مجلهٔ پژوهش در مسائل تعلیم و تربیت
شمارهٔ پیاپی ۷۵، پاییز و زمستان، سال۱۴۰۴
Journal of research on Issues of Education

Research Article | http://isoedmag.ir | مقاله علمی پژوهشی

صفحه ۵-۱۴

عنوان: بررسی تأثیر فرسودگی شغلی معلمان ابتدایی بر سلامت عمومی و کفایت اجتماعی آنان در محیط کار

سارا عابدی کوشکی*[۱]، حدیثه محمدی[۲]، سعیده سادات بابایی[۳]

چکیده

فرسودگی شغلی عبارت است از کاهش قدرت سازگاری فرد در مقابل عوامل تنش زا و سندرومی مرکب از خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و کاهش موفقیت فردی است، با توجه به تاثیر منفی و نیز ضرورت این فاکتور در سلامت عمومی معلمان پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطهٔ بین سلامت عمومی با فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین در سال تحصیلی ۱۴۰۲ انجام شده است. این مطالعه، مطالعه ای توصیفی_تحلیلی بوده که جامعه آماری آن، معلمان مدارس ابتدایی شهرستان اسفراین در نظرگرفته شد . حجم نمونه ۸۵ نفر از معلمان بود که با استفاده از جدول مورگان به روش نمونه گیری خوشه ای تعیین شدند. برای سنجش سلامت عمومی از پرسشنامه ۲۸سؤالی(GHQ)، فرسودگی شغلی از پرسشنامهٔ ۲۵سؤالی (مسلچ) و در نهایت برای سنجش کفایت اجتماعی ازپرسشنامهٔ الگوی چهاربعدی کفایت اجتماعی (فلنر) شامل ۴۷ گویه استفاده شد. پایایی پرسشنامه ها با الفا کرونباخ به ترتیب ۷۲/، ۷۸/. و ۸۵/. محاسبه شد. اطلاعات به دست آمده پس از جمع آوری پرسشنامه ها وارد نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ شد و داده های خام گردآوری شده از طریق روشهای آمار توصیفی (میانگین وانحراف معیار) و آمار استنباطی تجزیه و تحلیل شد. یافته های این پژوهش نشان دادکه میان فرسودگی شغلی و سلامت عمومی همبستگی معکوس و معناداری وجوددارد. (r=-./564 , p=./00) و همچنین میان سلامت عمومی و کفایت اجتماعی نیز همبستگی معکوس و معناداری وجود دارد. (r=-./331 , p=./002) همچنین مشخص شد میان فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی(r=./485 , p=./00) همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. باتوجه به نتایج هرچه فرسودگی شغلی بیشتر شود سلامت عمومی و کفایت اجتماعی معلمان کاهش میابد لذا مرتفع ساختن عوامل ایجاد فرسودگی شغلی و افزایش سلامت عمومی معلمان می تواند کفایت اجتماعی آنان را افزایش دهد و آسیب های ناشی از فرسودگی را کم کند و از آنجایی که معلمان نقش بسیار موثری در تربیت و آموزش آینده سازان جامعه دارند انجام این پژوهش در این گروه از اهمیت قابل توجهی برخوردار است تا بتوان شرایط مساعدتری را در محیط کار برای آنان فراهم ساخت.

.

.

اطلاعات مربوط به مقاله

کلید واژگان
سلامت عمومی، فرسودگی شغلی، کفایت اجتماعی، معلم ابتدایی

[۱]. نویسنده مسئول: استادیار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران
[۲]. دانشجوی کارشناسی،گروه بهداشت عمومی، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران
[۳]. دانشجوی کارشناسی،گروه بهداشت عمومی، دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

مقدمه

تغییرات بنیادین در جهت صنعتی شدن و افزایش شهرنشینی و مهاجرت در جهان کنونی منجر به افزایش استرس و مشکلات روانی و اجتماعی گردیده، به نحوی که باعث شده تا بیماری های روانی در صدر عوامل ایجاد کننده ناتوانی و مرگ زودرس در بین افراد جوامع و کشورهای مختلف قرار بگیرد. سلامت، یک کالای عمومی است و به صورت رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه فقط نبود بیماری و معلولیت تعریف می شود. سلامتی نه تنها به رفاه جسمی فرد دلالت می کند، بلکه بر رفاه اجتماعی، عاطفی، روحی و فرهنگی کل جامعه نیز دلالت دارد(رشیدی و همکاران،۱۳۹۶) . اقدامات انجام شده برای ارتقای سلامتی باید به تمام جوانب سلامت فردی (جسمی، روانی و اجتماعی) توجه داشته باشد. قسمت عمده زندگی هر شخص به کار پرداخته می شود. کار از لحاظ سلامت روانی، فعالیتی مهم است که موجب رشد، عزت نفس و استقلال فرد می شود. در جهان امروز توانمندی، قدرت اقتصادی و رفاه هر کشوری در گرو استفاده بهینه از امکانات، منابع و نیروی انسانی است .

با رشد روز افزون جوامع امروزی نقش سازمان ها برای تحقق خواسته های جوامع اهمیت بیشتری یافته است و نیروی انسانی در سازمان از جایگاه ویژه ای برخوردار است. قطعا نیروی انسانی کارآمد می‌تواند در رشد، توسعه و رسیدن به اهداف سازمان نقش موثری داشته باشد .یکی از مهم ترین سازمان های کشور سازمان آموزش و پرورش است که برای دستیابی‌به اهداف خود علاوه بر بر منابع مالی، فناوری و... به نیروی انسانی سالم و مسئولیت پذیر نیازمند است، لذا سلامت عمومی معلمان به عنوان اصلی ترین نیرو در بدنه آموزش و پرورش از اهمیت بسیاری برخوردار است

منابع فشارهای روانی(استرس) در محیط کار شامل: عوامل محیطی و فیزیکی، عوامل انسانی و سازمانی است. طولانی شدن فشارهای روانی ممکن است موجب کاهش رضایتمندی از شغل و منجر به فرسودگی شغلی شود(فیاض بخش، ۱۳۹۴). فرسودگی شغلی عبارت است از کاهش قدرت سازگاری فرد در مقابل عوامل تنش زا و سندرومی مرکب از خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و کاهش موفقیت فردی است(طاهری، ۱۳۹۱)، فرسودگی شغلی می تواند باعث کاهش تعامل اجتماعی شود .

فرسودگی شغلی حالت های منفی روحی است که فرد در مواجهه با استرس های کاری تجربه می کند و این حالت بیشتر در مشاغلی که با مردم سرکار دارد اتفاق می افتد. معلمی یکی از مشاغل به نسبت پراسترس محسوب می شود لذا معلمان همواره در معرض فرسودگی شغلی قرار دارند که به صورت علائم جسمانی، روانی و رفتاری خود را نشان می دهد (لطفی نیا، ۱۳۹۸).

یکی از عامل های ایجاد کننده فرسودگی شغلی که محققان بیان کرده اند، سبک های مقابله‌با استرس است . راهکارهای مقابله ای فرد با فرسودگی‌شغلی ارتباط دارد، یعنی افراد دارای فرسودگی شغلی بیشتر از مکانیزم های مقابله هیجان‌مدار و افراد غیرفرسوده از مکانیزم های مقابله مسأله مداربهره بیشتری می‌برند(صفری، ۱۳۹۶). افزایش تنش های شغلی و تاثیرات مخرب آن بر بروز بیماری های مزمن نظیر فشارخون و مشکلات گوارشی و .... سبب شده توجه جوامع به فرسودگی شغلی شاغلان افزایش یابد(بهلولی،۱۳۹۴).

کفایت اجتماعی مجموعه ای از توانایی های آموخته شده می باشد که فرد را قادر می سازد با قابلیت و شکلی مناسب در زمینه ای اجتماعی تعامل کند(صلیبی،۱۳۹۴)، این مفهوم برای نخستین بار توسط فرود نبرگر مطرح شده است(فیاض بخش، ۱۳۹۴).

مسئولین و دست اندرکاران آموزشی کشورها برای مقابله با فرسودگی شغلی معلمان و ارتقای حس خودکارآمدی آنان به لحاظ افزایش باورهای حاکی از کفایت اجتماعی در ایفای نقش های آموزشی، با تامین زمینه هایی برای بهبود وضعیت بهداشت روانی و جسمی آنها همواره تاکید کرده اند چرا که در جامعه امروز، از اهداف بلندمدت سیاستگذاران برنامه ریزآموزشی آن است که آینده سازانی تربیت شوند که درمرتبۀ نخست با پیروی ازاهداف صلح، عدالت و آزادمنشی در مقام یک شهروند مسئول به درستی در کنارهمنوعان خود زندگی کنند همچنین ارزش ها و آداب و رسوم فرهنگی را محترم دانسته وآن هارعایت کنند. به نقل از مدرسی (۱۳۹۵) پس از خانواده، مسئولیت مستمر بودن فرایند تعلیم و تربیت و ایجاد روحیه جامعه پذیری درکودک برای تبدیل شدن وی به یک شهروند قانون مدارو مسئولیت پذیر در جامعه به عهده مدرسه است و در جهان پیشرفته و ماشینی امروزبا سرعت بالای رشد فناوری و فوران اطلاعات گوناگون مسئولیت سنگین تعلیم و تربیت فرزندان در کشورها بسیارچالش برانگیز شده است چراکه پس از خانواده، سیستم آموزش ما رکن اصلی و زیربنایی برای پرورش نیروی کارمتخصص و کارآمد برای آینده در راستای اهداف توسعه ملی، اقتصادی، اجتماعی وفرهنگی است(صلیبی،۱۳۹۴).

درمرکز سیستم تعلیم و تربیت فرزندان امروز و آینده سازان فردا معلمان قرار دارندکه از شریف ترین خدمت گزاران جامعه اند و برای رسیدن به اهداف متعالی توسعه تلاش می کنند. معلمان باید ضمن برخورداری ازدانش و اطلاعات تخصصی حوزه خود از روش های تدریس اثربخش برای آموزش موثرتر موضوعات تحصیلی آگاهی داشته باشند همچنین با برخورداری ازاطلاعات به روز حیطه روانشناسی با روحیه ای پایدار و پشتکاری عظیم ضمن حفظ دقت و دراجرای فرایند تدریس و مدیریت کلاس درس بتوانند مطالب و مفاهیم مورد نیاز را به دانش آموختگان خود منتقل کنند تا آن ها با کوله باری از مفاهیم و دستاوردهای مفید در موقعیت های مختلف اجتماعی و شغلی در جامعه جذب شوند(صلیبی،۱۳۹۴). برای رسیدن به چنین اهداف بلندمدت و بزرگی باید سلامت عمومی معلمان و میزان فرسودگی شغلی آنان به صورت مستمر مورد پایش و ارزشیابی قرار گیرد زیرا ارزیابی میزان فرسودگی معلمان می تواند سبب افزایش راندمان کاری آنان و افزایش میزان فهم دانش آموزان از دروس خود و همچنین می تواند سبب افزایش تمرکز معلمان در بحث تربیتی شود. صلیبی طی مطالعه ای در سال ۱۳۹۳ به این نتیجه رسید که بین سلامت عمومی و فرسودگی شغلی ارتباط معکوس و معناداری وجود دارد(صلیبی،۱۳۹۴). دانش آموزان از جمله سرمایه های گرانبهای هر دولتی می باشند،که آیندۀ هر کشوری را می سازند، پس لازم است تا معلمان با آسودگی خاطر و بدون هیچگونه دغدغه ای، به آموزش دانش آموزان بپردازند، زیرا ایجاد فرسودگی شغلی در معلمان و ادامه ی این مشکل

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

سبب عدم انگیزه لازم برای تدریس می شود که به تبع آن آسیب های جبران ناپذیری به دانش آموزان و آینده ی کشور وارد می شود.

از آنجایی که نیروی متخصص و فرهیختۀ هر کشور نقش شایان توجهی در پیشرفت جامعه ایفا می کند پس معلمان نیز می توانند مهره اصلی در مسیر توسعه باشند لذا برخورداری آن ها از امنیت شغلی، اقتصادی، اجتماعی و همچنین سلامت عمومی مطلوب می تواند تاثیر بسزایی در افزایش بازده و راندمان کاری و بهره وری آنان داشته باشد از جمله عوامل موثردر بهره وری نیروی شاغل درسازمان ها، که سرمایه اصلی آن سازمان به شمار می روند، فراهم ساختن زمینه رشد و شکوفایی توانمندی های آنان و فراهم کردن محیطی آرام و فارغ از تنش های شغلی است که کارایی کارمندان سازمان را تحت تأثیر قرارمی دهد. دراین راستا، سازمان ها در تلاش هستند تمهیداتی برای حفظ سلامت روانی کارمندان خود فراهم آورند وپایشی مستمر از وضعیت عمومی آن ها داشته باشند(علوی، ۱۳۹۷) به طور کلی به منظور بررسی وضعیت سلامت عمومی افراد بایستی تمامی ابعاد و حیطه های مختلف مرتبط با سلامتی را مد نظر قرار داد. سنجش مداوم میزان سلامت عمومی معلمان از مهمترین نکات نظام آموزشی می باشد که عدم توجه کافی به این موضوع حساس و نبود اطلاعات آماری مناسب در این زمینه، از جمله نقایصی می باشد که وجود دارد. از جمله نتایج این مطالعه کمک به زندگی بهتر معلمان، افزایش میزان یادگیری دانش آموزان، بهبود کیفیت تدریس، افزایش سلامت روانی آن ها است. لذا اطلاعات جمع آوری شده در این مطالعه، می تواند کمک بزرگی به ارتقای کیفیت تدریس معلمان و به تبع آن افزایش کیفیت یادگیری دانش آموزان کند. هدف اصلی در این مطالعه، بررسی رابطه سلامت عمومی با فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۲ می باشد.

روش

پژوهش حاضر یک مطالعه ی توصیفی_تحلیلی می باشد که در آن رابطۀ علی بین متغیرهای مستتر در عنوان پژوهش تبیین می شود. جامعه آماری این پژوهش معلمان مقطع ابتدایی شهر اسفراین می باشد. طبق آمار اداره کل آموزش و پرورش شهرستان تعداد کل معلمان شهر اسفراین در مقطع ابتدایی ۲۰۰ نفر می باشد که تعداد ۸۵ نفر از طریق جدول مورگان به عنوان حجم نمونه تعیین شدند. نمونه گیری به روش خوشه ای تصادفی انجام شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل حداقل ۱۰ سال سابقه کاری در پایه ابتدایی، عدم اعتیاد به مواد مخدر و غیره می باشد. روش جمع آوری داده ها پرسشنامه می باشد. در این مطالعه از سه پرسشنامه (سلامت عمومی ، فرسودگی شغلی مسلچ و کفایت اجتماعی فلنر) استفاده شد.پرسشنامه ها به صورت بی نام پس از بیان توضیحات لازم توسط پژوهشگردرباره هدف مطالعه، اختیاری بودن شرکت درپژوهش، چگونگی همکاری و اخذ رضایت مکتوب از کارکنان برای شرکت در این مطالعه در اختیار آنان قرار گرفت و از شرکت کننده ها درخواست شد در صورت مواجهه با مشکل در روند پاسخگویی از پژوهشگر بخواهند توضیحات لازم را ارائه کند. در روند جمع آوری اطلاعات بر ضرورت محرمانه ماندن اطلاعات افراد تاکید شد .

پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ)دارای ۲۸ گویه می باشد. درجه بندی آن بر اساس مقیاس لیکرت است که پرسشنامه ای مبتنی بر خودگزارش دهی است و در مجموعه های بالینی با هدف ردیابی کسانی که اختلال روانی دارند استفاده می شود. این پرسشنامۀ شامل چهارخرده مقیاس است(A) علائم جسمانی سوالات ۱تا ۷(B) اضطراب و بی خوابی سوالات ۸ تا۱۴(c) کژکنشی اجتماعی سوالات ۱۵تا۲۱ و(D) افسردگی وخیم سوالات ۲۲ تا ۲۸. وجود این چهار زیرمقیاس بر اساس تحلیل آماری پاسخ ها(تحلیل عاملی) ثابت شده است و نمره کلی فرد از حاصل جمع نمرات این چهار زیر مقیاس به دست می آیداین پرسشنامه توسط هلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹) ساخته شده است. ضریب پایایی برای کل پرسشنامه ۷۲ درصد می باشد و برای خرده مقیاس های علائم جسمانی، اضطراب و بی خوابی، کژکنشی اجتماعی و افسردگی به ترتیب ۶۰درصد، ۶۷درصد، ۵۷ درصدو ۵۸ محاسبه شد.

پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش (MBI)شامل ۲۲ گویه است که به سنجش خستگی عاطفی، پدیده های شخصیت زدایی و فقدان موفقیت فردی در چهار چوب فعالیت حرفه ای پرداخته است و به خصوص برای سنجش و پیشگیری از فرسودگی در گروه های حرفه ای مانند پرستاران و معلمان و غیره به کار برده می شود. مسلش و جکسون ضریب پایایی درونی را برای خستگی عاطفی ۰/۹، شخصیت زدایی ۰/۷۹ و موفقیت فردی را ۰/۷۱ گزارش کرده اند. اعتبار و پایایی این پرسشنامه برای اولین بار در ایران توسط فیلیان (۱۳۷۱) مورد تایید قرار گرفته است و ضریب پایایی آن درمطالعه حاضر با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ محاسبه شد .

برای سنجش کفایت اجتماعی از پرسشنامه ۴۷ گویه ای فلنر (CST) استفاده شد. پرسشنامه کفایت اجتماعی چهار بعد مهارت رفتاری، مهارت شناختی، مهارت های هیجانی و آمایه های انگیزشی را در بر می گیرد. جهت برآورد ضریب پایایی مقیاس، از دو روش آلفای کرونباخ و ضریب همبستگی بین دو بار اجرا (بازآزمایی) استفاده شده است. به منظور بررسی روایی پرسشنامه، روایی محتوایی و روایی سازه مورد بررسی قرار گرفته است. از نظر روایی محتوایی، با توجه به پشتوانه نظریه مطرح شده توسط فلنر، از دیدگاه متخصصان روان شناسی و روان سنجی، روایی صوری و منطقی آن تایید شده است. روایی سازه این پرسشنامه از طریق دو روش مورد بررسی قرار گرفته است. همبستگی کل مقیاس با خرده مقیاس ها بسیار بالا بوده و در سطح ۹۹ درصد معنا دار شده است. همچنین روایی سازه مقیاس به وسیله تحلیل عاملی مورد بررسی قرار گرفته است. بنابرین روایی بیرونی، پژوهش که نمونه ای از حجم نمونه مکفی است، تایید شده است. سوالات با کل آزمون در راستای تحلیل مولفه های اصلی بالاتر از ۵۰ درصد قرار دارند که نشان از همبستگی بالایی بین تک تک سوالات با کل آزمون دارد. ضریب پایایی آن درمطالعه حاضر با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه شد .

پس از پایان مهلت تکمیل، پرسشنامه جمع آوری ونمره گذاری شد. داده های خام گردآوری شده از طریق روش های آمار توصیفی(میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی تجزیه و تحلیل می شود . برای تحلیل های استنباطی از رگرسیون ساده تک متغیره در نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شده

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

است. سطح معنی داری دراین مطالعه کمتراز۰,۰۵ درنظر گرفته شده است.

یافته‌ها

اطلاعات گردآوری شده در این مطالعه مربوط به معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۲ بوده است. در این پژوهش در مجموع ۸۵ معلم ابتدایی شرکت کردند که ۴۴ نفر زن و ۴۱ نفر مرد مورد بررسی قرار گرفتند و هیچگونه ریزشی در تعداد افراد وجود نداشت. بیشتر افراد شرکت کننده در این پژوهش دارای وضعیت استخدامی رسمی(۷۷,۶ درصد) وحدود(۸۳,۵ درصد)متاهل بودند. غالب معلمان شرکت کننده(۵۰,۶ درصد) درآمدی بین ۵ تا ۷ میلیون تومان داشتند. سایر نتایج در جدول شماره ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: مشخصات فردی نمونه های مورد مطالعه (متغیر دموگرافیک کیفی)

متغیر		فراوانی	درصد
جنسیت	مرد	۴۱	۴۸,۲
	زن	۴۴	۵۱,۸
تحصیلات	دیپلم	۰	۰
	فوق دیپلم	۲	۲,۴
	لیسانس	۵۳	۶۲,۴
	فوق لیسانس	۲۷	۳۱,۸
	دکترا	۳	۳,۵
استخدام	رسمی	۶۶	۷۷,۶
	قراردادی	۳	۳,۵
	پیمانی	۱۵	۱۷,۶
	حق التدریس	۱	۱,۲
سکونت	شخصی	۵۸	۶۸,۲
	مستاجر	۲۷	۳۱,۸
تاهل	متأهل	۷۱	۸۳,۵
	مجرد	۱۴	۱۶,۵
درآمد	کمتراز ۵ میلیون	۱۶	۱۸,۸
	۵تا۷ میلیون	۴۳	۵۰,۶
	۷تا۹ میلیون	۱۲	۱۴,۱
	۹تا ۱۱ میلیون	۱۱	۱۲,۹
	بیشتر از ۱۱میلیون	۳	۳,۵

اطلاعات دموگرافیک در جدول شماره ۲ آمده است

جدول ۲: مشخصات فردی نمونه های مورد مطالعه (متغیردموگرافیک کمی)

متغیر	میانگین	بیشترین	کمترین
سن	۳۸,۰۵	۵۶	۲۰
تعداد فرزند	۱,۴۹	۴	۰
سابقه کاری	۱۳,۹۴	۳۴	۱

براساس داده های آماری جدول شماره ۲ میانگین سنی افراد شرکت‌کننده در این مطالعه ۳۸ سال بود که جوان‌ترین معلم دارای ۲۰ سال سن و مسن ترین دارای ۵۶ سال سن بودند . طبق نتایج مطالعه، اکثر معلم های شاغل، رسمی(۷۷,۵٪) بودند.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

جدول ۳: بررسی فراوانی میزان سلامت عمومی،فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی

متغیر		فراوانی	درصد
سلامت عمومی	وضعیت مطلوب	۴۴	۵۱,۸
	در بعضی حوزه‌ها در معرض اسیب	۳۴	۴۰,۰
	در بیشتر حوزه‌ها در معرض آسیب	۷	۸,۲
	وضعیت وخیم	۰	۰
فرسودگی شغلی	ضعیف	۱	۱,۲
	متوسط	۲۴	۲۸,۲
	شدید	۶۰	۷۰.۶
کفایت اجتماعی	ضعیف	۱	۱,۲
	متوسط	۲۹	۳۴,۱
	قوی	۵۵	۶۴,۷

باتوجه به داده های آماری جدول شماره ۳، ۵۱ درصد افراد مورد مطالعه از وضعیت سلامت مطلوبی برخوردار بودند، ۷۰ درصد افراد فرسودگی شغلی شدید داشتند و ۶۴ درصد افراد مورد بررسی از کفایت اجتماعی خوبی برخوردار بودند.

به منظور بررسی ارتباط میان فرسودگی شغلی ، سلامت عمومی ، کفایت اجتماعی و عوامل مرتبط با آن درمعلمان مقطع ابتدایی شهرستان اسفراین از آزمون آماری همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۴ : بررسی همبستگی بین سلامت عمومی، فرسودگی شغلی، کفایت اجتماعی و عوامل مرتبط با آن

متغیر		سن	تعداد فرزند	سابقه کاری	سلامت عمومی	فرسودگی شغلی	کفایت اجتماعی
سن	p-value		۰,۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۷۶۲	۰.۰۶۱	۰.۴۹۶
	۱		۰,۷۴۷**	۰.۸۰۱**	-۰.۰۳۳	۰.۲۰۴	۰.۰۷۵
تعداد فرزند	p-value	۰.۰۰۰		۰.۰۰۰	۰.۱۹۰	۰.۰۴۹	۰.۴۴۴
		۰.۷۴۷**	۱	۰.۵۸۸**	-۰.۱۴۴	۰.۲۱۴*	۰.۰۸۴
سابقه کاری	p-value	۰.۰۰۰	۰,۰۰۰		۰.۶۰۰	۰.۲۷۴	۰.۸۰۴
		۰.۸۰۱**	۰,۵۸۸**	۱	-۰.۰۵۸	۰.۱۲۰	۰.۰۲۷
سلامت عمومی	p-value	۰.۷۶۲	۰,۱۹۰	۰.۶۰۰		۰.۰۰۰	۰.۰۰۲
		-۰.۰۳۳	-۰.۱۴۴	-۰.۰۵۸	۱	-۰.۵۶۴**	-۰.۳۳۱**
فرسودگی شغلی	p-value	۰.۰۶۱	۰.۰۴۹	۰.۲۷۴	۰.۰۰		۰.۰۰۰
		۰.۲۰۴	۰.۲۱۴*	۰.۱۲۰	-۰.۵۶۴**	۱	۰.۴۸۵**
کفایت اجتماعی	p-value	۰.۴۹۶	۰.۴۴۴	۰.۸۰۴	۰.۰۰۲	۰.۰۰۰	
		۰.۰۷۵	۰.۰۸۴	۰.۰۲۷	-۰.۳۳۱**	۰.۴۸۵**	۱

* = همبستگی معنی دار است در سطح ۰,۰۵ ** = همبستگی معنی دار است در سطح ۰,۰۱

با توجه به نتایج جدول شماره ۴ بین تعداد فرزندان و فرسودگی شغلی معلمان همبستگی معنا داری (کم) وجود داشت. همچنین بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی همبستگی معکوس معنادار (سطح متوسط) وجود داشت. علاوه برآن میان کفایت اجتماعی و سلامت عمومی همبستگی معکوس معنادار (سطح کم) وجود داشت. همچنین بین فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی همبستگی معناداری (سطح متوسط) وجود داشت.

به منظور بررسی تاثیر جنسیت بر متغیرهای مورد مطالعه از آزمون Tمستقل استفاده شد که نتایج آن در جدول ۵ بیان شده است.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

جدول ۵ : بررسی ارتباط بین جنسیت با سلامت عمومی ،فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی

متغیر	زن	مرد	p-val ue
سلامت عمومی	۲۳.۲۲+_ ۱۰.۵۷	۲۳.۵۶+_ ۱۲.۹۹	۰.۸۹۷
فرسودگی شغلی	۱۰۳.۸۱+_ ۱۳.۰۵	۹۵.۸۵+_ ۱۸.۷۷	۰.۰۲۵
کفایت اجتماعی	۲۵۰.۸۶+_ ۳۹.۴۹	۲۴۰.۱۷+_ ۳۶.۳۹	۰.۱۹۹

با توجه به نتایج تحلیل ازمون T- test جنسیت در سلامت عمومی و کفایت اجتماعی معلمان تاثیری نداشت. اما در فرسودگی شغلی معلمان تأثیرگذار بود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از مطالعه ی حاضربررسی رابطه سلامت عمومی با فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین در سال ۱۴۰۱ بود. نتایج مطالعه نشان داد تقریبا ۵۱ درصد افراد مورد مطالعه از وضعیت سلامت مطلوبی برخوردار بودند؛ نتایج مطالعه رشیدی و همکاران در میان کارکنان دانشگاه علوم پزشکی ایلام نشان داد که ۳/۵۰درصد از حجم نمونه از نظر سلامت عمومی در گروه سالم قرار داشتند(رشیدی و همکاران،۱۳۹۶) . طاهری و همکاران(۱۳۹۱) در مطاله ی خود به این نتجیه رسیدند که ۹۰ درصد از افراد مورد مطالعه از نظر سلامت عمومی در سطح مطلوبی قرار داشتند و تنها ۱۰درصد از سلامت عمومی متوسطی برخوردار بودند.

۷۰ درصد افراد مورد بررسی فرسودگی شغلی شدید داشتند؛ در مطالعه قدیمی مقدم و همکاران برخلاف مطالعه ی حاضر که شیوع بالای فرسودگی شغلی را در میان معلمان ابتدایی نشان می دهد تنها ۳/۳ درصد افراد فرسودگی شغلی شدید داشتند (قدیمی مقدم و همکاران، ۱۳۹۲) در مطالعه ی سپاه منصور و همکاران(۱۳۹۰) ۳۲ درصد افراد فرسودگی شغلی بالا داشتند همچنین حدودا ۶۴ درصد افراد مورد بررسی از کفایت اجتماعی خوبی برخوردار بودند.

نتایج آزمون های آماری نشان داد که بین فرسودگی شغلی و سلامت عمومی همبستگی معکوس معنادار (سطح متوسط) وجود داشت یعنی با افزایش فرسودگی شغلی سلامت عمومی معلمان کاهش می یابد، در مطالعه ی طاهری و همکاران گزارش شده است که بین سلامت عمومی و حیطه های فرسودگی شغلی (خستگی عاطفی ،مسخ شخصیت و عدم موفیقت فردی) همبستگی معناداری وجود دارد (طاهری و همکاران، ۱۳۹۱) . در مطالعه افشانی(۱۳۹۵) که بر روی کارکنان سازمان تامین اجتماعی صورت گرفت مشخص شد سلامت عمومی می تواند فرسودگی شغلی را پیش بینی کند در واقع با کاهش سلامت عمومی افراد احتمال فرسودگی شغلی بیشتر می شود. صلیبی(۱۳۹۴) ، بشلیده(۱۳۹۱) ، فیاض بخش(۱۳۹۴) ، شعبانی (۱۳۹۰) و مظلومی(۱۳۹۳) هم در مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که با افزایش فرسودگی شغلی سلامت عمومی افراد کاهش می یابد. رستمی(۱۳۸۶)، اکبرزاده (۱۳۹۲) و بیانی(۱۳۹۳) هم در مطالعات خود به وجود رابطه معکوس بین فرسودگی شغلی و ابعاد سلامت روان دست یافتند. در تبیین این مطلب می توان گفت از آنجایی که معلمان پرورش دهنده آینده سازان جامعه هستند سلامت آن ها از اهمیت بسیاری برخوردار است. این موضوع می تواند در کیفیت کار معلمان و نحوه تدریس و برخورد آن ها با دانش آموزان تاثیر گذار باشد و فرسودگی شغلی منجر به کاهش احساس خوب بودن و سلامتی در معلمان، افزایش غیبت کاری و هزینه های ناشی از غیبت های زیاد شود . لذا توصیه میشود سازمان آموزش و پرورش در زمینه ارتقا سلامت عمومی معلمان تلاش بیشتری داشته باشد. از جمله این اقدامات می توان به افزایش رضایت شغلی، کم کردن ساعات کاری، اختصاص امکانات، مرخصی با حقوق، تخصیص پاداش های شغلی مناسب، افزایش حقوق و مزایا، افزودن برنامه های تفریحی، تاسیس مهدکودک جهت نگهداری فرزندان معلمان، افزایش زمان مرخصی زایمان و ... که سبب افزایش انگیزه و کاهش استرس و در نهایت کاهش فرسودگی شغلی و افزایش سلامت عمومی معلمان می شود، اشاره کرد (Akcay, 2016).

بین کفایت اجتماعی و سلامت عمومی همبستگی معکوس معنادار (سطح کم) مشاهده شد یعنی با افزایش کفایت اجتماعی سلامت عمومی کاهش می یابد که در مطالعه صلیبی و همکارانش بر خلاف نتایج مطالعه حاضر بین سلامت عمومی و کفایت اجتماعی ارتباط معناداری وجود نداشت(صلیبی، ۱۳۹۴) با توجه به مطالبی که در بالا ذکر شد با افزایش تلاش، تحقیق، ساعت کاری طولانی ، سابقه کاری و .... در جهت موفیقت در زمینه های مختلف شغلی؛ تجربه اندوزی، احترام و کفایت اجتماعی معلمان بالا می رود اما به علت سختی کار و تلاش بی وقفه، فرسودگی شغلی و سلامت عمومی آنها کاهش می یابد با توجه به این مطلب بهتر است نیروهای با سابقه کاری بیشتر از ۲۵ سال و افرادی که به موفقیت های زیادی در زمینه های مختلف شغلی دست پیدا کرده اند و از تجربه و علم و دانش زیادی برخوردار هستند در جهت حفظ سلامت عمومی و کاهش فرسودگی شغلی آنها مورد تشویق از جانب سازمان مسئول قرار بگیرند از جمله این تشویق ها می توان به کاهش ساعت کاری، افزایش امتیاز و مزایا، افزایش حقوق، امکانات رفاهی و ... اشاره کرد؛ تا معلمان با سابقه بتوانند با خیال آسوده تری در جهات مختلف علمی قدم بردارند .

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

بین فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی نیز همبستگی معناداری (سطح متوسط) وجود داشت که نتایج پژوهش صلیبی و همکارانش خلاف این موضوع را نشان دادند به طوری که طی مطالعه ی صلیبی و همکاران بین فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی هیچ رابطه معناداری وجود نداشت(صلیبی، ۱۳۹۴) در این مطالعه بین فرسودگی شغلی و کفایت اجتماعی رابطه معناداری وجود داشت که این موضوع می تواند ناشی از فرهنگ حاکم بر جامعه باشد . به طوری که با افزایش سن و سابقه کاری با اینکه فرد از نظر جسمی دچار فرسودگی می شود اما به علت تجربه زیادی که در این سال ها کسب کرده مورد احترام قرار می گیرد و باعث افزایش کفایت اجتماعی شخص می شود(کاظمی و همکاران، ۱۳۸۹)

نتایج مطالعه حاضر نشان داد از بین سه متغیر فرسودگی شغلی، سلامت عمومی و کفایت اجتماعی، جنسیت تنها در فرسودگی شغلی معلمان تاثیر گذاربود به طوری که میزان فرسودگی شغلی در بین زنان بیشتر از مردان محاسبه شد؛ در پژوهش قدیمی مقدم(۱۳۹۲) و طاهری(۱۳۹۱) هم این نتیجه تائید شد به طوری که در این پژوهش ها فرسودگی شغلی در بین دو گروه مرد و زن تفاوت معناداری داشت اما بر خلاف پژوهش حاضر فرسودگی شغلی در بین مردان بیشتر گزارش شده بود؛ اما در مطالعه ی محمودی و همکاران (۱۳۹۵) و شعبانی(۱۳۹۰) بر خلاف مطالعه ی حاضر بین جنسیت و فرسودگی شغلی ارتباط معناداری وجود نداشت. در مطالعه های طاهری(۱۳۹۱) و رشیدی و همکاران(۱۳۹۶) هردو همسو با مطالعه ی حاضر بین سلامت عمومی و جنسیت رابطه معناداری پیدا نکردند. اما در مطالعه ی شعبانی و همکاران بر خلاف مطالعه حاضر سلامت عمومی بین دو جنس زن و مرد تفاوت معنا داری داشت(شعبانی، ۱۳۹۰)

نتایج این پژوهش نشان داد بین تعداد فرزندان و فرسودگی شغلی معلمان همبستگی معنا داری (سطح کم) وجود دارد. یعنی تعداد فرزندان معلمان نیز در میزان فرسودگی شغلی آن ها تاثیرگذار است که می تواند ناشی از افزایش مسئولیت معلمان با افزایش تعداد فرزندان و ... باشد. وضعیت تاهل روی هیچ یک از فاکتورهای مورد بررسی تاثیری ندارد. نتایج مطالعه فیاض بخش و همکارانش نیز نشان داد که بین سلامت عمومی و تاهل ارتباط معنا داری وجود ندارد(فیاض بخش، ۱۳۹۴). متغیر های سن و سابقه کاری تاثیری در هیچ یک از فاکتورهای مورد بررسی نداشتند. همچنین نتایج مطالعه طاهری(۱۳۹۱) و رشیدی و همکاران(۱۳۹۶) نیز نشان داد که بین سن و سلامت عمومی ارتباط معنا داری وجود ندارد. رشیدی و همکاران همچنین دریافتند که سابقه کاری همسو با نتیجه حاضر با سلامت عمومی ارتباط معناداری ندارد. قدیمی مقدم و همکاران(۱۳۹۲) طی پژوهشی دریافتند که بین سابقه کاری و فرسودگی شغلی برخلاف نتیجه حاضر رابطه معناداری وجود دارد . علی محمد قدسی(۱۳۹۰) در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که بین سنوات شغلی و فرسودگی شغلی رابطه معکوس وجود دارد به طوری که با بالاتر رفتن سن فرسودگی شغلی کاهش پیدا می کند. رسول زاده و همکاران(۱۳۹۳) طی مطالعه ای مروری تحت عنوان (فرسودگی و سلامت عمومی پرستاران) در سال ۱۳۹۴ به این نتیجه دست یافتند که ارتباطات شناسایی شده بین استرس شغلی، فرسودگی و سلامت عمومی پرستاران در این مطالعه ی مروری اکثرا دو جانبه بودند که با نتایج ما همسو می باشد. عابدی کوشکی و ارازلی(۱۴۰۳) نیز دریافتند بین استرس شغلی، فرسودگی شغلی و عملکرد پرسنل فوریت پزشکی رابطه معناداری وجود دارد و با افزایش فرسودگی و استرس عملکرد کاهش می یابد.

همان طور که در نتایج پژوهش پیداست فرسودگی شغلی در بین معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین شایع است معلمان ابتدایی به علت تعداد زیاد دانش آموزان و سختی تدریس در این مقطع، مسئولیت زیاد و کم بودن جایگاه اجتماعی نسبت به سایر معلمان از فرسودگی شغلی بیشتری رنج می برند(رشیدی و همکاران، ۱۳۹۶). با توجه به آنکه جنسیت در فرسودگی شغلی افراد شرکت کننده در مطالعه (معلمان) تاثیر گذار بود به طوری که میزان فرسودگی شغلی در بین زنان بیشتر (۱۳٫۰۵+_۱۰۳٫۸۱) مشاهده شد .این موضوع می تواند ناشی از تنوع مسئولیت های زنان در منزل و محیط کار، ساعت های کاری طولانی، عدم تطابق بین مسئولیت های محیط کار و منزل، خستگی زیاد ناشی از مشکلات خانوادگی و ... باشد و اگر در این مرحله معلمان همکاری و همراهی همسر خود را داشته باشند و سیستم آموزشی نیز سازگاری لازم را داشته باشد روند فرسودگی کند خواهد شد . لذا توصیه می شود مسئولین سازمان های مربوطه با توجه به نقش مهم زنان در جامعه و خانواده، تمهیدات لازم را در راستای کاهش فرسودگی شغلی و افزایش سلامت عمومی معلمان انجام دهند. نتایج این مطالعه می تواند به عنوان یک منبع اطلاعاتی برای مسئولین مربوطه در جهت برنامه ریزی مورد استفاده قرار گیرد و همچنین می تواند زمینه ای باشد برای مطالعات بعدی جهت سنجش عوامل موثر در فرسودگی شغلی معلمان یا مداخلات موثر در جهت کاهش فرسودگی شغلی معلمان مدارس ابتدائی که بسیار در تربیت نسل آینده تاثیر گذار هستند.

مطالعه حاضر دارای محدودیت هایی می باشد. از جمله محدودیت های پژوهش حاضر می توان به جمع آوری اطلاعات با استفاده از پرسشنامه و به صورت خود گزارش دهی اشاره کرد که ممکن است برخی از پاسخ دهندگان به طور صادقانه پرسشنامه ها را تکمیل نکرده باشند و نیز با توجه به محدودیت جامعه آماری این پژوهش تعمیم نتایج به تمامی معلمان شاغل در آموزش و پرورش بایستی با احتیاط صورت گیرد.

تشکر و قدردانی

از دانشکده علوم پزشکی اسفراین که از این طرح تحقیقاتی حمایت کردند و نیز از تمامی معلمان ابتدایی شهرستان اسفراین که مارا در انجام این پژوهش یاری کردند تقدیر و تشکر به عمل می آید.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

References

AbediKooshki, S., Arazli, A. Examining the relationship between job burnout and job performance in emergency medical technicians of Esfarayen Faculty of Medical Sciences. Beyhagh, 2024; 29(3): 314-323.

AbediKooshki, S., Arazli, A. The Assosiation Between Occupational Stress, Burnout, and Performance Among Emergency Medical Technicians. Health research and development, 2024; 2(3): 1-12.

Afshani A, Jahanbakhshganjeh S, Jahanbakhshganjeh S. The role of organizational commitment, social support, general health and job satisfaction in predicting burnout among the staff of Social security organization at Kohgiluyeh and Boyer Ahmad. Knowledge & research in applied psychology. 2017 Aug 23;18(2):72-81.

Akcay.N , Determining the views and adequacy of the preschool teachers related to science activities , Universal Journal of Educational Research , 2016 : 4(4) : 821-829

Alavi . S , Ahmadi .MA , Zar . A , Evalute the effectiveness of sport on job burnout , General health and life expectancy in Jahrom university of medical sciences staff , 2017 ; 4(3) : 160-169

Bayani AA, Samiei R. The effect of job stress and job burnout on mental health of elementary teachers: Examining a hypothetical model. Iranian Journal of Health Education and Health Promotion. 2015 Jan 10;2(4):312-21

Bahlouli. N, Tahir, T. The relationship between personality traits and job stress with the degree of burnout of academic staff members of medical sciences universities. Education strategies (Education strategies in medical sciences. 2016;10(6):479-491

Bashlideh, K, Taghipour, M, Hashemi Sheikh Shabani, I , Jazayeri, Z. Investigating the relationship between job burnout and general health of middle school female teachers. Practical consulting, 2013; 4 (No. 1): 121-142.

Davoud A, Hasan A, Amir P. The relationship between organizational commitment, resilience and mental health with job burnout in fire department employees in Tabriz

Fayazbakhsh .A , Tavakoli .M , Hosseinzadeh .S , Abbasi Moghaddam .M , The relationship between public health and bornout among hospital staff in Tehran university of medical seineese , Payavard Salamat , 1395 ; zemestan , 10 : 488-49

Ghadimi Moghadam Malik M, Hosseini Tabatabai F, Jumapour, A. Investigating the prevalence of burnout in primary school teachers. Transformational psychology (Iranian psychologists) [Internet]. 2014;2(5):14-25

Ghodsi, AM, Afshar, KJ, Mihami, H. study of relationship between social factors and teachers'job burnout in qorveh town.

Kazemi .R . Momeni .S , Kiamarsi .A , The Effectiveness of life skills training on the social competence of students with dyscalculia , Journal of Learning DisabilitiesJour , 2011 ; autumn and winter , 1(1) : 94-108

Lotfi Niya Hossein, Mohseni Niya Hossein. Investigating the relationship between personality traits and job burnout of primary teachers in Tabriz. Education and evaluation (educational sciences). 1389;3(11):93-106.

Mazloomy Mahmoudabad SS, Geraylo S, Ardian N. Evaluating the Correlation Between Burnout Syndrome Dimensions and Mental Health of Cashiers in State Banks of Golestan. Tolooebehdasht. 2015 Jul 10;14(2):11-22.

Mahmoodi, GhR. Rouhy, Gh. Mojerlu. M , Sheikh, Rahmany H. Relationship between nursing burnout, physical environment and profesinal equipments. J Gorgan Univ Med Sci 2006; 8 (2) :40-46

Rasoulzadeh .N , Aabaszadeh .A , Amini .F , Zafarian .R , Burnout and general healh among nurses , Pajohesh parastari , 1394 ; Tabestan , 27(2) : 31-44

Rashidi .M , Pournajaf .A , Kazemi .M , Keikhaweni .S , Evaluating General Health Status using Goldberg's General Health Questionnaire among the Staff of Ilam University of Medical Sciences in 2015 , Scientific Journal of Ilam University of Medical Sciences , 1397 ; Mordad , 26(3) : 16-26

Rostami A, Noruzi A, Zarei AD, Amiri MO, Soleimani M. Exploring the relationships between the burnout and psychological wellbeing, among teachers while controlling for resiliency and gender. Iran Occupational Health. 2008 Oct 10;5(3):68-75

Safari Shahrabano, Gudarzi Hosnia. Investigating the relationship between personality traits and job burnout among faculty members and employees of Islamic Azad University, Azad Shahr branch. Educational leadership and management. 2018;3(3 (series 9)):85-101.

Salibi .J , Modarresi .G , Investigating the relationship between general health and burnout and social adequency of female teachers in primary schools in Tehran in the academic year 1392-1393 , Pejoheshnameh Zanan , 1395 , Bahar ; 7(1) : 127-154

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

Sepah, M, Shahriyari, AM, Shohami, N. relationship between life quality, job satisfaction, and teachers'professional exhaustion

Shabani, BG, Zamani KM. The relationship between job burnout and general health of physical education teachers in Lorestan Province

Sanchiz, M., Chevalier, A., & Amadieu, F. (2017). How do older and young adults start searching for information? Impact of age, domain knowledge and problem complexity on the different steps of information searching. Computers in Human Behavior, 6(72), 67–78

Taheri .N , Avendi .M , Shaeri Karimi .Z , Sabiei .M , Relationship between burnout and public health in Abadan high schools teachers in 2011, *Jentashepir* , 1392; 4(2) : 159-169.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]

Investigating the effect of primary teachers' job burnout on their general health and social competence in the work environment

Sara. AbediKooshki *[1], Hadiseh. Mohammadi[2] and Saeedeh sadat Babaei[3]

Abstract

Job burnout is a reduction in a person's ability to adapt to stressful factors and is a syndrome composed of emotional fatigue, depersonalization and a decrease in individual success, considering the negative impact and the necessity of this factor in the general health of teachers in the present study. The purpose of investigating the relationship between public health, job burnout and social competence of elementary school teachers in Esfrain city in the academic year of 1401 has been done. This study was a descriptive-analytical study whose statistical population was considered to be teachers of elementary schools in Esfrain city. The sample size of this study was 85 teachers, which was determined using Morgan's table. The sampling method in this study was cluster sampling. To measure general health, a 28-question questionnaire (GHQ), job burnout from a 25-question questionnaire (Maslach), and finally, to measure social competence, the four-dimensional model of social competence (Felner) including 47 items was used. The reliability of the questionnaires with Cronbach's alpha was 72/., 78/. and 85/. Calculated. The information obtained after collecting the questionnaires was entered into the SPSS software version 24 and the raw data collected was analyzed through the methods of descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics. The findings of this research showed that there is an inverse and significant correlation between job burnout and general health (r=-.564 p=.00)) and also there is an inverse and significant correlation between general health and social adequacy. It was also found that there is a positive and significant correlation between job burnout and social adequacy (r=.485 p=./002). Since eliminating the factors that cause job burnout and increasing the general health of teachers can increase their social sufficiency and reduce the damage caused by burnout, and since teachers have a very effective role in educating and training the future builders of society. Conducting this research in this group is of significant importance so that more favorable conditions can be provided for them in the work environment.

Keywords: public health, job burnout, social adequacy, primary school teachers.

۱. Assistant Professor, Department of Educational Sciences. Farhangian University, Tehran, Iran.
۲. Undergraduate student, Department of Public Health, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran.
۳. Undergraduate student, Department of Public Health, Esfarayen Faculty of Medical Sciences, Esfarayen, Iran.

[Downloaded from isoedmag.ir on 2026-10-23]