

پیش بینی کیفیت زندگی براساس ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در آتش نشانان شهر تهران Prediction of quality of life based on mental toughness and organizational commitment of firefighters in Tehran

Anbar Sadighi

M.S in General Psychology. Islamic Azad University, Science and Research Branch.

Dr. Ghorban Fathi Aghdam *

Assistant Professor. Islamic Azad University, Abhar Branch.

fathi4468@yahoo.com

Dr. Hayedeh Saberi

Assistant Professor. Islamic Azad University, Rodehen Branch, Tehran, Iran.

عنبر صدیقی

کارشناس ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات

دکتر قربان فتحی اقدم (نویسنده مسئول)

استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ابهر

دکتر هایده صابری

استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن.

Abstract

This paper aims at predicting the quality of life, based on mental toughness and organizational commitment. The participants of this study are firefighters working in Tehran in 1397 from different fire stations, among which 150 selected by multistage cluster sampling method. Means of questionnaires conduct the research. The questionnaires used in this study was Quality of life (SF-36), Allen & Mayer's organizational commitment (OCQ) and mental toughness (MTQ 48). We use the Pearson correlation tests and multivariable regression to analyses the data. The result shows that there is a direct signification correlation between mental toughness and quality of life. Moreover, our analysis reveals that the quality of life can predict by mental toughness and independent variables can define organizational commitment as % 17 of the variance in quality of life variable.

Key words: Quality of life, mind toughness, organizational commitment, firefighters

چکیده

هدف از انجام این پژوهش پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس ذهن مقاوم و تعهد سازمانی آتش‌نشانان می‌باشد. افراد شرکت‌کننده در این کار مطالعاتی عبارت بودند از نیروهای آتش‌نشانی که در سال ۱۳۹۷ در ایستگاه‌های مختلف آتش‌نشانی شهر تهران کار نموده که از میان این افراد ۱۵۰ نفر با استفاده از شیوه نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب گردیدند. این کار پژوهشی با استفاده از توزیع پرسشنامه در میان آتش‌نشانان به مرحله اجرا درآمد. داده‌های این پژوهش از طریق سه پرسشنامه که در زمینه کیفیت زندگی (SF-36)، تعهد سازمانی آلن & مایر (۱۹۹۰) و ذهن مقاوم (MTQ-48) (۲۰۰۲) تهیه شده‌اند، جمع‌آوری گردیدند. به منظور تحلیل داده‌ها، ما از آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره استفاده نمودیم. نتایج حاصله از این تحقیق نشان می‌دهد که رابطه‌ای مثبت و معنا دار میان ذهن مقاوم و کیفیت زندگی وجود دارد. علاوه بر این، تحلیل‌های ما نشان می‌دهد که کیفیت زندگی می‌تواند از طریق ذهن مقاوم و تعهد سازمانی قابل پیش‌بینی باشند علاوه بر این ۱۷٪ از کیفیت واریانس در کیفیت مربوط به متغیر زندگی را می‌توان از طریق متغیرهای مستقل تعیین و تعریف نمود. واژگان کلیدی: کیفیت زندگی، ذهن مقاوم، تعهد سازمانی، آتش‌نشان

ویرایش نهایی: آذر ۹۸

پذیرش: آذر ۹۷

دریافت: مهر ۹۷

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

واژه کیفیت زندگی^۱ بسیار جامع است و شامل عوامل مرتبط با سلامت (مانند بهزیستی جسمانی، روانی، عاطفی، عملکردی) و عوامل نامرتب با سلامت مانند خانواده، دوستان، کار و دیگر جنبه‌های زندگی است (ویدوتی و همکاران^۲، ۲۰۱۵). در حال حاضر، مفهوم کیفیت زندگی از رویکردهای جامعه‌شناسی و عینی به رویکرد روان‌شناسی که در آن احساس افراد از بهزیستی^۳ یکی از ابعاد اولیه کیفیت زندگی

1. Quality of life

2. Vidotti, Coelho, Bertencello & Walsh

3. well-being

است، انتقال یافته است (گیگانتسکو و گیلیانی^۱، ۲۰۱۱). سازمان جهانی بهداشت^۲ (۲۰۰۰ به نقل از مارکوناتو و مونتریو^۳، ۲۰۱۵) کیفیت زندگی را ارزشیابی افراد از وضعیتشان در زندگی با توجه به بافت فرهنگی و سیستم ارزش ها و با در نظر گرفتن اهداف، انتظارات، استانداردها و نگرانی ها تعریف کرده است

مأموران آتش نشانی^۴ از جمله افرادی هستند که به دلیل کارشان، با انواع موقعیت های زجرآوری مواجه می شوند که می تواند به کیفیت زندگی آنان آسیب برساند. آنان با موقعیت هایی روبرو می شوند که آنان را در معرض میزان بالایی از فرسودگی روانی و جسمانی، حجم کاری بالا، رویارویی با خطرات قریب الوقوع، آمادگی برای فراهم آوردن مراقبت در هر وضعیتی و سروکار داشتن با شرایط خطرناک قرار می دهد. آتش نشان باید در ایستگاه آتش نشانی کاملاً هوشیار باشد تا سریع به تماس ها پاسخ دهد و در بسیاری از مواقع، آنان از میزان خطر و جدی بودن موقعیت مطلع نیستند و این امر استرس و اضطراب آنان را افزایش می دهد. تمامی این موارد بر توانایی کاری و کیفیت زندگی فرد تأثیر می گذارد (ویدوتی و همکاران، ۲۰۱۵). بنابراین توجه به کیفیت زندگی و بررسی متغیرهای روانشناختی پیش بینی کننده آن در آتش نشانان ضروری است. چنین به نظر می رسد که از جمله عواملی که می توانند پیش بینی کننده کیفیت زندگی باشند، ذهن مقاوم و تعهد سازمانی است.

ذهن مقاوم^۵ «قابلیت فرد را برای مواجهه مؤثر با عوامل استرس زا، فشارها و چالش ها و عمل کردن به بهترین شکل از تواناییش علی رغم شرایطی که فرد خود را در آن می یابد»، توصیف می کند. کلاف و همکاران^۶ (۲۰۰۲) بیان کردند که ذهن مقاوم از چهار خرده مقیاس مرتبط به هم اما مستقل کنترل، تعهد، چالش و اعتماد تشکیل شده است. ذهن مقاوم پیش نیاز داشتن سلامت، کار و رسیدن به موفقیت است. ذهن مقاوم باعث می شود که افراد دید مثبتی و مطمئنی نسبت به چالش ها و استرس های زندگی داشته باشند. افرادی که ذهن مقاومی دارند، عملکرد تحصیلی خوبی دارند و با مشکلات روزمره و سختی ها به نحو کارآمدی مقابله می کنند و می دانند که چگونه موقعیتی را که بر روی بهزیستی و رفتار آن تأثیر می گذارد، مدیریت کنند (به نقل از مالهورتا و کایور^۷، ۲۰۱۷). روانشناسان ورزشی طی تحقیقات خود استحکام روانی را راهی مناسب برای دستیابی به موفقیت و غلبه بر ناکامی و توسعه مهارت های ذهنی و روانی می دانند (سهرابی و همکاران، ۱۳۹۵). مطالعات تجربی نیز نشان داده اند که بین ذهن مقاوم و متغیرهای دیگری مانند یادگیری، تحصیل، عملکرد کاری، بهزیستی و غیره رابطه وجود دارد (لین، ماتز، کلاف، پاپاگریو^۸، ۲۰۱۷). همچنین افرادی که استحکام روانی بالاتری دارند، خودکارمدتر و خوشبین تر از افرادی اند که استحکام روانی پایینی دارند (مادرگیل، گیل و ویلس^۹، ۲۰۱۷).

متغیر دیگری که به نظر می رسد مرتبط با کیفیت زندگی است، تعهد سازمانی^{۱۰} است. مطابق با نظر باچانان (۱۹۹۷) به نقل از جبل^{۱۱}، ۲۰۱۳) تعهد سازمانی به معنی حمایت و پیوستگی عاطفی با اهداف و ارزش های یک سازمان، به خاطر خود سازمان و دور از ارزش های ابزاری آن، یعنی وسیله ای برای دستیابی به اهداف دیگر تعریف می شود. تعهد سازمانی دارای اجزای زیر است: قبول ارزشها و اهداف سازمان، تمایل به اعمال تلاش برای سازمان و دارا بودن میل قوی برای پیوسته ماندن به سازمان (حاتمی، میرجعفری و مجاهدی، ۱۳۹۰). کارمندان متعهد، هویت خود را در کنار سازمان می یابد و بیشتر از کارمندان غیرمتعهد در سازمان باقی می ماندند. سازمان ها می توانند کارمندان خود را از طریق ارضای نیازهای اساسی آنها، ایجاد اعتماد متقابل و ایجاد فرهنگ سازمانی متناسب، به سازمان متعهد سازند. مهم ترین وظیفه ای یک کارفرما فراهم آوردن کیفیت زندگی کاری و شخصی خوب برای کارمندان است زیرا کارمندان گرانبهارترین دارایی سازمان ها هستند و در صورت داشتن مشکل خانوادگی و کیفیت زندگی پایین، تلاش کارمند برای حل مشکلات و تمرکز او بر روی کار به طور همزمان، کارایی فرد را در سازمان و محیط کاری و در نهایت تعهد کاری او را کاهش می دهد (جبل، ۲۰۱۳). چانگ و لی^{۱۲} (۲۰۰۶)

1. Gigantesco & Giuliani

2. World health organization

3. Marconato & Monteiro

4. firefighters

5. mind toughness

6. Clough

7. Malhotra & Kaur

8. Lin, Mutz, Clough & Papageorgiou

9. Madrigal, Gill & Willse

10. organization commitment

11. Jebel

12. Channg & Lee

به نقل از جوادی، رسولی، نظری و حسنی، ۱۳۹۶). نشان دادند که اکثر کارکنان احساس می‌کنند که روابط خوب کاری، جذابیت و رضایت شغلی و تعهد سازمانی از مهم‌ترین مسائل برای کیفیت زندگی کاری و خانوادگی است با توجه به مطالب بیان شده چنین به نظر می‌رسد که کیفیت زندگی می‌تواند با ذهن مقاوم و تعهد سازمانی ارتباط داشته باشد اما تا کنون پژوهشی که به بررسی رابطه‌ی این سه متغیر به طور همزمان و در جامعه‌ی آتش‌نشانان پرداخته باشد، انجام نشده است. بنا به همین دلایل، پژوهش حاضر به بررسی پیش‌بینی کیفیت زندگی براساس ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در آتش‌نشانان شهر تهران پرداخته است و سوال پژوهش حاضر این است که سهم ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در پیش‌بینی کیفیت زندگی آتش‌نشانان شهر تهران تا چه اندازه است؟

روش

روش پژوهش این مطالعه توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر، جامعه‌ی پژوهش حاضر تمامی آتش‌نشانان شهر تهران که در سال ۱۳۹۷ در مراکز آتش‌نشانی این شهر مشغول به کار بودند. برای برآورد حجم نمونه در پژوهش‌های مبتنی بر همبستگی و رگرسیون، کلین (۲۰۰۵) به نقل از فیاض و همکاران، ۱۳۹۴) عنوان می‌کند که حجم نمونه در الگوی ساده، زیر ۱۰۰، در الگوهای کمی پیچیده بین ۱۰۰ تا ۲۰۰ و در الگوهای پیچیده بالای ۲۰۰ نفر است. با توجه به تعداد متغیرهای مورد بررسی، این پژوهش از نوع کمی پیچیده است و با احتساب احتمال افت آزمودنی حجم نمونه ۱۶۸ نفر برآورد شد. در نهایت پس از جمع‌آوری داده‌ها، تعداد ۱۵۰ پرسشنامه جمع‌آوری شد. لذا در این پژوهش نمونه شامل تعداد ۱۵۰ نفر از آتش‌نشانان شهر تهران بود و ۱۸ نفر افت آزمودنی داشت. شیوه‌ی نمونه‌گیری، نیز نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای بود و نمونه‌گیری بدین شکل بود که ابتدا از بین ۵ منطقه‌ی عملیاتی آتش‌نشانی در شهر تهران، سه منطقه به صورت تصادفی انتخاب شده و سپس از بین آن مناطق آتش‌نشانی، ۱۵ ایستگاه آتش‌نشانی به شیوه‌ی تصادفی انتخاب شد و سپس از هر یک از آن ۱۵ ایستگاه، به صورت تصادفی تعداد ۱۰ نفر از آتش‌نشانان انتخاب شده و در پژوهش شرکت داده شدند.

ابزار سنجش

پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-۳۶): این پرسشنامه برای ادراک افراد از سلامتی خود ایزاری مناسب است. این پرسشنامه ۳۶ سؤال را شامل می‌شود که هشت خرده‌مقیاس مرتبط با سلامت را می‌سنجد. این خرده‌مقیاس‌ها عبارتند از: بعد جسمانی (۱۰ عبارت)، ایفای نقش جسمی (۴ عبارت)، دردهای بدنی (۲ عبارت)، سلامت عمومی (۵ عبارت)، خستگی یا نشاط (۴ عبارت)، عملکرد اجتماعی (۲ عبارت)، ایفای نقش عاطفی (۳ عبارت) و سلامت روانی (۵ عبارت). نمره ۵۰ به عنوان نقطه برش پیشنهاد شده است (محمدعلی، ۱۳۹۴). پژوهش‌های خارجی درباره کیفیت زندگی نشان می‌دهد که این پرسشنامه روایی و اعتبار بالایی دارد. همچنین روایی و اعتبار پرسشنامه را برای اولین بار در ایران منتظری و همکاران (۲۰۰۵) در ۴۱۶۳ نفر در رده‌ی سنی ۱۵ سال به بالا ارزیابی کردند، که بیشتر آنها متأهل بودند. ضریب پایایی در هشت بُعد از ۰/۷۷ تا ۰/۹۵ به غیر از بُعد سرزندگی ۰/۶۵ بود. در مجموع یافته‌ها نشان دادند که نسخه ایرانی این پرسشنامه، با روایی و اعتبار بالا برای اندازه‌گیری کیفیت زندگی در بین جمعیت عمومی، ایزاری مناسب است (به نقل از برقی ایرانی، ۱۳۹۲).

پرسشنامه تعهد سازمانی: این پرسشنامه توسط آلن و می‌یر (۱۹۹۰) تهیه شده و دارای ۲۴ سؤال با طیف چهار گزینه‌ی (کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم، کاملاً مخالفم) است که به ترتیب نمره‌ی ۵، ۴، ۳، ۲ و ۱ به آنها تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه میزان تعهد سازمانی کلی و سه مؤلفه آن، تعهد عاطفی، تعهد مستمر و تعهد هنجاری را اندازه‌گیری می‌کند (به نقل از جوادی و همکاران، ۱۳۹۶). می‌یر (۱۹۹۰) پایایی آزمون مذکور را ۰/۸۶ گزارش کرده است. پایایی آزمون مذکور برحسب آلفای کرونباخ توسط همایی (۱۳۸۲) و سلطان حسینی (۱۳۸۲) ۰/۸۷ گزارش شده است. در پژوهش جوادی و همکاران (۱۳۹۶) نیز ۰/۹۳ به دست آمد (به نقل از حسینی و همکاران، ۱۳۸۸). همچنین در پژوهش هادی زاده طلاساز و همکاران (۱۳۹۳) نیز اعتبار این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه ذهن مقاوم^۲ (MTQ): این پرسشنامه در سال ۲۰۰۲ توسط کلاف و همکارانش ساخته شد. این مقیاس دارای ۴۸ سؤال است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (۱ = کاملاً مخالفم تا ۵ = کاملاً موافقم) سنجیده می‌شود و به دو صورت ۴ عاملی شامل چالش،

1. Allen & Meyer

2. mental toughness (MTQ48)

کنترل، تعهد و اعتماد و ۶ عاملی شامل چالش، تعهد، کنترل هیجانی، کنترل زندگی، اعتماد به توانایی‌ها و اعتماد به فردی است (افسانه پورک و واعظ موسوی، ۱۳۹۳). در پژوهش‌های خارجی، اعتبار این آزمون توسط کلاف و همکاران (۲۰۰۲) و به روش آزمون-آزمون مجدد، ۰/۹ گزارش شده است. پژوهش‌های دیگری نیز ضریب آلفای کرونباخ بالایی را برای این پرسشنامه ذکر کرده اند (به نقل از عبدلی، عابدان زاده و رمضان زاده، ۱۳۹۲). در داخل کشور نیز، نتایج پژوهش افسانه پورک و واعظ موسوی (۱۳۹۳) از تحلیل پایایی پرسشنامه ذهن مقاوم با استفاده از آلفای کرونباخ نشان داد که پایایی کلی این پرسشنامه برابر با ۰/۹۳ بود و پایایی خرده مقیاس‌های آن عبارت بود از: چالش ۰/۷۷، کنترل ۰/۸۴، تعهد ۰/۸۰ و اعتماد ۰/۸۶. روایی پرسشنامه نیز با استفاده از تحلیل عاملی سنجیده شد و تحلیل عاملی تاییدی نشان داد که مدل شش عاملی پرسشنامه از برازش خوبی برخوردار است. همچنین در پژوهش عبدلی، عابدان زاده و رمضان زاده (۱۳۹۲) ضرایب همبستگی محاسبه شده برای ارزیابی روایی همسانی درونی در خرده مقیاس‌های چالش، تعهد، کنترل هیجان، کنترل زندگی، اطمینان به توانایی و اطمینان بین فردی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۰، ۰/۷۳، ۰/۷۲، ۰/۸۲ و ۰/۷۴ گزارش شدند.

به منظور گردآوری اطلاعات، در ابتدا با اخذ مجوزهای لازم از سازمان آتش نشانی، حمایت سازمانی از پژوهش بدست آمد. سپس به مراکز آتش نشانی مورد نظر مراجعه شده و توضیحات لازم در خصوص نحوه ی اجرا و اهداف پژوهش به مسئولین داده شد و پس از کسب موافقت مسئولین، اقدام به اجرای پرسشنامه‌ها شد. ابتدا ضمن معرفی و توضیح پیرامون پژوهش و اهداف آن به آتش نشانان، از آنان تقاضا شد که در پژوهش شرکت و همکاری نمایند. سپس از کلیه ی آتش نشانان شرکت کننده در پژوهش خواسته شد تا به پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. داده‌های نهایی با استفاده از نرم افزارهای SPSS۲۴ و با استفاده از روش همبستگی و رگرسیون چند متغیری تحلیل شد.

یافته ها

جهت تعیین سهم هر یک از متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در پیش‌بینی نمره کل کیفیت زندگی آتش نشانان شهر تهران از رگرسیون چندمتغیری استفاده شد که نتایج آن در جدول ۱ مشاهده می شود.

| متغیر | F | R | R ² | B | β | P |
|--------------|-------|-------|----------------|--------|---------|------|
| ثابت | ۱۵۰۹۲ | ۰۰۴۱۵ | ۰۰۱۷۲ | ۲۰۰۸۷۷ | - | ۰۰۰۱ |
| تعهد سازمانی | | | | ۰۰۲۰۰ | ۰۰۲۲۵ | ۰۰۰۴ |
| ذهن مقاوم | | | | ۰۰۰۸۶ | ۰۰۳۲۴ | ۰۰۰۱ |

نتایج جدول ۱ نشان می دهد که مجموع متغیرهای بکار رفته (ذهن مقاوم و تعهد سازمانی) ۱۷٪ از واریانس نمره کل کیفیت زندگی را پیش بینی می کند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می دهد که متغیرهای تعهد سازمانی و ذهن مقاوم در سطح ($\alpha=0/01$) به صورت مستقیم و معنی دار، قادر به پیش‌بینی نمره کل کیفیت زندگی افراد می باشند و آزمون t برای معناداری ضرایب رگرسیون در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. به عبارتی با افزایش نمره متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی نمره کل کیفیت زندگی افراد نیز افزایش می یابد و بالعکس. با توجه به اینکه β ضریب استاندارد شده رگرسیون است، مشخص می گردد که ذهن مقاوم با ضریب تبیین (۰/۳۲۴) تأثیرگذاری بیشتری را در پیش‌بینی نمره کل کیفیت زندگی افراد به خود اختصاص داده است.

جهت تعیین سهم هر یک از متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در پیش‌بینی کیفیت زندگی جسمانی آتش نشانان شهر تهران از رگرسیون چندمتغیری استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

| متغیر | F | R | R ² | B | β | P |
|--------------|-------|-------|----------------|--------|---------|------|
| ثابت | ۹۰۲۷۷ | ۰۰۳۳۷ | ۰۰۱۱۳ | ۲۲۰۳۸۱ | - | ۰۰۰۱ |
| تعهد سازمانی | | | | ۰۰۱۶۹ | ۰۰۱۷۳ | ۰۰۳۰ |
| ذهن مقاوم | | | | ۰۰۰۷۹ | ۰۰۲۷۰ | ۰۰۰۱ |

همان طور که نتایج جدول ۲ نشان می دهد. از مجموع متغیرهای بکار رفته (ذهن مقاوم و تعهد سازمانی) ۱۱٪ از واریانس کیفیت زندگی جسمانی را پیش بینی می کند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می دهد که متغیرهای ذهن مقاوم در سطح $(\alpha=0/01)$ و تعهد سازمانی در سطح $(\alpha=0/05)$ به صورت مستقیم و معنی دار، قادر به پیش بینی کیفیت زندگی جسمانی افراد می باشند و آزمون t برای معناداری ضرایب رگرسیون در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. به عبارتی با افزایش نمره متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی نمره کیفیت زندگی جسمانی افراد نیز افزایش می یابد و بالعکس. با توجه به اینکه β ضریب استاندارد شده رگرسیون است، مشخص می گردد که ذهن مقاوم با ضریب تبیین (۰/۲۷۰) تأثیرگذاری بیشتری را در پیش بینی کیفیت زندگی جسمانی افراد به خود اختصاص داده است جهت تعیین سهم هر یک از متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در پیش بینی کیفیت زندگی روانی آتش نشانان شهر تهران از رگرسیون چندمتغیری استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ گزارش شده است.

| متغیر | F | R | R ² | B | β | P |
|--------------|--------|-------|----------------|--------|---------|-------|
| ثابت | ۱۱.۴۷۹ | ۰.۳۷۰ | ۰.۱۳۷ | ۱۹.۳۷۴ | - | ۰.۰۰۲ |
| تعهد سازمانی | | | | ۰.۲۳۰ | ۰.۲۰۸ | ۰.۰۰۸ |
| ذهن مقاوم | | | | ۰.۰۹۳ | ۰.۲۸۳ | ۰.۰۰۱ |

همان طور که نتایج جدول ۳ نشان می دهد از مجموع متغیرهای بکار رفته (ذهن مقاوم و تعهد سازمانی) ۱۴٪ از واریانس کیفیت زندگی روانی را پیش بینی می کند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می دهد که متغیرهای تعهد سازمانی و ذهن مقاوم در سطح $(\alpha=0/01)$ به صورت مستقیم و معنی دار، قادر به پیش بینی کیفیت زندگی روانی افراد می باشند و آزمون t برای معناداری ضرایب رگرسیون در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. به عبارتی با افزایش نمره متغیرهای ذهن مقاوم و تعهد سازمانی نمره کیفیت زندگی روانی افراد نیز افزایش می یابد و بالعکس. با توجه به اینکه β ضریب استاندارد شده رگرسیون است، مشخص می گردد که ذهن مقاوم با ضریب تبیین (۰/۲۸۳) تأثیرگذاری بیشتری را در پیش بینی کیفیت زندگی روانی افراد به خود اختصاص داده است. به منظور بررسی این فرضیه پژوهش و بررسی رابطه بین کیفیت زندگی، ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در آتش نشانان شهر تهران، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ و ۵ ارائه شده است.

| متغیرها | ذهن مقاوم | جسمانی | روانی | کل |
|--------------------|-----------|---------|---------|----|
| ذهن مقاوم | ۱ | | | |
| کیفیت زندگی جسمانی | **۰.۲۹۱ | ۱ | | |
| کیفیت زندگی روانی | **۰.۲۶۹ | **۰.۴۴۵ | ۱ | |
| کیفیت زندگی کل | **۰.۳۲۸ | **۰.۸۲۹ | **۰.۸۷۰ | ۱ |

$n=15$, **= $P < 0.01$, *= $P < 0.05$

طبق جدول ۴، نتایج نشان می دهد که نمره ذهن مقاوم آتش نشانان شهر تهران با کیفیت زندگی جسمانی، روانی و کل در سطح $(P \leq 0/01)$ رابطه مستقیم و معنی دار دارد.

| متغیرها | تعهد سازمانی | جسمانی | روانی | کل |
|--------------------|--------------|---------|---------|----|
| تعهد سازمانی | ۱ | | | |
| کیفیت زندگی جسمانی | **۰.۲۱۶ | ۱ | | |
| کیفیت زندگی روانی | **۰.۲۱۱ | **۰.۴۴۵ | ۱ | |
| کیفیت زندگی کل | **۰.۲۵۰ | **۰.۸۲۹ | **۰.۸۷۰ | ۱ |

$$n = 150, ** = P < 0.01, * = P < 0.05$$

طبق جدول ۵، نتایج نشان می‌دهد که نمره تعهد سازمانی آتش نشانان شهر تهران با کیفیت زندگی جسمانی، روانی و کل در سطح $(P \leq 0.01)$ رابطه مستقیم و معنی‌دار دارد.

بحث و نتیجه گیری

نتایج پژوهش حاضر مبنی بر اینکه کیفیت زندگی براساس ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در آتش نشانان شهر تهران قابل پیش‌بینی است با نتایج پژوهش‌های پیشین همخوانی دارد از جمله استمپ (۲۰۱۷) و مالهورتا و کایور (۲۰۱۷) در پژوهش خود نشان داد که بین ذهن مقاوم با عوامل سبک زندگی سالم و سلامت روان رابطه وجود دارد. نتایج پژوهش برند، کلاک و گربر^۱ (۲۰۱۶) نیز حاکی از آن بود که افزایش ذهن مقاوم موجب افزایش کیفیت زندگی می‌گردد. یافته‌های پژوهش گربر و همکاران (۲۰۱۲) نیز مشخص نمودند که ذهن مقاوم از طریق فعالیت فیزیکی موجب ارتقای کیفیت زندگی دانش آموزان می‌شود. رایو^۲ (۲۰۱۷)، دایود، یاکو و غزلی^۳ (۲۰۱۵)، المرشاد^۴ (۲۰۱۵) و جبل (۲۰۱۳) نیز در پژوهش خود نشان دادند که رابطه مثبت و معناداری بین کیفیت زندگی کاری و سطح تعهد سازمانی وجود دارد. ناجی، ثابت و پور اسدی (۱۳۹۶) نیز نشان دادند که مؤلفه‌های ذهن مقاوم شامل تعهد، کنترل زندگی و اعتماد بین فردی می‌توانند به صورت غیرمستقیم سلامت عمومی (زیرمقیاس‌های کیفیت زندگی) را پیش بینی کنند. پارسایی، عطایی و رستمی (۱۳۹۶) نیز نشان دادند که خرده مؤلفه‌های ذهن مقاوم شامل چالش و اعتماد به توانایی‌های خود قادر به پیش بینی شادکامی (زیرمقیاس کیفیت زندگی) به صورت مثبت هستند. نتایج پژوهش جوادی و همکاران (۱۳۹۶) نیز حاکی از آن بود که مؤلفه‌های تعارض کار خانواده و تعهد سازمانی، پیش بینی کننده ابعاد کیفیت زندگی کاری هستند. حاتمی، میرجعفری و مجاهدی (۱۳۹۰)، بیرجندی، بیرجندی و عطایی (۲۰۱۳) و حسینی، نادریان، همایی و موسوی (۱۳۸۸) نیز نشان دادند که همبستگی مثبت و معنی داری بین کیفیت زندگی کاری با تعهد سازمانی وجود دارد.

در تبیین نتایج حاصل از تأیید فرضیه‌ی اصلی پژوهش مبنی بر اینکه کیفیت زندگی (کل، جسمانی و روانی) براساس ذهن مقاوم و تعهد سازمانی در آتش نشانان شهر تهران قابل پیش‌بینی است و ذهن مقاوم تأثیرگذاری بیشتری در پیش بینی کیفیت زندگی و ابعاد آن دارد، باید اشاره داشت که ذهن مقاوم در اشکال و ابعاد مختلفی نمود می‌یابد که در هر حالتی می‌تواند پیش بینی کننده‌ی خوبی برای سلامت جسمانی باشد. همچنین از جمله ویژگی‌های ذهن مقاوم کاهش مشکلات جسمانی و عبور از موقعیت‌های دشوار است افراد با ذهن مقاوم، جامعه پذیر و معاشرتی هستند و کمتر دچار جسمانی سازی و اضطراب می‌گردند و خودباوری بالایی دارند (ناجی و همکاران، ۱۳۹۶) و از همین رو ذهن مقاوم با کاهش مشکلات جسمانی می‌تواند موجب افزایش کیفیت زندگی جسمانی گردد و آن را پیش بینی نماید. همچنین افراد دارای ذهن مقاوم نسبت به افرادی که در ذهن مقاوم نمرات کمتری دارند، انگیزه دارند تا اجتماعی و برون گرا باشند. از این طریق آنان قادرند تا آرامش و راحتی خود را در مکان‌ها و موقعیت‌های پرفشار و استرس زا، حفظ کنند. آنها در بسیاری از موقعیت‌ها حالت رقابتی دارند و میزان اضطراب و استرس پایین تری دارند و در برخورد با مشکلات و موقعیت‌های مختلف به نحو مطلوب تری عمل می‌کنند و در نتیجه کیفیت زندگی روانی بالاتری دارند (سهرابی و همکاران، ۱۳۹۵). همچنین جوئن (۱۹۹۲) به نقل از هاشمی، میرجعفری و مجهدی، (۱۳۹۰) بر این باور است که احساس رضایت از موقعیت شغلی و متعهد بودن به آن بر حالات روانی فرد تأثیر بسیار دارد و به این علت فرد تمام تلاش خود را برای حفظ شغل خود انجام می‌دهد و بر همین اساس، عملکردی بهتر و مطلوب تر را از خود نشان می‌دهد زیرا عملکرد وی و تعهد او برابر با احساس شادی و خوشحالی خواهد بود و موفقیت سازمان برای او همانند موفقیت در زندگی خصوصی است و موجب افزایش کیفیت زندگی جسمانی و روانی او می‌گردد؛ بنابراین هر چه فرد تعهد شغلی بالاتری داشته باشد، کیفیت زندگی او نیز بالاتر خواهد بود، لذا کیفیت زندگی و ابعاد جسمانی و روانی آن از طریق ذهن مقاوم و تعهد سازمانی قابل پیش بینی است.

با توجه به نتایج حاصل و معنادار بودن رابطه‌ی بین کیفیت زندگی و تعهد سازمانی پیشنهاد می‌گردد که مسئولان و دست‌اندرکاران با تمهیدات و طرق گوناگون زمینه‌های ایجاد تعهد سازمانی را در آتش نشانان فراهم کنند تا بدین طریق کیفیت زندگی آنان نیز افزایش یافته و با بهبود کیفیت زندگی آنان، شاهد افزایش کارآیی و بهره‌وری آتش نشانان و در نهایت دست‌یابی به اهداف سازمان باشیم. یکی

1. Brand., Kalak & Gerber

2. Rao

3. Daud, Yaako & Ghazali

4. Almarshad

از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که پژوهش حاضر تنها بر روی آتش نشانان شهر تهران انجام شده است لذا تعمیم نتایج به سایر آتش نشانان در سایر شهرها و استان‌های کشورها باید با احتیاط صورت گیرد.

منابع

- افسانه پورک، عباس و واعظ موسوی، سیدمحمدکاظم. (۱۳۹۳). روایی و پایایی نسخه ی فارسی پرسشنامه سرسختی ذهنی. *پژوهش نامه مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی*، سال ۱۰، شماره ۱۹، ص ۵۴-۳۹.
- برقی ایرانی، زیبا؛ جوادبگیان کوله مرز، محمد و فولادوند، شاپور. (۱۳۹۲). بررسی اثربخشی آموزش گروهی درمان متمرکز بر هیجان بر بهبود کیفیت زندگی و رضایت زناشویی مادران دارای فرزند سرطانی. *روان شناسی سلامت*، سال دوم، شماره ی دوم.
- پارسیایی، سجاده؛ عطایی قراچه، نسیم و رستمی، ربابه. (۱۳۹۶). ارتباط بین استحکام روانی با شادکامی در ورزشکاران جانباز و معلول شهر شیراز در سال ۱۳۹۵. *مجله علوم پزشکی پارس*، دوره پانزدهم، شماره سه، صفحات ۲۳-۱۶.
- جوادی، رحم خدا؛ رسولی، محسن؛ نظری، علی محمد و حسینی، جعفر. (۱۳۹۶). پیش بینی کیفیت زندگی کاری معلمان زن براساس تعارض کار-خانواده و تعهد سازمانی. *نشریه علمی-پژوهشی آموزش و ارزشیابی*، سال دهم، شماره ۳۸، ص ۹۴-۷۹.
- حاتمی، حسین؛ میرجعفری، سید احمد؛ مجاهدی جهرمی، سعیده. (۱۳۹۰). رابطه ی کیفیت زندگی کاری با تعهد سازمانی و میزان بهره وری در کارکنان دانشگاه علوم پزشکی جهرم. *فصلنامه ی علمی - پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، سال دوم، شماره ی ۳، ص ۴۰-۲۵.
- حسن پور، فرحناز؛ گل محمدی، بهروز و کاشانی، ولی اله. (۱۳۹۵). ارتباط استحکام ذهنی با موفقیت ورزشی در زنان و مردان رزمی کار. *مطالعات روانشناسی ورزشی*، شماره ۱۷، صص ۹۷-۱۱۶.
- حسینی، محمدسلطان؛ نادریان، مسعود؛ همایی، رضا و موسوی، زهره. (۱۳۸۸). رابطه ی بین کیفیت زندگی کاری و تعهد سازمانی سازمانی کارکنان کارکنان اداره کل تربیت بدنی استان اصفهان. *مدیریت ورزشی*، شماره ۲، ص ۱۸۱-۱۶۷.
- رحیمی، شعله؛ فداکار سوقه، ریحانه؛ تبری، رسول و کاظم نژاد لیلی، احسان. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط عمومی مادران با کیفیت زندگی کودکان مبتلا به سرطان. *مجله ی دانشکده ی پرستاری و مامایی دانشکده ی علوم پزشکی تهران (حیات)*، دوره ی ۱۹، شماره ۲، صفحات ۱۰۸-۹۳.
- سهرایی، مهدی؛ عابدان زاده، رسول؛ شتاب بوشهری، ناهید؛ پارسیایی، سجاده و جهان بخش، حمیده. (۱۳۹۵). ارتباط بین بهزیستی روان شناختی و استحکام روانی در سالمندان: نقش میانجی فعالیت بدنی. *سالمند*، دوره ۱۱، شماره ۴، ص ۵۴۸-۵۳۸.
- عبدلی، بهروز؛ عابدان زاده، رسول و رمضان زاده، حسام. (۱۳۹۲). رابطه بین استحکام روانی و راهبردهای روانشناختی در دانشجویان ورزشکار. *مطالعات روان شناسی ورزشی*، شماره ۳، ص ۵۰-۳۹.
- عسگری، محبوبه؛ سیادت، سیدعلی و عریضی، حمیدرضا. (۱۳۸۳). رابطه ی بین تعهد سازمانی و سلامت روانی و مقایسه ی آنها در مدیران مقطع متوسطه ی مدارس دولتی و غیرانتفاعی شهر اصفهان. *دانش و پژوهش در روانشناسی (دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوارسگان)*، شماره نوزدهم و بیستم، صفحات ۱۴۲-۱۲۹.
- فیاض، ریحانه، عامری، فریده و بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۴). مقایسه بین سبک‌های فرزندپروری والدین و استحکام من فرزندان. *رویش روان شناسی*، سال ۴، شماره ۱، صفحات ۱۲۶-۱۰۹.
- محمدعلی، مریم. (۱۳۹۴). *اثر بخشی پذیرش و تعهد درمانی ACT بر افزایش کیفیت زندگی و رضایت از زندگی والدین کودکان مبتلا به سرطان*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد علوم و تحقیقات.
- ناجی، محمدعلی؛ حسین ثابت، فریده و پوراسدی، زهره. (۱۳۹۶). پیش بینی سلامت روانی براساس استحکام روانی با واسطه گری ابعاد شخصیت. *فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی لرستان*، دوره ۱۹، صفحات ۹۲-۸۱.
- نبیل پور، مقصود و آقابابا، علیرضا. (۱۳۹۴). ارتباط بین سرسختی ذهنی و ذهن آگاهی و نیمرخ فیزیولوژیک بازیکنان جوان منتخب فوتبال. *مجله رفتار حرکتی و روانشناسی ورزشی*، شماره ۱۰، صفحات ۱۰۷۳-۱۰۶۳.
- نریمانی، محمد؛ علمداری، الهه؛ ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۳). بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی. *فصلنامه مشاوره و روان درمان خانواده*، سال ۴، شماره ۳، ۴۰۴-۳۸۷.
- هادی زاده طللاز، زهرا؛ نورانی سعالدین، شهلا و شاکری، محمدتقی. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط کیفیت زندگی کاری و تعهد سازمانی ماماها ی شاغل در مراکز بهداشتی درمانی و زایشگاه‌های بیمارستان‌های آموزشی دانشگاه علوم پزشکی شهر مشهد در سال ۹۳-۹۲. *مجله زنان، مامائی و نازایی*، دوره ۱۷، شماره ۲۹، صفحات ۹-۱.

Almarshad, S., O. (2015). Quality of work life and organizational commitment in Saudi Arabia: The role of Job involvement and sense of efficacy. *European Journal of Business and Social Sciences*, Vol. 4, No. 02, pp 141-158.

- Birjandi, Masoud., Birjandi, Hamid., Ataei, Manoochehr. (2013). The relationship between the quality of work life and organizational commitment of the employees of Darab cement company: Case study In Iran. *International Journal of Economics, Business and Finance*, Vol. 1, No. 7, August 2013, PP:154-164.
- Brand, Serge., Kalak, Nadeem., Gerber, Markus. (2016). During early and mid-adolescence, greater mental toughness is related to increased sleep quality and quality of life. *Journal of health psychology*, vol 21, Issue 6, 905-915.
- Cecconello, R. W., Baseggio, D. B., Cecconello, W. W., & Rissi, V. (2014). Work Organization, Mental Health and Coping among Firefighters: The Brazilian Context. *International Journal of Applied Psychology*, 4(5), 181-187.
- Daud, N., Yaako, Y. & Ghazali, S. Nur, M. (2015). Quality of Work Life and Organizational Commitment: Imperial investigation among academic in public institution of higher learning. *IJABER*, Vol. 13, No. 7, 6127-6144.
- Eren, H., & Hisar, F. (2016). Quality of work life perceived by nurses and their organizational commitment level. *Journal of Human Sciences*, 13(1), 1123-1132.
- Field, L. K., & Buitendach, J. H. (2011). Happiness, work engagement and organizational commitment of support staff at a tertiary education institution in South Africa. *SA Journal of Industrial Psychology*, 37(1), 01-10.
- Gerber, M., Kalak, N., Lemola, S., Clough, P. J., Pühse, U., Elliot, C., ... & Brand, S. (2012). Adolescents' exercise and physical activity are associated with mental toughness. *Mental health and physical activity*, 5(1), 35-42.
- Gigantesco, A., & Giuliani, M. (2011). Quality of life in mental health services with a focus on psychiatric rehabilitation practice. *Annali dell'Istituto superiore di sanita*, 47, 363-372.
- Jebel, G. (2013). Quality of worklife and organizational commitment of employees in commercial bank of Ethiopia. Master's Thesis. Addis Ababa University.
- Knust, S., LaGuerre, K., Wrisberg, C., King, C., & Berggrun, N. (2014). Preliminary evidence for a relationship between mental toughness and quality of life for NCAA division-I student-athletes. *Athletic Insight*, 6(2), 173.
- Lin, Y., Mutz, J., Clough, P. J., & Papa Georgiou, K. A. (2017). Mental toughness and individual differences in learning, educational and work performance, psychological well-being, and personality: A systematic review. *Frontiers in psychology*, 8, 1345.
- Madrigal, L., Gill, D. L., & Willse, J. T. (2017). Gender and the Relationships Among Mental Toughness, Hardiness, Optimism and Coping in Collegiate Athletics: A Structural Equation Modeling Approach. *Journal of Sport Behavior*, 40(1).
- Malhotra, N., & Kaur, R. (2017). Mental Toughness in Relation with Mental Health of Sports Persons. *American Journal of Sports Science*, 5(5), 31-34.
- Marconato, R. S., & Monteiro, M. I. (2015). Pain, health perception and sleep: impact on the quality of life of firefighters/rescue professionals. *Revista latino-americana de enfermagem*, 23(6), 991-999.
- Meyer, J. P., & Maltin, E. R. (2010). Employee commitment and well-being: A critical review, theoretical framework and research agenda. *Journal of vocational behavior*, 77(2), 323-337.
- Micoogullari, B. O., Odek, U., & Beyaz, O. (2017). Evaluation of sport mental toughness and psychological wellbeing in undergraduate student athletes. *Educational Research and Reviews*, 12(8), 483-487.
- Rao, V., V. (2017). Relationship between Quality of Work Life and Organization Commitment. *International Journal of Commerce, Business and Management*, Vol. 6, No.2 , pp 227-236.
- Stamp, E. (2017). *Mental toughness and health-related lifestyle factors* (Doctoral dissertation, University of Lincoln).
- Truelove, A., A. (2014). "Mental Toughness Training Intervention for Collegiate Track and Field Athletes. Master's Thesis. University of Western Ontario.
- Vidotti, H. G. M., Coelho, V. H. M., Bertinello, D., & Walsh, I. A. P. D. (2015). Quality of life and work ability of firefighters. *Fisioterapia e Pesquisa*, 22(3), 231-238.