

پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با میانجی‌گری تاب‌آوری کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس

Predicting burnout based on cognitive flexibility and cognitive ergonomics with the mediation of resilience among employees of the Persian Gulf petrochemical industries

Maryam Ramazanalipour

PhD Student in General Psychology, Department of Psychology, I.C., Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran.

Dr. Nahid Shafiee *

Assistant Professor, Department of Educational Sciences, I.C., Islamic Azad University, Islamshahr Branch, Islamshahr, Iran.

Nahid.Shafiee@iaau.ac.ir

Dr. Ozra Ghaffari Nouran

Associate Professor, Department of Psychology, I.C., Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran.

مریم رمضانعلی پور

دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران.

دکتر ناهید شفیعی (نویسنده مسئول)

استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد اسلامشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلامشهر، ایران.

دکتر عدرا غفاری نوران

دانشیار، گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران.

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of resilience in the relationship between cognitive flexibility and cognitive ergonomics with burnout among employees of the Persian Gulf petrochemical industries. The present descriptive-correlational study was of the type of structural equation modeling. The statistical population was 1600 employees of the Persian Gulf Petrochemical Industries in 2024, of which 250 were selected by a stratified random sampling method. Data were collected by Dennis & Vander Wal's Cognitive Flexibility Questionnaire (CFI, 2010), Shafiee's Cognitive Ergonomics (CEQ, 2022), Maslach & Jackson's Maslach Burnout Inventory (MBI, 1981), and Connor and Davidson's Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC, 2003). The data obtained were analyzed through correlation tests and structural equation modeling. The results showed that cognitive flexibility, cognitive ergonomics, and resilience have a direct and significant effect on burnout in employees ($P < 0.01$). Also, cognitive flexibility and cognitive ergonomics have an indirect and significant effect on burnout through the mediation of resilience in employees ($P < 0.01$). Also, the modified model had a good fit. ($P < 0.01$). Therefore, by implementing programs and interventions to increase cognitive flexibility and cognitive ergonomics as well as resilience, burnout in employees can be reduced.

Keywords: Cognitive Flexibility, Cognitive Ergonomics, Resilience, Burnout.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با فرسودگی کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری، کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس به تعداد ۱۶۰۰ نفر در سال ۱۴۰۳ بود که ۲۵۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌ها توسط پرسشنامه‌های انعطاف‌پذیری شناختی دنیس و واندروال (CFI، ۲۰۱۰)، ارگونومی شناختی شفیعی (۱۴۰۱)، فرسودگی شغلی مسلش و جکسون (MBI، ۱۹۸۱) و تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳، CD-RISC) جمع‌آوری گردید. داده‌های به‌دست‌آمده از طریق آزمون همبستگی و مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که مدل اصلاح‌شده از برازش مطلوبی برخوردار بود. بر این اساس انعطاف‌پذیری شناختی، ارگونومی شناختی و تاب‌آوری بر فرسودگی شغلی در کارکنان اثر مستقیم و معناداری دارد ($P < 0.01$). همچنین انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی بر فرسودگی شغلی با میانجی‌گری تاب‌آوری در کارکنان تأثیر غیرمستقیم و معناداری دارد ($P < 0.01$). ازاین‌رو، با اعمال برنامه‌ها و مداخلاتی برای افزایش انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی و همچنین تاب‌آوری می‌توان از فرسودگی شغلی در کارکنان کاست.

واژه‌های کلیدی: انعطاف‌پذیری شناختی، ارگونومی شناختی، تاب‌آوری، فرسودگی شغلی.

مقدمه

کار در زندگی هر فرد، بخش مهمی از حیات وی محسوب می‌شود که صرف‌نظر از بعد اقتصادی^۱، می‌تواند تعداد زیادی از نیازهای اساسی افراد، مانند نیازهای روانی^۲ و جسمی^۳ را برآورده سازد. یکی از مفاهیمی که اخیراً در کانون توجه بسیاری از روانشناسان صنعتی و سازمانی قرار گرفته، فرسودگی شغلی^۴ است (رانگاراچان^۵ و همکاران، ۲۰۲۵). فرسودگی شغلی حالتی از استرس جسمی^۶ و روانی است که در پاسخ به خواسته‌های عاطفی حرفه‌ای افراد ایجاد می‌شود (ارزیان^۷ و همکاران، ۲۰۲۲). با توجه به نظر مسلش^۸ و همکاران (۲۰۰۱) فرسودگی شغلی عبارت‌اند از: خستگی عاطفی^۹، مسخ شخصیت^{۱۰} و ناکارآمدی^{۱۱}، بعد اول، فرسودگی شغلی شامل احساس فرسودگی جسمی یا ذهنی، خستگی و از دست دادن انرژی است و زمانی بروز می‌کند که افراد احساس ناامیدی^{۱۲} یا افسردگی^{۱۳} داشته باشند که می‌تواند در هر دو جنبه روحی و جسمی رخ دهد (مرادی و همکاران، ۱۴۰۲). بعد دوم یا همان مسخ شخصیت یک احساس یا نگرش منفی یا کناره‌گیری نسبت به دیگران و مسئولیت‌پذیری خود را توصیف می‌کند و در نهایت، بعد سوم ناکارآمدی به پاسخ منفی به خود یا موفقیت شخصی اشاره دارد که در قالب افسردگی، اعتمادبه‌نفس پایین، بهره‌وری ضعیف و ناتوانی در حل مسئله خود را نشان می‌دهد (زرین کلک و همکاران، ۱۴۰۲).

یکی از متغیرهایی که بر فرسودگی شغلی کارکنان تأثیر دارد، انعطاف‌پذیری شناختی^{۱۴} است (یانزنگ^{۱۵} و همکاران، ۲۰۲۴). انعطاف‌پذیری شناختی^{۱۶} (که توانایی جابجایی ذهنی نیز خوانده می‌شود) شیوه‌ای از پردازش ذهنی است که فرد به تنظیم مجدد منابع ذهنی در نتایجی متناوب می‌پردازد (اکبری و همکاران، ۲۰۲۱) و نتیجه‌ی درگیری چند سیستم شناختی است که از نظر واژگان معنایی و اجرایی برای تفکر بسیار مهم هستند (مارکو و ریسانسکی^{۱۷}، ۲۰۱۸). آرچر^{۱۸} و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهش خود نشان دادند که انعطاف‌پذیری شناختی بر فرسودگی شغلی در خلبانان تأثیر دارد. ژانگ^{۱۹} و همکاران (۲۰۲۲) نیز به این نتیجه رسیدند که انعطاف‌پذیری شناختی بر فرسودگی شغلی ناشی از کرونا در کارکنان نقش دارد.

از طرفی تغییرات در سیستم‌ها، همچنین تعامل انسان و سیستم را تغییر می‌دهد که اغلب عملکرد شخصی و تیمی را کاهش می‌دهد و منجر به فرسودگی شغلی می‌شود (ماکادو^{۲۰} و همکاران، ۲۰۲۰). متخصصان ارگونومی و فاکتورهای انسانی می‌توانند به توسعه راه‌حل‌های مناسب برای حمایت از عملکرد فرد و تیم در سازمان کمک کند (گارسس^{۲۱}، ۲۰۲۰). طبق انجمن بین‌المللی ارگونومی، ارگونومی شناختی شاخه‌ای از علم عوامل انسانی است و تعامل فرآیندهای شناختی انسان مانند ادراک، حافظه، استدلال و پاسخ حرکتی را با سایر عناصر سیستم بررسی می‌کند (وانگ^{۲۲} و همکاران، ۲۰۲۵). کاظمی و اسمیت^{۲۳} (۲۰۲۳) در پژوهش خود نشان دادند ارگونومی شناختی در چالش‌های نوظهور عوامل انسانی در حوزه شغلی در جهت کاهش فرسودگی شغلی و ارتقای عملکرد شغلی، نقش مؤثری ایفا می‌کند. شین^{۲۴} و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که به‌کارگیری اصول ارگونومی شناختی در طراحی محیط‌های بالینی، موجب کاهش خطاهای انسانی، بهبود عملکرد تصمیم‌گیری و کاهش خستگی شناختی در کارکنان درمانی شد. در مطالعه‌ای دیگر، کابر^{۲۵} و همکاران (۲۰۲۰)

1. Economic
2. Mental Needs
3. Physical Needs
4. Job Burnout
5. Rangarajan
6. Physical Stress
7. Ersayan
8. Maslach
9. Emotional Exhaustion
10. Cynicism
11. Nefficacy
12. Disappointment
13. Depression
14. Cognitive Flexibility
15. Yanzeng
16. Cognitive Flexibility
17. Marko & Riečanský
18. Archer
19. Zhang
20. Machado
21. Gurses
22. Wang
23. Smith
24. Shin
25. Kaber

رتال جامع علوم انسانی

دریافتند که طراحی‌های مبتنی بر ارگونومی شناختی در مراکز کنترل ترافیک هوایی، منجر به بهبود پایدار در عملکرد شناختی و کاهش سطح فرسودگی و فشار روانی کارکنان شد.

اگرچه مطالعات متعددی در مورد تأثیر انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی بر فرسودگی شغلی انجام شده است، بااین حال مکانیسم‌های تأثیرگذار در این رابطه مشخص نیست؛ بنابراین مستندسازی ارتباط بین انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی به عنوان متغیرهای پیش‌بین فرسودگی شغلی، این پرسش را ایجاد می‌کند که چه مکانیزمی می‌تواند در توضیح دلیل وجود چنین رابطه‌ای کمک کند؟ با توجه به پژوهش‌های پیشین، تاب‌آوری^۱ یکی از عواملی است که نقش مهمی در فرسودگی شغلی دارد (هاتاب^۲ و همکاران، ۲۰۲۵). تاب‌آوری یک مفهوم بالقوه برای کمک به افراد برای حفظ یا بازیابی سازگاری علی‌رغم چالش‌های موجود در زندگی است (سوریجاه^۳ و همکاران، ۲۰۲۳). تاب‌آوری یا توانایی بهبود و بازگشت به حالت اولیه در مواجهه با شرایط ناگوار زندگی مورد بررسی قرار گرفته است. این سازه، مجموعه‌ای از ویژگی‌های فردی و فرایندی است که در شرایط نامساعد زندگی به سازگاری موفق افراد کمک می‌کند (سیستو^۴ و همکاران، ۲۰۱۹). برخی از صاحب‌نظران تاب‌آوری را فرایند پویایی می‌دانند که با توجه به فرصت‌های پیش‌آمده در فرایند زندگی و از زمانی به زمان دیگر متغیر است و معتقدند که تاب‌آوری کیفیتی منعطف و تغییرپذیر دارد (والر^۵، ۲۰۲۱). افراد دارای سطح بالای تاب‌آوری با احتمال بیشتری در زندگی خود عواطف مثبت را تجربه می‌نمایند و اعتمادبه‌نفس بالاتری داشته و در مقایسه با افرادی که از سطح پایین تاب‌آوری برخوردارند، سازگاری روان‌شناختی بهتری دارند (حسینی و همکاران، ۱۴۰۰). زائوپانو^۶ و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهش خود نشان دادند تاب‌آوری در پیش‌بینی علائم فرسودگی در کارکنان نقش دارد. پرسونز^۷ و همکاران (۲۰۲۲) نیز نشان دادند که انعطاف‌پذیری شناختی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معناداری دارد.

با توجه به آنچه گفته شد ب شناخت و پیشگیری از فرسودگی شغلی در کارکنان منابع پتروشیمی خلیج فارس، می‌تواند در بالا بردن بهداشت روانی افراد و ارتقاء سطح کیفیت و رضایت از ارائه خدمات این کارکنان مؤثر باشد. یافته‌های این پژوهش می‌تواند به مدیران منابع انسانی، مشاوران سازمانی و سیاست‌گذاران صنعتی کمک کند تا با شناسایی نقش انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی، برنامه‌های آموزشی و مداخلات مناسبی برای تقویت تاب‌آوری کارکنان طراحی کنند و از این طریق میزان فرسودگی شغلی را کاهش دهند. همچنین این نتایج در بهبود محیط کار، ارتقاء سلامت روان کارکنان، افزایش بهره‌وری سازمانی و کاهش هزینه‌های ناشی از فرسودگی و ترک شغل در صنایع بزرگ، به‌ویژه صنعت پتروشیمی، کاربرد عملی دارد. حال با توجه به آنچه گفته شد پژوهش حاضر پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با فرسودگی کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس انجام شد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی از نوع معادلات ساختاری بود. در پژوهش حاضر جامعه آماری، کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس به تعداد ۱۶۰۰ نفر در سال ۱۴۰۳ بود. در تعیین حجم نمونه با استفاده از روش مبتنی بر معادله و آزمون به روش تجزیه مدل رگرسیون محور چندگانه جهت پیش‌بینی متغیر درون‌زا با توجه به مدل مفهومی ارائه‌شده با استفاده از نرم‌افزار Gpower مبتنی بر متغیرهای مکنون و متغیرهای آشکار با مقدار خطای ۰/۰۵ در بازه اطمینان ۹۵ درصد و اندازه اثر ۰/۲ به تعداد ۲۵۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای به عنوان حجم نمونه انتخاب شد و که در نهایت با بررسی و جمع‌بندی پرسشنامه‌های تکمیل‌شده توسط شرکت‌کننده‌ها، اطلاعات کسب شده از ۲۴۸ نفر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. ملاک‌های ورود شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، کارمند پتروشیمی خلیج فارس، عدم ابتلا به اختلالات روان‌پزشکی و بیماری جسمی حاد و عدم اعتیاد (طبق فرم خود اظهاری شرکت‌کنندگان) بود. همچنین ملاک‌های خروج از پژوهش شامل عدم پاسخگویی به سؤالات پرسشنامه در زمان تعیین شده و ارسال دیر پاسخنامه توسط شرکت‌کنندگان بود. برای دستیابی به نمونه‌های پژوهش ابتدا با مدیران پتروشیمی خلیج فارس، پیرامون هدف و

1. Resilience
2. Hattab
3. Surijah
4. Sisto
5. Waller
6. Zoupanou
7. Parsons

پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با میانجی‌گری تاب‌آوری کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس
Predicting burnout based on cognitive flexibility and cognitive ergonomics with the mediation of resilience among ...

فرآیند انجام تحقیق و مجوزهای کسب‌شده، گفت‌وگویی صورت پذیرفت و سپس با کسب رضایتمندی از مدیران پتروشیمی، این امکان فراهم گردید که در خصوص اجرای پرسشنامه‌ها با کارکنان مصاحبه اولیه‌ای انجام پذیرد و پرسشنامه‌ها در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت. ضمن تشریح چگونگی انجام پژوهش قبل از پاسخ دهی به سؤالات پرسشنامه، به شرکت کنندگان این اطمینان داده شد که اطلاعات دریافت شده به صورت کاملاً محرمانه و بدون دریافت و در نظر گرفتن مشخصات شناسنامه ای افراد خواهد بود. همین‌طور، همراه با سؤالات، فرم رضایت‌نامه نیز در ابتدای پرسشنامه‌ها قرار داده شده بود تا شرکت‌کننده با رضایت کامل در فرایند پژوهش شرکت کنند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از مدل معادلات ساختاری و آزمون‌های ضریب همبستگی پیرسون، اجرای بوت‌استرپ ماکرو پریچر و هیز برای بررسی نقش میانجی‌گری متغیرهای میانجی در مدل استفاده شد که به‌وسیله نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۱۸ تحلیل شدند.

ابزار سنجش

پرسشنامه فرسودگی شغلی^۱ (MBI): این پرسشنامه توسط مسلس و جکسون^۲ در سال ۱۹۸۱ ساخته شده و شامل ۲۲ گویه است و طبق طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای نمره‌گذاری می‌شود. این پرسشنامه جنبه‌های سه‌گانه فرسودگی شغلی یعنی خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و فقدان موفقیت فردی را می‌سنجد. امتیازبندی گزینه‌های این آزمون در یک طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً موافقم= ۱ تا کاملاً مخالفم= ۵ انجام می‌شود. البته سؤالات (۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۰، ۴۱، ۴۲، ۴۳، ۴۴، ۴۵، ۴۶، ۴۷، ۴۸، ۴۹، ۵۰، ۵۱، ۵۲، ۵۳، ۵۴، ۵۵، ۵۶، ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵، ۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۵۰، ۲۵۱، ۲۵۲، ۲۵۳، ۲۵۴، ۲۵۵، ۲۵۶، ۲۵۷، ۲۵۸، ۲۵۹، ۲۶۰، ۲۶۱، ۲۶۲، ۲۶۳، ۲۶۴، ۲۶۵، ۲۶۶، ۲۶۷، ۲۶۸، ۲۶۹، ۲۷۰، ۲۷۱، ۲۷۲، ۲۷۳، ۲۷۴، ۲۷۵، ۲۷۶، ۲۷۷، ۲۷۸، ۲۷۹، ۲۸۰، ۲۸۱، ۲۸۲، ۲۸۳، ۲۸۴، ۲۸۵، ۲۸۶، ۲۸۷، ۲۸۸، ۲۸۹، ۲۹۰، ۲۹۱، ۲۹۲، ۲۹۳، ۲۹۴، ۲۹۵، ۲۹۶، ۲۹۷، ۲۹۸، ۲۹۹، ۳۰۰، ۳۰۱، ۳۰۲، ۳۰۳، ۳۰۴، ۳۰۵، ۳۰۶، ۳۰۷، ۳۰۸، ۳۰۹، ۳۱۰، ۳۱۱، ۳۱۲، ۳۱۳، ۳۱۴، ۳۱۵، ۳۱۶، ۳۱۷، ۳۱۸، ۳۱۹، ۳۲۰، ۳۲۱، ۳۲۲، ۳۲۳، ۳۲۴، ۳۲۵، ۳۲۶، ۳۲۷، ۳۲۸، ۳۲۹، ۳۳۰، ۳۳۱، ۳۳۲، ۳۳۳، ۳۳۴، ۳۳۵، ۳۳۶، ۳۳۷، ۳۳۸، ۳۳۹، ۳۴۰، ۳۴۱، ۳۴۲، ۳۴۳، ۳۴۴، ۳۴۵، ۳۴۶، ۳۴۷، ۳۴۸، ۳۴۹، ۳۵۰، ۳۵۱، ۳۵۲، ۳۵۳، ۳۵۴، ۳۵۵، ۳۵۶، ۳۵۷، ۳۵۸، ۳۵۹، ۳۶۰، ۳۶۱، ۳۶۲، ۳۶۳، ۳۶۴، ۳۶۵، ۳۶۶، ۳۶۷، ۳۶۸، ۳۶۹، ۳۷۰، ۳۷۱، ۳۷۲، ۳۷۳، ۳۷۴، ۳۷۵، ۳۷۶، ۳۷۷، ۳۷۸، ۳۷۹، ۳۸۰، ۳۸۱، ۳۸۲، ۳۸۳، ۳۸۴، ۳۸۵، ۳۸۶، ۳۸۷، ۳۸۸، ۳۸۹، ۳۹۰، ۳۹۱، ۳۹۲، ۳۹۳، ۳۹۴، ۳۹۵، ۳۹۶، ۳۹۷، ۳۹۸، ۳۹۹، ۴۰۰، ۴۰۱، ۴۰۲، ۴۰۳، ۴۰۴، ۴۰۵، ۴۰۶، ۴۰۷، ۴۰۸، ۴۰۹، ۴۱۰، ۴۱۱، ۴۱۲، ۴۱۳، ۴۱۴، ۴۱۵، ۴۱۶، ۴۱۷، ۴۱۸، ۴۱۹، ۴۲۰، ۴۲۱، ۴۲۲، ۴۲۳، ۴۲۴، ۴۲۵، ۴۲۶، ۴۲۷، ۴۲۸، ۴۲۹، ۴۳۰، ۴۳۱، ۴۳۲، ۴۳۳، ۴۳۴، ۴۳۵، ۴۳۶، ۴۳۷، ۴۳۸، ۴۳۹، ۴۴۰، ۴۴۱، ۴۴۲، ۴۴۳، ۴۴۴، ۴۴۵، ۴۴۶، ۴۴۷، ۴۴۸، ۴۴۹، ۴۵۰، ۴۵۱، ۴۵۲، ۴۵۳، ۴۵۴، ۴۵۵، ۴۵۶، ۴۵۷، ۴۵۸، ۴۵۹، ۴۶۰، ۴۶۱، ۴۶۲، ۴۶۳، ۴۶۴، ۴۶۵، ۴۶۶، ۴۶۷، ۴۶۸، ۴۶۹، ۴۷۰، ۴۷۱، ۴۷۲، ۴۷۳، ۴۷۴، ۴۷۵، ۴۷۶، ۴۷۷، ۴۷۸، ۴۷۹، ۴۸۰، ۴۸۱، ۴۸۲، ۴۸۳، ۴۸۴، ۴۸۵، ۴۸۶، ۴۸۷، ۴۸۸، ۴۸۹، ۴۹۰، ۴۹۱، ۴۹۲، ۴۹۳، ۴۹۴، ۴۹۵، ۴۹۶، ۴۹۷، ۴۹۸، ۴۹۹، ۵۰۰، ۵۰۱، ۵۰۲، ۵۰۳، ۵۰۴، ۵۰۵، ۵۰۶، ۵۰۷، ۵۰۸، ۵۰۹، ۵۱۰، ۵۱۱، ۵۱۲، ۵۱۳، ۵۱۴، ۵۱۵، ۵۱۶، ۵۱۷، ۵۱۸، ۵۱۹، ۵۲۰، ۵۲۱، ۵۲۲، ۵۲۳، ۵۲۴، ۵۲۵، ۵۲۶، ۵۲۷، ۵۲۸، ۵۲۹، ۵۳۰، ۵۳۱، ۵۳۲، ۵۳۳، ۵۳۴، ۵۳۵، ۵۳۶، ۵۳۷، ۵۳۸، ۵۳۹، ۵۴۰، ۵۴۱، ۵۴۲، ۵۴۳، ۵۴۴، ۵۴۵، ۵۴۶، ۵۴۷، ۵۴۸، ۵۴۹، ۵۵۰، ۵۵۱، ۵۵۲، ۵۵۳، ۵۵۴، ۵۵۵، ۵۵۶، ۵۵۷، ۵۵۸، ۵۵۹، ۵۶۰، ۵۶۱، ۵۶۲، ۵۶۳، ۵۶۴، ۵۶۵، ۵۶۶، ۵۶۷، ۵۶۸، ۵۶۹، ۵۷۰، ۵۷۱، ۵۷۲، ۵۷۳، ۵۷۴، ۵۷۵، ۵۷۶، ۵۷۷، ۵۷۸، ۵۷۹، ۵۸۰، ۵۸۱، ۵۸۲، ۵۸۳، ۵۸۴، ۵۸۵، ۵۸۶، ۵۸۷، ۵۸۸، ۵۸۹، ۵۹۰، ۵۹۱، ۵۹۲، ۵۹۳، ۵۹۴، ۵۹۵، ۵۹۶، ۵۹۷، ۵۹۸، ۵۹۹، ۶۰۰، ۶۰۱، ۶۰۲، ۶۰۳، ۶۰۴، ۶۰۵، ۶۰۶، ۶۰۷، ۶۰۸، ۶۰۹، ۶۱۰، ۶۱۱، ۶۱۲، ۶۱۳، ۶۱۴، ۶۱۵، ۶۱۶، ۶۱۷، ۶۱۸، ۶۱۹، ۶۲۰، ۶۲۱، ۶۲۲، ۶۲۳، ۶۲۴، ۶۲۵، ۶۲۶، ۶۲۷، ۶۲۸، ۶۲۹، ۶۳۰، ۶۳۱، ۶۳۲، ۶۳۳، ۶۳۴، ۶۳۵، ۶۳۶، ۶۳۷، ۶۳۸، ۶۳۹، ۶۴۰، ۶۴۱، ۶۴۲، ۶۴۳، ۶۴۴، ۶۴۵، ۶۴۶، ۶۴۷، ۶۴۸، ۶۴۹، ۶۵۰، ۶۵۱، ۶۵۲، ۶۵۳، ۶۵۴، ۶۵۵، ۶۵۶، ۶۵۷، ۶۵۸، ۶۵۹، ۶۶۰، ۶۶۱، ۶۶۲، ۶۶۳، ۶۶۴، ۶۶۵، ۶۶۶، ۶۶۷، ۶۶۸، ۶۶۹، ۶۷۰، ۶۷۱، ۶۷۲، ۶۷۳، ۶۷۴، ۶۷۵، ۶۷۶، ۶۷۷، ۶۷۸، ۶۷۹، ۶۸۰، ۶۸۱، ۶۸۲، ۶۸۳، ۶۸۴، ۶۸۵، ۶۸۶، ۶۸۷، ۶۸۸، ۶۸۹، ۶۹۰، ۶۹۱، ۶۹۲، ۶۹۳، ۶۹۴، ۶۹۵، ۶۹۶، ۶۹۷، ۶۹۸، ۶۹۹، ۷۰۰، ۷۰۱، ۷۰۲، ۷۰۳، ۷۰۴، ۷۰۵، ۷۰۶، ۷۰۷، ۷۰۸، ۷۰۹، ۷۱۰، ۷۱۱، ۷۱۲، ۷۱۳، ۷۱۴، ۷۱۵، ۷۱۶، ۷۱۷، ۷۱۸، ۷۱۹، ۷۲۰، ۷۲۱، ۷۲۲، ۷۲۳، ۷۲۴، ۷۲۵، ۷۲۶، ۷۲۷، ۷۲۸، ۷۲۹، ۷۳۰، ۷۳۱، ۷۳۲، ۷۳۳، ۷۳۴، ۷۳۵، ۷۳۶، ۷۳۷، ۷۳۸، ۷۳۹، ۷۴۰، ۷۴۱، ۷۴۲، ۷۴۳، ۷۴۴، ۷۴۵، ۷۴۶، ۷۴۷، ۷۴۸، ۷۴۹، ۷۵۰، ۷۵۱، ۷۵۲، ۷۵۳، ۷۵۴، ۷۵۵، ۷۵۶، ۷۵۷، ۷۵۸، ۷۵۹، ۷۶۰، ۷۶۱، ۷۶۲، ۷۶۳، ۷۶۴، ۷۶۵، ۷۶۶، ۷۶۷، ۷۶۸، ۷۶۹، ۷۷۰، ۷۷۱، ۷۷۲، ۷۷۳، ۷۷۴، ۷۷۵، ۷۷۶، ۷۷۷، ۷۷۸، ۷۷۹، ۷۸۰، ۷۸۱، ۷۸۲، ۷۸۳، ۷۸۴، ۷۸۵، ۷۸۶، ۷۸۷، ۷۸۸، ۷۸۹، ۷۹۰، ۷۹۱، ۷۹۲، ۷۹۳، ۷۹۴، ۷۹۵، ۷۹۶، ۷۹۷، ۷۹۸، ۷۹۹، ۸۰۰، ۸۰۱، ۸۰۲، ۸۰۳، ۸۰۴، ۸۰۵، ۸۰۶، ۸۰۷، ۸۰۸، ۸۰۹، ۸۱۰، ۸۱۱، ۸۱۲، ۸۱۳، ۸۱۴، ۸۱۵، ۸۱۶، ۸۱۷، ۸۱۸، ۸۱۹، ۸۲۰، ۸۲۱، ۸۲۲، ۸۲۳، ۸۲۴، ۸۲۵، ۸۲۶، ۸۲۷، ۸۲۸، ۸۲۹، ۸۳۰، ۸۳۱، ۸۳۲، ۸۳۳، ۸۳۴، ۸۳۵، ۸۳۶، ۸۳۷، ۸۳۸، ۸۳۹، ۸۴۰، ۸۴۱، ۸۴۲، ۸۴۳، ۸۴۴، ۸۴۵، ۸۴۶، ۸۴۷، ۸۴۸، ۸۴۹، ۸۵۰، ۸۵۱، ۸۵۲، ۸۵۳، ۸۵۴، ۸۵۵، ۸۵۶، ۸۵۷، ۸۵۸، ۸۵۹، ۸۶۰، ۸۶۱، ۸۶۲، ۸۶۳، ۸۶۴، ۸۶۵، ۸۶۶، ۸۶۷، ۸۶۸، ۸۶۹، ۸۷۰، ۸۷۱، ۸۷۲، ۸۷۳، ۸۷۴، ۸۷۵، ۸۷۶، ۸۷۷، ۸۷۸، ۸۷۹، ۸۸۰، ۸۸۱، ۸۸۲، ۸۸۳، ۸۸۴، ۸۸۵، ۸۸۶، ۸۸۷، ۸۸۸، ۸۸۹، ۸۹۰، ۸۹۱، ۸۹۲، ۸۹۳، ۸۹۴، ۸۹۵، ۸۹۶، ۸۹۷، ۸۹۸، ۸۹۹، ۹۰۰، ۹۰۱، ۹۰۲، ۹۰۳، ۹۰۴، ۹۰۵، ۹۰۶، ۹۰۷، ۹۰۸، ۹۰۹، ۹۱۰، ۹۱۱، ۹۱۲، ۹۱۳، ۹۱۴، ۹۱۵، ۹۱۶، ۹۱۷، ۹۱۸، ۹۱۹، ۹۲۰، ۹۲۱، ۹۲۲، ۹۲۳، ۹۲۴، ۹۲۵، ۹۲۶، ۹۲۷، ۹۲۸، ۹۲۹، ۹۳۰، ۹۳۱، ۹۳۲، ۹۳۳، ۹۳۴، ۹۳۵، ۹۳۶، ۹۳۷، ۹۳۸، ۹۳۹، ۹۴۰، ۹۴۱، ۹۴۲، ۹۴۳، ۹۴۴، ۹۴۵، ۹۴۶، ۹۴۷، ۹۴۸، ۹۴۹، ۹۵۰، ۹۵۱، ۹۵۲، ۹۵۳، ۹۵۴، ۹۵۵، ۹۵۶، ۹۵۷، ۹۵۸، ۹۵۹، ۹۶۰، ۹۶۱، ۹۶۲، ۹۶۳، ۹۶۴، ۹۶۵، ۹۶۶، ۹۶۷، ۹۶۸، ۹۶۹، ۹۷۰، ۹۷۱، ۹۷۲، ۹۷۳، ۹۷۴، ۹۷۵، ۹۷۶، ۹۷۷، ۹۷۸، ۹۷۹، ۹۸۰، ۹۸۱، ۹۸۲، ۹۸۳، ۹۸۴، ۹۸۵، ۹۸۶، ۹۸۷، ۹۸۸، ۹۸۹، ۹۹۰، ۹۹۱، ۹۹۲، ۹۹۳، ۹۹۴، ۹۹۵، ۹۹۶، ۹۹۷، ۹۹۸، ۹۹۹، ۱۰۰۰، ۱۰۰۱، ۱۰۰۲، ۱۰۰۳، ۱۰۰۴، ۱۰۰۵، ۱۰۰۶، ۱۰۰۷، ۱۰۰۸، ۱۰۰۹، ۱۰۱۰، ۱۰۱۱، ۱۰۱۲، ۱۰۱۳، ۱۰۱۴، ۱۰۱۵، ۱۰۱۶، ۱۰۱۷، ۱۰۱۸، ۱۰۱۹، ۱۰۲۰، ۱۰۲۱، ۱۰۲۲، ۱۰۲۳، ۱۰۲۴، ۱۰۲۵، ۱۰۲۶، ۱۰۲۷، ۱۰۲۸، ۱۰۲۹، ۱۰۳۰، ۱۰۳۱، ۱۰۳۲، ۱۰۳۳، ۱۰۳۴، ۱۰۳۵، ۱۰۳۶، ۱۰۳۷، ۱۰۳۸، ۱۰۳۹، ۱۰۴۰، ۱۰۴۱، ۱۰۴۲، ۱۰۴۳، ۱۰۴۴، ۱۰۴۵، ۱۰۴۶، ۱۰۴۷، ۱۰۴۸، ۱۰۴۹، ۱۰۵۰، ۱۰۵۱، ۱۰۵۲، ۱۰۵۳، ۱۰۵۴، ۱۰۵۵، ۱۰۵۶، ۱۰۵۷، ۱۰۵۸، ۱۰۵۹، ۱۰۶۰، ۱۰۶۱، ۱۰۶۲، ۱۰۶۳، ۱۰۶۴، ۱۰۶۵، ۱۰۶۶، ۱۰۶۷، ۱۰۶۸، ۱۰۶۹، ۱۰۷۰، ۱۰۷۱، ۱۰۷۲، ۱۰۷۳، ۱۰۷۴، ۱۰۷۵، ۱۰۷۶، ۱۰۷۷، ۱۰۷۸، ۱۰۷۹، ۱۰۸۰، ۱۰۸۱، ۱۰۸۲، ۱۰۸۳، ۱۰۸۴، ۱۰۸۵، ۱۰۸۶، ۱۰۸۷، ۱۰۸۸، ۱۰۸۹، ۱۰۹۰، ۱۰۹۱، ۱۰۹۲، ۱۰۹۳، ۱۰۹۴، ۱۰۹۵، ۱۰۹۶، ۱۰۹۷، ۱۰۹۸، ۱۰۹۹، ۱۱۰۰، ۱۱۰۱، ۱۱۰۲، ۱۱۰۳، ۱۱۰۴، ۱۱۰۵، ۱۱۰۶، ۱۱۰۷، ۱۱۰۸، ۱۱۰۹، ۱۱۱۰، ۱۱۱۱، ۱۱۱۲، ۱۱۱۳، ۱۱۱۴، ۱۱۱۵، ۱۱۱۶، ۱۱۱۷، ۱۱۱۸، ۱۱۱۹، ۱۱۲۰، ۱۱۲۱، ۱۱۲۲، ۱۱۲۳، ۱۱۲۴، ۱۱۲۵، ۱۱۲۶، ۱۱۲۷، ۱۱۲۸، ۱۱۲۹، ۱۱۳۰، ۱۱۳۱، ۱۱۳۲، ۱۱۳۳، ۱۱۳۴، ۱۱۳۵، ۱۱۳۶، ۱۱۳۷، ۱۱۳۸، ۱۱۳۹، ۱۱۴۰، ۱۱۴۱، ۱۱۴۲، ۱۱۴۳، ۱۱۴۴، ۱۱۴۵، ۱۱۴۶، ۱۱۴۷، ۱۱۴۸، ۱۱۴۹، ۱۱۵۰، ۱۱۵۱، ۱۱۵۲، ۱۱۵۳، ۱۱۵۴، ۱۱۵۵، ۱۱۵۶، ۱۱۵۷، ۱۱۵۸، ۱۱۵۹، ۱۱۶۰، ۱۱۶۱، ۱۱۶۲، ۱۱۶۳، ۱۱۶۴، ۱۱۶۵، ۱۱۶۶، ۱۱۶۷، ۱۱۶۸، ۱۱۶۹، ۱۱۷۰، ۱۱۷۱، ۱۱۷۲، ۱۱۷۳، ۱۱۷۴، ۱۱۷۵، ۱۱۷۶، ۱۱۷۷، ۱۱۷۸، ۱۱۷۹، ۱۱۸۰، ۱۱۸۱، ۱۱۸۲، ۱۱۸۳، ۱۱۸۴، ۱۱۸۵، ۱۱۸۶، ۱۱۸۷، ۱۱۸۸، ۱۱۸۹، ۱۱۹۰، ۱۱۹۱، ۱۱۹۲، ۱۱۹۳، ۱۱۹۴، ۱۱۹۵، ۱۱۹۶، ۱۱۹۷، ۱۱۹۸، ۱۱۹۹، ۱۲۰۰، ۱۲۰۱، ۱۲۰۲، ۱۲۰۳، ۱۲۰۴، ۱۲۰۵، ۱۲۰۶، ۱۲۰۷، ۱۲۰۸، ۱۲۰۹، ۱۲۱۰، ۱۲۱۱، ۱۲۱۲، ۱۲۱۳، ۱۲۱۴، ۱۲۱۵، ۱۲۱۶، ۱۲۱۷، ۱۲۱۸، ۱۲۱۹، ۱۲۲۰، ۱۲۲۱، ۱۲۲۲، ۱۲۲۳، ۱۲۲۴، ۱۲۲۵، ۱۲۲۶، ۱۲۲۷، ۱۲۲۸، ۱۲۲۹، ۱۲۳۰، ۱۲۳۱، ۱۲۳۲، ۱۲۳۳، ۱۲۳۴، ۱۲۳۵، ۱۲۳۶، ۱۲۳۷، ۱۲۳۸، ۱۲۳۹، ۱۲۴۰، ۱۲۴۱، ۱۲۴۲، ۱۲۴۳، ۱۲۴۴، ۱۲۴۵، ۱۲۴۶، ۱۲۴۷، ۱۲۴۸، ۱۲۴۹، ۱۲۵۰، ۱۲۵۱، ۱۲۵۲، ۱۲۵۳، ۱۲۵۴، ۱۲۵۵، ۱۲۵۶، ۱۲۵۷، ۱۲۵۸، ۱۲۵۹، ۱۲۶۰، ۱۲۶۱، ۱۲۶۲، ۱۲۶۳، ۱۲۶۴، ۱۲۶۵، ۱۲۶۶، ۱۲۶۷، ۱۲۶۸، ۱۲۶۹، ۱۲۷۰، ۱۲۷۱، ۱۲۷۲، ۱۲۷۳، ۱۲۷۴، ۱۲۷۵، ۱۲۷۶، ۱۲۷۷، ۱۲۷۸، ۱۲۷۹، ۱۲۸۰، ۱۲۸۱، ۱۲۸۲، ۱۲۸۳، ۱۲۸۴، ۱۲۸۵، ۱۲۸۶، ۱۲۸۷، ۱۲۸۸، ۱۲۸۹، ۱۲۹۰، ۱۲۹۱، ۱۲۹۲، ۱۲۹۳، ۱۲۹۴، ۱۲۹۵، ۱۲۹۶، ۱۲۹۷، ۱۲۹۸، ۱۲۹۹، ۱۳۰۰، ۱۳۰۱، ۱۳۰۲، ۱۳۰۳، ۱۳۰۴، ۱۳۰۵، ۱۳۰۶، ۱۳۰۷، ۱۳۰۸، ۱۳۰۹، ۱۳۱۰، ۱۳۱۱، ۱۳۱۲، ۱۳۱۳، ۱۳۱۴، ۱۳۱۵، ۱۳۱۶، ۱۳۱۷، ۱۳۱۸، ۱۳۱۹، ۱۳۲۰، ۱۳۲۱، ۱۳۲۲، ۱۳۲۳، ۱۳۲۴، ۱۳۲۵، ۱۳۲۶، ۱۳۲۷، ۱۳۲۸، ۱۳۲۹، ۱۳۳۰، ۱۳۳۱، ۱۳۳۲، ۱۳۳۳، ۱۳۳۴، ۱۳۳۵، ۱۳۳۶، ۱۳۳۷، ۱۳۳۸، ۱۳۳۹، ۱۳۴۰، ۱۳۴۱، ۱۳۴۲، ۱۳۴۳، ۱۳۴۴، ۱۳۴۵، ۱۳۴۶، ۱۳۴۷، ۱۳۴۸، ۱۳۴۹، ۱۳۵۰، ۱۳۵۱، ۱۳۵۲، ۱۳۵۳، ۱۳۵۴، ۱۳۵۵، ۱۳۵۶، ۱۳۵۷، ۱۳۵۸، ۱۳۵۹، ۱۳۶۰، ۱۳۶۱، ۱۳۶۲، ۱۳۶۳، ۱۳۶۴، ۱۳۶۵، ۱۳۶۶، ۱۳۶۷، ۱۳۶۸، ۱۳۶۹، ۱۳۷۰، ۱۳۷۱، ۱۳۷۲، ۱۳۷۳، ۱۳۷۴، ۱۳۷۵، ۱۳۷۶، ۱۳۷۷، ۱۳۷۸، ۱۳۷۹، ۱۳۸۰، ۱۳۸۱، ۱۳۸۲، ۱۳۸۳، ۱۳۸۴، ۱۳۸۵، ۱۳۸۶، ۱۳۸۷، ۱۳۸۸، ۱۳۸۹، ۱۳۹۰، ۱۳۹۱، ۱۳۹۲، ۱۳۹۳، ۱۳۹۴، ۱۳۹۵، ۱۳۹۶،

کلی آزمون افسردگی بک داشت که به ترتیب معادل ۰/۶۶-، ۰/۵۷- و ۰/۵۹- بود. در پژوهش حاضر پایایی به رو همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۱ بود.

پرسشنامه ارگونومی شناختی^۱ (CEQ): این پرسشنامه توسط شفیع در سال ۱۴۰۱ تهیه و طراحی شد. پرسشنامه از ۴۴ سؤال تشکیل شده است که ارگونومی شناختی را با ۶ خرده مقیاس شامل، قدرت تصمیم گیری، یادگیری در محیط کار، حل مسئله خلاق، پویایی گروهی، درک موقعیت و کنشگری فعال مورد سنجش قرار می دهد. پرسشنامه بر روی یک طیف لیکرت ۵ گزینه ای از کاملاً مخالفم = ۱ تا کاملاً موافقم = ۵ قرار دارد. در بررسی پایایی این ابزار از روش همسانی درونی به کمک آلفای کرونباخ استفاده شده که این میزان برای کل ارگونومی شناختی ۰/۸۲ و هر کدام از مؤلفه های آن شامل قدرت تصمیم گیری ۰/۶۶، یادگیری در محیط کار ۰/۶۷، حل مسئله خلاق ۰/۶۹، پویایی گروهی ۰/۶۳، درک موقعیت ۰/۷۴ و کنشگری فعال ۰/۶۲، به دست آمده است که نشان از قابلیت بالای ابزار بود. به بیان سازنده پرسشنامه ارگونومی شناختی و مؤلفه های آن از ضرایب پایایی مناسبی برخوردار هستند. همچنین روایی این آزمون به روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و شش عامل قدرت تصمیم گیری، یادگیری در محیط کار، حل مسئله خلاق، پویایی گروهی، درک موقعیت و کنشگری فعال شناسایی شدند که ۶۵ درصد واریانس را تبیین کردند. همچنین روایی واگرا در این پرسشنامه ۰/۸۱ محاسبه شد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ارگونومی شناختی ۰/۹۵ به دست آمد.

مقیاس تاب آوری^۲ (CD-RISC): این پرسشنامه توسط کانر و دیویدسون^۳ در سال ۲۰۰۳ تهیه شده است. این پرسشنامه شامل ۲۵ سؤال است که پنج بعد تصور از شایستگی فردی (سوالات ۲۵، ۲۴، ۲۳، ۱۷، ۱۶، ۱۲، ۱۱، ۱۰)، اعتماد به گرایز فردی تحمل عاطفه منفی (سوالات ۲۰، ۱۹، ۱۸، ۱۵، ۱۴، ۷، ۶)، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن (سوالات ۸، ۵، ۴، ۲، ۱)، کنترل (سوالات ۲۲، ۲۱، ۱۳) و تأثیرات معنوی (سوالات ۹ و ۲) را می سنجد، و در یک مقیاس لیکرت پنج درجه ای بین صفر (کاملاً نادرست) تا چهار (همیشه درست) نمره گذاری می شود. نمره کلی این آزمون بین ۰ تا ۱۰۰ قرار دارد. نمرات بالاتر بیانگر تاب آوری بیشتر آزمودنی است. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب آوری را ۰/۸۹ گزارش کرده اند. همچنین ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله ۴ هفته ای ۰/۸۷ بوده است. روایی همگرای این مقیاس با پرسشنامه حمایت اجتماعی ادراک شده ۰/۴۴ گزارش شد. این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴) اعتباریابی و به منظور بررسی روایی پرسشنامه از روش تحلیل عاملی استفاده شده که ۲۵ آیتم و ۵ زیرمقیاس تأیید شدند و همه سوالات بارعاملی بیش از ۰/۳۰ داشتند. همچنین روایی همگرا در این پرسشنامه با پرسشنامه خودکارآمدی ۰/۲۹ به دست آمد (محمدی و همکاران، ۱۳۸۴). همچنین در پژوهش وبسمرادی و همکاران (۱۴۰۲) ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۳ به دست آمد. میزان پایایی در این پژوهش با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمد.

یافته ها

یافته های به دست آمده بر اساس بررسی ویژگی های جمعیت شناختی نشان داد درصد جنسیت شرکت کنندگان در پژوهش ۴۲/۷ درصد زن و ۵۷/۳ درصد مرد بودند. میانگین سنی و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان به ترتیب ۳۵/۵۷ و ۲/۶۳ بود. تحصیلات شرکت کنندگان در پژوهش ۴۵/۲ درصد مدرک کارشناسی، ۴۷/۵ درصد مدرک کارشناسی ارشد و ۷/۳ درصد مدرک دکتری دارند. بیش از نیمی از مشارکت کنندگان پژوهش دارای مدرک کارشناسی ارشد و دکتری بودند. سابقه کار شرکت کنندگان در پژوهش ۷۵/۴ درصد سابقه کار بیشتر از ۱۵ سال دارند و ۲۴/۶ درصد سابقه کار ۱۱ تا ۱۴ سال داشتند. نوع استخدام شرکت کنندگان در پژوهش ۲۲/۶ درصد رسمی و ۷۷/۴ درصد قراردادی بودند. جدول ۱ ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می دهد.

جدول ۱. ضریب همبستگی بین متغیرهای تحقیق

تاب آوری	انعطاف پذیری شناختی	ارگونومی شناختی	فرسودگی شغلی
۱			
تاب آوری			

1. Cognitive Ergonomics Questionnaire

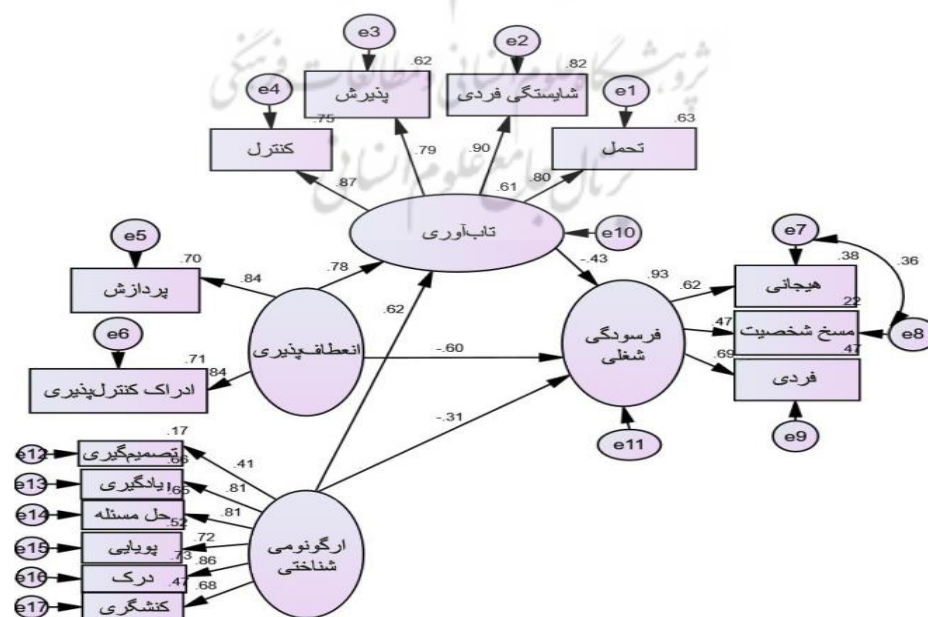
2. Connor-Davidson Resilience Scale

3. Connor & Davidson

		۱	۰.۳۵۳**	انعطاف‌پذیری شناختی
	۱	۰.۴۱۷**	۰.۲۸۱**	ارگونومی شناختی
۱	-۰/۵۰۴**	-۰/۶۷۳**	-۰/۶۴۳**	فرسودگی شغلی
۴۸/۴۳	۱۷۶/۱۵	۶۲/۶۲	۷۴/۱۳	میانگین
۱۱/۱۸	۱۷/۳۱	۶۲/۶۲	۱۰/۷۹۶	انحراف معیار
۰/۷۷	-۱/۰۴	۰/۹۳	-۰/۵۶	کجی
-۱/۵۹	-۰/۷۶	-۰/۵۷	۰/۷۴	کشیدگی

** سطح معنی‌داری ۰/۰۱

همان‌طور که در جدول ۱ قابل مشاهده است، ضریب همبستگی بین تاب‌آوری، انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با فرسودگی شغلی در سطح معنی‌داری ۰/۰۱ منفی می‌باشد. برای بررسی نرمال بودن متغیرها یک معیار کلی چنانچه کجی و کشیدگی در بازه (۲، -۲) باشند، داده‌ها از توزیع نرمال برخوردار هستند (مام شریفی و همکاران، ۱۳۹۹). شاخص کجی و کشیدگی هیچ‌یک از متغیرها خارج از بازه (۲، -۲) نیست و بنابراین می‌توان آنها را نرمال یا تقریب نرمال در نظر گرفت. همچنین بین کلیه متغیرها با فرسودگی شغلی رابطه منفی و معناداری در سطح ۰/۰۱ گزارش شد. قبل از انجام تحلیل مسیر، نرمال بودن متغیر ملاک (فرسودگی شغلی)، استقلال خطاها و هم خطی متغیرهای پیش‌بین مورد بررسی قرار گرفت. نتایج آزمون کلموگروف-اسمیرنوف با (آماره ۰/۲۹ و $p > ۰/۰۵$) نشان از نرمال بودن متغیر فرسودگی شغلی است. طبق آماره دوربین واتسون که محدوده قابل قبول آن ۱/۵ تا ۲/۵ است (مام شریفی و همکاران، ۱۳۹۹)، در تحقیق حاضر میزان آن برای متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی فرسودگی شغلی (۱/۵۹)، حاکی از استقلال خطاها است. یکی از شروط دیگر، عدم هم خطی متغیرهای پیش‌بین است و معیار سنجش این شرط، عامل تورم واریانس است. چنانچه این عامل عددی کمتر از ۱۰ داشته باشد عدم هم خطی متغیرها تأیید می‌شود. در پژوهش حاضر، عامل تورم واریانس در تمامی متغیرها کوچک‌تر از ۱۰ بود و عدم هم خطی تأیید شد (مام شریفی و همکاران، ۱۳۹۹). داده‌های گمشده با استفاده از نرم‌افزار Spss و قسمت آنالیز (داده‌های گمشده) شناسایی و اصلاح گردیدند. همچنین از نمودار جعبه‌ای برای شناسایی داده‌های پرت برای مقادیر تک‌متغیره و از شاخص ماها لاتویس برای مقادیر چندمتغیره استفاده شد. به‌منظور آزمون مدل موردنظر یعنی بررسی نقش واسطه‌گری تاب‌آوری از روش تحلیل مسیر استفاده شد. پارامترهای اندازه‌گیری روابط مستقیم در جدول ۲ ارائه شده است.



شکل ۱. مدل اصلاح‌شده پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با میانجی‌گری تاب‌آوری کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس

در شکل ۱ مدل اصلاح شده پژوهش حاضر پس از حذف مسیرهای غیرمعنادار رسم شده است. بدین معنا که مسیرهایی که معنادار نبودند ($p > 0.01$) اصلاح و حذف شدند. در مجموع مدل پیشنهادی ۹۷ درصد از واریانس فرسودگی شغلی را در کارکنان صنایع پتروشیمی پیش بینی می‌کند. مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم معنادار بین متغیرهای پژوهش با فرسودگی شغلی در جدول ۲ و ۳ ذکر شده است.

جدول ۲. ضرایب مسیر مستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	متغیر ملاک	ضرایب	انحراف	آماره	S.E.	C.R.	سطح معناداری
		استاندارد	استاندارد	(t)			
انعطاف‌پذیری شناختی	فرسودگی شغلی	-۰/۶۰	۰/۰۷	-۵/۲۸	۰/۱۲۳	۳/۷۳۴	۰/۰۰۱
ارگونومی شناختی	فرسودگی شغلی	-۰/۳۱	۰/۰۵	۷/۰۹	۰/۱۲۰	-۵/۴۸۶	۰/۰۰۱
تاب‌آوری	فرسودگی شغلی	-۰/۴۳	۰/۱۵	-۴/۲۷	۰/۱۲۱	۵/۴۶۲	۰/۰۰۱

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود تمام متغیرهایی که مسیرهایی مستقیم آن‌ها به متغیر ملاک دارای مقدار T بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از $\pm 1/96$ است تأثیر معنی‌داری ($p < 0.01$) بر متغیر ملاک دارند و مسیرهای غیرمعنادار از مدل حذف شدند. با توجه به یافته‌های جدول، ضریب مسیر بین انعطاف‌پذیری شناختی، ارگونومی شناختی و تاب‌آوری با فرسودگی شغلی منفی و معنادار است ($p < 0.01$).

جدول ۳. ضرایب مسیر غیرمستقیم اثرات متغیرها و معنی‌داری پارامترهای برآورد شده

متغیر پیش‌بین	میانجی	متغیر ملاک	ضرایب	انحراف	آماره	S.E.	سطح معناداری
			استاندارد	استاندارد	(t)		
انعطاف‌پذیری شناختی	تاب‌آوری	فرسودگی شغلی	-۰/۴۷	۰/۰۳	-۱۹/۶۰	۰/۰۱۹	۰/۰۰۱
ارگونومی شناختی	تاب‌آوری	فرسودگی شغلی	-۰/۳۰	۰/۰۴	-۱۰/۲۴	۰/۰۲۵	۰/۰۰۱

به‌منظور بررسی مسیرهای غیرمستقیم از بوت استروپ استفاده شد. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود تمام متغیرهایی که مسیرهای غیرمستقیم آن‌ها به متغیر ملاک دارای مقدار T بزرگ‌تر یا کوچک‌تر از $\pm 1/96$ است تأثیر معنی‌داری ($p < 0.01$) بر متغیر ملاک دارند. همچنین یافته‌ها نشان دادند هر دو ضریب غیرمستقیم معنی‌دار است. به عبارت دیگر انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با تأثیر بر تاب‌آوری به‌طور غیرمستقیم بر فرسودگی شغلی تأثیر گذاشتند ($p < 0.01$).

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده

شاخص	X ² /d	DF	RMSEA	CFI	NFI	RMR	IFI	GFI	AGFI	P
مقادیر مدل اولیه	۲۶۵/۹۴	۴	۰/۸۸	۰/۵۳	۰/۵۳	۰/۲۳	۰/۵۳	۰/۶۶	۰/۵۷	۰/۰۰۱
مقادیر مدل اصلاح شده	۱/۱۶	۴	۰/۰۲	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۰۵۱	۰/۹۹	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۶۷۲
حد مجاز	کمتر از ۵	-	کمتر از	بالاتر از	بالاتر از	کمتر از	بالاتر از	بالاتر از	بالاتر از	بالاتر از
			۰/۰۸	۰/۹	۰/۹	۰/۱	۰/۹	۰/۹	۰/۹	۰/۰۵

نتایج جدول ۳ نشان داد شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری مدل مفهومی پژوهش از برازش مطلوب مدل پژوهشی با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند ($X^2/d=1/16$, $GFI=0/99$, $AGFI=0/98$, $NFI=0/99$ و $RMSEA=0/02$). بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با فرسودگی کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس انجام شد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که انعطاف‌پذیری شناختی به‌طور معناداری بر فرسودگی شغلی تأثیر مستقیم داشت. این یافته با یافته‌های آرچر و همکاران (۲۰۲۴)، ژانگ و همکاران (۲۰۲۲) و یانزنگ و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت انعطاف‌پذیری شناختی به‌عنوان توانایی فرد در بازتنظیم راهبردهای شناختی، جابه‌جایی بین دیدگاه‌ها، و انطباق با خواسته‌های متغیر محیطی شناخته می‌شود (کاناس^۱ و همکاران، ۲۰۰۳). این ویژگی شناختی، یکی از زیرمجموعه‌های عملکرد اجرایی است که امکان مواجهه کارآمدتر با چالش‌های شغلی، حل مسئله در موقعیت‌های پیچیده و تعدیل هیجانات منفی ناشی از فشار کاری را فراهم می‌آورد. از دیدگاه نظری، افراد دارای سطوح بالاتر از انعطاف‌پذیری شناختی، قادرند تفاسیر منفی از رویدادهای شغلی را بازساخت کرده و از پاسخ‌های ناکارآمد، خودانتقادی یا ذهن‌گیر اجتناب کنند (گابریس^۲ و همکاران، ۲۰۱۸). این بازسازی شناختی، منجر به کاهش خستگی هیجانی و افزایش احساس خودکارآمدی در محیط کار می‌شود؛ دو عامل کلیدی در پیشگیری از فرسودگی شغلی. شواهد تجربی نیز این ارتباط را تأیید کرده‌اند. بنابراین، انعطاف‌پذیری شناختی با تسهیل پاسخ‌های مقابله‌ای انطباقی، از فروپاشی منابع روان‌شناختی جلوگیری کرده و نقش بازدارنده مؤثری در بروز فرسودگی شغلی ایفا می‌کند.

همچنین یافته‌های پژوهش نشان داد ارگونومی شناختی به‌طور معناداری بر فرسودگی شغلی تأثیر مستقیم داشت. این یافته با یافته‌های پژوهش کاظمی و اسمیت (۲۰۲۳)، شین و همکاران (۲۰۲۲) و کابر و همکاران (۲۰۲۰) همسو و همخوان است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت ارگونومی شناختی شاخه‌ای از علم ارگونومی است که به بررسی تعاملات میان سیستم‌های شناختی انسان (نظیر توجه، ادراک، تصمیم‌گیری، حافظه و بار شناختی) و عناصر محیط کار می‌پردازد (هولناگل^۳ و همکاران، ۱۹۹۷). هدف اصلی آن، طراحی محیط‌های کاری است که متناسب با توانمندی‌ها و محدودیت‌های شناختی انسان بوده و بهره‌وری، ایمنی و رفاه روانی کارکنان را افزایش دهد (شین و همکاران، ۲۰۲۲). در این راستا، ارگونومی شناختی می‌تواند با کاهش فشارهای ذهنی، بار اطلاعاتی و پیچیدگی‌های تصمیم‌گیری در محیط کار، از بروز فرسودگی شغلی پیشگیری کند. فرسودگی شغلی، که اغلب در اثر قرارگیری مزمن در شرایط کاری استرس‌زا، افزایش بار ذهنی و نبود کنترل بر وظایف رخ می‌دهد، رابطه تنگاتنگی با بار شناختی بالا و ضعف در طراحی‌های سازمانی دارد (کاظمی و اسمیت، ۲۰۲۳). ارگونومی شناختی با مداخله در این حوزه‌ها- از جمله طراحی رابط‌های کاربری کارآمد، تسهیل فرایندهای تصمیم‌گیری، و بهینه‌سازی جریان اطلاعات- می‌تواند سطح استرس شغلی و بار ذهنی کارکنان را کاهش دهد و در نتیجه، احتمال ابتلا به فرسودگی شغلی را کاهش دهد (کابر و همکاران، ۲۰۲۰).

یافته دیگر پژوهش نشان داد انعطاف‌پذیری شناختی به‌طور معناداری با میانجی‌گری تاب‌آوری بر فرسودگی شغلی تأثیر غیرمستقیم داشت. این یافته به‌صورت ضمنی با یافته‌های آرچر و همکاران (۲۰۲۴)، ژانگ و همکاران (۲۰۲۲) و یانزنگ و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت محیط‌های کاری که از اصول ارگونومی شناختی بهره می‌برند، میزان فشارهای ذهنی و تصمیم‌گیری‌های پیچیده را کاهش می‌دهند و با انطباق طراحی وظایف، اطلاعات و فناوری با ظرفیت‌های شناختی کارکنان، امکان بازیابی سریع‌تر انرژی روانی را فراهم می‌کنند. این نوع طراحی، مانع از فرسایش تدریجی منابع شناختی و هیجانی افراد در مواجهه با الزامات شغلی می‌شود و از انباشت مزمن استرس جلوگیری می‌نماید (پاراسورامان و هانکوک^۴، ۲۰۰۱). کاهش مزمن فشار شناختی در چنین محیط‌هایی، نقش تقویت‌کننده‌ای در شکل‌گیری و پایداری تاب‌آوری ایفا می‌کند. زمانی که افراد احساس کنترل، وضوح شناختی و سازگاری ادراکی بیشتری در محیط کار دارند، احتمال فرو ریختن روانی در برابر عوامل تنش‌زا کاهش یافته و توانمندی مقابله‌ای آن‌ها تقویت می‌شود (یانگ و همکاران، ۲۰۱۵). این تاب‌آوری تقویت‌شده، به‌عنوان یک واسطه روان‌شناختی، زمینه را برای مهار پیامدهای فرساینده فشار شغلی فراهم می‌سازد. بنابراین، ارتباط میان ارگونومی شناختی و کاهش فرسودگی شغلی نه‌تنها حاصل بهینه‌سازی مستقیم محیط شناختی کار است، بلکه از مسیر غیرمستقیم و روان‌پویای تاب‌آوری نیز تقویت می‌شود. زمانی که طراحی شناخت‌محور محیط، احساس کنترل، پیش‌بینی‌پذیری و کارآمدی روانی را افزایش دهد، تاب‌آوری به‌عنوان سپری میانجی عمل کرده و از شکل‌گیری احساس خستگی مزمن، پوچی و بی‌تفاوتی شغلی جلوگیری می‌کند (شین و همکاران، ۲۰۲۲).

در نهایت یافته‌ها نشان داد ارگونومی شناختی به‌طور معناداری با میانجی‌گری تاب‌آوری بر فرسودگی شغلی تأثیر غیرمستقیم داشت. این یافته با یافته‌های پژوهش کاظمی و اسمیت (۲۰۲۳)، شین و همکاران (۲۰۲۲) و کابر و همکاران (۲۰۲۰) همسو و همخوان است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت زمانی که ارگونومی شناختی در محیط کاری به‌درستی پیاده‌سازی شود، کارکنان توانمندتر می‌شوند که فشارهای ذهنی را

1. Canas

2. Gabrys

3. Hollnagel

4. Parasuraman & Hancock

بهتر مدیریت کنند و به نتایج بهتری دست یابند. این به نوبه خود، باعث افزایش سطح تاب‌آوری در کارکنان می‌شود. تاب‌آوری سپس به آن‌ها کمک می‌کند تا بهتر با مشکلات و استرس‌های ناشی از شغل خود کنار بیایند و از بروز فرسودگی شغلی جلوگیری کنند (شین و همکاران، ۲۰۲۲). درواقع، محیط کاری ارگونومیک با کاهش فشارهای شناختی، به کارکنان این امکان را می‌دهد که منابع روانی و جسمی خود را به‌طور بهینه مدیریت کنند و تاب‌آوری آن‌ها را تقویت کند. ر پتروشیمی‌ها و صنایع مشابه، که خطرات شغلی و استرس‌های فیزیکی و ذهنی وجود دارند، ترکیب ارگونومی شناختی با تاب‌آوری می‌تواند اثرات بلندمدتی بر کاهش فرسودگی شغلی داشته باشد. کارکنانی که در محیط‌های کاری مناسب از لحاظ ارگونومیک قرار دارند و از تاب‌آوری بالایی برخوردار هستند، کمتر احساس فرسودگی می‌کنند و می‌توانند به‌طور مؤثری به کار خود ادامه دهند. این امر منجر به افزایش بهره‌وری و کاهش مشکلات مرتبط با سلامت روانی و جسمی می‌شود.

درمجموع چنین به نظر می‌آید که هم ارگونومی شناختی و هم انعطاف‌پذیری شناختی با کاهش فشارهای ذهنی و ارتقای ظرفیت‌های مقابله‌ای افراد، نقش مؤثری در افزایش تاب‌آوری ایفا می‌کنند. این تاب‌آوری تقویت‌شده به‌عنوان یک عامل میانجی، می‌تواند از تحلیل روانی ناشی از استرس‌های شغلی پیشگیری کرده و در نتیجه سطح فرسودگی شغلی را کاهش دهد. بنابراین، به‌کارگیری اصول طراحی شناخت‌محور در محیط کار و تقویت توانمندی‌های شناختی فردی، راهبردهایی کلیدی برای حفظ سلامت روان کارکنان در مواجهه با چالش‌های شغلی هستند.

در این پژوهش، احتمال وجود تأثیرات عوامل بیرونی نظیر شرایط اقتصادی، تغییرات اجتماعی، و فشارهای شغلی خارج از کنترل مدیران یا کارکنان نیز وجود داشت که ممکن است بر نتایج تحقیق اثر گذاشته باشد و نتایج را تحت تأثیر قرار داده باشد. پیشنهاد می‌شود در تحقیقات آینده باید اثر عوامل محیطی و فردی مانند شرایط اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی بر نتایج بررسی شود. برای مثال، پژوهشگران می‌توانند تأثیر متغیرهایی مانند شرایط شغلی، وضعیت اقتصادی کشور، تغییرات سازمانی، و فشارهای اجتماعی را در تحلیل‌های خود مدنظر قرار دهند. همچنین بسیاری از داده‌ها در این تحقیق بر اساس خودگزارشی کارکنان جمع‌آوری شده است. خودگزارشی‌ها ممکن است تحت تأثیر سوگیری‌های مختلف قرار گیرند، از جمله تمایل به ارائه پاسخ‌های اجتماعی‌پسند یا عدم دقت در ارزیابی خود. پیشنهاد می‌شود که برای عمق بخشیدن به درک پژوهشگران از تأثیرات متغیرها، استفاده از روش‌های پژوهش ترکیبی (کیفی و کمی) می‌تواند مفید باشد. در این نوع از تحقیق، علاوه بر استفاده از داده‌های کمی، می‌توان از مصاحبه‌ها یا گروه‌های کانونی برای فهم بهتر تجربیات فردی کارکنان و دیدگاه‌های مدیریتی بهره برد.

منابع

- حسنی، ف.، رضازاده، م.، قنبری پناه، ا.، و خوشخیر، ع. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان متمرکز بر شفقت بر رضایت جنسی، تنظیم هیجانی و تاب‌آوری در پرستاران با نشانگان دلزدگی زناشویی. نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری، ۷(۳)، ۵۲-۶۴. <http://ijm.ir/article-1-596-fa.html>
- زرین کلک، ح.، داوری، ر.، و هاشمی، ن. (۱۴۰۲). مدل یابی فرسودگی شغلی بر اساس تاب‌آوری و حمایت‌های اجتماعی با میانجی‌گری ارزشهای شخصی در کارکنان صنایع نظامی. پرستار و پزشک در رزم، ۱۰(۳۷)، ۶۴-۷۳. <https://npwjw.ajauims.ac.ir/article-1-911-fa.html>
- عرسین، ن.، درویش، ح.، اسماعیل زالی، م.، و نعمانی، ف. (۱۳۹۴). بررسی ابعاد فرسودگی شغلی در زنان شاغل (مورد مطالعه: زنان شاغل در جهاد دانشگاهی واحد علوم پزشکی تهران). علوم پیراپزشکی و بهداشت نظامی، ۱۱(۴)، ۹-۱۶. <https://jps.ajauims.ac.ir/article-1-84-fa.html>
- کهندانی، م.، و ابوالمعالی الحسینی، خ. (۱۳۹۶). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه فارسی پرسشنامه‌ی انعطاف‌پذیری شناختی دینس، وندروال و جیلون. روش‌ها و مدل‌های روانشناختی، ۸(۲۹)، ۵۳-۷۰. https://jpmmm.marvdasht.iau.ir/article_2556.html
- مام شریفی، پ.، کورانی، ز.، درتاج، ف.، حق محمدی شراهی، ق.، و سهی، م. (۱۳۹۹). تدوین مدل پیش‌بینی آمادگی به‌اعتیاد بر اساس باورهای فراشناختی و هیجان خواهی: نقش واسطه‌ای پنج عامل بزرگ شخصیت. مجله علوم روانشناختی، ۱۹(۹۴)، ۱۲۳۰-۱۲۱۹. <http://psychologicalscience.ir/article-1-753-fa.html>
- محمدی، م.، جزایری، ع.، رفیعی، م.، جوکار، ب.، و پورشهناز، ع. (۱۳۸۴). بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض سوءمصرف مواد مخدر. روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ۱(۲)، ۲۰۳-۲۲۴. <https://www.sid.ir/paper/120410/fa>
- مرادی، ل.، محتشمی، ج.، ره‌گوی، ا.، و بهزادی، ف. (۱۴۰۲). بررسی ارتباط بین فرسودگی شغلی با ناگویی خلقی در پرستاران. روان پرستاری، ۱۱(۲)، ۱۲۱-۱۱۲. <http://ijpn.ir/article-1-2215-fa.html>
- ویسمردی، م.، برجلی، ا.، و رافعی، ز. (۱۴۰۲). پیش‌بینی تاب‌آوری در پرستاران بر اساس اضطراب کرونا و تاب‌آوری. رویش روان‌شناسی، ۱۲(۴)، ۳۲-۲۵. <http://frooyesh.ir/article-1-4401-fa.html>
- Akbari, M., Seydavi, M., & Zamani, E. (2021). The mediating role of personalized psychological flexibility in the association between distress intolerance and psychological distress: A national survey during the fourth waves of COVID-19 pandemic in Iran. *Clinical psychology & psychotherapy*, 28(6), 1416-1426. <https://doi.org/10.1002/cpp.2685>
- Archer, R., Lewis, R., Yarker, J., Zernerova, L., & Flaxman, P. E. (2024). Increasing workforce psychological flexibility through organization-wide training: Influence on stress resilience, job burnout, and performance. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 33, article number 100799. doi: [10.1016/j.jcbs.2024.100799](https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2024.100799).

پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس انعطاف‌پذیری شناختی و ارگونومی شناختی با میانجی‌گری تاب‌آوری کارکنان صنایع پتروشیمی خلیج فارس
Predicting burnout based on cognitive flexibility and cognitive ergonomics with the mediation of resilience among ...

- Canas, J. J., Fajardo, I., & Salmeron, L. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to complex dynamic environments. *Ergonomics*, 46(5), 482-501. <https://doi.org/10.1080/0014013031000061640>
- Connor, K.M., & Davidson, J.R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive therapy and research*, 34(3), 241-253. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9276-4>
- Ersayan, A. E., Çankaya, B., Erdem, G., Broers, N. J., & de Ruiter, C. (2022). The link between attitudes toward probationers and job burnout in Turkish probation officers. *Journal of community psychology*, 50(2), 727-741. <https://doi.org/10.1002/jcop.22673>
- Gabrys, R. L., Tabri, N., Anisman, H., & Matheson, K. (2018). Cognitive control and flexibility in the context of stress and depressive symptoms: The cognitive control and flexibility questionnaire. *Frontiers in Psychology*, 9, 2219. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02219>
- Gurses, A. P., Tschudy, M. M., McGrath-Morrow, S., Husain, A., Solomon, B. S., Gerohristodoulos, K. A., & Kim, J. M. (2020). Overcoming COVID-19: What can human factors and ergonomics offer?. *Journal of patient safety and risk management*, 25(2), 49-54. <https://doi.org/10.1177/2516043520917764>
- Hattab, M.K., Adas, N.O., Ayyoub, A., Abualkibash, S.K., Asmar, M.N., Daoud, A., Khaled, Gh., & Khlaif, Z.N. (2025) Beyond burnout: A comprehensive investigation of burnout, resilience, and career continuity among Palestinian lawyers in a complex socio-political environment. *PLoS ONE*, 20(1), e0310762. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0310762>
- Hollnagel, E. (1997). Cognitive ergonomics: It's all in the mind. *Ergonomics*, 40(10), 1170-1182. <https://doi.org/10.1080/001401397187739>
- Kaber, D. B., Perry, C. M., Segall, N., & Sheik-Nainar, M. A. (2020). Cognitive ergonomics in air traffic control: Impact on operator stress and performance. *Applied Ergonomics*, 82, 102950. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2019.102950>
- Kazemi, R., & Smith, A. (2023). Overcoming COVID-19 pandemic: Emerging challenges of human factors and the role of cognitive ergonomics. *Theoretical Issues in Ergonomics Science*, 24(4), 401-412. <https://doi.org/10.1080/1463922X.2022.2090027>
- Machado, R. A., Bonan, P. R. F., Perez, D. E. D. C., & Martelli Júnior, H. (2020). COVID-19 pandemic and the impact on dental education: discussing current and future perspectives. *Brazilian oral research*, 34, e083. <https://doi.org/10.1590/1807-3107bor-2020.vol34.0083>
- Marko, M., & Riečanský, R. (2018). Sympathetic arousal, but not disturbed executive functioning, mediates the impairment of cognitive flexibility under stress. *Cognition*, 174, 94-102. <https://doi.org/10.1016/j.cognition.2018.02.004>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52, 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Parasuraman, R., & Hancock, P. A. (2001). Adaptive control of mental workload. In P. A. Hancock & P. A. Desmond (Eds.), *Stress, workload, and fatigue* (pp. 305-320). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Parsons, S., Kruijt, A. W., & Fox, E. (2022). Individual differences in cognitive and emotional flexibility are associated with resilience to stress. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 77, 101688. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2022.101688>
- Rangarajan, A., Nobles, C., Dykstra, J., Cunningham, M., Robinson, N., Hollis, T., Paul, C. L., & Gulotta, C. (2025). A roadmap to address burnout in the cybersecurity profession: Outcomes from a multifaceted workshop. *Proceedings of the 26th International Conference on Human-Computer Interaction*. <https://arxiv.org/abs/2502.10293>
- Shin, M., Park, S., & Choi, H. (2022). Reducing cognitive workload and burnout in clinical settings: Application of cognitive ergonomics. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 38(14), 1330-1342. <https://doi.org/10.1080/10447318.2022.2038547>
- Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglino, D., & Tambone, V. (2019). Towards a Transversal Definition of Psychological Resilience: A Literature Review. *Medicina (Kaunas)*, 55(11), 745. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>
- Surijah, E. A., Murray, K., Wraith, D., & Shochet, I. (2023). Examining trajectories of marital satisfaction to represent the resilience process among Indonesian married individuals. *Personal Relationships*, 1-20. <https://doi.org/10.1111/pere.12529>
- Waller, M.A. (2021). Resilience in ecosystemic context: evolution of the concept. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71(3), 290-297. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.71.3.290>
- Wang, X., Zhang, M., Yang, Y., Xiao, F., & Luo, X. (2025). Enhancing building fire safety inspections with cognitive ergonomics-driven augmented reality: Impact of interaction modes. *Automation in Construction*, 170, 105939. <https://doi.org/10.1016/j.autcon.2024.105939>
- Yanzeng, Z., Keyong, Z., Hongmin, C., Ziyu, L., Pengyu, L., & Lijing, W. (2024). The mechanisms linking perceived stress to pilots' safety attitudes: a chain mediation effect of job burnout and cognitive flexibility. *Frontiers in public health*, 12, 1342221. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1342221>
- Zhang, C., Yang, L., Liu, S., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., & Zhang, B. (2022). Cognitive flexibility and COVID-19 burnout in Chinese university students: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 13, 870526. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.870526>
- Zoupanou, Z., Rydstedt, L. W., & Santos, V. (2019). Thinking against burnout? Individual differences in the tendency to engage in and enjoy thinking as a resilience factor in burnout symptoms and executive dysfunction. *Personality and Individual Differences*, 146, 101-106. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.04.005>