

## **A Study of the Relationship Between Organizational Resilience and Job Satisfaction and Mental Health of High School Teachers in Kermanshah Province<sup>1</sup>**

**Mohsen Karmi**

Ph.D., Sports Management, Farhangian University, Kermanshah, Iran (Corresponding author).  
m.karami1366@yahoo.com

**Sara Kazemi**

Ph.D., Sports Management, Shahr-Quds Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. kazemi.serah@gmail.com

**Shamsi Rahmani**

Master's student, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran. shamsi.rahmani@yahoo.com

### **Abstract**

The purpose of the present study is to review the relationship between components of organizational resilience and job satisfaction and mental health of high school teachers in the province of Kermanshah. The method of research is descriptive-correlational and its performance method is survey. The statistical population of the research consists of all female teachers in governmental and nongovernmental high schools of Kermanshah. Convenience sampling was used in this research to determine 387 teachers as the sample of study with regard to the total population ( $N=1000$ ) and based on the Cochran formula. The research measurement instruments included three questionnaires of Public Health (Goldenberg), Adults' Resilience Scale for Adults (Friborg et al.), and Job Satisfaction (Kendall & Hulin). The validity of the questionnaires was confirmed by the experts and their reliability was calculated to be 90%, 89%, and 93% respectively. For data analysis, descriptive statistical methods (frequency, percentage, average, and standard deviation) and inferential statistics including correlation and regression were used. The results showed that there is a negative and significant relationship between components of resilience (personal qualification, social qualification, social support, family integrity, and personal structure) and mental health signs. Furthermore, a negative and significant relationship was observed between aspects of job satisfaction (occupation, supervisor, and colleagues) and mental health signs while there was no significant relationship between aspects of promotion and payment. Regression analysis results revealed that among predictor variables, the variables of personal qualification, social support, and personal structure have the potential to predict mental health symptoms. With respect to the research findings, the managers can have a positive impact on the betterment of their employees' resilience and job satisfaction.

**Keywords:** Organizational Resilience, Job Satisfaction, Mental Health, Teachers, Schools, Kermanshah, Women, High School.

## بررسی رابطه مولفه‌های تاب‌آوری سازمانی و رضایت شغلی با سلامت روانی

### معلمان دوره متوسطه استان کرمانشاه<sup>۱</sup>

#### محسن کرمی

دکتری، مدیریت ورزشی، دانشگاه فرهنگیان، کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول). m.karami۱۳۶۲@yahoo.com

#### سارا کاظمی

دکتری، مدیریت ورزشی، واحد شهرقدس، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. kazemi.serah@gmail.com

#### شمسی رحمانی

دانشجوی کارشناسی ارشد، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران. shamsi.rahmani@yahoo.com

### چکیده

هدف تحقیق حاضر، بررسی رابطه مولفه‌های تاب‌آوری سازمانی و رضایت شغلی با سلامت روان معلمان دوره متوسطه استان کرمانشاه می‌باشد. روش تحقیق توصیفی - همبستگی بوده و روش اجرا پیمایشی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه معلمان زن دوره متوسطه مدارس دولتی و غیر دولتی شهر کرمانشاه بود. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد که با توجه به حجم جامعه ( $N=1000$ ) و بر طبق فرمول کوکران، ۲۸۶ نفر به عنوان نمونه تعیین شدند. ابزار اندازه‌گیری تحقیق شامل سه پرسش‌نامه سلامت عمومی (گلدنبرگ)، پرسش‌نامه تاب‌آوری بزرگسالان (فراپورگ و همکاران) و پرسش‌نامه رضایت شغلی (کندال و هالین) بود که روایی آن توسط اساتید متخصص تأیید و پایایی آن به ترتیب ۹۵٪ و ۸۹٪ و ۹۳٪ به دست آمد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی شامل همبستگی و رگرسیون استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین مولفه‌های تاب‌آوری (شایستگی فردی، شایستگی اجتماعی، حمایت اجتماعی، انسجام خانوادگی و ساختار فردی) با علائم سلامت روان، رابطه منفی و معناداری وجود دارد و بین ابعاد رضایت شغلی (شغل، سرپرست و همکاران) با علائم سلامت روان، رابطه منفی و معناداری مشاهده شد، ولی بین ابعاد ارتقاء و پرداخت، رابطه معناداری وجود ندارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که از بین متغیرهای پیش‌بین، شایستگی فردی، حمایت اجتماعی و ساختار فردی قابلیت پیش‌بینی متغیر علائم مرضی سلامت روان را دارند. با توجه به یافته‌های پژوهش مدیران می‌توانند تاثیر مثبتی در بهبود وضعیت تاب‌آوری و رضایت شغلی کارکنان خود داشته باشند.

**کلیدواژه‌ها:** تاب‌آوری سازمانی، رضایت شغلی، سلامت روان، معلمان، مدارس، کرمانشاه، زنان، مقطع متوسطه.

<sup>۱</sup> تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۰۵؛ تاریخ اصلاح: ۱۴۰۱/۰۲/۱۵؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۲۵؛ تاریخ انتشار آنلاین: ۱۴۰۱/۰۴/۰۱

ناشر: دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم

## مقدمه

تعلیم و تربیت امری وقت‌گیر و پرثمر و درعین حال دشوار است، که در این امر، معلمان به عنوان نقطه آغاز هر تحول آموزشی و پرورشی، بیشترین و برترین نقش را عهده‌دار هستند. همچنین باید باور داشته باشیم، که زیباترین طرح اصلاح و بازسازی آموزش و پرورش، در صورت نداشتن معلم به تعداد کافی و با کیفیت مطلوب، با شکست روبه‌رو خواهد شد. فعالیت‌های مدیران با استعداد به کارکنان با پتانسیل بالا این فرصت را می‌دهد، تا بهتر عمل کنند و ظرفیت آنها را در فرایندها و نقش‌های مؤثر، توسعه می‌دهند و می‌توانند در تعهد بیشتر آنها نسبت به سازمان و افزایش انگیزه‌شان در انجام کارهای سخت برای اثربخشی سازمانی بهره ببرند (کوروا و همکاران ۲۰۲۰). اگرچه حرفه و شغل معلمی دارای منابع استرس‌زای درونی و بیرونی است؛ اما منابع درونی استرس‌زای حرفه معلمی، شامل ماهیت نقش معلم، سطح آمادگی‌ها، صلاحیت‌ها و قابلیت مواجه شدن با وظایف تعیین شده است. محیط مدرسه می‌تواند شرایط پرتنشی را برای معلمان به وجود آورد که شامل رفتارهای مخرب دانش‌آموزان، ساختار تشویقی ناکافی، انزوای شغلی و... باشد که نقشی متضاد و چندگانه است. حرفه معلمان بیش از سایر مشاغل، آنها را مستعد فرسودگی شغلی می‌کند. در مطالعه‌ای که بر روی کار معلمان و مدیران انجام شد، نتایج نشان داد، معلمان سطح بالاتری از خستگی روانی و فرسودگی را نسبت به مدیران تجربه می‌کنند. خستگی روانی و افسردگی از عوامل وابسته به فرسودگی محسوب می‌شود (بریک و همکاران ۱۹۹۶).

سلامت افراد جامعه به نحو مؤثری تحت تغییر شغل آنان است؛ زیرا انتخاب حرفه خاص در بسیاری از موارد مستقیماً فرد را در معرض عوامل بیماری‌زای مربوط به آن حرفه و بیماری‌های ناشی از آن قرار می‌دهد؛ ضمن اینکه با تأثیرگذاری بر سطح درآمد به صورت غیر مستقیم بر طبقه اجتماعی، تغذیه، وضع مسکن و سایر فعالیت‌های فرد هم تأثیرگذار خواهد بود که همه آنها به نحوی در سلامت فرد، نقش دارند. اما در مورد معلمان با توجه به موقعیت شغلی و محیط کاری، اوضاع به گونه‌ای دیگر است. به همین جهت، پژوهش در حوزه سلامت روان و رضایت شغلی به ویژه در معلمین مهم و پراهمیت به نظر می‌رسد. لودر و همکاران<sup>۳</sup> (۱۹۹۱) معتقد هستند که حرفه معلمان بیش از سایر مشاغل، آنها را مستعد فرسودگی شغلی می‌کند. علاوه بر آن، نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد، معلمان سطح بالاتری از خستگی روانی و فرسودگی را نسبت به مدیران تجربه می‌کنند. خستگی روانی و افسردگی، از عوامل وابسته به فرسودگی محسوب می‌شوند. همچنین، نتایج شمار زیادی از پژوهش‌ها به بررسی اثرگذاری تاب‌آوری بر افزایش سطح سلامت روان، رضایت‌مندی از زندگی و کاهش هیجانات منفی اشاره داشته‌اند. یکی از مهم‌ترین توانایی‌های انسان که سبب سازگاری مؤثر با عوامل خطر می‌شود، تاب‌آوری است. بهترین شناسه‌ای که

۱. Khoreva & et al.

۲. Burke & et al.

۳. Luthar & et al.

برای تاب‌آوری وجود دارد، این است که آن را به عنوان سازگاری پیروزمندانه با شرایط ناگوار در نظر بگیریم. در حقیقت، ویژگی‌ها و کامیابی‌های شخصی می‌توانند، پس از شرایط تنش‌زا، به سلامت فرد بیانجامد. در واقع تاب‌آوری به معنای توان موفق بودن، زندگی کردن و خود را رشد دادن در شرایط دشوار است. تاب‌آوری به عنوان عاملی در جهت سازگاری موفقیت‌آمیز با تغییر و توانایی مقاومت در برابر مشکلات شناخته شده است. این فرایند، خود به خود ایجاد نمی‌شود، مگر اینکه فرد در موقعیت‌های دشوار و ناخوشایندی قرار گیرد، تا برای رهایی از آن صدمه‌پذیری، حداکثر تلاش را برای کشف و بهره‌گیری از این عوامل محافظت‌کننده (فردی و محیطی) در درون و بیرون خود که همواره به صورت بالقوه وجود دارد؛ به کار گیرد (محمدی ۱۳۸۴). معلم از یکسو باید استرس خود را مدیریت کند و از سوی دیگر باید به وظایف حرفه خود به نحو درست عمل نماید؛ تا بدین شیوه در گذر زمان، انگیزه و تعهد خود را نسبت به حرفه معلمی و شرایط کاری حفظ کند. تاب‌آوری به سه دلیل در آموزش بسیار اهمیت دارد؛ اول اینکه، بر انتظارات معلم از دانش‌آموز تأثیرگذار است؛ چرا که خود معلم الگویی برای نشان دادن رفتار تاب‌آورانه است؛ دوم اینکه، تدریس حرفه سخت و پیچیده‌ای است و مستلزم آن است که معلم با ابهامات، سختی‌ها و دشواری‌هایی که در کلاس درس آموزشی مواجه می‌شود، برخورد درست و منطقی داشته باشد و این، نیاز به سبک رفتار تاب‌آورانه دارد. معلم از یکسو باید استرس، خود را مدیریت کند و از سوی دیگر باید به وظایف حرفه‌ای خود به نحو درست عمل نماید تا بدین شیوه در گذر زمان انگیزه و تعهد خود را نسبت به حرفه معلمی حفظ کند (اصغری ۱۳۹۳).

یکی دیگر از متغیرهای پیش‌بینی شده، رضایت شغلی در نظر گرفته شده است؛ زیرا رضایت شغلی یکی از اساسی‌ترین مسائل شغلی است که نظر متخصصان را به خود مشغول نموده است. رضایت شغلی نتیجه ادراک کارکنان از چگونگی برآورده شدن انتظارات مهم آنها، توسط شغل افراد است. پژوهش شجاعی و همکاران (۱۳۹۱) که با هدف پیش‌بینی نشانه‌های سلامت روانی، بر اساس تاب‌آوری نوجوان دانش‌آموز با کم توانی ذهنی صورت گرفت؛ تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد، که تاب‌آوری، پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار از نشانه‌های اختلال‌های جسمی، اضطرابی، کارکرد اجتماعی و افسردگی سلامت روانی است. در پژوهش حکمت‌شعار و همکاران (۱۳۹۵) نیز که با هدف بررسی رابطه بین سلامت و رضایت شغلی در کارکنان کارخانه خدمات خودرو انجام شد؛ نتایج بررسی‌ها در خصوص مقایسه میزان رضایت شغلی افراد دو گروه سالم و بیمار به جز در خرده‌مقیاس ارتقا معنی‌دار نبوده است. در این پژوهش، ارتباط رضایت شغلی و تحصیلات، معنی‌دار و معکوس بوده ولی، میان رضایت شغلی و بیماری افراد، سن و سابقه کار، ارتباط معنی‌داری به دست نیامد. یافته‌های کوشینا<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) نشان داد، بالا بودن حجم کار و پیچیدگی آن در کلاس درس، بیشترین تأثیر را بر رضایت شغلی معلمان می‌گذارد. علاوه بر این، در سطح مدرسه فرهنگ، مدرسه ساختار مدرسه، رهبری مدیر مدرسه در ابراز حمایت یا انتقاد شرایط ارتقای آن، تأثیر

معناداری بر شرایط رضایت‌مندی معلمان دارد. از جمله چالش‌هایی که مدیران آموزشی با آن مواجه هستند، سلامت روان معلمان است.

بنابراین، ضرورت دارد که پژوهش‌هایی در زمینه عوامل سلامت روان معلمان انجام گیرد، تا به واسطه آن، اقداماتی در زمینه ارتقای سلامت روان آنها برنامه‌ریزی گردد. در این راستا باید با بررسی‌های اولیه، مسائل و مشکلات موجود در این راه شناسایی، و با رفع این موانع گام مؤثری در ارتقای آن، برداشته شود. لذا، با توجه به موارد ذکر شده و همچنین، مرور پژوهش‌های صورت گرفته در این خصوص، این تحقیق به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که، رابطه تاب‌آوری و رضایت شغلی با سلامت روان معلمان زن دوره متوسطه شهر کرمانشاه چیست؟

### روش تحقیق

روش پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی و روش اجرای آن پیمایشی است. جامعه آماری پژوهش، کلیه معلمان دوره متوسطه مدارس دولتی و غیر دولتی است. در این پژوهش از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد؛ که با توجه به حجم جامعه ( $N=1000$ ) و بر طبق فرمول کوکران، ۲۸۶ نفر به عنوان نمونه تعیین شدند. ابزار اندازه‌گیری تحقیق، سه پرسش‌نامه سلامت عمومی (گلدنبرگ<sup>۱</sup>)، پرسش‌نامه تاب‌آوری بزرگسالان (فرایبورگ و همکاران<sup>۲</sup>) و پرسش‌نامه رضایت شغلی (کندال و هالین<sup>۳</sup>) بود که روایی آن، توسط اساتید متخصص تأیید شد و پایایی آن به ترتیب ۹۵٪ و ۸۹٪ و ۹۳٪ به دست آمد. در پرسش‌نامه سلامت عمومی، پرسش‌نامه شامل ۴ خرده مقیاس علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی است. پرسش‌نامه رضایت شغلی، ناشی از جنبه‌های مختلف شغل، همچون پرداخت، فرصت‌های ترفیع، سرپرست، همکاران و عوامل محیط کاری همچون سبک سرپرستان، خط مشی‌ها و رویه‌ها، تعلق گروه کاری، شرایط کاری و مزایای شغلی است. مقیاس امتیازبندی این سؤالات بر اساس لیکرت بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از روش‌های آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی، شامل همبستگی و رگرسیون استفاده شد.

### یافته‌ها

یافته‌های پژوهش نشان داد، از ۲۸۶ نفر نمونه مورد بررسی، ۹۴ نفر در محدوده سنی ۳۵-۲۵ سال (۳۲/۹ درصد)، ۱۳۱ نفر در محدوده ۴۵-۳۶ سال (۴۵/۸ سال)، ۵۶ نفر در محدوده ۵۵-۴۶ سال (۱۹/۶ درصد) و ۵ نفر در محدوده سنی ۶۵-۵۶ سال، قرار داشتند. همچنین، یافته‌ها در بررسی وضعیت سلامت روان در نمونه مورد بررسی نشان داد، که ۱۷۸ نفر وضعیت سلامت روانی خوب (۶۲/۲ درصد)، ۸۲ نفر تاحدی خوب (۲۸ درصد)، ۲۳ نفر متوسط (۸ درصد) و ۵ نفر بد (۱/۷ درصد) بودند.

<sup>۱</sup> Goldenberg

<sup>۲</sup> Freiburg & et al.

<sup>۳</sup> Kendall & Hallin

## پژوهش‌های کاربردی در علوم ورزشی و سلامت

دوره ۱، شماره ۲، تابستان ۱۴۰۱

<https://jsports.qom.iau.ir>

برای سنجش سلامت روان از پرسشنامه سلامت گلدنبرگ (۱۹۷۲) که به منظور شناسایی اختلال‌های روانی غیر روان گسسته ساخته شده است، استفاده گردید. برای مقایسه سطح سلامت روان و مؤلفه‌های آن، (علایم جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی) در نمونه مورد بررسی با میانگین جامعه از آزمون t تک گروهی استفاده شد.

همان‌طور که در جدول (۱) نشان داده می‌شود؛ نتایج نشان داد، بین مؤلفه‌های سلامت روان (علایم جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی و افسردگی) و نمره کل، تفاوت معناداری وجود دارد ( $P > 0/01$ )؛ به طوری که علائم مرضی سلامت روان در نمونه مورد بررسی، نسبت به جامعه کم‌تر است.

جدول ۱ - میانگین و انحراف استاندارد سلامت روان و مؤلفه‌های آن

متغیر	کمینه	بیشینه	میانگین نمونه	انحراف استاندارد	محدوده نمرات	میانگین	تفاوت میانگین‌ها	T	سطح معناداری
مؤلفه سلامت روان	۰	۲۱	۷/۰۲	۴/۳۷	۰-۳	۱۰/۵	-۱۳۷/۶۷	-۳۴/۹۷	۰/۰۰۱
	۰	۲۱	۶/۰۸	۴/۲۴	۰-۳	۱۰/۵	-۱۴۳	-۳۵/۹۱	۰/۰۰۱
	۰	۲۴	۶/۲۰	۳/۴۳	۰-۳	۱۰/۵	-۱۷۱/۵۳	-۳۴/۷۹	۰/۰۰۱
	۰	۲۴	۴/۲۳	۴/۴۳	۰-۳	۱۰/۵	-۱۴۳/۹۸	-۳۷/۷۶	۰/۰۰۱
نمره کل سلامت روان	۰	۸۴	۲۲/۸۵	۱۳/۱۲	۰-۳	۴۲	-۲۴/۶۶	-۱۹/۱۴	۰/۰۰۱

برای مقایسه سطح تاب‌آوری و مؤلفه‌های آن در نمونه مورد بررسی با میانگین جامعه نیز، از آزمون t تک گروهی استفاده شد. مطابق جدول (۲)، نتایج نشان داد، بین سطح تاب‌آوری و مؤلفه‌های آن در نمونه مورد بررسی با میانگین جامعه تفاوت معناداری وجود دارد ( $P > 0/01$ ). به طوری که میانگین مؤلفه‌های تاب‌آوری در نمونه مورد بررسی نسبت به میانگین جامعه کم‌تر است؛ اما میانگین نمره کل تاب‌آوری در نمونه مورد بررسی، بیشتر از میانگین جامعه به دست آمد.

پژوهش‌های کاربردی در علوم ورزشی و سلامت

دوره ۱، شماره ۲، تابستان ۱۴۰۱

<https://jsports.qom.iau.ir>

جدول ۲ - میانگین و انحراف استاندارد تاب‌آوری و مؤلفه‌های آن

سطح معناداری	T	تفاوت میانگین‌ها	میانگین پرسشنامه	محدوده نمرات	انحراف استاندارد	میانگین نمونه مورد بررسی	بیشینه	کمینه	متغیر	مؤلفه‌های تاب‌آوری
۰/۰۰۱	-۲۱۱	-۸۲/۴۲	۳۰	۱-۵	۶/۶۰	۴۵/۵۷	۵۵	۲۲	شایستگی فردی	
۰/۰۰۱	۳۰۱/۷۳ -	-۹۶/۵۸	۲۰	۱-۵	۵/۴۱	۳۱/۴۱	۴۰	۱۴	شایستگی اجتماعی	
۰/۰۰۱	۲۹۳/۹۸ -	-۹۴/۱۱	۲۰	۱-۵	۵/۳۷	۳۴/۵۰	۴۰	۱۳	حمایت اجتماعی	
۰/۰۰۱	۵۴۵/۳۶ -	-۱۰۷/۱۹	۱۵	۱-۵	۳/۳۱	۲۱/۱۹	۲۵	۵	انسجام خانوادگی	
۰/۰۰۱	۵۵۱/۸۰ -	-۱۰۷/۷۲	۱۲/۵	۱-۵	۳/۲۸	۲۰/۶۵	۲۵	۹	ساختار فردی	
۰/۰۰۱	۳۷/۱۲	۴۹/۸۵	۱۰۷/۵	۱-۵	۲۲/۸۳	۱۷۷/۸۹	۲۱۵	۸۱	نمره کل تاب‌آوری	

همان‌طور که در جدول شماره (۴) ملاحظه می‌شود، نتایج نشان می‌دهد، که رضایت شغلی و ابعاد آن در نمونه مورد بررسی با میانگین جامعه تفاوت معناداری وجود دارد ( $P < ۰/۰۱$ ). به طوری که میانگین ابعاد رضایت شغلی نسبت به میانگین آن در جامعه کم‌تر است؛ اما میانگین نمره کل رضایت شغلی در نمونه مورد بررسی نسبت به میانگین جامعه بیشتر است.

جدول ۳ - میانگین و انحراف استاندارد رضایت شغلی و مؤلفه‌های آن

سطح معناداری	T	تفاوت میانگین‌ها	میانگین پرسشنامه	محدوده نمرات	انحراف استاندارد	میانگین نمونه مورد بررسی	بیشینه	کمینه	متغیر	مؤلفه‌های رضایت شغلی
۰/۰۰۱	-۱۶۲/۴۲	-۸۰/۳۸	۲۵	۱-۵	۸/۳۲	۳۶/۵۳	۵۰	۲	کار	
۰/۰۰۱	-۲۰۸/۴۱	-۸۸/۰۲	۲۰	۱-۵	۷/۰۹	۲۸/۹۷	۴۰	۳	سرپرست	
۰/۰۰۱	-۱۵۰/۵۲	-۸۰/۶۶	۲۵	۱-۵	۸/۹۹	۳۶/۳۳	۵۰	۵	همکار	
۰/۰۰۱	-۳۱۰/۱۷	-۱۰۰/۲۱	۱۲/۵	۱-۵	۵/۴۱	۱۶/۷۸	۲۵	۵	ارتقاء	
۰/۰۰۱	-۲۸۴/۰۴	-۹۸/۹۳	۱۵	۱-۵	۵/۸۳	۱۸/۰۶	۳۰	۴	پرداخت	
۰/۰۰۱	۱۲/۳۵	۲۰/۰۲	۹۷/۵	۱-۵	۲۷/۱۲	۱۳۷/۰۲	۱۹۵	۲۰	نمره کل رضایت شغلی	

جدول ۴ - نرمال بودن توزیع داده‌ها

سطح معنی‌داری	مقدار Z	متغیر
۰/۱۴	۱/۱۳	سلامت روان
۰/۹	۱/۰۹	شایستگی فردی
۰/۰۶	۱/۳۱	شایستگی اجتماعی
۰/۰۹	۱/۲۴	حمایت اجتماعی
۰/۲۴	۰/۹۹	انسجام خانوادگی
۰/۰۶	۱/۳۶	ساختار فردی
۰/۱۴	۱/۱۵	کار
۰/۳۶	۰/۸۱	سرپرست
۰/۴۰	۰/۸۹	همکار
۰/۹	۱/۰۴	ارتقا
۰/۳۳	۰/۹۲	پرداخت

## نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش نشان داد، متغیر همکار، شایستگی فردی، شایستگی اجتماعی، حمایت اجتماعی، انسجام خانوادگی و ساختار فردی، به عنوان متغیرهای پیش‌بین ۰/۰۴ درصد، ۷/۲۹ درصد، ۰/۸۱ درصد، ۲/۵۶ درصد، ۰/۰۴ درصد و ۱/۹۶ درصد از واریانس متغیر علائم مرضی سلامت روان (ملاک) را تبیین می‌کنند. همچنین از بین متغیرهای پیش‌بین، شایستگی فردی، حمایت اجتماعی و ساختار فردی (از مؤلفه‌های تاب‌آوری) توان پیش‌بینی متغیر سلامت روان را از نظر آماری به صورت معنی‌دار دارند. بنابراین، نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های امینی و همکاران (۱۳۹۱)، سامی‌زاده (۱۳۹۶)، شیرازی و همکاران (۱۳۸۶)، مظاهر و همکاران (۱۳۹۲)، بشارت و همکاران (۱۳۸۷) و کونر و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۰۳)، همسو و همخوان است. همچنین نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های سامی‌زاده (۱۳۹۶)، امینی و همکاران (۱۳۹۱)، سجادی‌پور (۱۳۹۵)، شیرازی و همکاران (۱۳۸۶)، بهرا<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) و روبینز<sup>۳</sup> (۲۰۱۹) نیز در یک راستا است.

چنانچه در تبیین قسمت‌های قبل اشاره گردید؛ تک‌تک مؤلفه‌های تاب‌آوری، ارتباط مستقیم و معناداری با سلامت روان داشتند. افرادی که شایستگی فردی بالایی دارند، به خود احترام می‌گذارند، برای خود و برای پیشرفت خویش، وقت می‌گذارند، نقاط ضعف را از بین می‌برند و به نقاط قوت خود توجه بیشتری نشان می‌دهند و یک روندی کاملاً منطقی را در زندگی، در پیش می‌گیرند. این فرایند دقیقاً در تعریف سلامت روان موجود است و هیچ منافاتی با سلامت روان ندارد. کاملاً بدیهی است که برخورداری از شایستگی اجتماعی، ارتباط مستقیم و معناداری با سلامت روان داشته باشد؛ چراکه در سلامت روان نیز، ما شاهد وجود یک ارتباط و تعاملات هماهنگ و منظم با دیگران هستیم. در حمایت اجتماعی، فرد از مجموعه‌ای حامی و دلسوز و وقت‌گذار برخوردار است که در شرایط لازم و ضروری و حساس از فردی که احتیاج به حمایت دارد، حمایت خود را اعلام می‌کنند. برخورداری از این پشتوانه حمایتی، ضامن و همچنین نشان دهنده سلامت روان است. بنابراین، قابل انتظار است که حمایت اجتماعی با سلامت روان، ارتباط معنادار و مستقیمی داشته باشد. مراد از انسجام خانوادگی، اتحاد و پیوستگی اعضای خانواده با یکدیگر است. در تعریف سلامت روان نیز چنانچه اشاره گردید؛ ارتباط موزون و هماهنگ، محور و اساس زندگی است. حال فردی که اتحاد و انسجام را در شرایط خانوادگی دارد و تجربه می‌کند، مبرهن است که سلامت روان را داشته باشد. فردی که از یک ساختار فردی مستحکم و بالایی برخوردار باشد، سلامت روان را برای خود تضمین می‌کند. در سلامت روان، ما شاهد تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور منطقی، عادلانه و مناسب هستیم و فردی که فردیتی ساختاریافته داشته باشد، در تحقق این مهم بسیار موفق خواهد بود.

۱. Conner & et al.

۱. Bahra & et al.

۲. Robbins

## منابع

- اصغری، محسن (۱۳۹۳). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی با رضایت شغلی دبیران آموزش و پرورش شهرستان شاهرود. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود.
- امینی، فهیمه؛ فرح‌بخش، کیومرث؛ نیکوزاده، عزت‌الله (۱۳۹۱). بررسی مقایسه رضایت از زندگی، تاب‌آوری با فرسودگی شغلی در پرستاران. مدیریت پرستاری، ۱(۴).
- بشارت، محمدعلی و همکاران (۱۳۸۷). رابطه تاب‌آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران. روانشناسی معاصر، ص ۳۸-۴۹.
- حکمت شعار، رضا؛ عمیدیان، رضا؛ آزمون، طاهره؛ زیدآبادی، رسول (۱۳۹۵). بررسی رابطه تاب‌آوری و استرس شغلی با رضایت‌مندی شغلی در یک شرکت تولیدی قطعات خودرو. در: سومین کنفرانس بین‌المللی علوم و مهندسی. سامی‌زاده، حسن (۱۳۹۶). رابطه بین نوع شخصیت و ویژگی‌های شخصی با رضایت شغلی معلمان در مدرسه متوسطه. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم پزشکی کرمان.
- سجادی‌پور، فریده سادات (۱۳۹۵). بررسی مقایسه تاب‌آوری و رضایت شغلی در بین معلمان مدارس عادی و استثنایی یزد. در: تهران: هفتمین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم اجتماعی.
- شجاعی، علی؛ صادقی، حسین (۱۳۹۱). پیش‌بینی نشانه‌های سلامت روانی، براساس تاب‌آوری نوجوانان دانش‌آموز کم‌توان ذهنی. دانش و توسعه، شماره ۸۳، ص ۲۲-۳۴.
- شیرازی، سیامک؛ جوکار، بهرام؛ صحراگرد، نرگس (۱۳۸۶). تاب‌آوری، سلامت روان و رضایت از زندگی. روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، ۱۳(۳)، ص ۲۹۵-۲۹۰.
- محمدی، مسعود (۱۳۸۴). بررسی عوامل موثر بر تاب‌آوری افراد در معرض خطر سوء مصرف مواد. پایان‌نامه دکتری. تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی.
- مظاهر، لیلی؛ نوذری، محسن (۱۳۹۲). بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی با رضایت شغلی مدیران مدارس دوره راهنمایی و متوسطه شهرستان هرسین در سال ۹۲-۹۱. در: دومین همایش ملی علوم مدیریت نوین. گرگان: موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی حکیم جرجانی.

Bahra, N., Emmons, R.A. & Larsan, R.J. (۲۰۱۴). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*. ۴۹, P. ۷۱-۷۵.

Burke, R.J., Green Glass, E.R. & Schwarz, R. (۱۹۹۶). Predicting teacher burnout over time: Effects of work stress, social support, and self-doubts on burnout and its consequences. *Anxiety, Stress and Coping*, ۹, P. ۲۶۱-۲۷۵.

Conner, K.M. & Davidson, J.R.T. (۲۰۰۳). Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, ۱۸, P. ۷۶-۸۲.

Khoreva, V., Vaiman, V. & Van Zalk, M. (۲۰۱۷). Talent management practice effectiveness: investigating employee perspective. *Employee Relations*, ۳۹(۱).

Kushina, A. (۲۰۱۳). *What Does the Student Psychological Contract Mean? Evidence From a UK Business School. Studies in Higher Education*, ۳۸(۷). DOI: <https://doi.org/10.1080/03075079.2011.611894>

Luther, S. & Cicchetti, D. (۱۹۹۱). Becker the construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, ۷۱(۳), P. ۵۴۳-۵۶۲.

Robbins, B. (۲۰۱۹). What is the good life? Positivism and Renaissance Humanistic Psychology. *Journal of Humanistic Psychologist*, ۳۶, P. ۹۶-۱۱۲.