

بررسی میزان رابطه‌ی سلامت روان با فرسودگی شغلی در کارکنان حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

کامیار غنی^۱ (نویسنده‌ی مسؤول)، دکتر قدسی احقر^۲، دکتر آفرین رحیمی موقر^۳، دکتر حسین مبارکی^۴

چکیده

زمینه و هدف: وضعیت سلامت روانی کارکنان دولت به جهت ارتقای ارتباط آن با میزان فرسودگی شغلی جهت کاهش موارد آسیب‌زا مورد توجه مسؤولین ذیربط قرار گرفته است. **روش بررسی:** این تحقیق به روش همبستگی - همخوانی به بررسی وضعیت سلامت روانی و میزان ارتباط آن با فرسودگی شغلی در بین کارکنان حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی بر روی ۳۸۴ نفر و با توجه به تناسب جنسیت کارکنان شاغل در آن وزارتخانه انجام گردید. جهت تعیین وضعیت سلامت روانی کارکنان پرسشنامه‌ی سلامت روان گلد برگ که مشتمل بر ۲۸ سؤال و دارای چهار مقیاس اختلالات اضطراب و خواب، سلامت جسمانی، اختلال کارکرد اجتماعی و افسردگی و همچنین پرسشنامه‌ی فرسودگی شغلی ماسلاچ که مشتمل بر ۲۲ سؤال و در سه مؤلفه‌ی مسخ شخصیت، عدم موفقیت فردی و خستگی عاطفی است استفاده گردید. **یافته‌ها:** در این مطالعه که ۳۸۴ شامل ۱۵۱ نفر مرد و ۲۳۳ نفر زن از کارکنان شاغل در این وزارتخانه با سوابق و وضعیت‌های استخدامی متفاوت مورد مطالعه قرار گرفتند. پس از اجرای آزمون و جمع‌آوری نتایج از آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین، نمودار و...) و جهت آزمون سؤال‌های پژوهش از آمار استنباطی (t مستقل، رگرسیون چند متغیره با استفاده از روش گام به گام) استفاده شد. **نتیجه‌گیری:**

- ۱- قدرت پیش‌بینی اضطراب و اختلال در خواب بیش‌تر از افسردگی و افسردگی بیش‌تر از اختلال در عملکرد اجتماعی و اختلال در عملکرد اجتماعی بیش‌تر از علائم جسمانی می‌باشد.
 - ۲- بین سطح سلامت روان در کارکنان زن و مرد، تفاوت معناداری وجود ندارد.
 - ۳- بین سطح فرسودگی شغلی در کارکنان زن و مرد، تفاوت معناداری وجود ندارد.
- کلید واژه‌ها:** سلامت روان، فرسودگی شغلی، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

مقدمه:

همواره نحوه‌ی کار افراد و محیط آن می‌تواند بر روی سلامت روان ایشان تأثیرگذار باشد و در نتیجه باعث ارتقا یا افت کاری ایشان می‌گردد. زندگی لاجرم ما را در مواجهه با محرک‌های تنش‌زا قرار می‌دهد و فشار روانی بسیار کم که فشار روانی خفیف نامیده می‌شود، می‌تواند به اندازه‌ی فشار روانی بسیار زیاد که فشار روانی شدید نام دارد برای ما نامطلوب باشد. همچنین، فشار روانی می‌تواند زندگی را سرشار از چالش و تهییج سازد. هنگامی که خواست‌های یک موقعیت با توانایی‌های ما کاملاً جور درآیند می‌توانیم یک حالت شنگولی را که غرق شدن در کار نامیده می‌شود، تجربه کنیم. در این حالت حداکثر کارآیی را داشته و خود را با لذت در کارمان غرق می‌کنیم. اکثر تحقیقات نشان می‌دهند که نگرش خوش بینانه در مواجهه با فقدان‌ها و شکست‌ها، سلامت روان را بالا می‌برد، در حالی که بدبینی تأثیر منفی بر آن دارد. افکار ما به طور زیادی بر مشکلات هیجانی و شخصی‌مان تأثیر می‌گذارند. افکار منفی در خلق منفی و افسردگی رایج است و افکار مثبت در احساسات خوب و شاد نقش دارند. تجربیات نشان می‌دهد زمانی که ما در مورد موقعیت‌ها به طرز خوشحال، غمگین و عصبانی فکر می‌کنیم، اغلب احساسات مربوطه به وجود می‌آیند. در بسیاری از بررسی‌ها معلوم شده است که محیط بر کارکرد روانی ما تأثیر می‌گذارد (۳). یکی از مشکلات ناشی از محیط کار، موضوع استرس می‌باشد که اگر به مدت زمان طولانی و به طور وسیع توسط شخص احساس شود، احتمال دارد نشانه‌ها شکل قطعی به خود بگیرد و به مرحله‌ی فرسودگی زیاد می‌انجامد (۱). بنابر این پدیده‌ی رایج محیط‌های شغلی امروزی، موضوع فرسودگی شغلی می‌باشد و آن به فشار

روانی در محیط‌های شغلی اسناد می‌شود که امروزه اقدامات فراوانی برای پیشگیری از آن در دست اجرا است. ولی همواره به ارتباط آن با تیپ‌های شخصیتی اشاره می‌شود و مطرح می‌شود که برخی افراد خاص مستعد تجربه فرسودگی شغلی می‌باشند (۲).

لذا از آن‌جا که مهم‌ترین منبع هر سازمانی نیروی انسانی آن می‌باشد، باید به این امر توجه کافی صورت پذیرد که در دهه‌های اخیر توجه به استرس شغلی و مطالعه‌ی آن گسترش فراوان یافته است، تا با شناخت منابع و عوامل زمینه‌ساز فرسودگی شغلی بتوانند با آموزش روش‌های مقابله‌ای به افزایش اثربخشی فعالیه‌های افراد در سازمان بیافزاید و سنگ زیر بنای سلامتی بیش‌تر و بهزیستی را بنا نهند (۶).

روش بررسی

این مطالعه بر اساس ماهیت موضوع، از نوع همبستگی - همخوانی می‌باشد. زیرا محقق بدون دخالت و استنتاج ذهنی قصد مطالعه‌ی روابط بین متغیرها را دارد و میزان همبستگی بین آن‌ها را مشخص می‌کند. در این پژوهش جامعه‌ی آماری شامل کلیه‌ی کارکنان شاغل در حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در سال ۱۳۸۶ می‌باشد. با توجه به این که حجم جامعه مورد مطالعه حدود ۱۳۷۰ نفر می‌باشد، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی تعداد ۴۵۰ پرسش‌نامه تکثیر و در اختیار کارکنان قرار گرفت که حدود ۶۶ پرسش‌نامه به دلیل ناقص بودن کنار گذاشته شد و ۳۸۴ پرسش‌نامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در این تحقیق از دو ابزار عمده جهت اندازه‌گیری داده‌ها به شرح زیر استفاده گردید (۵).

۱- پرسش‌نامه سلامت عمومی گلدبرگ، در پژوهش حاضر از نسخه‌های برگردانده شده

نتایج

از مجموع ۳۸۴ نفر کارمند مورد مطالعه‌ی شاغل در حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، ۱۵۱ نفر مرد و ۲۳۳ نفر زن بودند. بررسی داده‌های به دست آمده نتایج زیر را نشان داد: از میان چهار متغیر مستقل ارائه شده در خصوص آزمون سلامت روان، متغیر اضطراب و بی‌خوابی دارای بیش‌ترین ضریب همبستگی با متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) است و به تنهایی $0/07$ ٪ از واریانس متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) را تبیین می‌کند. با توجه به اطلاعات مربوط به تحلیل واریانس محاسبه شده $29/6$ و درجه‌ی آزادی $1=$ و 369 مشارکت متغیر مستقل (اضطراب) در تبیین متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) معنادار است. بدین ترتیب بررسی‌های به عمل آمده بیانگر این نکته است که بین میزان اضطراب و بی‌خوابی کارکنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با فرسودگی شغلی آنان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. رابطه مشاهده شده، مثبت و مستقیم است. با وارد کردن میزان متغیر افسردگی که بیش‌ترین ضریب همبستگی نیمه تفکیکی را با متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) دارد، مقدار واریانس تبیین شده $0/96$ ٪ افزایش یافت. به عبارت دیگر پس از کنترل متغیر اضطراب، متغیر افسردگی می‌تواند $0/89$ ٪ از متغیر وابسته را تبیین کند. با توجه به اطلاعات مربوط به تحلیل واریانس محاسبه شده، نتیجه می‌شود که مشارکت متغیرهای اضطراب - بی‌خوابی و افسردگی بر متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) معنادار است. بدین ترتیب گویایی نتایج نمایانگر این نکته است که بین اضطراب - بی‌خوابی و افسردگی با فرسودگی شغلی، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. رابطه‌ی مشاهده شده، مثبت و مستقیم است. داده‌ها گویای این واقعیت است که میزان افسردگی کارکنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در فرسودگی شغلی آنان مؤثر است و از روی

به فارسی GHQ-28 که یک پرسش‌نامه ((سرنده)) مبتنی بر روش خود گزارش‌دهی می‌باشد که در مجموعه‌های بالینی با هدف ردیابی کسانی که دارای یک اختلال روانی هستند، مورد استفاده قرار می‌گیرد، استفاده گردید. این پرسش‌نامه حاوی ۲۸ سؤال در چهار حیطة سلامت جسمی، اختلالات اضطراب و خواب، اختلالات مربوط به تطابق اجتماعی و میزان افسردگی می‌باشد. طبق برنامه نسبتاً ثابت و معینی در ابتدا محقق، هدف و مقصود کلی از اجرای پرسش‌نامه را برای کارکنان تشریح نموده و پس از آشناسازی آنان با مفهوم سلامت عمومی و ترغیب آن‌ها به انعکاس واقعی نظراتشان درباره‌ی سؤال‌های پرسش‌نامه، نحوه‌ی پاسخ دادن به سؤال‌های مذکور را برای آنان روشن می‌نماید. از پرسش‌شوندگان درخواست شده است که جنسیت، مدرک تحصیلی، سمت، میزان رضایت از نحوه‌ی مدیریت واحد مربوطه، میزان رضایت‌مندی از درآمد و وضعیت استخدامی خود را مشخص نمایند. ۲- پرسش‌نامه فرسودگی شغلی، این پرسش‌نامه به وسیله‌ی ماسلاچ و جکسون (۱۹۸۵) تهیه شده است. این پرسش‌نامه از ۲۲ ماده تشکیل شده است که جنبه‌های سه گانه فرسودگی شغلی، خستگی عاطفی، مسخ شخصیت، عدم موفقیت فردی را می‌سنجد (۸). روش نمره‌گذاری طیف ساده لایکرت برای گزینه‌های سؤالات پرسش‌نامه‌ها برگزیده شد. جهت آنالیز داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS و بکارگیری جداول شاخص‌های آماره‌های تحلیل رگرسیون، تحلیل واریانس رگرسیون و متغیرهایی که وارد رگرسیون گردیده و یا نگردیده بودند و همچنین درصدگیری، نسبت و آزمون t مستقل انجام پذیرفت. سطح اطمینان ۹۵٪ جهت گزارش نتایج در نظر گرفته شد.

نمرات متغیرهای اضطراب - بی‌خوابی و افسردگی می‌توان نمره‌ی متغیر وابسته را پیش‌بینی کرد. با توجه به اطلاعات مربوط به تحلیل واریانس محاسبه شده $F=14/64$ و درجه‌ی آزادی = ۳ و ۳۶۷ نتیجه می‌شود که مشارکت متغیر مستقل عملکرد اجتماعی بر متغیر وابسته (فرسودگی شغلی) معنادار است. بنابر این بین میزان عملکرد اجتماعی کارکنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با فرسودگی شغلی، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. رابطه‌ی مشاهده شده، مثبت و مستقیم است. اطلاعات به دست آمده گویای این واقعیت است که میزان اختلال در علائم جسمانی کارکنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در فرسودگی شغلی آنان مؤثر است و از روی نمرات سلامت روان در مؤلفه‌ی علائم جسمانی، می‌توان نمره‌ی فرسودگی شغلی را پیش‌بینی نمود. در نهایت می‌توان نتیجه گرفت که:

۱- بین سلامت روان در مؤلفه‌های اضطراب - بی‌خوابی، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی کارکنان وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی با میزان فرسودگی شغلی آنان، رابطه‌ی معناداری وجود دارد.
 ۲- بین سلامت روان در مؤلفه‌ی علائم جسمانی با فرسودگی شغلی، رابطه‌ی معناداری وجود ندارد، رابطه‌ی مشاهده شده اندک است و از لحاظ آماری معنادار نیست.
 به عبارت دیگر از روی نمرات سلامت روان می‌توان میزان فرسودگی شغلی کارکنان را پیش‌بینی کرد. قدرت پیش‌بینی سلامت روان در مؤلفه‌ی اضطراب - بی‌خوابی بیش‌تر از مؤلفه‌ی افسردگی و مؤلفه‌ی افسردگی بیش‌تر از اختلال در عملکرد اجتماعی و اختلال در عملکرد اجتماعی بیش‌تر از اختلال در علائم جسمانی است.

جدول ۱ - آزمون t گروه‌های مستقل در خصوص رابطه‌ی بین فرسودگی شغلی با جنسیت

سطح معناداری	T بحرانی جدول در سطح معناداری		درجه‌ی آزادی	آزمون t محاسبه شده	خطای معیار	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	
	%۹۹	%۹۵							
۰/۰۹	۲/۵۷	۱/۹۶	۳۸۳	-۱/۶۹	۰/۹۰	۱۱/۰۷	۵۲/۸	۱۵۱	کارکنان مرد
					۰/۶۹	۱۰/۶۴	۵۴/۸	۲۳۳	کارکنان زن

با عنایت به جدول شماره‌ی ۱ نتیجه می‌شود که با احتیاط ۹۵٪ بین فرسودگی شغلی کارکنان زن و مرد، تفاوت معناداری وجود ندارد.

جدول ۲ - آزمون t گروه‌های مستقل در خصوص رابطه بین سلامت روان با جنسیت

سطح معناداری	T بحرانی جدول در سطح معناداری		درجه‌ی آزادی	آزمون t محاسبه شده	خطای معیار	انحراف استاندارد	میانگین	تعداد	
	%۹۹	%۹۵							
۰/۱۸	۲/۵۷	۱/۹۶	۳۷۱	-۱/۳۳	۰/۹۷	۱۱/۷۱	۵۱/۲۶	۱۴۵	کارکنان مرد
					۰/۶۲	۹/۳۶	۵۲/۷۳	۲۲۸	کارکنان زن

نتایج

چون قدر مطلق آزمون t محاسبه شده از آزمون t بحرانی جدول در سطح خطاپذیری ۰/۰۵ کوچک‌تر است، فرضیه صفر تأیید می‌شود.

بنابر این نتیجه می‌شود که با احتیاط ۰/۹۵ بین سلامت روان کارکنان زن و مرد، تفاوت معناداری وجود ندارد.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعات انجام گرفته رابطه‌ی بین سلامت روان با فرسودگی شغلی را در جوامع مختلف نشان می‌دهد. برای نمونه چاپمن و دیگران (۲۰۰۳م) کوردون، نرویکی و یچرن^۵ (۲۰۰۱م) در تحقیقی روی کارگران شاغل در حرفه‌های صنعتی دریافتند که سلامت روانی با میزان عملکرد اجتماعی آنان در ارتباط مستقیم می‌باشد. بدین معنا که از بین رفتن سلامت روانی، باعث کاهش میزان عملکرد اجتماعی در کارگران می‌شود. سعادتمند (۱۳۷۶) در پژوهشی با عنوان بررسی رابطه‌ی بین کارآیی خانواده و سلامت عمومی فرزندان به این نتیجه رسید که میزان سلامت عمومی پسران بیش‌تر از دختران است. او نتیجه گرفت که میزان یا کمیت وجودی مادر یا پدر با کودک مطرح نیست بلکه آن چه بیش‌تر در رشد روانی کودک حائز اهمیت است، کیفیت رابطه‌ی بین مادر، پدر و فرزند است. به عنوان

مثال مادرانی که کار می‌کنند به علت گرفتاری شغلی نمی‌توانند زمان زیادی را با کودکان خود بگذرانند و در اوقات کوتاهی که با فرزندان خود هستند، از نظر عاطفی و ابراز محبت، رفتاری مناسب دارند. همچنین وی نشان داده است که بین پاسخ‌های دختران و پسران در کل مقیاس و به تفکیک سازه در آزمون سلامت عمومی GHQ-۲۸ تفاوت معناداری در سازه‌ی علائم جسمانی در سطح وجود دارد. در سازه‌ی کارکرد اجتماعی، تفاوت معناداری بین دختران و پسران مشاهده نشد و با مقایسه‌ی نمره‌ی میانگین در گروه دختر و پسر در این سازه‌ها مشخص شده است که سلامت عمومی پسران بالاتر از دختران است. یافته‌های این تحقیق رابطه‌ی بین سلامت روان را در مؤلفه‌های اضطراب - بی‌خوابی، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی با میزان فرسودگی شغلی را و بین سلامت روان در مؤلفه‌ی علائم جسمانی با فرسودگی شغلی رابطه‌ی معناداری را نشان نمی‌دهد. همچنین در این پژوهش رابطه معناداری بین جنسیت شرکت کنندگان در تحقیق با سلامت روان ایشان نشان نمی‌دهد. ولی نهایتاً نتایج مؤید آن است که بیش‌تر کارکنان شاغل در حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی دارای فرسودگی شغلی می‌باشند.

standing and managing the human side of work. 3rd.ed. by Allyn and Bacon
9- Maslach .C. & Jackson .S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. journal of occupational behavior, 2, 33-99

تشکر و قدردانی:

محققین از کلیه مسئولین و کارکنان حوزه‌ی ستادی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی کمال سپاس‌گزاری را دارند.

منابع

- ۱- آزاد، حسین (۱۳۷۶). آسیب‌شناسی روانی. تهران: انتشارات بعثت. چاپ چهارم.
- ۲- آل ابراهیم، فریدون (۱۳۷۷). میزان شیوع سندرم فرسودگی شغلی و رابطه‌ی آن با تیپ‌های شخصیتی در معلمان ابتدایی و متوسطه‌ی شهر کرد. پایان‌نامه تحصیلی کارشناسی ارشد وزارت آموزش و پرورش معاونت تأمین و تربیت نیروی انسانی، مرکز آموزش عالی ضمن خدمت فرهنگیان.
- ۳- آندرووا، ساپنیگتون (۱۳۸۲). بهداشت روانی. ترجمه‌ی حمیدرضا حسین شاهی بروانی. انتشارات روان.
- ۴- پاشا شریفی، حسن و نجفی زند، جعفر (۱۳۷۳). روش‌های آماری در روان‌شناسی، علوم تربیتی و علوم رفتاری. تهران، انتشارات دانا. چاپ پنجم.
- ۵- دادستان، پریخ (۱۳۷۶). روان‌شناسی مرضی تحولی. تهران. انتشارات سمت.
- ۶- کوپر، کاری ال (۱۳۷۳). فشار روانی (راه‌های شناخت و مقابله). مترجمان: مهدی قراچه‌داغی و ناهید شریعت‌زاده. تهران. انتشارات رشد. چاپ اول.
- ۷- گرین، جودیت و الیویرا، مانوئلادی (۱۳۸۰). کاربرد آزمون‌های آماری در پژوهش علوم رفتاری. مترجم علی دلاور و مهرداد پرنان. تهران. انتشارات ارسباران. چاپ اول.

8- Baron, Robert, A & Greenberg, Jerald (1990). Behavior in organization: under-