

بررسی نقش اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان

فائزه جعفریان فیروزآبادی^۱

مهدی شمالی احمدآبادی^۲

چکیده

اضطراب کووید-۱۹ یکی از مشکلاتی است که در همه‌گیری ویروس کرونا بسیاری از مردم و از جمله بیماران دارای بیماری‌های مزمن با آن مواجهند. این بیماری علاوه بر زندگی فردی، بر زندگی شغلی افراد نیز تاثیر منفی زیادی داشته است. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان ابتدایی شهرستان میبد انجام گرفته است. پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است و از لحاظ هدف از نوع پژوهش‌های کاربردی است. جامعه آماری پژوهش را کلیه معلمان ابتدایی شهرستان میبد تشکیل می‌دهند که تعداد آنها برابر ۵۰۰ نفر بود که با شیوه نمونه‌گیری تصادفی ساده تعداد ۱۰۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌های استاندارد اضطراب کرونا علیپور و همکاران (۱۳۹۸) و پرسشنامه استرس شغلی پارکر و دکوتیس (۱۹۸۳) ترجمه خاقانی زاده و همکاران (۲۰۰۸) پاسخ دادند. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از آزمون‌های همبستگی پیرسون و با بهره‌گیری از بسته نرم‌افزاری SPSS ۲۶ تجزیه و تحلیل شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین اضطراب کرونا و استرس شغلی معلمان ابتدایی شهرستان میبد رابطه مثبت معنادار وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: اضطراب کرونا، استرس شغلی، معلمان.

۱. کارشناس روانشناس عمومی، دانشگاه پیام نور میبد، یزد، ایران، (نویسنده مسئول)،

faezejafariyan78@gmail.com

۲. مدرس دانشگاه پیام نور اردکان، یزد، ایران

مقدمه

زندگی پر درد سر و پر اضطراب قرن بیست و یکم فشار روانی را به یک مسئله مهم در مباحث رفتار سازمانی تبدیل نموده است. به دلیل افزایش رقابت، از کارکنان خواسته می‌شود کار بیشتر، با کیفیت بهتر، در زمان کوتاه تر و با صرف منابع کمتر ارائه دهند. این شرایط فشارزا با پیامدهای منفی زیادی از جمله استرس شغلی همراه است (کریمی و مرادمند، ۱۳۹۰). در این میان برخی از مشاغل چون کار در معادن، بیمارستان، مدرسه و مراکز نظامی با استرس های بیشتری همراه است. نتایج مطالعات مختلف حاکی است که مشاغلی چون معلمی به واسطه مسئولیت سنگین آن و همچنین سختی محیط شغلی با اضطراب و استرس زیادی همراه است و معلمان زیادی از استرس شغلی بالا گلایه دارند (ربانی و همکاران، ۱۳۹۷).

استرس شغلی آمیزه‌ای از فشارزاهای محل کار، ویژگی‌های خود فرد و فشارزاهای خارج از سازمان است. این فشار زها می‌توانند به علائم بیماری در محیط کار با بیماری واقعی بینجامند (ستین و دد، ۲۰۱۸) این عوامل را در منابع انسانی می‌توان به سه دسته طبقه بندی کرد: دسته اول، عوامل «استرس آفرین سازمانی که مستقیماً به شغل و محیط کاری بستگی دارند؛

دسته دوم، «رویدادهای زندگی که ربطی به سازمان ندارند، مانند مشکلات زندگی خصوصی کارکنان، دلواپسی و شکست‌ها در برنامه‌های آینده و دسته سوم عوامل «استرس آفرین فردی از قبیل نوع شخصیت که موجب برداشت‌های شخصی انسان از محیط می‌شوند. استرس از ریشه‌های عوامل مذکور ناشی می‌گردد، ولی باید توجه کرد که عوامل «استرس آفرین سازمانی»، «رویدادهای زندگی» و عوامل «استرس آفرین فردی» بر یکدیگر تأثیر دارند (کریمی و مرادمند، ۱۳۹۰).

در این میان یکی از عواملی که سبب شده تا بسیاری از معلمان استرس شغلی زیادتری را تجربه نمایند، همه گیری ویروس کروناست. بیماری های نوظهور برای سلامت عمومی یک چالش جهانی هستند (گائو، ۲۰۱۸). ویروس کرونا که از دسته ویروس های RNA است، به طور گسترده در بین انسان ها، سایر پستانداران و پرندگان شیوع داشته و باعث بیماری های تنفسی، روده ای، کبدی و عصبی می‌شوند (ژو و همکاران، ۲۰۲۰). کرونا ویروس از خانواده بزرگ ویروس ها هستند که باعث عفونت های تنفسی از سرماخوردگی تا بیماری های حاد تنفسی و گاهی باعث مرگ می‌شوند علائم این ویروس از خفیف تا شدید متغیر و علائم و نشانه های آن شامل تب، سرفه و مشکل در تنفس است (وو و مک کوگان، ۲۰۲۰).

-
1. Cetin & Dede
 2. Gao
 3. Wu_McCogan

کووید ۱۹، علاوه بر مشکلات جسمی، مشکلات روانشناختی زیادی نیز به همراه دارد. یکی از مشکلات روانشناختی بیماری های مسری چون کووید ۱۹، اضطراب بیماری است (علی پور و همکاران، ۱۳۹۸). اضطراب یکی از شایع ترین اختلالات انسان است که عبارتند از یک احساس منتشر ناخوشایند و مبهم هراس و نگرانی با منشا ناشناخته که به فرد دست می دهد. اضطراب شامل عدم اطمینان، درماندگی و برانگیختگی فیزیولوژی است (پورافکاری، ۱۳۷۱). اضطراب بیماری، هراس از احتمال بیمار بودن است. فرد مبتلا به این اختلال مشغولیت فکری مداوم به داشتن، یا احتمال ابتلا به یک بیماری طبی جدی تشخیص داده نشده را دارد. معلمان در این شرایط مجبورند کلاس های خود را به صورت مجازی تشکیل دهند، امتحانات را به صورت مجازی برگزار نمایند و در برابر بیماری نیز از خود مراقبت نمایند. مرور پیشینه پژوهش حاکی از ارتباط بین اضطراب کرونا و استرس شغلی معلمان بود. همچنین نتایج نشان داد بین ابعاد جسمی و روانی اضطراب کرونا و استرس شغلی معلمان رابطه معنی داری وجود دارد. اگرچه در بررسی پیشینه پژوهش، مطالعه ای که تاثیر اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان مورد مطالعه قرار داده باشد، یافت نشد اما نتایج مطالعات مختلف نشان می دهد مطالعات مختلفی در خصوص میزان و علل استرس شغلی در معلمان انجام شده است. نتایج این مطالعات نیز نشان می دهد شرایط استرس زا چون شیوع بیماری زها، با استرس شغلی رابطه دارد.

برای مثال گوینگ^۱ (۲۰۱۷) در تحقیقی با عنوان «رابطه ی بین نوع رفتارهای دانش آموزان و معلمان با استرس کاری معلمان» به این نتیجه رسید که معلمان، والدین و مدیران باید به ایجاد انگیزه در دانش آموزان بپردازند. معلمان بر حضور با انگیزه دانش آموزان در کلاس نیز اثر دارند. نتایج این پژوهش همچنین نشان دهنده ی این است که قوی ترین ارتباط بین استرس شغلی معلمان با کم کاری دانش آموزان است و همچنین حضور بدون آمادگی در سر کلاس درس از مواردی است که برای معلمان استرس آور بوده و خود از نوع رفتارهای معلمان با دانش آموزان نشأت می گیرد. المهندادی و کاپل^۲ (۲۰۱۷). در بررسی استرس در معلمان تربیت بدنی قطر ۸ عامل عدم قدردانی از کار، حجم کار و مسئولیت، برنامه درسی، شأن و موقعیت اجتماعی، حقوق، تجهیزات نامناسب مدرسه، مسائل دانش آموزان و مسئولیت در برابر ایمنی دانش آموزان را به عنوان عوامل استرس زا شناسایی نمودند. به طور کلی بررسی پیشینه پژوهش نشان می دهد، مطالعاتی که تاکنون در جامعه انجام شده، روش و ابزار پژوهش، با مطالعه حاضر متفاوت بوده و به طور کامل اهداف پژوهش حاضر را به طور کامل در بر نمی گیرد. لذا با توجه به خلاء پژوهشی موجود، این مطالعه با هدف بررسی رابطه اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان انجام گرفت.

1. Geving

2. Al-Mohannadi & Capel

روش

پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است و ماهیت کاربردی دارد. جامعه آماری پژوهش را کلیه معلمان ابتدایی تشکیل می‌دهند که تعداد آنها برابر ۵۰۰ نفر است. جهت انتخاب نمونه از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده استفاده شد که بدین منظور از بین جامعه آماری ۱۰۰ نفر به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب شد. بدین صورت که با اعلام فراخوان و توزیع مجازی پرسش نامه اضطراب کرونا (علی پور و همکاران، ۱۳۹۸) و پرسش نامه فشار روانی ناشی از استرس شغلی پارکر و دکوتیس (۱۹۸۳) ترجمه خاقانی زاده و همکاران (۲۰۰۸) استفاده شده است. بدین منظور ابتدا پس از انتخاب نمونه پرسش نامه‌ها با توجه به خطر انتشار کرونا به صورت مجازی طراحی شد. لینک پرسش نامه با استفاده از شبکه‌های مجازی تلگرام، واتس‌آپ، ای‌تا و سروش انتشار یافت. همچنین پس از اتمام فرآیند پاسخ دهی از شرکت کنندگان خواسته شد تا در صورت تمایل با انتخاب گزینه ارسال، در پژوهش شرکت نمایند. در محدوده زمانی شروع تا پایان پژوهش ۲۵۰ نفر پرسش نامه را مشاهده، ۱۰۰ نفر نیز به پرسش نامه پاسخ داده‌اند. ملاحظات اخلاقی نیز شامل: بی‌نام بودن پرسش نامه‌ها، محرمانه بودن اطلاعات و حق انصراف از پاسخ دهی به پژوهش برای افراد امکان پذیر بود.

ابزار پژوهش

مقیاس اضطراب بیماری کرونا: این مقیاس توسط علی پور و همکاران (۱۳۹۸) و به منظور سنجش اضطراب ناشی از شیوع کووید ۱۹ در کشور ایران تهیه و اعتبار یابی شده است. نسخه نهایی این ابزار دارای ۱۸ گویه است. این ابزار در طیف لیکرت چهار گزینه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۳) تنظیم شده است. گویه‌های ۱ تا ۹ مربوط به علائم روانی و گویه‌های ۱۰ تا ۱۸ نیز مربوط به علائم جسمانی است. نمره کل اضطراب کووید ۱۹ نیز از جمع امتیاز هر یک از گویه‌ها به دست می‌آید. نمره کل بین ۰ تا ۵۴ متغیر است. نمرات بالا در این پرسش نامه نشان دهنده سطح بالاتری از اضطراب در افراد است. علی پور و همکاران (۱۳۹۸) در پژوهش خود پایایی ابعاد پرسش نامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای عامل روانی (۰/۸۷۹)، عامل جسمی (۰/۸۶۱) و برای کل پرسش نامه نیز (۰/۹۱۹) گزارش کردند. همچنین در پژوهش علی پور و همکاران (۱۳۹۸)، مقدار ۲-۳ گاتمن برای عامل اول ۰/۸۶۴ و کل پرسش نامه ۰/۹۲۲ به دست آمده است. علی پور و همکاران (۱۳۹۸) روایی پژوهش را نیز از طریق همبسته کردن این ابزار با پرسش نامه سلامت عمومی محاسبه کردند. همبستگی پرسش نامه اضطراب کووید ۱۹ با نمره کل پرسش نامه سلامت عمومی و مؤلفه‌های اضطراب، نشانه‌های جسمی، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی ترتیب برابر با ۰/۴۸، ۰/۵۲، ۰/۴۲، ۰/۳۳، ۰/۲۷ گزارش شده است. در پژوهش حاضر پایایی پرسش نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه و برای عامل روانی (۰/۸۸۶)، عامل جسمی (۰/۸۹۷) و برای کل پرسش نامه نیز (۰/۹۲۹) به دست آمد.

مقیاس استرس شغلی: در این پژوهش جهت سنجش استرس شغلی از پرسش نامه فشار روانی ناشی از استرس شغلی پارکر و دکوتیس (۱۹۸۳) ترجمه خاقانی زاده و همکاران (۲۰۰۸) استفاده شده است. این مقیاس اولین بار توسط این پژوهشگران برای تعیین عوامل فشار زای سازمانی مورد استفاده قرار گرفته است. این مقیاس دارای ۱۲ ماده است که بر روی یک مقیاس ۵ درجه ای از (۱ کاملاً مخالف)، (۲ مخالف)، (۳ بی تفاوت)، (۴ موافق)، (۵ کاملاً موافق) به آن پاسخ داده می شود. در این پرسش نامه فشار روانی شغلی دارای دو بعد "فشار زمانی" و "اضطراب مربوط به شغل" است. سوالات ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲ مربوط به فشار زمانی و سوالات ۱، ۳، ۵، ۶، ۸ مربوط به بعد اضطراب هستند. وو و چن (۲۰۱۰) پایایی کلی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ ذکر نموده اند. گلپز، استتزر و زسو (۲۰۰۴) نیز پایایی کلی این مقیاس را در مطالعات مختلف بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۱ گزارش کرده اند. پارکر و دکوتیس (۱۹۸۳) پایایی دو بعد این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ برای بعد فشار زمانی ۰/۸۶ و برای بعد اضطراب مرتبط با شغل ۰/۷۴ ذکر شده است. روایی این پرسش نامه نیز از طریق همبسته کردن با یک سوال کلی ۰/۵۴ ذکر شده است (به نقل از خاقانی زاده و همکاران، ۲۰۰۸). پس از تکمیل پرسش نامه ها و به حد نصاب رسیدن تعداد افراد داده ها با استفاده از نرم افزار spss26 و آزمون همبستگی جهت بررسی معنی دار بودن فرضیه های تحقیق مورد تحلیل آماری قرار گرفت.

یافته ها

اطلاعات دموگرافیک شرکت کنندگان در جدول ۱، ارائه شده است.

جدول ۱، اطلاعات دموگرافیک شرکت کنندگان در پژوهش

جنسیت	فراوانی مطلق	فراوانی نسبی
زن	۵۹	٪۵۹/۰
مرد	۴۱	٪۴۱/۰
جمع	۱۰۰	٪۱۰۰

تاهل	فراوانی مطلق	فراوانی نسبی
مجرد	۳۵	٪۳۵/۰
متاهل	۶۵	٪۶۵/۰
جمع	۱۰۰	٪۱۰۰

تحصیلات	فراوانی مطلق	فراوانی نسبی
کارشناسی	۷۶	٪۷۶/۰
کارشناسی ارشد	۲۴	٪۲۴/۰
جمع	۱۰۰	٪۱۰۰

متغیر	انحراف معیار \pm میانگین	حداکثر	حداقل
سن	۲۸/۲۹ \pm ۸/۴۷	۵۶	۲۰

جدول ۲. میانگین متغیرهای استرس شغلی، اضطراب کرونا و ابعاد آن در معلمان

متغیر	انحراف معیار \pm میانگین	حداکثر	حداقل
استرس شغلی	۴۶/۱۲ \pm ۱۲/۹۳	۷۶	۲۲
اضطراب کرونا	۱۶/۲۹ \pm ۱۰/۱۹	۵۴	۱
بعد جسمانی	۷/۵۴ \pm ۶/۵۱	۳۰	۰
بعد روانی	۸/۷۵ \pm ۵/۷۶	۲۴	۱

یافته‌های جدول شماره ۲، میانگین و انحراف معیار استرس شغلی، $۴۶/۱۲ \pm ۱۲/۹۳$ ، میانگین و انحراف معیار اضطراب کرونا، $۱۶/۲۹ \pm ۱۰/۱۹$ ، میانگین و انحراف معیار بعد جسمانی اضطراب کرونا، $۷/۵۴ \pm ۶/۵۱$ و میانگین و انحراف معیار بعد جسمانی اضطراب کرونا، $۸/۷۵ \pm ۵/۷۶$ بوده است.

جدول ۳. تعیین ضریب همبستگی اضطراب کرونا و استرس شغلی در معلمان

P *value	ضریب همبستگی	متغیر
۰/۰۰۱	۰/۴۴۴	استرس شغلی
		اضطراب کرونا

با توجه به جدول ۳، بین اضطراب کرونا و استرس شغلی در معلمان رابطه معنادار وجود دارد. همچنین مقدار r^2 برابر $۰/۱۹۷۱$ است، بدین معنی که $۱۹/۲۱$ درصد از واریانس استرس شغلی توسط متغیر اضطراب کرونا قابل تبیین است.

جدول ۴، تعیین ضریب همبستگی بعد جسمی و استرس شغلی در معلمان

P *value	ضریب همبستگی	متغیر
۰/۰۰۸	۰/۳۱۰	استرس شغلی
		بعد جسمی اضطراب کرونا

با توجه به جدول ۴-۸، بین بعد روانی اضطراب کرونا و استرس شغلی در معلمان رابطه معنادار وجود دارد. همچنین مقدار r^2 برابر ۰/۹۶۱ است، بدین معنی که ۹/۶۱ درصد از واریانس استرس شغلی توسط بعد روانی اضطراب کرونا قابل تبیین است.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان دوره ابتدایی شهرستان میبد انجام شد. نتایج پژوهش حاضر حاکی از ارتباط بین اضطراب کرونا و استرس شغلی معلمان دوره ابتدایی شهرستان میبد بود. همچنین نتایج نشان داد بین ابعاد جسمی و روانی اضطراب کرونا و استرس شغلی معلمان دوره ابتدایی شهرستان میبد نیز رابطه معنی داری وجود دارد. نتایج به دست آمده همسو با نتایج پژوهش غلامی و همکاران (۱۳۹۹)، ابراهیمی (۱۳۹۹)، شیوندی و حسنوند (۱۳۹۹) و نقاشیان و همکاران (۱۳۹۸) است. نتایج این مطالعات نیز نشان می‌دهد شرایط استرس زا چون شیوع بیماری زها، با استرس شغلی رابطه دارد. در تبیین یافته‌های پژوهش می‌تواند گفت در شرایط شیوع کووید-۱۹ معلمان مجبورند به شیوه متفاوت تدریس نمایند مساله ای که با افزایش استرس شده است. در واقع ویروس کرونا با محدودیت‌های زیادی همراه بوده به طوری که بسیاری از کسب و کارها شکل متفاوتی پیدا کرده‌اند و برخی نیز تعطیل شدند. یکی از تغییراتی که در کشور ایجاد شده، تعطیلی دانشگاه‌ها و مدارس و استفاده از آموزش‌های مجازی به جای آموزش حضوری بود (علی‌پور و همکاران، ۱۳۹۸). در همه‌گیری کووید-۱۹ معلمان آموزش‌های خود را از طریق شبکه‌های مجازی انجام می‌دهند، فرآیندی که نیاز به استفاده از وسایلی چون گوشی‌های هوشمند، تبلت و رایانه دارد. معلمان در این شرایط مجبورند ساعت‌های زیادی را در شبکه‌های مجازی به تدریس، دیدن تکالیف و ارزشیابی دانش‌آموزان بپردازند، آنچه با نگرانی‌های زیادی همراه بوده است (سلیمی و فردین، ۱۳۹۹). این مساله زمانی می‌تواند آسیب بیشتری را در بر داشته باشد که معلمان مهارت‌های لازم را در خصوص استفاده از این شبکه‌ها، نکات مرتبط با ارگونومی و راه‌های کاهش آسیب‌های فضای مجازی را نیاموخته باشند (پاروانتو^۱ و همکاران، ۲۰۲۰). عاملی که در تشدید استرس شغلی معلمان موثر بوده است. همچنین در مواردی که معلمان مجبورند در کلاس‌های حضوری حضور یابند اضطراب بیماری نیز تشدید شده و استرس شغلی معلمان افزایش می‌یابد ترس از ابتلای معلمان به کرونا و انتقال آن

به اعضای خانواده نیز می‌تواند یکی دیگر از عوامل موثر بر استرس شغلی معلمان در همه‌گیری کرونا باشد. از این رو اضطراب کرونا بر استرس شغلی معلمان دوره ابتدایی شهرستان میبد موثر بوده است. این نتایج ضمن ایجاد افقی روشن و عملی برای درمانگران و مشاوران، در بهبود مشکلات معلمان و افراد مضطرب مؤثر خواهد بود.



منابع

- ابراهیمی، سارا. (۱۳۹۹). بررسی اختلال اضطراب فراگیر معلمان در شرایط همه‌گیری کووید-۱۹. علوم تربیتی، ۲۷(۲)، ۴۵-۶۸.
- بلنده، فرناز و بنیسی، پریناز. (۱۳۹۹). بررسی سبک‌های زندگی با اضطراب ناشی از کرونا در زمان همه‌گیری ویروس کووید ۱۹ در شهر تهران ۱۳۹۹. ششمین کنفرانس سراسری دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران، تهران.
- جلال زاده، محمد و نصیریان، زکیه. (۱۳۹۹). بررسی رابطه استرس شغلی با عملکرد شغلی معلمان دوره ابتدایی. پویا در آموزش علوم تربیتی و مشاوره، ۱۱۲(۱)، ۱۱۵-۱۳۲.
- حمیدی، فریده و شاملو، مهدی. (۱۴۰۰). اثربخشی کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر استرس شغلی و فرسودگی شغلی معلمان. پژوهش در تربیت معلم، ۴(۱)، ۲-۱۳.
- خاتونی، مرضیه، ملاحسنی، مریم و خوئینیها، سعید. (۱۳۹۰). بررسی استرس شغلی و عوامل مرتبط با آن در حسابداران دانشگاه علوم پزشکی قزوین. سلامت کار ایران، ۸(۲)، ۱۸-۱.
- راس، رندال و آلتایمر، الیزابت. (۱۳۹۶). استرس شغلی. تهران: انتشارات بازتاب.
- ربانی، فاطمه، الهامی، سمیرا، قدرتی اصفهانی، زهره و فتح‌الله زاده، نوشین. (۱۳۹۷). مقایسه توانمندی‌های شخصیتی، سبک‌های شخصیتی مقابله با استرس و خودکارآمدی در دو گروه از زنان (خانه‌دار و معلم). مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۱(۱)، ۳۳۰-۳۴۳.
- سادوک، بنجامین جیمز، سادوک، ویرجینیا آلکوت و روئیز، پدرو. (۲۰۱۹). خلاصه روانپزشکی علوم رفتاری/ روانپزشکی بالینی. ترجمه فرزین رضاعی (۱۳۹۹). تهران: انتشارات ارجمند.
- سادوک، بنجامین، احمد، سامون و سادوک، ویرجینیا. (۱۳۹۹). دستنامه روانپزشکی بالینی کاپلان و سادوک ۲۰۱۹. ترجمه فرزین رضاعی، تهران: انتشارات ارجمند.
- شمالی احمدآبادی، مهدی و برخوردار احمدآبادی، عاطفه. اثربخشی واقعیت‌درمانی موردی به شیوه مجازی بر اضطراب کرونا. رویش روان‌شناسی، ۹(۷)، ۱۷۰-۱۶۳.
- شمالی احمدآبادی، مهدی، پورجانب الهی، منصوره، بهجت، آریتا و برخوردار احمدآبادی، عاطفه. (۱۳۹۹). نقش اجتناب تجربه‌ای و جهت‌گیری به کمک‌طلبی حرفه‌ای در پیش‌بینی اضطراب کووید-۱۹. فصلنامه تعالی مشاوره و روان‌درمانی، ۹(۳۶)، ۷۸-۶۷.
- شیوندی، کامران و حسونند، فضل‌الله. (۱۳۹۹). تدوین مدل پیامدهای روان‌شناختی اضطراب ناشی از اپیدمی کروناویروس و بررسی نقش میانجی‌گری سلامت معنوی. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۱۱(۴۲)، ۱-۳۶.

صفدریان، ساسان. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین استرس شغلی و عملکرد شغلی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه گیلان.

علی پور، احمد، قدمی، ابوالفضل، علیپور، زهرا و عبدالله زاده، حسن. (۱۳۹۸). اعتبار یابی مقدماتی مقیاس اضطراب بیماری کرونا (CDAS) در نمونه ایرانی. فصلنامه ۸(۳۲)، ۱۷۵-۱۶۳.

غلامی، عبدالله، صادقی یارندی، محسن، قاسمی، محمد، صادقی یارندی، منصوره، قاسمی کوزه کنان، ایسا و سلطان زاده، احمد. (۱۳۹۹). تاثیر اپیدمی بیماری کرونا و ویروس بر استرس شغلی و بار کار ذهنی: یک مطالعه طولی در یک صنعت شیمیایی. سلامت کار ایران، ۱۷، ۹-۳.

فتحی آیت اله، صادقی سولماز، ملکی راد علی اکبر، رستمی حسین، عبدالمحمدی کریم. تاثیر ابعاد سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و بهزیستی روانشناختی در اضطراب کرونا (کووید ۱۹) در دانشجویان دانشگاه آزاد شهر تبریز فروردین سال ۱۳۹۹. مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک. ۱۳۹۹؛ ۲۳ (۵)

قورچیان، امیر، قدیمی، بهرام، خبیری، کاوه و سهامی، سوسن. (۱۳۹۸). بررسی جامعه شناختی موانع اجتماعی توسعه گردشگری ورزشی در شهر تهران (مورد مطالعه: تحلیل نظرات مدیران ورزشی مناطق ۲۲ گانه شهرداری تهران). مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۲(۴)، ۲۸۸-۲۹۵.

کریمی، فریبا و مرادمند، رضا. (۱۳۹۰). بررسی ابعاد استرس شغلی دبیران دوره متوسطه. نشریه علمی آموزش و ارزشیابی (فصلنامه)، ۴(۱۳)، ۱۰۷-۱۲۲.

کریمی، فریبا و مرادمند، رضا. (۱۳۹۰). بررسی ابعاد استرس شغلی دبیران دوره متوسطه. نشریه علمی آموزش و ارزشیابی، ۴(۱۳)، ۱۰۷-۱۲۲.

کمالی اردکانی، مونا، ملک، مریم، عطارچی، میرسعید و محمدی، صابر. (۱۳۹۲). بررسی استرس شغلی و عوامل مؤثر بر آن در دانشجویان پزشکی. فصلنامه علمی تخصصی طب کار، ۵(۱)، ۳۳-۲۴.

گرچی پستی، مرضیه و پرزیوند، پروین. (۱۳۹۴). بررسی استرس شغلی و عوامل مؤثر بر آن. اولین کنفرانس بین المللی مدیریت، اقتصاد، حسابداری و علوم تربیتی، ساری.

گنجی، مهدی. (۱۳۹۹). *آسیب شناسی روانی DSM-5*. تهران: ساوالان.

ناستی زایی ناصر، سابقی فرامرز. رابطه وابستگی افراطی به کار با استرس شغلی و فرسودگی شغلی در معلمان. سلامت کار ایران. ۱۳۹۵؛ ۱۳ (۲): ۷۹-۹۱

Al-Mohannadi, Ahmad & Capel, Susan (2017). Stress in physical education teachers in Qatar, *Social Psychology of Education*, Vol.10, No.1, pp.55-75.

Cetin, C., & Dede, E. (2018). The effect of perceived stress dimensions on self-efficacy and job burnout of public school teachers. *Archives of Business Research*, 6(7).

Gao, J., Galley, M., & Li, L. (2018, June). Neural approaches to conversational ai. In The 41st International ACM SIGIR Conference on Research & Development in Information Retrieval (pp. 1371-1374).

Geving, Allison M (2017). Identifying the types of student and teacher behaviours associated with teacher stress. *Teaching and Teacher Education*, Vol.23, pp.624- 640.

Lambert, E. G., Qureshi, H., Frank, J., Klahm, C., & Smith, B. (2018). Job stress, job involvement, job satisfaction, and organizational commitment and their associations with job burnout among Indian police officers: A research note. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 33(2), 85-99.

Le Blanc, P., de Jonge, J., & Schaufeli, W. B. (2000). *Job stress and health*. Blackwell Publishing.

Menge, Lingqi & Liu, Shujie (2008). Mathematics teacher stress in Chinese secondary schools. *Journal of Educational Enquiry*, Vol.8, No.1, pp.73 -96.

Troesch, L. M., & Bauer, C. E. (2017). Second career teachers: Job satisfaction, job stress, and the role of self-efficacy. *Teaching and Teacher Education*, 67, 389-398.

World Health Organization. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) situation report-34. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 2020.

Wu, Z., & McGoogan, J. M. (2020). Characteristics of and important lessons from the coronavirus disease 2019 (COVID- 19) outbreak in China: summary of a report of 72 314 cases from the Chinese Center for Disease Control and Prevention.

Jama. Published online February 24, 2020. doi:10.1001/jama.2020.2648.

Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., ... & Niu, P. (2020). A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. *New England Journal of Medicine*, 382(8), 727-733.