



رابطه مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی و سلامت روان در معلمان زن ابتدایی شهرستان گرمه

سید احمد ابوالقاسمی فر^۱، اسروش مرگن^۲



MDOI-02-2026.0223
MNR-237-2-CC7E2E

چکیده

هدف اصلی پژوهش تعیین رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی و سلامت روان بوده روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بوده است. جامعه آماری شامل کلیه معلمان زن ابتدایی شهرستان گرمه که از این میان با استفاده از جدول کرجسی و مورگان ۲۲۸ نفر به عنوان نمونه و به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. در این تحقیق جهت گردآوری اطلاعات از سه پرسش‌نامه استاندارد استفاده گردید: ۱. مقیاس مهارت‌های ارتباطی ۲. پرسش‌نامه رضایت شغلی فیلد و روث ۳. پرسش‌نامه سلامت عمومی (GHQ-28). برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از دو روش آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است.

نتایج نشان دادند بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت شغلی و سلامت روان رابطه مثبت وجود دارد به طوری که با افزایش یکی از متغیرها دو متغیر دیگر نیز افزایش می‌یابند و همچنین نتایج نشان دادند متغیر سن رابطه بسیار کمی با مهارت‌های ارتباطی و رضایت شغلی و سلامت روان دارند و میزان تحصیلات هیچ‌گونه رابطه‌ی معنی‌داری با متغیرهای اصلی نشان نداد.

واژگان کلیدی: مهارت‌های ارتباطی، رضایت شغلی، سلامت روان.

^۱. دکتری مهندسی معدن، استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، Email: saaf1347@gmail.com

^۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود



مقدمه

ترقیات و پیشرفت‌های بشر علی‌رغم رفاه و آسایشی که فراهم نموده است مسائل دشوار و بغرنجی را به دنبال داشته است. این دشواری‌ها از مدت‌ها قبل توجه دانشمندان را به خود معطوف داشته و زمینه پژوهش و تحقیق را برای آنان فراهم آورده است. یکی از این دشواری‌ها به سلامت روانی و شیوع بیماری‌های روانی مربوط می‌باشد که به سرعت روبه‌افزایش است با این که باور همگان بر این است که آدم‌های راضی و خشنود ایرادی دارند، گویی دیوانه یا سبک سرند، و با اینکه اکثریت ما به هنگام شادمانی احساس گناه می‌کنیم و متقاعد شده‌ایم که یا به دلیل این شادمانی مجازات می‌شویم، و یا اندوهی به‌زودی از راه می‌رسد، اما هنوز هم بسیاری از ما در زندگی مان دیوانه‌وار به دنبال شادمانی می‌گردیم.

در جوامع انسانی نهاد آموزش و پرورش از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. این نهاد از مهم‌ترین عوامل رشد اجتماعی، اقتصادی و تربیتی در هر جامعه‌ای است و عامل رشد آگاهی و ساماندهی نیروی انسانی برای رشد و توسعه جوامع، نظام آموزش و پرورش است. نیروی انسانی نقش بسزایی در تأمین کیفیت جامع و بهره‌وری سازمان‌ها دارد زیر بنای اصلی توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی می‌باشد (دولان و رندال، ۱۳۷۳، ص ۲۸)^۳. سازمان آموزش و پرورش از عناصر مختلفی تشکیل شده است که هر کدام از این عناصر در پیشبرد اهداف آن مؤثرند و دبیران و معلمان اعضای اصلی این سازمان می‌باشند که طراحان ساختمان جامعه فردا هستند، زیرا افراد متخصص و متعهد و آموزش‌دیده را در اختیار سایر ارگان‌ها، نهادهای موجود در جامعه قرار می‌دهند.

در سازمان‌های آموزشی نیز مثل دیگر سازمان‌ها، هر عضو جدید در نخستین تماس حرفه‌ای خود با محیط کار امیدوار است که با جوی مناسب مواجه شود تا بتواند نیازهای اقتصادی، اجتماعی و روانی خود را به نحو مطلوب برآورده سازد. یکی از قشرهای جامعه که باید به سلامت روانی آن اندیشید معلمان هستند این افراد در رشد و توسعه هر کشور و تعلیم و تربیت و پرورش آینده‌سازان آن نقش بسیار حساس و بنیادی دارد. به‌وجود آوردن شرایط آرمانی فرهنگی که زمینه تفکر و پژوهش در آن فراهم شود و فرایند یاددهی و یادگیری به‌صورت مطلوب صورت پذیرد، مستلزم آن است که معلمان از روحیه‌ای شاداب و قوی برخوردار باشند و حداقل مشکلات و سختی‌ها را در زندگی شغلی و اجتماعی داشته باشند (محمدی، ۱۳۸۷).

رضایت شغلی یکی از عوامل بسیار مهم در موفقیت شغلی است. رضایت شغلی عاملی است که سبب افزایش کارایی و نیز احساس رضایت فردی می‌گردد. محققان رضایت شغلی را از دیدگاه‌های گوناگون تعریف کرده‌اند اکثر صاحب‌نظران در خصوص ارتباط شغلی با عوامل فردی، سازمانی، اجتماعی و فرهنگی اشتراک نظر دارند و معتقدند اگر شغلی موردنظر لذت مطلوب را برای فرد تأمین نماید در این حالت فرد از شغلش راضی است (پرهیزگار، ۱۳۷۵).

ارتباطات و مهارت‌های ارتباطی حیطه وسیعی از زندگی بشر امروز را دربرگرفته، تا جایی که امروزه همه ما به اهمیت و تأثیر برقراری ارتباطات میان‌فردی در محیط‌های زندگی خانوادگی و حرفه‌ای واقفیم. تا جایی که شاهد برگزاری کلاس‌های مهارت‌های میان‌فردی برای متخصصان حرفه‌های مختلف، پزشکان، پرستاران، مهندسان، مأموران پلیس، روحانیان، مددکاران اجتماعی، مشاوران دست‌اندرکاران امور جوانان، مصاحبه‌گران گزینش، تجار، مهندسان، خانواده‌ها هستیم. زیرا در تمامی این حرفه‌ها و حیطه‌ها توانایی برقراری ارتباطات میان‌فردی مؤثر یکی از اجزای حیاتی کار به حساب می‌آید، لذا غیرمعقول نیست که از نهادهای آموزشی انتظار

³ . Dolan & Randal



داشته باشیم، در مورد انواع مهارت‌های ارتباطی و اثرات این مهارت‌ها در تعاملات به‌سوی پیشرفت همه‌جانبه و زندگی توأم با رضایت خاطر بیشتر، به دانش‌آموزان آگاهی‌ها، دانش و توانمندی لازم را بدهند. پر واضح است که ارتباطات میان‌فردی تحت‌تأثیر ابعاد روان‌شناختی افراد دخیل در آن ارتباط قرار می‌گیرد. یکی از این ابعاد مهم روان‌شناختی انسان، هیجان‌ها و احساسات هستند. از این‌رو چگونگی بروز هیجانات، ابعاد و تأثیرشان در تعاملات اجتماعی از مباحث مهم در روان‌شناسی اجتماعی بشمار می‌رود (سالاری فر، ۱۳۸۹).

بیان مسئله

سازمان آموزش و پرورش در جامعه از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌باشد چرا که تربیت افراد فرهیخته و تحصیل‌کرده باتوجه‌به فرهنگ و تاریخ و دین کشور بر عهده این سازمان می‌باشد که این رسالت مهم توسط دبیران و معلمان انجام می‌پذیرد.

بدیهی است باتوجه‌به اهمیت شغل معلمی در پرورش استعدادها و تربیت نیروی کارآمد جهت ساختن آینده روشن و موفق، رضایت شغلی معلمان از اهمیت خاصی برخوردار می‌باشد برای اینکه معلمان در اجرای برنامه آموزشی خود در کلاس موفق باشند و بازده و کارایی لازم را داشته باشند باید نسبت به کار و شغل خود احساس مثبت داشته و به عبارتی از شغل خود رضایت داشته باشد.

رضایت شغلی نوعی احساس مثبت فرد نسبت به شغلش می‌باشد که زائیده عواملی نظیر محیط کار، نظام سازمانی، روابط حاکم بر محیط و تأثیر عوامل فرهنگی و اجتماعی است، لذا می‌توان گفت رضایت شغلی احساس روانی است که از عوامل اجتماعی نیز متأثر می‌شود (شفیع‌آبادی، ۱۳۷۴).

رابینز معتقد است که رضایت شغلی با متغیرهایی از قبیل شرایط کار، جو سازمانی، اختیار و مسئولیت، ترفیع حقوق، همکاران، ارزشیابی و موفقیت در انجام وظیفه در ارتباط است (رابینز، نقل از پاریسیان، ۱۳۷۷).

دبیرانی که احساس فرسودگی و نارضایتی شغلی را تجربه می‌کند معمولاً از لحاظ جسمانی، عاطفی، ذهنی خسته هستند و به‌تدریج شور اشتیاق آنها کم و دچار علائم جسمی از قبیل سردرد، معده درد، فشارخون بالا مبتلا می‌شوند (گلارد، ۱۳۷۴)^۴ که مجموعه عوامل فوق کارآمدی آنان را کم و تحقق اهداف و بهره‌وری نظام آموزشی را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. از آنجاکه فلسفه وجودی آموزش و پرورش تربیت افراد متخصص، فرهیخته و در معنای کلی افراد موردقبول جامعه است و از طرفی مهم‌ترین عنصر در فرایند تعلیم و تربیت و در راستای تحقق اهداف مزبور معلم می‌باشد میزان رضایت معلمان و مجموعه عوامل مؤثر در آن از قبیل عوامل فردی سازمانی محیطی فرهنگی و اجتماعی مسائل و مواردی است که باید موردتوجه متولیان امر آموزش و پرورش باشد. رضایت شغلی پدیده‌ای است که از مرز سازمانی (مدرسه) فراتر و اثرات آن در زندگی خصوصی معلم در خارج از مکان آموزشی نیز مشاهده می‌شود (شفیع‌آبادی، ۱۳۷۴).

4. Gelard



سلامت روانی نیز همانند رضایت شغلی مفهوم گسترده‌ای است. سلامت روان به‌عنوان احساس مثبت فرد نسبت به خود، دنیای اطراف، محل زندگی، اطرافیان، مخصوصاً باتوجه‌به مسئولیتی که در قبال دیگران دارد، چگونگی سازش وی با درآمد خود شناخت موقعیت زمانی و مکانی خویش تعریف می‌شود.

تا قرن بیستم مفهوم سلامتی به‌عنوان فقدان بیماری تعریف شده است، تا اینکه در سال (1947 میلادی) سازمان جهانی بهداشت تعریفی از سلامتی مبنی بر رفاه کامل جسمی و روانی - اجتماعی - معنوی و نه فقط بیماری ارائه کرد. گاهی سلامت یک قضاوت چندگانه محسوب می‌شود. از دیدگاه پزشکی سلامتی به فقدان نقص یا بیماری روانی و جسمی اطلاق می‌شود و از دیدگاه جامعه فرد سالم فردی است واقع‌بین، علاقمند به روابط اجتماعی و موفق در ایجاد آن و از دیدگاه شخصی فردی است که از زندگی لذت می‌برد و به آینده نگاه امیدوارانه دارد (اسماعیلی، ۱۳۹۰، ص ۴).

در دهه 1960 معلوم شد وقایع پر استرس زندگی نقش عوامل خطر بیماری‌زا را بازی می‌کند (هولمز و راهه^۵، 1967 به نقل از حسینی، ۱۳۹۰). بررسی نحوه تأثیرگذاری رویدادهای مهم و پر استرس زندگی بر سلامتی به بررسی عواقب بهداشتی مشکلات روزمره پر استرس کشیده شد (لازاروس^۶، 1986 به نقل از حسینی، ۱۳۹۰).

جنبه‌هایی از سلامت روانی به ترتیب عبارت‌اند از: خودپذیری - ارزیابی‌های مثبت خویش، فردی که در خودپذیری نمره بالا می‌گیرد از نگرش مثبت نسبت به خود برخوردار است. جنبه‌های متعدد خود را می‌پذیرد، از جمله ویژگی‌های خوب و بد آن را، در مورد گذشته احساس خوبی دارد و فردی که نمره پایین می‌گیرد، از خودراضی نیست، از آنچه در گذشته اتفاق افتاده است احساس سرخوردگی می‌کند، از برخی ویژگی‌های خود ناراحت است، آرزو دارد از آنچه که هست متفاوت باشد (هالچین، ۱۳۸۸).

باتوجه‌به اهمیت سلامت روان و رضایت شغلی در سازمان‌ها خصوصاً معلمان که در ارتباط مستقیم با کودکان آینده‌ساز کشور قرار دارند می‌بایست جنبه‌های افزایش این دو متغیر را به‌خوبی مورد ارزیابی قرار دهیم باتوجه‌به بررسی‌های انجام شده می‌توان یکی از جنبه‌های تأثیرگذار را مهارت‌های ارتباطی دانست چرا که ما هر روز به گونه‌های مختلف با یکدیگر در ارتباطیم تا اندیشه‌ها، احساسات و تمایلات خود را به یکدیگر منتقل کنیم. میزان علاقه و احترام خود را نشان دهیم و رنج و اندوه، شادمانی و خرسندی و شک و دودلی خود را با دیگران در میان بگذاریم روابط ما مطلوب یا نامطلوب، شکل‌دهنده بخش عمده‌ای از اوقات روزانه ماست. ما ارتباط برقرار می‌کنیم تا کسب اعتبار کنیم، به توافق برسیم، گلایه و شکوه کنیم به یکدیگر کمک کنیم. مهارت‌های ارتباطی به مجموعه‌ای از روابط بین‌فردی اشاره دارد که شامل یادگیری مهارت‌های شنیداری، گوش‌دادن، کسب بینش و حل اختلاف است و همچنین مهارت‌هایی که به ما کمک می‌کنند تا یاد بگیریم چگونه گوینده یا شنونده خوبی باشیم، و توانمند شدن در مهارت‌های ارتباطی باعث سهولت ارتباط، احساس درک شدن، تعامل احساسی و در نهایت ارتباط مؤثری که در آن گوینده و شنونده احساس مطلوب همراهی و همدلی و همانندی را تجربه می‌کنند، می‌شود (رهبری، ۱۳۸۹، به نقل از اسماعیلی، ۱۳۹۰).

ارتباطات از خویش‌نهادن آغاز می‌شود و نخستین گام در شکل‌دهی مهارت‌های ارتباطی آگاهی از احساسات، نیازها و هیجان‌های خود می‌باشد. ما در وهله اول با خود ارتباط برقرار می‌کنیم ارتباط بین دو نفر و یا هر نوع ارتباط دیگر با نگرش و آنچه فرد در مورد خود

^۵ . Holmz&rahe

^۶ . Lazaros



می‌اندیشید، آغاز می‌شود. پس از ارتباط با خود، ارتباط با دیگران به گونه‌ای جدی و برانگیزاننده برای هر انسانی مطرح می‌شود. ارتباط با دیگران شامل «ارتباط چهره‌به‌چهره» بوده که خود از طریق «کلامی» و «غیرکلامی» انجام‌شدنی است (فرهنگی، ۱۳۸۰، به نقل از اسماعیلی، ۱۳۹۰). مهارت‌های «بیان کلامی» شامل مهارت‌های حرف‌زدن مانند توصیف داده‌های حسی، بیان اندیشه‌ها، درمیان‌گذاشتن آگاهی‌ها، بیان خواسته‌ها و طرح اقدامات را شامل می‌شود. جرئت‌مندی و قاطعیت برای دفاع از حقوق خود بدون سوءاستفاده از دیگران، «مهارت‌های شنیداری» (مانند مهارت توجه، پیگیری و انعکاس) و مهارت «مدیریت هیجانی» که در شکل و کیفیت روابط ما با دیگران بسیار تأثیرگذار است، از مهارت‌های مهم و بارز ارتباطی می‌باشند (بولتون، ۱۳۸۸).^۷

باتوجه‌به اینکه رضایت شغلی، سلامت روانی و مهارت‌های ارتباطی در معلمان زن از نیازهای امروز محسوب می‌گردد مسئله این پژوهش بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی، سلامت روانی معلمان زن است.

اهمیت و ضرورت پژوهش

آموزش و پرورش به عنوان یکی از ارکان توسعه پایدار شناخته شده است و هر کشوری در جهان بخش بزرگی از درآمد ملی خود را برای گسترش، بهبود و کارایی آن اختصاص می‌دهد. در واقع آموزش و پرورش رکن اساسی جامعه انسانی است و یکی از اهداف عمده آن پرورش و آموزش کودکان و نوجوانان توسط معلمان و مدیران است. اغلب صاحب‌نظران و متفکران مسائل تربیتی بر این نظرند که معلمان، بزرگ‌ترین و مهم‌ترین عامل مؤثر در جریان تعلیم و تربیت هستند؛ بنابراین بی‌راه نیست اگر گفته شود شالوده و اساس یک سیستم آموزشی موفق را معلمان تشکیل می‌دهند.

اولین قدم در جهت رسیدن به کادر آموزشی موفق درک عواملی است که بر کیفیت فعالیت معلمان مؤثر است. یکی از این عوامل، رضایت شغلی معلمان است، رضایت شغلی باعث می‌شود بهره‌وری فرد افزایش یابد، فرد نسبت به سازمان متعهد شود، سلامت فیزیکی و ذهنی فرد تضمین شود، روحیه فرد افزایش یابد، از زندگی راضی باشد مهارت‌های جدید شغلی را به سرعت فراگیرد. تحقیقات نشان می‌دهد وقتی اعضای سازمان از کار رضایت پیدا می‌کنند، میزان غیبت یا تأخیر در کار و حتی ترک خدمت کاهش می‌یابد (اردشیر عسگری، ۱۳۸۳، ص ۳۵).

به نظر می‌رسد که افت تحصیلی شدید دانش‌آموزان دوره راهنمایی کشور می‌تواند یکی از پیامدهای مرتبط با عدم رضایت شغلی معلمان این دوره تلقی شود. به اعتقاد صاحب‌نظران رضایت از عوامل مهم سازگاری بوده و در بهبود کارایی و عملکرد مؤثر است (شریعت دلجو، ۱۳۷۴، ص ۱۴۳).

شواهد عینی دیگری وجود دارد که رضایت شغلی بر سلامت جسمانی و طول عمر کارکنان اثر می‌گذارد. عدم رضایت شغلی می‌تواند، علائم جسمانی نظیر خستگی، تنگی نفس، سردرد، کمی اشتها، سوءهاضمه و تهوع به دنبال داشته باشد. به طور جدی‌تر این ناراضایتی می‌تواند منجر به امراضی نظیر زخم دستگاه گوارش، تورم مفاصل، فشارخون، مصرف الکل و مواد مخدر، سکت‌های مغزی و حمله قلبی گردد. همچنین ناراضایتی شغلی منجر به مواردی چون اضطراب، افسردگی، تنش، روابط فردی آسیب‌دیده، خشم از موضوعات کم‌اهمیت، حساسیت‌های آزاددهنده، فراموشی، ناتوانی در تصمیم‌گیری و عدم تمرکز حواس گردد (عسگری، ۱۳۸۳).

⁷ . Bolton



سلامت روان مفهومی است که چگونگی تفکر، احساس و عملکرد ما را در مواجهه با موقعیت‌های زندگی نشان می‌دهد و به درک ما از خود و زندگی‌مان بستگی دارد. همچنین بسته به میزان برخورداری از سلامت روان عملکرد ما در کنترل استرس، برقراری ارتباط با دیگران، ارزیابی‌ها و انتخاب‌مان متفاوت است. در حقیقت سلامت روان چیزی بیش از عدم وجود بیماری روحی است. بدین معنی که صرفاً به لحاظ‌نداشتن بیماری روحی نمی‌توان سلامت روان را در یک فرد صددرصد تأیید کرد. حتی با اینکه بسیاری از ما از بیماری خاص روحی قابل تشخیص رنج نمی‌بریم؛ اما واضح است که برخی از ما به لحاظ روحی سالم‌تر از دیگران هستیم. آنچه مسلم است حفظ سلامت روان نیز مانند سلامت جسم حائز اهمیت است. شاید اقداماتی در این زمینه صورت گیرد؛ اما خدمات بهداشت روان عمدتاً به گروه کوچکی از افراد که مشکلات جدی و آشکار دارند اختصاص می‌یابد و به همه کسانی که از مشکلات طولانی روانی طولانی‌مدت رنج می‌برند یا افرادی که معمولاً افسردگی و اضطراب را تجربه می‌کنند، کمک نمی‌کند. ممکن است تشخیص ریشه‌یابی مشکلات مربوط به سلامت روان دشوار باشد؛ اما متخصصان بهداشت روان با آگاهی از علائم، این مشکلات را تشخیص می‌دهند. مسلماً عدم درمان هر یک از مشکلات مربوط به سلامت روان مانند اضطراب و افسردگی بر شدت آن می‌افزاید و به‌این‌ترتیب درمان دشوارتر شده و احتمال پیدایش مشکلات عمیق‌تر وجود خواهد داشت (باتلر، ۱۳۸۶).

ارتباط مؤثر خود نوعی توانایی است که به فرد کمک می‌کند تا بتواند کلامی و غیرکلامی و مناسب با فرهنگ، جامعه و موقعیت، خود را بیان کند بدین معنی که فرد می‌تواند نظر، عقاید، خواسته‌ها، نیازها و هیجان‌های خود را ابراز و به‌هنگام نیاز بتواند از دیگران درخواست کمک و راهنمایی نماید. اهمیت توانایی مقابله با استرس، رشد خودآگاهی و ارتباطات ویژه بزرگسالان با تأکید بر محیط کار به فرد در رسیدن به ایجاد رابطه خوب در محیط اجتماعی می‌انجامد.

توانایی برقراری ارتباط صحیح، یکی از مهارت‌های اساسی زندگی اجتماعی می‌باشد و اهمیت ارتباط در زندگی انسان به حدی است که برخی از صاحب‌نظران، اساس تمامی رشد انسانی، آسیب‌های فردی و پیشرفت‌های بشری را در فرایند ارتباط دانسته‌اند (نامداری و همکاران، ۱۳۸۷).

در نتیجه، دانش‌آموزانی که برای آینده تربیت می‌شوند، دانش‌آموزانی هستند که به لحاظ علمی و عاطفی افرادی در حد بالا قرار دارند و می‌توانند به پیشرفت‌های علمی بی‌شماری دست یابند.

اهداف پژوهش

هدف کلی

رابطه مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی و سلامت روان در معلمان زن ابتدایی شهرتان گرمه

اهداف جزئی



- ۱- تعیین رابطه مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی ۲- تعیین رابطه مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان ۳- تعیین رابطه رضایت شغلی یا سلامت روان ۴- تعیین رابطه مهارت‌های ارتباطی با سطح تحصیلات، سن ۵- تعیین رابطه رضایت شغلی با سطح تحصیلات، سن ۶- تعیین رابطه سلامت با روان سطح تحصیلات، سن

فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اصلی

مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی و سلامت روان ارتباط دارد.

فرضیه‌های فرعی

- ۱- مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی ارتباط دارد. ۲- مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان ارتباط دارد. ۳- رضایت شغلی با سلامت روان ارتباط دارد. ۴- مهارت‌های ارتباطی با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد. ۵- رضایت شغلی با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد. ۶- سلامت روان با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد.

وسایل و روش‌ها

در این تحقیق جهت گردآوری اطلاعات از سه پرسش‌نامه استاندارد استفاده شده است. در تحقیقات علمی و توصیفی خصوصاً از انواع توصیفی با جمع‌آوری اطلاعات از طریق پرسش‌نامه صورت می‌گیرد، لذا در این پژوهش وسیله و ابزار اصلی جمع‌آوری اطلاعات، پرسش‌نامه می‌باشد. پرسش‌نامه وسیله‌ای است برای فهرست کردن سؤالات در ارتباط با فرضیه‌ها و هدف‌هایی که پژوهشگر قصد رسیدن به آنها را دارد.

۱- مقیاس مهارت‌های ارتباطی

این مقیاس دارای ۳۸ پرسش پنج‌گزینه‌ای است که توسط ابراهیمی (۱۳۸۷) ترجمه و اعتباریابی گشته و اعتبار آن از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۷ محاسبه گردید. این پرسش‌نامه، مهارت‌های ارتباطی را در پنج مقیاس می‌سنجد که عبارت‌اند از:

مدیریت هیجانی: پرسش‌های ۳، ۱۲، ۱۶، ۳۱، ۳۳ و ۳۵ این مقیاس را می‌سنجند.

بینش: این مقیاس آگاهی از احساس‌ها، نیازها و هیجان‌های خود را در بر می‌گیرد که نخستین گام در شکل‌دهی مهارت‌های ارتباطی است. پرسش‌های ۴، ۹، ۱۱، ۲۶ و ۳۲ این خرده مقیاس را می‌سنجند.



بیان کلامی: مهارت حرف زدن مانند توصیف داده های حسی، بیان اندیشه ها، درمیان گذاشتن آگاهی ها، بیان خواسته ها و طرح اقدامات را شامل می شود (ابراهیمی، ۱۳۸۷، ص ۱۵۸). پرسش های ۲۲، ۲۰، ۱۹، ۱۷، ۱۵، ۱۰، ۸، ۶، ۲ و ۲۷ این مقیاس را می سنجند.

قاطعیت: فرد جرئت مند از روش های ارتباطی ای سود می جوید تا بتواند حرمت نفس خود را حفظ کند، خشنودی و ارضای خواسته های خویش را پیگیری و از حقوق و حریم شخصی خود بدون سوء استفاده از دیگران دفاع کند. پرسش های ۳۸، ۳۷، ۳۶، ۲۹، ۲۸، ۲۵، ۲۴، ۲۱، ۷ این مقیاس را می سنجند.

مهارت شنیداری سه دسته مهارت را شامل می شود:

(الف) مهارت توجه: مانند درگیر بحث بودن، تماس چشمی، زبانی و بدنی.

(ب) مهارت های پیگیری: مانند تشویق های کوتاه، پرسش های کوتاه و ...

(ج) مهارت های انعکاسی: مانند توضیح، بازتاب احساس، گزینش.

پرسش های ۱، ۵، ۳۰، ۲۳، ۱۸، ۱۴، ۱۳ و ۳۴ به این مقیاس مربوط اند.

نمره گذاری: این پرسش نامه ۳۸ سؤال بسته دارد که برای هر سؤال، پنج گزینه منظور شده است. در پرسش های ۱ تا ۱۷ طیف پاسخ ها به ترتیب عبارت اند از تقریباً هرگز، به ندرت، گاهی اوقات، به نسبت زیاد و اغلب. همچنین از پرسش ۱۷ تا ۳۸ گزینه ها به قرار زیر هستند: کاملاً نادرست، تقریباً نادرست، نه صحیح نه غلط، به نسبت درست و کاملاً درست و نمره گذاری آنها به شکل ۴، ۳، ۲، ۱، ۰ است. نمره بالا در تست، مهارت های ارتباطی بالا را نشان می دهد.

۲- پرسش نامه رضایت شغلی فیلد و روث

این پرسش نامه در سال 1951 توسط بری فیلد^۸ و روث^۹ به منظور سنجش میزان رضایت شغلی افراد ساخته شده است و شامل ۱۹ سؤال ۵ گزینه ای است. در این پرسش نامه از پاسخ دهندگان خواسته می شود تا احساس و نگرش های خود را نسبت به شغلشان بر روی مقیاس ۵ درجه ای برای گزینه به ۱۸-۱۶-۱۴-۱۳-۱۰-۸-۶-۴-۳-۲ مشخص کنند. در گویه های ۱ شدت مخالفم، مخالفم، بلا تکلیفم، موافقم و به شدت موافقم به ترتیب نمره ۴ و ۵ منظور شده است و بقیه گویه ها به صورت برعکس نمره گذاری، ۳، ۲، ۱ شده است. به این ترتیب حداقل نمره کل گویه های این ابزار برابر ۱۹ و حداکثر نمره آن برابر ۹۵ می باشد. مرجع پاسخگویی این ابزار معلمان می باشند که با تکمیل این پرسش نامه واکنش و ادراکات خود را در مورد میزان رضایت شغلی خود بیان نموده اند. پایایی پرسش نامه رضایت شغلی بری فیلد و روث توسط مختاری (۱۳۷۳) به روش دونیمه کردن ۰/۷۸ و عبدالله زاده و کرمودی (۱۳۷۳) با استفاده از روش آلفای کرونباخ ضریب پایایی آن را معادل ۰/۹۳ گزارش کرده اند (به نقل از مقیمی، ۱۳۸۶).

^۸ . Fild

^۹ . Roth



۳- پرسش‌نامه سلامت عمومی (GHQ-28)

پرسش‌نامه سلامت عمومی در سال 1979 توسط گلدبرگ و هیلر و به‌منظور سنجش ناراحتی‌ها و شرایط عمومی و اختلال‌های روان‌شناختی ساخته شد. بر اساس گزارش‌های موجود، بهترین شاخص برای تعیین سلامت روانی است (دادشان، ۱۳۷۷، گلدبرگ 1979؛ به نقل از هومن، ۱۳۷۶). نسخه اولیه دارای ۶۰ سؤال بود؛ اما بعدها نسخه‌های کوتاه شده‌تری از آن ساخته شد. در حال حاضر پرسش‌نامه‌های ۱۲، ۲۸، ۳۰، ۴۴ ماده‌ای از آن تدوین شده است (گلدبرگ و ویلیامز، ۱۹۸۸؛ به نقل از خزائیلی، ۱۳۷۷، هومن ۱۳۷۶). این پرسش‌نامه چهار مقیاس فرعی دارد که عبارتند از: ۱- علائم جسمانی ۲- علائم اضطرابی و اختلال خواب ۳- کژکارکرد اجتماعی ۴- علائم افسردگی، هر مقیاس دارای هفت پرسش است. سؤالات ۷-۱ مربوط به سنجش علائم جسمانی، سؤالات ۱۴-۸ مربوط به سنجش اضطراب و اختلال خواب، سؤالات ۲۱-۱۵ مربوط به سنجش اختلال کارکرد اجتماعی و سؤالات ۲۸-۲۲ مربوط به سنجش افسردگی است پاسخ سؤالات بر روی یک مقیاس ۴ گزینه‌ای است در همه گزینه‌ها درجات پائین نشان‌دهنده سلامتی و درجات بالا حاکی از عدم سلامت و وجود ناراحتی در فرد است حداقل زمان برای تکمیل فرم ایرانی پرسش‌نامه ۸ دقیقه و حداکثر ۱۵-۱۳ دقیقه است. در پژوهش حاضر از فرم ۲۸ سؤالی پرسش‌نامه که به طور مکرر در پژوهش‌های متعدد به کار گرفته استفاده شده است. روش نمره‌گذاری پرسش‌نامه سلامت عمومی: تا کنون ۵ روش برای نمره‌گذاری پاسخ به سؤالات پرسش‌نامه سلامت عمومی گلدبرگ ۲۸ سؤالی تدوین شده است.

این پنج روش عبارتند از: روش قراردادی ۱، روش‌های شماره ۱ و ۲ قراردادی ۲، مدل ساده لیکرت ۳ و روش اصلاح شده لیکرت ۴. تفاوت هر یک از روش‌های فوق با یکدیگر در نحوه نمره‌دهی به پرسش‌نامه است. مواردی از پرسش‌نامه هستند که حالات سلامتی را مورد ارزیابی قرار می‌دهند (مثل ماده اول) مواردی از پرسش‌نامه هستند که علائم مرضی را مورد ارزیابی قرار می‌دهند. متن گزینه‌های سؤال‌های شماره ۱، ۱۶، ۲۵ و ۲۸ با سایر سؤالات تفاوت دارد؛ ولی در تمامی آنها نیز به‌شدت کم به زیاد وجود دارد (گلدبرگ ۱۹۷۲، به نقل از هومن، ۱۳۷۶). در تمامی روش‌های یاد شده نمره پایین دال بر سلامتی و نمره بالا حاکی از وجود اختلال است. در اثر اجرای پرسش‌نامه و نمره‌گذاری هر فرد پنج نمره به دست می‌آید که ۴ نمره به مقیاس‌های فرعی چهارگانه و نمره به کل موارد پرسش‌نامه مربوط است. چنین به نظر می‌رسد که بهترین و مناسب‌ترین روش نمره‌گذاری (نمره‌گذاری به روش ساده لیکرت با نمره‌های ۰، ۱، ۲ و ۳) برای همه گزینه‌های پرسش‌نامه است (هومن، ۱۳۷۶). یعنی به هر پاسخ از راست به چپ صفر یک دو سه نمره تعلق می‌گیرد نمرات هر آزمودنی در هر یک از زیر مقیاس‌ها به‌صورت جداگانه مشخص و در زیر ورقه نوشته می‌شود و پس از آن نمرات چهار مقیاس را جمع کرده و نمره کل را به دست می‌آوریم. نمرات بین ۱۴ تا ۲۱ در هر زیر مقیاس وخامت وضع آزمودنی را نشان می‌دهد. بر اساس این روش نقطه برش ۲۲ برای مردان و ۲۱ برای زنان پیشنهاد شده است (عکاشه، ۱۳۷۹).

روش تحقیق

برای نیل به اهداف پژوهش موردنظر و آزمون سؤالات مطرح شده از دو روش آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است.



۱- آمار توصیفی: روشی است که به پژوهشگر در طبقه‌بندی و خلاصه‌کردن، توصیف و تفسیر اطلاعات جمع‌آوری شده و برقراری ارتباط از طریق آن‌ها کمک می‌کند (دلاور، ۱۳۸۸، ص ۱). در این بخش اطلاعات جمع‌آوری شده از طریق پرسش‌نامه‌ها به صورت فراوانی، درصد فراوانی، نمودار، میانگین و انحراف استاندارد و واریانس سازماندهی و خلاصه گردید.

۲- آمار استنباطی: به مجموعه روش‌هایی که با استفاده از داده‌های حاصل از نمونه، ویژگی‌ها و خصوصیات گروه بزرگ یا جامعه را استنباط می‌کنیم، آمار استنباطی می‌گویند (حسن‌زاده و مداح، ۱۳۸۸، ص ۱۰). در بخش آمار استنباطی نیز از آزمون‌های ذیل استفاده شده است.

برای بررسی فرضیه‌های شماره یک تا سه تحقیق از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شده است.

برای بررسی و آزمون فرضیه‌ی شماره سه تا شش تحقیق از رگرسیون چندمتغیره استفاده شده است.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS18 استفاده شده است.

سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ در نظر گرفته شده است.

یافته‌های پژوهش

داده‌ها، تبدیل داده‌ها	متغیرها	میانگین پاسخ‌ها	انحراف معیار
بررسی به فرضیه‌ها و	مهارت‌های ارتباطی	۳/۹۸	۰/۵۱
به‌طوری که بتواند	رضایت شغلی	۳/۸۸	۰/۵۰
تحقیق را دنبال نماید	سلامت روان	۳/۷۶	۰/۵۵
صورت گرفته است:			

۱- توصیف متغیرهای تحقیق

۲- بررسی فرضیه‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون

توصیف متغیرهای پژوهش

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای اصلی پژوهش



باتوجه به اینکه رتبه پاسخها در پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی بین ۱ تا ۵ می‌باشد، بنابراین میانگین نظری پاسخها نیز برابر با ۳ می‌باشد. در جدول فوق مشاهده می‌شود که میانگین شاخصه‌های متغیر مهارت ارتباطی (۳/۹۸) از میانگین نظری ۳ بیشتر می‌باشد که نشان‌دهنده این واقعیت می‌باشد که از لحاظ توصیفی مهارت‌های ارتباطی در معلمان بالا می‌باشد. در پرسشنامه رضایت شغلی بین ۰ تا ۵ می‌باشد، بنابراین میانگین نظری پاسخها نیز برابر با ۳ می‌باشد. در جدول فوق مشاهده می‌شود که میانگین شاخصه‌های متغیر رضایت شغلی (۳/۸۸) از میانگین نظری ۳ بیشتر می‌باشد که نشان‌دهنده این واقعیت می‌باشد که از لحاظ توصیفی رضایت شغلی در معلمان بالا می‌باشد. همچنین در پرسشنامه سلامت روان بین ۰ تا ۵ می‌باشد، بنابراین میانگین نظری پاسخها نیز برابر با ۳ می‌باشد. در جدول فوق مشاهده می‌شود که میانگین شاخصه‌های متغیر سلامت روان (۳/۷۶) از میانگین نظری ۳ بیشتر می‌باشد که نشان‌دهنده این واقعیت می‌باشد که از لحاظ توصیفی سلامت روان در معلمان بالا می‌باشد.

تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها

فرضیه ۱: بین مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی ارتباط دارد.

جدول ۲: خلاصه تحلیل آماری فرضیه اول پژوهش

متغیرها	ضریب پیرسون	ضریب تعیین R^2	میزان خطا (α)	p-value
مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی	۰/۷۹۹	٪۶۳/۸۴	۰/۰۵	۰/۰۰۰

باتوجه به اینکه در جدول پیرسون مقدار p-value در سطح خطای ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشد، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود و نتیجه می‌گیریم که بین دو متغیر رابطه وجود دارد. برای بررسی نوع و شدت رابطه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون توجه می‌کنیم. باتوجه به اینکه علامت ضریب همبستگی پیرسون مثبت می‌باشد، بنابراین رابطه بین دو متغیر همسو است که شدت آن نیز ۰/۷۹۹ می‌باشد.

بنابراین، بین مهارت‌های ارتباطی با رضایت شغلی معلمان ابتدایی رابطه معنی‌داری نسبتاً قوی وجود دارد که این رابطه از نوع همسو می‌باشد، همچنین ضریب تعیین نشان داد ٪۶۳/۸۴ رضایت شغلی بستگی به مهارت ارتباطی بستگی دارد. یعنی با افزایش مهارت‌های ارتباطی، سطح رضایت شغلی معلمان افزایش می‌یابد.



فرضیه ۲: بین مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان ارتباط دارد.

جدول ۳: خلاصه تحلیل آماری فرضیه دوم پژوهش

متغیرها	ضریب پیرسون	ضریب تعیین R^2	میزان خطا (α)	p-value
مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان	۰/۹۷۷	٪۹۵/۴۵	۰/۰۵	۰/۰۰۰

باتوجه به اینکه در جدول پیرسون مقدار p-value در سطح خطای ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشد، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود و نتیجه می‌گیریم که بین دو متغیر رابطه وجود دارد. برای بررسی نوع و شدت رابطه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون توجه می‌کنیم. باتوجه به اینکه علامت ضریب همبستگی پیرسون مثبت می‌باشد، بنابراین رابطه بین دو متغیر همسو است که شدت آن نیز ۰/۹۷۷ می‌باشد.

بنابراین، بین مهارت‌های ارتباطی با سلامت روان معلمان ابتدایی رابطه معنی‌داری بسیار قوی وجود دارد که این رابطه از نوع همسو می‌باشد، همچنین ضریب تعیین نشان داد ٪۹۵/۴۵ مهارت ارتباطی به سلامت روان بستگی دارد. یعنی با افزایش مهارت‌های ارتباطی، سطح سلامت روان معلمان افزایش می‌یابد.

فرضیه ۳: بین رضایت شغلی با سلامت روان ارتباط دارد.

جدول ۴: خلاصه تحلیل آماری فرضیه سوم پژوهش

متغیرها	ضریب پیرسون	ضریب تعیین R^2	میزان خطا (α)	p-value
رضایت شغلی با سلامت روان	۰/۸۹۴	٪۷۲/۰۸	۰/۰۵	۰/۰۰۰

باتوجه به اینکه در جدول پیرسون مقدار p-value در سطح خطای ۰/۰۵ معنی‌دار می‌باشد، بنابراین با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه صفر رد و فرضیه تحقیق تأیید می‌شود و نتیجه می‌گیریم که بین دو متغیر رابطه وجود دارد. برای بررسی نوع و شدت رابطه به مقدار ضریب همبستگی پیرسون توجه می‌کنیم. باتوجه به اینکه علامت ضریب همبستگی پیرسون مثبت می‌باشد، بنابراین رابطه بین دو متغیر همسو است که شدت آن نیز ۰/۸۹۴ می‌باشد.

بنابراین، بین رضایت شغلی با سلامت روان معلمان ابتدایی رابطه معنی‌داری بسیار قوی وجود دارد که این رابطه از نوع همسو می‌باشد، همچنین ضریب تعیین نشان داد ٪۷۲/۰۸ سلامت روان به رضایت شغلی بستگی دارد. یعنی با افزایش رضایت شغلی، سطح سلامت روان معلمان افزایش می‌یابد.



فرضیه ۴: بین مهارت‌های ارتباطی با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد

جدول ۵: خلاصه مدل

ضریب همبستگی چندگانه	مجدور همبستگی	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای معیار تخمین
۰.۱۸۴	۰.۰۳۵	۰.۰۲۶	۰.۵۰۸۷۹

جدول ۵ نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه بین متغیرهای پژوهش برابر $R=0.184$ می‌باشد که نشان‌دهنده همبستگی نسبتاً پایینی بین متغیرها (مهارت‌های ارتباطی و سطح تحصیلات، سن) است و این نتیجه حاصل می‌شود که:

«بین: بین مهارت‌های ارتباطی با سطح تحصیلات، سن رابطه معناداری وجود دارد.»

جدول ۶: تحلیل واریانس رگرسیون داده‌های سؤال اصلی تحقیق

نوع متغیر	نوع آزمون	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	نسبت F	سطح معناداری
مهارت‌های ارتباطی و سطح تحصیلات، سن	تحلیل واریانس	رگرسیون	۲۰۹۰	۲	۱۰۴۵	۴۰۳۶	۰۰۱۹
		باقی‌مانده	۵۸۲۴۵	۲۲۵	۰۲۵۹		
		کل	۶۰۳۳۴	۲۲۷			

مطابق جدول ۶، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ = سطح معناداری $Sig = 0.019$ محاسبه شده، فرض خطی بودن مدل (رابطه خطی بین متغیرها) تأیید می‌شود.

جدول ۷: برآورد ضرایب در مدل رگرسیونی ارائه شده

ضرایب	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	t	Sig
	B	خطای معیار			
ثابت	۴.۲۰۴	۰.۰۳۵		۳۱.۱۶۶	۰.۰۰۰
سن	-۰.۰۶۰	۰.۰۲۲	-۰.۱۸۳	-۲.۷۸۷	۰.۰۰۶
میزان تحصیلات	۰.۰۲۴	۰.۰۴۵	۰.۰۳۵	۰.۵۳۴	۰.۵۹۴

مطابق جدول ۷، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ = سطح معناداری برای متغیر سن $p\text{-value} = 0.006$ محاسبه شده است؛ اما سطح معناداری برای متغیر میزان تحصیلات $p\text{-value} = 0.594$ محاسبه شده است؛ لذا فرض تساوی ضرایب رگرسیون



و مقدار ثابت با مقدار صفر برای متغیر سن رد می‌شود و برای متغیر میزان تحصیلات تأیید می‌گردد؛ یعنی متغیر مستقل (سن) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (مهارت ارتباطی) تأثیر دارد و متغیر مستقل (میزان تحصیلات) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (مهارت ارتباطی) تأثیر ندارد

جهت مقایسه اثرات دو متغیر موجود در مدل رگرسیون بر متغیر وابسته عزت نفس از ضریب بتا استفاده شده است. بر اساس ضریب بتا محاسبه شده، متغیر سن با ضریب بتا $\beta = -0.183$ دارای بیشترین تأثیر بر مهارت ارتباطی و متغیر میزان تحصیلات با ضریب بتا $\beta = 0.035$ تأثیر معنی داری بر مهارت ارتباطی ندارد.

همچنین بر اساس خروجی ستون B معادله رگرسیون عبارت است از: $(y = 4.204 - 0.06x_1 + 0.024 x_2)$

فرضیه ۵: بین رضایت شغلی با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد.

جدول ۸: خلاصه مدل

ضریب همبستگی چندگانه	مجذور همبستگی	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای معیار تخمین
۰.۲۱۵	۰.۰۴۶	۰.۰۳۸	۰.۵۴۵۴۸

جدول ۸ نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه بین متغیرهای پژوهش برابر $R = 0.215$ می‌باشد که نشان‌دهنده همبستگی پایینی بین متغیرها (رضایت شغلی و سطح تحصیلات، سن) است و این نتیجه حاصل می‌شود که:

«بین: رضایت شغلی با سطح تحصیلات، سن رابطه معناداری وجود دارد.»

جدول ۹: تحلیل واریانس رگرسیون داده‌های سؤال اصلی تحقیق

نوع متغیر	نوع آزمون	منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	نسبت F	سطح معناداری
رضایت شغلی و سطح تحصیلات، سن	تحلیل	رگرسیون	۳.۲۵۹	۲	۱.۶۲۹	۵.۴۷۶	۰.۰۰۵
	واریانس	باقی مانده	۶۶.۹۴۹	۲۲۵	۰.۲۹۸		
	رگرسیون	کل	۷۰.۲۰۸	۲۲۷			

مطابق جدول ۹، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ = سطح معناداری $Sig = 0.005$ محاسبه شده، فرض خطی بودن مدل (رابطه خطی بین متغیرها) تأیید می‌شود.



جدول ۱۰: برآورد ضرایب در مدل رگرسیونی ارائه شده

Sig	T	ضرایب استاندارد	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب
		Beta	خطای معیار	B	
۰.۰۰۰	۲۸.۹۹۷		۰.۱۴۵	۴.۱۹۴	ثابت
۰.۰۰۲	-۳.۰۷۶	-۰.۲۰۰	۰.۰۲۳	-۰.۰۷۲	سن
۰.۲۱۵	-۱.۲۴۳	۰.۰۸۱	۰.۰۴۸	۰.۰۶۰	میزان تحصیلات

مطابق جدول ۱۰، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪= سطح معناداری برای متغیر سن $p\text{-value} = ۰.۰۰۲$ محاسبه شده است؛ اما سطح معناداری برای متغیر میزان تحصیلات $p\text{-value} = ۰.۲۱۵$ محاسبه شده است؛ لذا فرض تساوی ضرایب رگرسیون و مقدار ثابت با مقدار صفر برای متغیر سن رد می‌شود و برای متغیر میزان تحصیلات تأیید می‌گردد؛ یعنی متغیر مستقل (سن) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (رضایت شغلی) تأثیر دارد و متغیر مستقل (میزان تحصیلات) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (رضایت شغلی) تأثیر ندارد.

جهت مقایسه اثرات دو متغیر موجود در مدل رگرسیون بر متغیر وابسته عزت‌نفس از ضریب بتا استفاده شده است. بر اساس ضریب بتا محاسبه شده، متغیر سن با ضریب بتا $\beta = -۰.۲۰۰$ دارای بیشترین تأثیر بر رضایت شغلی و متغیر میزان تحصیلات با ضریب بتا $\beta = ۰.۰۸۱$ تأثیر معنی‌داری بر رضایت شغلی ندارد.

همچنین بر اساس خروجی ستون B معادله رگرسیون عبارت است از: $y = 4.194 - 0.072x_1 + 0.06x_2$

فرضیه ۶: بین سلامت روان با سطح تحصیلات، سن ارتباط دارد.

جدول ۱۱: خلاصه مدل

ضریب همبستگی چندگانه	مجدور همبستگی	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای معیار تخمین
۰.۱۸۶	۰.۰۳۵	۰.۰۲۶	۰.۵۰۱۸۸

جدول ۱۱ نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه بین متغیرهای پژوهش برابر $R = ۰.۱۸۶$ می‌باشد که نشان‌دهنده همبستگی نسبتاً پایینی بین متغیرها (سلامت روان و سطح تحصیلات، سن) است و این نتیجه حاصل می‌شود که:

«بین: بین سلامت روان با سطح تحصیلات، سن رابطه معناداری وجود دارد.»



جدول ۱۲: تحلیل واریانس رگرسیون داده‌های سؤال اصلی تحقیق

نوع متغیر	نوع آزمون	منابع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	نسبت F	سطح معناداری
سلامت روان و سطح تحصیلات، سن	تحلیل واریانس رگرسیون	رگرسیون	۲۰۳۶	۲	۱۰۱۸	۴۰۴۱	۰۰۱۹
		باقی‌مانده	۵۶۶۷۴	۲۲۵	۰۲۵۲		
		کل	۵۸۰۷۱۰	۲۲۷			

مطابق جدول ۱۲، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ = سطح معناداری Sig = ۰۰۱۹ محاسبه شده، فرض خطی بودن مدل (رابطه خطی بین متغیرها) تأیید می‌شود.

جدول ۱۳: برآورد ضرایب در مدل رگرسیونی ارائه شده

ضرایب	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد	T	Sig
	B	خطای معیار	Beta		
ثابت	۴۰۱۵۳	۰۰۱۳۳		۳۱۰۲۰۹	۰۰۰۰
سن	-۰۰۰۶۱	۰۰۰۲۱	-۰۰۱۸۶	-۲۰۸۴۳	۰۰۰۵
میزان تحصیلات	-۰۰۰۰۳	۰۰۰۴۵	۰۰۰۰۴	-۰۰۰۵۸	۰۰۹۵۴

مطابق جدول ۱۳، چون در سطح اطمینان ۹۵٪ و خطای اندازه‌گیری ۵٪ = سطح معناداری برای متغیر سن $p\text{-value} = ۰۰۰۵$ محاسبه شده است؛ اما سطح معناداری برای متغیر میزان تحصیلات $p\text{-value} = ۰۰۹۵۴$ محاسبه شده است؛ لذا فرض تساوی ضرایب رگرسیون و مقدار ثابت با مقدار صفر برای متغیر سن رد می‌شود و برای متغیر میزان تحصیلات تأیید می‌گردد؛ یعنی متغیر مستقل (سن) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (سلامت روان) تأثیر دارد و متغیر مستقل (میزان تحصیلات) و مقدار ثابت بر متغیر وابسته (سلامت روان) تأثیر ندارد.

جهت مقایسه اثرات دو متغیر موجود در مدل رگرسیون بر متغیر وابسته عزت‌نفس از ضریب بتا استفاده شده است. بر اساس ضریب بتا محاسبه شده، متغیر سن با ضریب بتا $\beta = -۰۰۱۸۶$ دارای بیشترین تأثیر بر سلامت روان و متغیر میزان تحصیلات با ضریب بتا $\beta = ۰۰۰۰۴$ تأثیر معنی‌داری بر سلامت روان ندارد.

همچنین بر اساس خروجی ستون B معادله رگرسیون عبارت است از: $(y=4.153-0.061x_1+0.03x_2)$



بحث و نتیجه‌گیری

از یافته‌های فرضیه نخست می‌توان استنباط کرد که انتقال احساسات و عواطف و اندیشه‌ها به همکاران از طریق گفت و شنودهای عامیانه بین معلمان موجب بالارفتن سطح رضایت و خشنودی افراد از شغل خودشان می‌شود. چرا که با بهبود مهارت‌های ارتباطی افراد می‌توانند مشکلات شخصی و شغلی خود را به اشتراک بگذارند، همچنین خوشی‌های به‌دست‌آمده از محیط‌های شخصی و شغلی را نیز به یکدیگر منتقل کنند و این امر است که موجب بالارفتن سطح رضایت شغلی می‌گردد. این نتیجه با نتیجه پژوهش محمودی و همکاران (۱۳۹۱) و زارعی و همکاران (۱۳۸۹) و امیری و همکاران (۱۳۸۷) و کتین و همکاران (۲۰۱۲) و کاننوو و همکاران (۲۰۱۱) همسو شده است.

از یافته‌های فرضیه دوم می‌توان استنباط کرد که بهبود شرایط و امکانات رفاهی معلمان افزایش حقوق شرایط مناسب کاری محیط آرام شغلی روابط حسنه با همکاران به طور کل رضایت از شغل موجب می‌شود تا افراد احساس امنیت روحی بالایی داشته باشند و با آرامش فکری بیشتری به کار خود مشغول بوده و از تعادل فکری مناسب نیز برخوردار می‌باشند و این امر نیز موجب می‌شود برخوردی مناسب با دیگران داشته باشند و در تصمیم‌گیری‌های خود دچار اشتباه نشوند. این نتیجه با نتیجه پژوهش کاهه و همکاران (۱۳۹۰) و حبی و همکاران (۱۳۸۹) و شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۸۸) و لیلون و همکاران (۲۰۱۳) و لی و همکاران (۲۰۰۹) همسو شده است.

از یافته‌های فرضیه سوم می‌توان استنباط کرد که هرگاه معلمان در رفتارهای خود آرامش داشته و دچار تضاد و تناقض نگردند و تعادل روحی و روانی خود را از دست نداده و یا دچار استرس اضطراب و یا حتی وسواس نشوند می‌توانند به راحتی با همکاران خود ارتباط مناسبی را ایجاد کنند و در مورد کار خود از همکارانشان یاری بجوند و به راحتی در مورد زندگی شخصی و خوشی‌ها و ناخوشی‌های خود را به دیگران منتقل کردن و در تصمیمات خود از نظرات دیگران استفاده کنند. این نتیجه با نتیجه پژوهش درامامی (۱۳۸۹) و دهقان و همکاران (۱۳۸۵) و صبحی قراملکی و همکاران (۲۰۱۰) همسو شده است.

از یافته‌های فرضیه چهارم می‌توان استنباط کرد که برقراری ارتباط مناسب افراد با همکاران و قدرت ارائه مناسب افکار و اندیشه‌ها و نظرات شخصی هر فرد به تناسب شخصیت نوع تربیت و تفکر و تجربه می‌تواند در هر سنی اتفاق بی افتد و ارتباط کمی بین مهارت ارتباطی و سن افراد می‌تواند وجود داشته باشد و همین‌طور معلمان در هر سطح تحصیلاتی می‌توانند منتقل‌کننده احساسات و افکار و نظریات خود به دیگران باشند و این امر منوط بر مقطع خاصی از تحصیلات نیست. این نتیجه با نتیجه پژوهش صبحی قراملکی (۲۰۱۰) و شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۸۶) و نظریور و همکاران (۱۳۸۶) و محمودی و همکاران همسو شده است.

از یافته‌های فرضیه پنجم می‌توان استنباط کرد که احساس خرسندی و خشنودی که فرد از شغل خود و لذتی که از آن می‌برد و در پی آن به شغل خود دلگرمی و وابستگی و همچنین احساس مطبوع و خوشایند، عاطفی و مثبت که حاصل از رضایت از شغل می‌تواند در هر سنی برای افراد رخ دهد به عنوان مثال برخی به علت همخوانی نداشتن شغل با رشته تحصیلی در جوانی از شغل خود ناراضی هستند و به مرور زمان به دلایلی مانند امکانات رفاهی و حقوق مناسب رضایت نسبی از کار خود پیدا می‌کنند و برخی در جوانی به دلایلی از کار خود راضی بوده و به مرور از شغل خود متنفر شده و به دنبال شغل دیگری می‌روند؛ بنابراین ارتباط بسیار کمی بین رضایت شغلی و سن افراد می‌توان در نظر گرفت و همچنین رضایت از شغل نمی‌تواند به دلیل مقطع تحصیلی خاصی رخ دهد هر



فرد در هر مقطع تحصیلی می‌تواند از شغل خود راضی باشد. این نتیجه با نتیجه پژوهش و لیلون و همکاران (2013) و شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۸۶) و محمودی و همکاران (۱۳۹۱) همسو شده است و همچنین با نتیجه پژوهش شعبانی و همکاران (۱۳۹۰) و کائنو و همکاران (2011) مغایرت دارد.

از یافته‌های فرضیه ششم می‌توان استنباط کرد که قابلیت افراد در برقراری ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی به طور عادلانه، منطقی و مناسب به طور کل سلامت روان می‌تواند مخصوص همه افراد در سن‌های مختلف رخ دهد و مربوط به سن خاصی از افراد نیست چرا که سلامت روان از متغیرهایی نشأت می‌گیرد که این متغیرها می‌توانند در هر سن سالی رخ دهد و نمی‌توان فردی را در سن خاص محکوم به عدم سلامت روان دانست؛ بنابراین این امر ارتباط کمی با سن افراد دارد و همچنین نتایج نشان داده است که سلامت روان نمی‌تواند در مقطع تحصیلی خاصی کم یا زیاد شود؛ بنابراین هیچ‌گونه ارتباطی بین سلامت روان و میزان تحصیلات افراد وجود ندارد. این نتیجه با نتیجه پژوهش شفیع‌آبادی و همکاران (۱۳۸۶) و محمودی و همکاران (۱۳۹۱) و نظریور و همکاران (۱۳۸۶) همسو شده است و همچنین با نتیجه پژوهش و یوسفی و همکاران (۱۳۸۹) مغایرت دارد.

محدودیت پژوهشی

الف: محدودیت‌های خارج کنترل

عدم همکاری سازمان آموزش و پرورش برای دادن مجوز که گرفتن مجوز برای این امر طی یک ماه کار پژوهشی را به عقب انداخت. همکاری نکردن برخی از افراد در پاسخ‌دهی به پرسش‌نامه‌ها که برای متقاعد کردن این افراد زمان زیادی صرف شده است.

ب: محدودیت‌های تحت کنترل

بدیهی است که رفع محدودیت‌های پژوهش زیربنای پژوهش‌های بعدی قرار می‌گیرد و این امر موجب شکوفایی در امر علم و پژوهش خواهد بود پژوهش حاضر نیز از این محدودیت‌ها مستثنی نبوده است، از جمله می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

محدوده اجرای پژوهش شهرستان گرمه بوده که قابل تعمیم به شهرهای دیگر نیست.

این پژوهش در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ صورت پذیرفت و نمی‌توان نتایج آن را به سال‌های دیگر تعمیم داد.

این پژوهش در مورد سازمان آموزش و پرورش بوده و قابل تعمیم به ادارات و سازمان‌ها دیگر نیست.

پیشنهادهای مثبتی بر یافته‌های پژوهش



باتوجه به یافته‌های فرضیه نخست پیشنهاد می‌گردد سازمان آموزش و پرورش با اجرای دوره‌های مهارت‌های ارتباطی برای معلمان و دعوت از متخصصان و صاحب‌نظران در این دوره‌های به افزایش مهارت‌های ارتباطی در میان کارکنان خود کمک شایانی کنند.

باتوجه به نتایج فرضیه دوم پیشنهاد می‌گردد مدارس با در نظر گرفتن شرایط مناسب برای فعالیت‌های معلمان و همچنین سازمان آموزش و پرورش با در نظر گرفتن تشویقات و ترفیعات برای معلمان و خانواده‌های آنان شرایط رضایت شغلی را در افراد ایجاد کنند.

باتوجه به یافته‌های فرضیه سوم پیشنهاد می‌گردد مراکز مشاوره مدارس علاوه بر رسیدگی به امور دانش‌آموزان امکانی را فراهم آورد تا معلمان نیز بتوانند از خدمات مشاوره‌ای خصوصی و گروهی نیز برخوردار شوند.

باتوجه به یافته‌های فرضیه چهارم پیشنهاد می‌گردد در جلسات گروهی برای آموزش‌های مهارت‌های ارتباطی بدون در نظر گرفتن سن و میزان تحصیلات افراد این آموزش‌ها به تمامی افراد داده شود.

باتوجه به یافته‌های فرضیه پنجم پیشنهاد می‌گردد سازمان آموزش و پرورش بدون در نظر گرفتن محدودیت‌های سنی و سطح تحصیلات افراد امکانات و شرایط مناسب برای کار کردن را برای همه‌ی افراد فراهم آورند.

باتوجه به یافته‌های فرضیه ششم پیشنهاد می‌گردد تأکید بر سلامت روان و جلسات مشاوره‌ای برای کاهش مشکلات شخصیتی و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و حل تضادها و تمایلات شخصی برای تمامی افراد در هر سن و میزان تحصیلاتی اجرا گردد.

منابع

ابراهیمی، ابوالفضل، و جان بزرگ، مسعود. (۱۳۸۹). رابطه مهارت‌های ارتباطی و رضایت زناشویی. مجله روان‌شناسی و دین (۲). ۴۵۷-۴۵۶.

حبی، محمد باقر؛ مقدسی، هادی؛ حاتمی، حمید رضا. (۱۳۸۹). بررسی رابطه رضایت شغلی کارکنان با سلامت روانی خانواده در یک واحد نظامی. فصلنامه روان‌شناسی نظامی، سال دوم/ شماره پنجم.

حسینی، ابراهیم. (۱۳۸۱). بررسی مقایسه‌ای ارتباط بین خوش‌بینی - بدبینی و سلامت عمومی در گروه‌های اکثریت و اقلیت (قومی و مذهبی). پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد، دانشگاه فردوسی مشهد.

دلاور، علی. (۱۳۸۴). مبانی نظری و عملی پژوهش در علوم انسانی و اجتماعی. تهران: انتشارات رشد.

دلاور، علی. (۱۳۸۸). احتمالات و آمار کاربردی در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: رشد.

دهقان، نجمه. (۱۳۸۵). بررسی رابطه‌ی مهارت‌های اجتماعی و سلامت روان با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه اول دبیرستان‌های استان یزد. پایان‌نامه کارشناسی‌ارشد. دانشگاه الزهرا دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.



رابینز، استیفن. پی. (۱۳۷۴). مدیریت رفتار سازمان (ترجمه: علی پارسائیان و محمد اعرابی) جلد اول. تهران: مؤسسه مطالعات پژوهش‌های بازرگانی

رابینز، پی استیفن. (۱۳۸۷). مبانی رفتار سازمانی. ترجمه علی پارسائیان و سید محمد اعرابی.

شعبانی، بهار، غلامرضا؛ فراهانی، ابوالفضل؛ جعفری، عبدالله. (۱۳۹۰). تعیین رابطه تعهد سازمانی و رضایت شغلی معلمان تربیت‌بدنی آموزش‌وپرورش استان همدان. پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش (۸).

شفیع‌آبادی، عبدالله. (۱۳۷۴). مدیریت آموزشی به‌عنوان قلمرو حرفه‌ای، مجموعه‌مقالات اولین سمینار آموزشی، چاپ اول، انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی

شفیع‌آبادی، عبدالله؛ خلیج اسدی؛ شدیده. (۱۳۸۸). بررسی رابطه بین رضایت شغلی با سلامت روانی کارکنان شاغل دانشگاه. فصلنامه تازه‌های روان‌شناسی صنعتی سازمانی، سال نخست، شماره ۲.

کار، آلن. (۱۳۸۷) روان‌شناسی مثبت علم شادمانی و نیرومندی‌های انسانی (ترجمه حسن پاشا شریفی و نجفی زند). تهران: سخن. (تاریخ انتشار به زبان اصلی ۲۰۰۴).

کاهه، داود، هیودی، طیبه. (۱۳۹۰). رضایت شغلی و سلامت روان. فصلنامه پایش، سال یازدهم شماره سوم.

محمودی، حسین؛ سوری لکی، ابوذر؛ بوالحسنی، معصومه؛ سپهوند، محمد جعفر. (۱۳۹۱). بررسی رابطه مهارت‌های ارتباطی و رضایت شغلی پرستاران. دوماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد، سال بیستم - شماره ۱۰۱.

نامدار، حسین، رحمانی، آزاد، و ابراهیمی، حسین. (۱۳۷۸). تأثیر الگویی از مهارت‌آموزی بر مهارت‌های ارتباطی دانشجویان پرستاری با بیماران روانی. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۸(۲). ۳۳۲-۳۲۳.

نظرپور، شهلا؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ عنایتی، میرصلاح الدین. (۱۳۸۶). مقایسه سلامت روانی پرستاران زن نوبت‌کار مختلف. مجله علمی پزشکی جندی شاپور زمستان ۱۳۸۶؛ ۶(۴) (مسلسل ۵۵): ۴۳۱-۴۳۸.

هومن، حیدرعلی. (۱۳۸۱). تهیه و استاندارد ساختن مقیاس سنجش رضایت شغلی. تهران: انتشارات مرکز آموزش مدیریت دولتی.

یوسفی، علیرضا؛ براتعلی، مریم؛ عرفان، عارفه. (۱۳۸۹). ارتباط سلامت روان، اشتغال و تحصیلات دانشگاهی در بین زنان دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی زمستان ۱۳۸۹؛ ۱۰(۵) (پیاپی ۲۹).