

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متأهل آموزش و پرورش
شهرستان شبستر

**The Relationship between Marital Adjustment and Career Stress
among Married Teachers in Educational Department of Shabestar**

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۲/۳/۱۷، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۳۹۲/۱۱/۱۰، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۳/۳/۲۵

Y. Nikookar., (M.A), A. Shafabadi., (Ph.D), P. Vakili., (Ph.D)

عبدالله شفیع آبادی^۱، پریش وکیلی^۲ و یعقوب
نیکوکار^۳

Abstract: The aim (goal) of the present research is to investigate the relationship between marital adjustment and career stresses among married teachers in educational department of shabestar. The sample included 154 married teacher selected randomly and was tested from the view points of adaptability and career stress. To collect the required data marital adjustment and staimtz career stress questionnaire were used. The results showed that marital adjustmnt and career stress have negative relationship and that there is no difference in the amount of marital adjustment and stress between men and woman.

چکیده: در پژوهش حاضر رابطه بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متأهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر بررسی شد. نوع پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود، جامعه آماری کلیه دبیران آموزش و پرورش منطقه شبستر و نمونه آماری آن ۱۵۴ نفر دبیر متأهل آموزش و پرورش (۷۹ نفر مرد و ۷۵ نفر زن) بودند که با روش نمونه‌گیری تصادفی از بین ۱۴۲ مرکز راهنمایی و متوسطه و پیش‌دانشگاهی انتخاب شدند. و از نظر سازگاری زناشویی و استرس شغلی مورد آزمون قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های پیش ساخته سازگاری زناشویی "لوکه" و استرس شغلی "استایمتز" بود. نتایج نشان داد که بین سازگاری زناشویی با استرس شغلی رابطه معنی‌دار منفی وجود دارد و بین میزان سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران زن و مرد تفاوت معنی‌داری مشاهده نگردید.

Keywords: marital adjustment, career stress

کلید واژه‌ها: سازگاری زناشویی، استرس شغلی

۱. استاد گروه مشاوره دانشگاه علامه طباطبایی

۲. استادیار گروه مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی رودهن

۳. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی رودهن نویسنده مسئول yagoub_nikookar@yahoo.com

مقدمه

بی تردید ریشه موفقیت‌ها و ناکامی‌های فردی و اجتماعی هر کسی از کانون خانواده نشأت می‌گیرد، در واقع یکی از عوامل موثر در خودباوری و اتکا به نفس که در رفتارهای مختلف فرد انعکاس می‌یابد خانواده است (بیگی فرد، ۱۳۷۸). سازگاری زناشویی یک اصطلاح چند بعدی است که سطوح چندگانه ازدواج را روشن می‌کند و فرآیندی است که در طول زندگی زوجین به وجود می‌آید. سازگاری زناشویی بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها تاثیر می‌گذارد که در واقع سنگ زیر بنای عملکرد خوب خانواده است و نقش والدینی را تسهیل می‌کند و باعث توسعه اقتصادی و رضایت بیشتر از زندگی می‌شود. وجود ناسازگاری زناشویی در روابط زن و مرد علاوه بر ایجاد مشکل در مورد زندگی، باعث مشکلاتی در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات اجتماعی و اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در بین زوجین می‌شود (محمدی، ۱۳۷۸).

در این دنیای پیچیده امروزی استرس خطری است که کنش‌های جسمانی روان‌شناختی و خانوادگی و اجتماعی فرد را به‌طور جدی تهدید می‌کند مطالعات نشان داده‌اند که نوع شغل و شرایط دشوار برخی مشاغل از منابع اساسی استرس است که اثرات منفی جدی بر کارآمدی جسمانی و روانی فرد می‌گذارد و روابط اجتماعی و خانوادگی او را به شدت مختل می‌کند. طی بیست سال گذشته مطالب زیادی درباره میزان استرسی که افراد در مشاغل گوناگون تجربه می‌کنند نوشته شده است. طی بررسی‌های بسیار در میان حرفه‌ها تدریس همواره یکی از مشاغل پر استرس شناخته شده است (کوپر^۱، ۱۹۸۱).

کی ریاکو^۲، ساتکلیف^۳ (۱۹۶۱) در مطالعاتشان این‌گونه بیان داشته‌اند که استرس معلم را می‌توان به‌عنوان هیجان‌های منفی ناخوشایند مانند خشم، ناامیدی، افسردگی، عصبیت، در نتیجه بعضی از جنبه‌های کاری او دانست. (بیرنیومن)^۴ فشار روانی ناشی از شغل یا استرس شغلی را این‌گونه بیان می‌کند که تغییرات درونی که افراد را به انحراف از کنش معمولی خود ناچار می‌سازد، علامت مشخصه استرس شغلی است. از پیامدهای استرس شغلی که منجر به نارضایتی می‌شود رها کردن حرفه و تخصص است در شغل‌های تخصصی و تجربی مانند شغل‌های آموزشی، مشاوره‌ای و خدمات انسانی است که این پیامدها خسارت سنگینی بر جامعه وارد می‌کنند. حالت دیگر این است که کارکنان ناراضی در انتظار رسیدن بازنشستگی روزشماری می‌-

-
1. Kooper
 2. Kiriaco
 3. Satklif
 4. Birniuman

کنند در این حالت سازمان با نیروی انسانی بی بهره و بی مصرف دست به گریبان است (بهنودی، ۱۳۷۷). اخیراً نگرانی زیادی در میان مسئولان آموزش و پرورش ایران در مورد سلامتی روانی معلمان به وجود آمده است. زیرا سطوح بالای استرس بر سلامتی و بازده کاری آن مضر است.

در اینجا چند مورد از نظریه‌های مربوط به سازگاری و ناسازگاری زناشویی بررسی می‌شود: طبق نظریه اسنادی سازگاری فرایندی که در آن می‌کوشیم تا رفتار فرد را تغییر و تبیین کنیم. بر طبق نظریه سازه شخصی کلی^۱ (۱۹۵۵) سازه شخصی افراد را منعکس کننده چگونگی تفسیر یا رشد عقاید آن‌ها در مورد خودشان دنیا و آینده‌شان می‌داند. این نظریه روشی است که در آن واقعیت خودش را طبقه‌بندی افراد و وقایع در آن بنا می‌نهد.

بر طبق نظریه نیاز مامل، چنانچه ازدواج دو فرد از نظر تشابهات نژادی مذهبی اجتماعی فرهنگی صورت گیرد به احتمال زیاد ارزش‌ها نگرش‌های مشابهی در بیشتر موارد وجود خواهد داشت هر چند که از نظر شخصیتی بیشتر افرادی که از نظر روان‌شناختی با هم متفاوت هستند. بر طبق نظریه انتخاب همسر، نظریه انتخاب همسر دو تئوری عمده در مورد انتخاب دارد که عبارتند از تئوری هتروگامی^۲ و هموگامی^۳. طبق تعریف بیچ^۴ (۲۰۰۵) هتروگامی عبارت است از گرایش افراد با ازدواج با فردی که از نظر خصوصیات شخصیتی و اجتماعی با خودشان متفاوت است. به عبارت دیگر افراد متضاد یکدیگر را جذب می‌کنند ولی هموگامی بر عکس هتروگامی شباهت‌های نژادی مذهبی تحصیلی در زوج وجود دارد.

(گلادینگ، ۲۰۰۸) برای افزایش سازگاری زناشویی عواملی مانند: مسلط بودن به زندگی، کنترل زمان، حمایت اجتماعی، انعطاف اجتماعی، عشق و علاقه دخیل است، و بهترین روش درمان سازگاری زناشویی روش شناختی- رفتاری CBT^۶ است.

از عمده‌ترین علل اساسی استرس شغلی می‌توان به سطح پائین وظایف شغلی در مقایسه با توانایی‌های شخص، انتظارات برآورده نشده و ناخشنودی‌های ناشی از عدم دستیابی به هدف‌های ارزشمند شخصی اشاره نمود و عوامل استرس‌زا را می‌توان ناهمخوانی بین حجم کار و توانایی شخص، ناتوانی شغل در ارضای برخی نیازهای شخصی و یا مورد تهدید واقع شدن توانایی یا خشنودی شخص دانست و همچنین، برخی عوامل استرس‌زا از قبیل فشار کار، یعنی توانایی شخص در انجام وظایف خود در زمان مقرر نیز شناسایی شده‌اند. استرس زهای نوع دوم ناشی از

1. Keli
2. Hetrogami
3. Hemogami
4. Bich
5. Glading
6. Cognitive-behavioral-therapy

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر

سرخورده‌گی‌ها است، مثلاً ابهام مسئولیت شغلی، تعارض وظایف شغلی، آینده شغلی نه چندان جالب، مشکلات و توانائی‌های ارتباطی و مسائل ناشی از ساختار و سازماندهی کار. سومین نوع استرس‌زها از تغییراتی در شکل کار ناشی می‌شوند، مانند نوآوری‌های فنی، تغییر محل کار، ارتقاء، بازنشستگی، و از دست دادن شغل است (بیچ، ۲۰۰۵). و عوامل حمایتی کاهش استرس، کنترل فشار بر معلمان و افزایش روحیه کارکنان است (رولینز، ۲۰۰۸).

هدف کلی از اجرای پژوهش حاضر بررسی رابطه بین سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل است. فرضیه اصلی پژوهش حاضر بیان می‌دارد که بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل رابطه وجود دارد. فرضیه‌های فرعی پژوهش حاضر عبارتند از الف) بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل مرد رابطه وجود دارد. ب) بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل زن رابطه وجود دارد. ج) میزان ارتباط بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی در دبیران متاهل زن با میزان ارتباط سازگاری زناشویی و استرس شغلی در دبیران مرد متفاوت است.

روش پژوهش

جامعه آماری مورد پژوهش حاضر شامل کلیه دبیران متاهل زن و مرد شهرستان شبستر که جمعاً (۹۵۰ نفر) بودند که از ۴۴۱ نفر مرد و ۵۰۹ نفر زن تشکیل شده بود و از جامعه آماری مربوطه به تعداد ۱۵۴ نفر (۷۹ نفر مرد و ۷۵ نفر زن) به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب گردید، نمونه‌گیری از میان ۱۴۲ مرکز آموزشی راهنمایی و متوسطه و پیش‌دانشگاهی به عمل آمده است.

ابزار گردآوری داده‌ها

پرسشنامه سازگاری زناشویی لوکه^۱: سازگاری زناشویی لوکه یک شکل خلاصه شده از آزمون - هایی که توسط لوکه و همکاران در سال ۱۹۵۱ تهیه گردیده است و شکل خلاصه شده این آزمون بر ۱۵ ماده است ماده اول یک مقیاس هفت بخشی است که جایگاه رضایت زوجها را به - صورت راضی تا خیلی راضی تعیین می‌کند. هشت ماده آزمون درجه رضایت و عدم رضایت زوج - ها را موردی مثل برنامه‌های تفریحی، جنسی، دوستان و غیره تعیین می‌کنند و شش ماده دیگر به صورت سوالات چند گزینه‌ای (الف - ب - ج) هستند. برلینگ^۳ در یک مطالعه پرسشنامه

1. Rollins
2. Looke
3. Berling

سازگاری زناشویی لوکه را روی ۳۰۰ نفر (۵۶ درصد زن و ۴۴ درصد مرد) اجرا کرده و با استفاده از آلفای کرونباخ^۱ همسانی درونی پرسشنامه را ۰/۷۵. محاسبه کرده، هم‌چنین ضریب همبستگی آزمون سازگاری زناشویی لوکه با مقیاس‌های رضایت از زندگی ۰/۴۱. که نشانه روائی سازه آن است و با کیفیت روابط زناشویی ۰/۹۱. بوده که توسط فینچام^۲ (۲۰۰۹) و براد بوری^۳ مورد بررسی قرار گرفته است. در ایران در سال ۱۹۷۴ پایایی آزمون لوکه را با ضریب آلفای کرونباخ را روی کارکنان آموزش و پرورش اصفهان انجام داد و کل آزمون ضریب ۰/۸۳. را به‌دست آورده است. پرسش‌نامه استرس شغلی استایمتز^۴: این پرسشنامه، در سال ۱۹۷۷ تهیه شده و شامل ۳۶ عبارت است که موردهای استرس‌زای محیط کار را اندازه می‌گیرد. پرسش‌های آن در یک مقیاس سه درجه ای کاملاً صحیح، صحیح نیست، صحیح است که امتیازبندی آن به ترتیب (۲ و ۱ و صفر) است و این پرسش‌نامه توسط یعقوبی و پالانگ به نقل از (مجیدیان، ۱۳۸۴) زیر نظر دکتر براهنی در ایران ترجمه شده است. حمید عطارد در سال (۱۳۷۵) به نقل از (آتش‌پور، ۱۳۸۵) ضریب پایایی این آزمون را با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۷۳. گزارش کرده و روائی آزمون استرس شغلی استایمتز توسط یعقوبی (۱۳۷۵) به‌نقل از (عیسی، ۱۳۸۴) مورد بررسی قرار گرفته که همبستگی بین نمرات افراد در پرسش‌نامه استایمتز با پرسش‌نامه که توسط گلدبرگ^۵ (۱۹۷۲) ساخته شده و موجود است محاسبه کرد. نتایج حاکی از همبستگی مثبت ابعاد مختلف استرس و شغل و عملکرد فردی با $r=0/22$ و $P<0/001$ به‌دست آمد.

یافته‌ها

شاخص‌های آماری توصیفی (میانگین و انحراف معیار) در خصوص نمره‌های سازگاری زناشویی و استرس شغلی آزمودنی‌ها در جدول ۱ نشان داده شده است و همان‌طور که مشاهده می‌شود میانگین نمرات دبیران در سازگاری زناشویی و استرس شغلی به ترتیب ۲۵/۶، ۱۰۷/۲۳ است. به‌منظور محاسبه همبستگی بین نمرات پیش‌بین (سازگاری زناشویی) با متغیر ملاک (استرس شغلی) برای دبیران ضریب همبستگی پیرسون انجام شد، نتایج آن در جدول ۱ ارائه شده است. نتایج پژوهش نشان می‌دهد که بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل همبستگی منفی وجود دارد ($r=-0/36$) و مقدار همبستگی با سطح اطمینان ۹۹ درصد معنی دار

1. Kronbakh
2. Fincham
3. Bradbuury
4. Staymetz
5. Goldenberg

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر

است ($p < .01$) لذا فرض پژوهش تایید شده و می توان اذعان کرد که با افزایش سازگاری زناشویی استرس شغلی به طور معنی داری کاهش می یابد.

جدول ۱. ضریب همبستگی بین سازگاری زناشویی با استری شغلی

استرس شغلی		شاخص متغیر	
سازگاری زناشویی	تعداد N	ضریب همبستگی	سطح معناداری
	۱۵۴	-۰/۳۶۳	۰/۰۰۰
	۷۵	-۰/۴۸۷	۰/۰۰۰
	۷۹	-۰/۲۳۱	۰/۰۴۱

به منظور بررسی دقیق تر رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی در زن ها و مردها به طور جداگانه مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جداول ۲ و ۳ آمده است. براساس یافته های جدول ۲ بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران مرد همبستگی منفی وجود دارد ($r = -.48$) و مقدار همبستگی با سطح اطمینان بیش از ۹۹ درصد معنی دار است ($p < .001$). و با افزایش سازگاری زناشویی در دبیران مرد استرس شغلی کاهش می یابد.

جدول ۲. ضریب همبستگی سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران مرد

استرس شغلی		شاخص متغیر	
سازگاری زناشویی	تعداد N	ضریب همبستگی	سطح معناداری
	۷۵	-۰/۴۸۷	۰/۰۰۰

براساس یافته های جدول ۳ بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران زن همبستگی منفی وجود دارد، ($r = -.23$) و مقدار همبستگی با سطح اطمینان بیش از ۹۹ درصد معنی دار است ($p < .01$) و با افزایش سازگاری زناشویی در دبیران زن استرس شغلی کاهش می یابد.

جدول ۳. ضریب همبستگی سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران زن

استرس شغلی		شاخص متغیر	
سازگاری زناشویی	تعداد N	ضریب همبستگی	سطح معنی داری
	۷۹	۰/۲۳۱	۰/۰۴۱

داده‌های جدول ۴ مقایسه معنی‌داری تفاوت سازگاری با استرس شغلی بین ضرایب (دو جنس زن و مرد) است که مقایسه دو گروه با آزمون t در سازگاری زناشویی و استرس شغلی است.

جدول ۴. نمایشگر نتایج تفاوت سازگاری زناشویی و استرس شغلی در دبیران متأهل زن و مرد

سطح معناداری	مشخصه آماری X	نمره استاندارد ضریب Z_r	همبستگی r	تعداد N	جنس	سازگاری زناشویی و استرس شغلی
$P > 0.05$	۱/۷۵	- ۰/۲۳۴	- ۰/۲۳۱	۷۹	زن	
		- ۰/۵۲۳	- ۰/۴۸۷	۷۵	مرد	

داده‌های جدول ۵ در خصوص شاخص‌های توصیفی میان سازگاری زناشویی بین دو جنس زن و مرد است.

جدول ۵. شاخص‌های توصیفی آزمون

خطای استاندارد میانگین	انحراف معیار	میانگین	تعداد N	جنس
۱/۲۵۸۶۸	۱۱/۱۸۷۴۲	۱۰۷/۶۳۲۹	۷۹	سازگاری زناشویی زنان
۱/۳۲۴۰۵	۱/۴۶۶۶۳	۱۰۵/۹۴۶۷	۷۵	سازگاری زناشویی مردان

داده‌های جدول ۶ در خصوص بررسی میزان تفاوت سازگاری زناشویی در دبیران متأهل زن و مرد است که تفاوت میانگین‌های دو گروه دبیران زن و مرد متأهل در متغیر سازگاری زناشویی با فرض تساوی واریانس و بدون در نظر داشتن این مفروضه مورد بررسی قرار گرفته است، چون مقدار سطح معنی‌داری برای بررسی مفروضه تساوی واریانس گروه‌ها با آزمون لون^۱ معنی‌دار نیست، ($sig = 0.055$)، لذا با اطمینان خاطر می‌توان از آزمون t برای مقایسه میانگین دو گروه در خصوص متغیر وابسته (سازگاری) استفاده نمود، نتایج نشان می‌دهد تفاوت میانگین‌ها به لحاظ آماری معنی‌دار نبوده و فرض صفر رد نمی‌شود، ($sig = 0.35$) بنابراین از نظر سازگاری زناشویی بین دبیران زن و مرد متأهل تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

1. Leven

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر

جدول ۶. تفاوت میانگین دو گروه دبیران زن و مرد

متغیر وابسته	مقدار مشخصه آماری f	سطح معناداری sig	تفاوت میانگین	خطای معیار میانگین	مقدار مشخصه آماری t	درجه آزادی df	سطح معنی داری sig
با فرض تساوی واریانس سازگاری زناشویی بدون	۰/۳۴۹	۰/۵۵۵	۱/۶۸	۱/۸۲	۰/۹۲۴	۱۵۲	۰/۳۵۷
فرض تساوی واریانس سازگاری زناشویی	—	—	۱/۶۸	۱/۸۲	۰/۹۲۳	۱۵۱/۱۰۶	

داده‌های جدول ۷ در خصوص شاخص‌های توصیفی میان استرس شغلی بین دو جنس زن و مرد است.

جدول ۷. شاخص‌های توصیفی آزمون

جنس	تعداد N	میانگین	انحراف معیار	خطای استاندارد میانگین
استرس شغلی زنان	۷۹	۲۲/۹۶۲۰	۳/۷۵۰۰۲	۰/۴۲۱۹۱
استرس شغلی مردان	۷۵	۲۳/۱۸۶۷	۴/۰۵۹۳۳	۰/۴۶۸۷۳

داده‌های جدول ۸ در خصوص بررسی میزان تفاوت استرس شغلی در دبیران متاهل زن و مرد می‌باشد که تفاوت میانگین دو گروه دبیران زن و مرد متأهل در متغیر استرس شغلی با فرض تساوی واریانس و بدون در نظر داشتن این مفروضه مورد بررسی قرار گرفته و چون مقدار سطح معنی‌داری برای بررسی مفروضه تساوی واریانس گروه‌ها با آزمون لون معنی‌دار نمی‌باشد، ($\text{Sig}=0/99$)، لذا با اطمینان خاطر می‌توان از آزمون t برای مقایسه میانگین دو گروه در خصوص متغیر وابسته (استرس شغلی) استفاده نمود، نتایج نشان می‌دهد تفاوت میانگین‌ها به لحاظ آماری معنی‌دار نبوده و فرض صفر رد نمی‌شود، ($\text{Sig}=0/22$) بنابراین از نظر استرس شغلی بین دبیران مرد و زن متأهل تفاوت معنی‌داری وجود ندارد.

جدول ۸. تفاوت میانگین دو گروه

متغیر وابسته	مقدار مشخصه آماری F	سطح معناداری sig	تفاوت میانگین	خطای معیار میانگین	مقدار مشخصه آماری t	درجه آزادی df	سطح معنی-داری
با فرض تساوی واریانس	۰/۹۹۱	۰/۳۲۱	-۰/۲۲۴	۰/۶۲۹	-۰/۳۵۷	۱۵۲	۰/۷۲۲
بدون تساوی واریانس	—	—	-۰/۲۲۴	۰/۶۳۰	-۰/۳۵۶	۱۴۹/۴۲	۰/۷۲۲

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر صورت گرفته است و نتایج به دست آمده با دیدگاه روتالسون^۱ (۲۰۰۹) را تأیید می‌کند که اثرات خانواده در محیط کار را بررسی نموده و از نقش خانواده در کاهش استرس در محیط کار صحبت کرده و نشان داده که بین نوع روابط در درون خانه و تاثیر آن در کاهش استرس محیط کار رابطه معناداری وجود دارد. این مطالعه نشان داد که عدم شناخت و آگاهی به اصول زندگی و آشنایی و افزایش مهارت‌های زندگی باعث به وجود آمدن سازگاری و تفاهم در روابط زن و مرد می‌شود و عدم تفاهم باعث ایجاد و واکنش‌های جسمی-ذهنی-عاطفی در فرد است این عوامل باعث ایجاد استرس در شغل و محیط فرد می‌شود. نتایج این پژوهش با تحقیقات کرچلر^۲ (۱۹۹۸)، بلاد^۳ (۲۰۰۱)، لوکه (۱۹۵۱)، رالستر^۴ (۲۰۰۳) همسواست و هم-چنین صادقی (۱۳۸۲) که در پژوهشی به بررسی رابطه استرس شغلی و ناسازگاری زناشویی دبیران متاهل مرد تهران پرداخته همخوانی دارد.

هدف اصلی پژوهش صادقی رابطه بین استرس شغلی با ناسازگاری زناشویی دبیران آموزش و پرورش بود و نتایج نشان داد که بین استرس شغلی با ناسازگاری رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج تحقیق و بررسی رابطه سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل مرد با $(r=0.48)$ بود. این همبستگی در سطح ۰/۹۹ معنادار است. این نتایج با یافته‌های عباسی (۱۳۸۴) به نقل از رضایی (۱۳۸۸) و الهامی به نقل از فهاری (۱۳۸۴) همسواست، که پژوهشی به بررسی رابطه استرس شغلی و ناسازگاری دبیران متاهل مرد پرداخته همخوانی دارد و هدف

1. Rothulsoen
2. Kirchler
3. Blood
4. Ralester

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر

اصلی پژوهش او رابطه بین استرس شغلی و ناسازگاری دبیران آموزش و پرورش بود. نتایج نشان داد که بین استرس شغلی و ناسازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. تحقیق حاضر نشان داد که افزایش سازگاری زناشویی باعث کاهش استرس شغلی در دبیران شده و افزایش کارایی در تدریس دبیران و سطح کارکرد آنان می‌شود و در نتیجه هر چقدر سازگاری افزایش یابد باعث کاهش استرس شغلی دبیران می‌شود و حاصل آن موفقیت دبیران در نحوه ارائه مطلوب در کلاس‌ها به راحتی و بدون داشتن مشکل روحی و روانی است و می‌توان اظهار داشت که استرس و ناسازگاری در خانه وقتی به محل کار انتقال می‌یابد باعث می‌شود تا تعادل و تمرکز در کار پایین بیاید. از نتایج دیگر تحقیق بررسی رابطه بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران زن بود. با توجه به نتایج به دست آمده چون مقدار $(I=-/23)$ و در سطح معنی‌داری ۰/۹۹ است در نتیجه فرض صفر رد و فرض پژوهش با ۹۹/۹٪ اطمینان تایید می‌گردد و به عبارت دیگر بین سازگاری زناشویی و استرس شغلی دبیران متاهل زن رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. یعنی هرچقدر سازگاری زناشویی در زنان بالا برود استرس شغلی کاهش می‌یابد. این تحقیق با نتایج متعدد قبلی همانند "رایس" که در تحقیقی اظهار می‌دارد یکی از منبع مهمی که می‌تواند در خانواده تولید استرس کند و آن را به محل کار انتقال دهد به وجود آمدن بحران در خانواده است. "رایس" اظهار می‌دارد که هرچقدر موقعیتی سازگار در درون خانواده شکل داشته باشد به همان میزان استرس زن‌ها در محیط کار کمتر است، نتایج این تحقیق با پژوهش حاضر همسو است، در پژوهش دیگری که همسو با پژوهش حاضر است، (احمدی ۱۳۸۲) بر روی خانم‌ها انجام داد، حدود ۳۰٪ زوج‌های ایرانی دارای نارضایتی زناشویی تشخیص داده شده‌اند و این نارضایتی باعث ایجاد استرس در محیط کار شده است، پس می‌توان نتیجه گرفت که درصد استرس خانم‌ها بیشتر از مردان است. هم‌چنین در تحقیقی که به بررسی تفاوت میزان سازگاری زناشویی در دبیران و استرس شغلی دبیران متأهل زن و مرد پرداخته است، داده‌های حاصل از فرضیه تفاوت میانگین‌های دو گروه دبیران زن و مرد متأهل در متغیر سازگاری زناشویی و استرس شغلی با فرض تساوی واریانس و بدون در نظر داشتن این فرضیه مورد بررسی قرار گرفته و چون سطح معنی‌داری بررسی مفروضه تساوی گروه‌ها میزان معنی‌دار نمی‌باشد لذا با اطمینان خاطر از آزمون T استفاده شده و نتایج نشان می‌دهد تفاوت میانگین‌ها معنادار نبوده و فرض صفر تایید و فرض تحقیق رد می‌شود و بین زن و مرد از نظر سازگاری و استرس تفاوت معنی‌داری وجود دارد. در یک جمع‌بندی می‌توان اذعان کرد که افرادی که دچار ناسازگاری زناشویی هستند و در خانواده خود دچار مشکلاتی هستند این مشکلات را به بیرون از محیط خانه (جامعه و محیط کار) انتقال می‌دهند و انتقال مشکلات به محیط کار باعث پائین آمدن کیفیت در کار می‌شود و استرس و فرسودگی شغلی را به همراه دارد. لذا اقدام جهت پیشگیری و بهبود آن‌ها در

صورت وقوع امری ضروری و اجتناب‌ناپذیر به نظر می‌رسد نتایج این پژوهش نشان‌دهنده اثرگذاری سازگاری زناشویی بر استرس شغلی می‌باشد. لذا مداخله در بهبود روابط خانوادگی امری ضروری به نظر می‌رسد، زیرا باعث بهبود کیفیت انجام وظایف شغلی در محیط کار است.

منابع

- آتش‌پور، حمید. (۱۳۸۵). مقایسه استرس شغلی و سلامت روانی کارکنان شرکت پتروشیمی اصفهان قبل و بعد از خصوصی‌سازی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد واحد خوراسگان.
- احمدی، خ. (۱۳۸۲). شناسایی عوامل موثر بر سازگاری زناشویی. پایان‌نامه دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی.
- بیگی فرد، س. (۱۳۷۸). بررسی ارتباط ویژگی سخت‌رویی و حمایت اجتماعی با فرسودگی شغلی در بین کارکنان مراکز توان‌بخشی بهزیستی شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی.
- بهنودی، ز. (۱۳۸۴). بهداشت و استرس شغلی تهران: نشر بشر.
- رایس، ف. (۲۰۰۱). رشد انسان از تولد تا مرگ. (ترجمه مهشید فروغان، ۱۳۸۶) تهران: نشر ارجمند رضایی، الف و خلیل زاده، الف. (۱۳۸۸). رابطه بین هوش اجتماعی مدیران با رضایت شغلی معلمان مدارس، فصلنامه علوم تربیتی، ۱۴۵-۱۲۱.
- صادقی، م. (۱۳۸۲). بررسی رابطه استرس شغلی با سازگاری زناشویی دبیران متأهل مرد تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی رودهن.
- عرفان منش ن. (۱۳۸۷). اثربخشی زوج درمانی هیجان‌مدار بر سازگاری زناشویی، فصل‌نامه علمی پژوهشی انجمن مشاوره ایران، شماره ۱، ۷۰۸.
- عیسی، ر. (۱۳۷۹). بررسی استرس شغلی با سلامت روانی و رضایت شغلی کارمندان اداره کل مالیات- های غرب تهران، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تهران.
- فهراری، ع، یوسفی و (۱۳۸۴). بررسی میزان همسرآزاری در دانشجویان دانشگاه آزاد تنکابن، مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. سال پانزدهم، شماره ۵۰، ص ۸۳-۸۹.
- کی ریاکو، ک، سایتکیلیف. (۱۹۶۱). مهار استرس در معلمان. (ترجمه منصوره وحدتی احمدزاده، ۱۳۸۴) تهران: نشر رشد.
- کوپر، کاری ل. (۱۹۸۱). فشار روانی و راه‌های شناخت و مقابله، (ترجمه قره‌چه‌داغی، شریغ زادمان، ۱۳۷۳). تهران: نشر رشد.
- گلادینگ، س. (۱۹۴۷). گلادینگ، ساموئل. (۱۹۴۷). خانواده درمانی (ترجمه فرشاد بهاری، ۱۳۸۶) تهران: نشر تزکیه.

بررسی رابطه سازگاری زناشویی با استرس شغلی دبیران متاهل آموزش و پرورش شهرستان شبستر
 گلدنبرگ، آ، گلدنبرگ. خانواده درمانی. (ترجمه ح. ر. حسین‌شاهی مراوتی. س. نقشبندی. و. ا.
 ارجمند، ۱۳۸۵). تهران: نشر روان.
 مجیدیان، ف. (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین باورهای خودکارآمدی و سخت‌روئی با استرس شغلی مدیران
 شهر سنندج، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی.
 محمدی، ک (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی درمان راحل محور به شیوه گروهی بر افزایش سازگاری
 زناشویی و ارتباط زناشویی مراجعه‌کننده به شورای حل اختلاف شهر اهواز، پایان‌نامه کارشناسی
 ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه شهید چمران اهواز.
 نیومن، ج. (۱۹۷۸). رهائی از تنش (ترجمه علی طباطبایی، ۱۳۷۷)، تهران: نشر مروارید.

- Bich. 2005 H. R. etal. A. *behavioural approach to the management of stress: a practical guid to techniques* chichestar, new York, Brisbane, And Toronto. Wiley.
 Blood, R. (2001). *mariage*. newyork: the free press .
 Fincham. F. d&bradbuury, t. n (2009). *Assessing attributions in marriage, the relationship attribution measure*. Journal of personality an social psycholog, 62, 453-4g8 .
 Kirchler, E (1989) *Everyday life experiences at hom* Journal of family psychology, 2 (3), 311-336.
 Rice, j, K (2008). *CONTEMPOVARY trends in family patterns and forms inj worell* (Ed.) Encyclopedia of women the gender (pp. 422-423). San Diego. CA: Academic press .
 Rothulsoen. (2009). teresa. j. *family in organizational research ,review comparisen of definitions measures*, Journal of organizational behavior volum 20, issue. G. pp817-834 (2009).
 Rollins. B. C. Cannon. k. (2008) *Marital satis faction over the family LIFE CYCLE A. RVALUATION –Journal of mavviage and the family*. 36:271 -28

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
 پرتال جامع علوم انسانی