع، منابع و علائم استرس در میان معلمان ایرانی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.
- شیخی و همکاران. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر طرح توانمندسازی پرستاران در مقابله با تنش‌های شغلی در مراکز آموزشی-درمانی قدس و بوعلی سینا قزوین، مجله علوم پزشکی قزوین.
- صادقی بروجردی، سعید و همکاران. (۱۳۸۲). ارتباط بین تحلیل رفتگی با ویژگی‌های فردی اعضای هیئت علمی تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه‌های دولتی. مقاله چهارمین همایش بین المللی و علوم ورزشی.
- صمدپور و کیان مهر. (۱۳۸۵). بررسی عوامل تنش‌زای شغلی پرستاران شاغل در بخش‌های داخلی و جراحی بیمارستان‌های شهر زنجان، نشریه دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، سال شانزدهم، شماره ۵۵، زمستان ۱۳۸۵.
- عابدی، کمال الدین و همکاران. (۱۳۸۸). استرس‌های شغلی و نارضایتی از کار و ارتباط آن با فاکتورهای فردی و حوادث در یکی از صنایع کشور، مجله دانشگاه علوم پزشکی جهرم، دوره هفتم، شماره دو، پاییز ۸۸.
- مظفری احمد و صادقی بروجردی. (۱۳۸۳). ارتباط بین عوامل فشارزای شغلی با ویژگی‌های فردی در بین اعضای هیأت علمی تربیت بدنی و علوم ورزش دانشگاه‌های دولتی،

نشریه علوم حرکتی و ورزش، جلد اول، شماره ۳، بهار  
۱۳۸۳.

### منابع لاتین

- Borg, Mark G.; Riding, Richard J. Occupational stress and satisfaction in *teaching*. *British Educational Research Journal*, September ۱۹۹۱, p. ۲۶۳-۲۸۱.
- Cooper, L. Cary and Sutherland, J. Valerie (۱۹۹۱). *Personality, stress and accident involvement in the offshore oil and gas industry*, personality and individual differences, vol ۱۲, issue ۲.
- Cooper M. toward a model of safety culture. *Safety sci* ۲۰۰۰; ۳۶(۶):۱۱-۱۳۶.
- Cooper, C.L., Dewe, P.J. and O'Driscoll, M.P. (۲۰۰۱), *Organizational Stress: A Review and Critique of Theory, Research and Applications*, Sage Publications, CA.
- Cox, T and Brockley, T. (۱۹۸۴). The Experience and Effects of Stress in Teachers. *British Educational Research Journal*. Vol ۱۲, No ۲, ۱۳۹-۱۴۵.
- FRENCH, J. K. P., Jr (۱۹۷۶). Job demands and worker health: Introduction. Paper presented at the ۸۴th Annual Convention of the American Psychological Association, Washington, DC.
- Friedman M, Rosenman R. "Type of behavior and your heart". (New York: Alfred A. Knopf, Inc., (۱۹۷۴), in: Marc G singer, op-cit., P-۳۷۲
- Gillmore J, Dawson N. (۱۹۹۷). *The clinical practice of neurological*. ۳th ed. Philadelphia: Lippincott Co; ۶۸.
- House, J.S. (۱۹۸۰). *Occupational stress and the mental and physical health of factory workers*. Ann Arbor: Survey Research Center, Institute for Social Research, University of Michigan.
- Kyriacou, C, Sutcliff J (۱۹۷۸) "teacher stress prevalence, sources and symptoms", *British Journal of Educational Psychology*. vol ۴۹, pp ۱۵۹-۱۶۷
- Kyriacou C, Sutcliff J. Teacher stress: A review. *Educational review*, ۱۹۸۷; ۳۱-۶۶-۹۹
- Lazarus R. "Theory-based stress measurement. *Psychological inquiry* (۱۹۹۰); ۱(۱):۳-۱۳
- Milstein, M., & Golaszewski, T. J. (۱۹۸۵). Effects of organizationally based and individually based stress management efforts in elementary school settings. *Urban Education*, ۱۹(۴), ۳۸۹-۴۰۹.
- Newell, R.C. Teacher stress. Warning: teaching may be hazardous to your health. *American Teacher*, December ۱۹۷۷/January ۱۹۷۹, p. ۱۶-۱۷.
- Tangri, P. (۲۰۰۳) "what stress costs special report presented by chrysalis performance strategies inc ?available at .www.stress costs.com
- Travers Cheryl J., Cooper Cary L. (۱۹۹۶). *Teachers under pressure: stress in the teaching profession*, Routledge.