

## Comparison of relationship between religious beliefs and psychological well-being, with a high burnout and low

Seyyed Rahmatollah Mousavi Moghadam<sup>1</sup>, Forouzan DavariFard<sup>2\*</sup>, Nahid Vaesi<sup>2</sup>, Hamed Tavan<sup>3</sup>, Asadollah Sadeghkhan<sup>4</sup>

1- Department of Islamic Education, Ilam University of Medical Sciences, Ilam, Iran.

2- Department of Psychology, Islamic Azad university of Ilam, Ilam, Iran.

3- Student Research Committee, Ilam University of Medical Sciences, Ilam, Iran.

4- Department of Psychology, Payame nor University of Tehran, Ilam, Iran.

### Abstract

**Background and Objectives:** Nowadays, tension and occupational burnout is a common and serious problem among people, particularly who are working in the human services jobs. Religious beliefs are attitudes towards the reality of mythological, supernatural or spiritual aspects of a religion. Subjective well-being is requires an understanding of the challenges of life. The aim of this study was to compare the relationship between religious beliefs and psychological well-being among employees of university of medical sciences with high and low burnout.

**Materials and Methods:** In this correlational study, the statistical population were all 280 employees in ILAM University of Medical Sciences (n=280). Considering the size of the population and using Morgan table, 160 people were chosen by simple random sampling so that 80 persons with low and 80 persons with high occupational burnout were screened using Questionnaire of Burnout Maslach and Jackson. Then individuals completed psychological well-being Reef and religious beliefs questionnaires (Khodayarifard). The research data was analyzed using the statistical software SPSS and Pearson correlation coefficient, t-test and Z scale.

**Results:** Data analysis using Fisher's Z-test showed that the relationship between religious beliefs and psychological well-being and its components, in the total score of psychological well-being (3.08) and components of reception (2.31), environmental control (3), purpose (3.24) and relationships with others (2.8) was significant between people with high and low occupational burnout.

**Conclusion:** Details of the research showed that the relationship between religious beliefs with a total score of psychological well-being and component acceptance, environmental mastery, purpose and relationships with others is higher in persons with low occupational burnout in comparison with high occupational burnout people. But it was not observed significant difference in terms of the religious beliefs, independence and personal growth between the two groups.

**Keywords:** Religious beliefs, Psychological well-being, Occupational burnout, ILAM

\*Corresponding Author: Forouzan Davari Fard; Email: DavariPsychologist@yahoo.com

## مقایسه‌ی رابطه‌ی باورهای دینی و بهزیستی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی بالا و پایین

سید رحمت‌الله موسوی مقدم<sup>۱</sup>، فروزان داوری فرد<sup>۲\*</sup>، ناهید ویسی<sup>۲</sup>، حامد توان<sup>۳</sup>، اسدالله صادق خانی<sup>۴</sup>

۱- گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ایلام، ایران.

۲- گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد، واحد علوم تحقیقات ایلام، ایلام، ایران.

۳- کمیته‌ی تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ایلام، ایران.

۴- گروه روان‌شناسی عمومی، دانشگاه پیام نور مرکز تهران، ایلام، ایلام، ایران.

### چکیده

**سابقه و اهداف:** امروزه تنیدگی و فرسودگی شغلی، مشکلی شایع و جدی در میان افرادی است که به ویژه در شغل‌های خدمات انسانی مشغول به فعالیت هستند. باورهای دینی، باور به واقعی بودن جنبه‌های اسطوره‌یی، فراطبیعی یا معنوی یک دین است. بهزیستی روان‌شناختی مستلزم درک چالش‌های وجودی زندگی است. هدف از پژوهش حاضر، مقایسه‌ی رابطه‌ی باورهای دینی و بهزیستی روان‌شناختی در میان کارکنان دانشگاه علوم پزشکی با فرسودگی شغلی بالا و پایین بوده است.

**مواد و روش‌ها:** در این پژوهش، که از نوع مطالعه‌های همبستگی است، جامعه‌ی آماری، همه‌ی کارکنان شاغل در دانشگاه علوم پزشکی شهر ایلام (۲۸۰ نفر) بود. با در نظر گرفتن شمار جامعه و استفاده از جدول مورگان، ۱۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند و با استفاده از پرسش‌نامه‌ی فرسودگی شغلی مسلش و جکسون، ۸۰ نفر با فرسودگی شغلی پایین و ۸۰ نفر با فرسودگی شغلی بالا، غربالگری شدند. سپس نمونه‌ها پرسش‌نامه‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف و باورهای دینی (خدایاری فردی) را تکمیل کردند. داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS و آزمون ضریب همبستگی پیرسون، آزمون t و Z فیشر، تحلیل گردید.

**یافته‌ها:** تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون Z فیشر نشان داد تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن، در نمره‌ی کل بهزیستی روان‌شناختی (۳/۰۸) و مؤلفه‌های پذیرش (۲/۳۱)، تسلط محیطی (۳)، هدفمندی (۳/۲۴) و رابطه با دیگران (۲/۸)، بین افراد با فرسودگی شغلی بالا و پایین معنادار بوده است.

**نتیجه‌گیری:** جزئیات پژوهش نشان داد که رابطه‌ی باورهای دینی با نمره‌ی کل بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های پذیرش، تسلط محیطی، هدفمندی و رابطه‌ی با دیگران، در افراد با فرسودگی شغلی پایین، بیش‌تر از افراد با فرسودگی شغلی بالا است. اما بین دو گروه از نظر تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی با استقلال و رشد شخصی، تفاوت معناداری مشاهده نشد.

**واژگان کلیدی:** باورهای دینی، بهزیستی روان‌شناختی، فرسودگی شغلی، ایلام

### مقدمه

است که می‌تواند به افزایش غیبت از کار، ترک کار و کاهش خدمات‌رسانی منجر شود (۲). کارکنانی که از فرسودگی شغلی رنج می‌برند، در کار خود کم‌انگیزه و کم‌فعالیت می‌شوند؛ از تمام جنبه‌های محیط کار خود، از جمله همکاران، ایراد می‌گیرند و به پیشنهادهای دیگران واکنش منفی نشان می‌دهند. همچنین نه تنها کمیت، که کیفیت کار آن‌ها، هم کاهش می‌یابد (۳). در سال‌های اخیر، گروهی از پژوهشگران

امروزه تنیدگی و فرسودگی شغلی، مشکلی شایع و جدی در میان افرادی است که به ویژه در شغل‌های خدمات انسانی مشغول به فعالیت هستند. واژه‌ی فرسودگی عموماً برای توصیف سندرم خستگی در حرفه‌های یاری‌رسانی به کار می‌رود (۱). این پدیده زمینه‌ساز بیماری فیزیکی و عاطفی

سلامت روانی و بهزیستی در جوانان است (۱۸). بین باورهای دینی و متغیر ادراک منفی از استرس، رابطه‌ی منفی؛ و بین باورهای دینی متغیرهای خودکارآمدی و ادراک مثبت از استرس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۱۹). در پژوهشی نشان داده شد که هر چه میزان دینداری زنان شاغل بیشتر باشد، از سلامت روان بیش‌تری برخوردارند و همچنین می‌توان از روی دینداری افراد سلامت روانی آنان را پیش‌بینی کرد (۲۰). بین دینداری و شادکامی و رضایت زناشویی رابطه‌ی مثبت معناداری وجود دارد (۲۱). افرادی که به امور دینی معتقدند، شادتر از سایر افراد هستند (۲۲). همچنین نشان داده شده است که عمل به باورهای دینی موجب افزایش مشارکت مردمی، افزایش میزان شادکامی، کاهش چشمگیر پرخاشگری کلامی می‌گردد (۲۳). در تحقیقی دیگر این نتیجه حاصل شد که عمل به باورهای دینی با هیجان‌ها و عاطفه‌های مثبت، مانند خوش خلقی، شادکامی، مهربانی، اعتماد به نفس، توجه و آرامش، رابطه‌ی مثبت معناداری دارد (۲۴). عمل به باورهای دینی و مذهبی، از عامل‌های پیش‌بینی‌کننده‌ی سلامت روانی و بهزیستی در جوانان است (۲۵).

مبتنی بر این یافته‌ها، چنین به نظر می‌رسد که افزایش باورهای دینی، یکی از عامل‌های زمینه‌ساز کاهش فرسودگی شغلی است و از طرفی بهبود بهزیستی روان‌شناختی افراد، از پیامدهای کاهش فرسودگی شغلی است. از این رو، هدف پژوهشگر در تحقیق حاضر، مقایسه‌ی رابطه‌ی باورهای دینی و بهزیستی روان‌شناختی در افراد با فرسودگی شغلی بالا و پایین است.

### مواد و روش‌ها

روش تحقیق حاضر از نوع علمی مقایسه‌ی است که در آن، دو گروه از افراد دارای فرسودگی شغلی بالا و پایین، از نظر رابطه‌ی بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن و نیز باورهای دینی، با هم مقایسه شده‌اند. جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر، همه‌ی کارکنان شاغل در دانشگاه علوم پزشکی شهر ایلام، به تعداد ۲۸۰ نفر بود. با در نظر گرفتن شمار جامعه و استفاده از جدول مورگان، ۱۶۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. برای شناسایی افراد دارای فرسودگی شغلی بالا و پایین، ابتدا شرکت‌کنندگان پرسش‌نامه‌ی فرسودگی شغلی مسلسل و جکسون را شرکت‌کنندگان پاسخ دادند. سپس نمره‌های فرسودگی شغلی محاسبه و وارد نرم‌افزار SPSS شد. با استفاده از نرم‌افزار، نقطه‌های ۳۳ درصدی و ۶۶ درصدی برای افراد

سلامت روانی را معادل کارکرد مثبت روان‌شناختی تلقی و آن را در قالب اصطلاح «بهزیستی روان‌شناختی» مفهوم‌سازی کرده‌اند. این گروه، نداشتن بیماری را برای احساس سلامت، کافی نمی‌دانند بلکه معتقدند که داشتن احساس رضایت از زندگی، پیشرفت بسنده، تعامل کارآمد و مؤثر با جهان، انرژی و خلق مثبت، پیوند و رابطه‌ی مطلوب با جمع و اجتماع و نیز پیشرفت مثبت، از مویژگی‌های فرد سالم است (۸).

یکی از مهم‌ترین مدل‌هایی که بهزیستی روان‌شناختی را مفهوم‌سازی و عملیاتی کرده، مدل چند بعدی ریف و همکاران است. این مدل از طریق ادغام نظریه‌های مختلف رشد فردی (مانند نظریه‌ی خودشکوفایی مزلو و شخص کامل راجرز) و عملکرد سازگارانه (مانند نظریه‌ی سلامت روانی مثبت جاهورا) شکل گرفته و گسترش یافته است. ردف، بهزیستی روان‌شناختی را تلاش فرد برای تحقق توانایی‌های بالقوه‌ی واقعی خود می‌داند (۹). عده‌ی از دانشمندان بر این باورند که بسیاری از متغیرهای سلامتی، با باورهای دینی و مذهبی تبیین می‌شوند؛ در واقع، مذهب یکی از عامل‌های تأثیرگذار در رفتار و شناخت به‌شمار می‌رود (۱۲). آن‌ها معتقدند مذهب به انسان کمک می‌کند تا معنای حادثه‌های زندگی، به‌ویژه حادثه‌هایی را که دردناک و اضطراب‌زا هستند، درک کند و موجب دلگرمی و خرسندی مطبوعی در روان و روحیه‌ی او شود (۱۳). ملاک‌های بهزیستی روان‌شناختی مانند پذیرش خود، تسلط محیطی، رشد فردی، استقلال، داشتن هدف در زندگی و رابطه‌ی مثبت با دیگران، با کُنشوری مثبت مثل رضایت از زندگی، رابطه‌ی مثبت دارد (۱۱). در تحقیقی که قسمتی از مطالعه‌ی اپیدمیولوژیک بود، برای تعیین تأثیر موقعیت کاری و میزان استرس شغلی در سلامت روان، این نتیجه به دست آمد که استرس کاری، موقعیت شغلی، سلامت روان و حالت رفاه و بهزیستی پرسنل را تحت تأثیر قرار می‌دهد (۵). عبدی و همکاران در بررسی رابطه‌ی فرسودگی شغلی با سلامت روان، نشان داده‌اند که فرسودگی شغلی، در بُعد‌های خستگی هیجانی و مسخ شخصیت، اکثریت واحدهای مورد پژوهش در سطح پایین؛ و در بُعد عدم کارآیی فردی، اکثریت در سطح بالا قرار داشتند. همچنین رابطه‌ی بین فرسودگی شغلی و سلامت روان معنی‌دار بود (۶). بین فرسودگی شغلی و میزان نشانه‌های اختلال‌های روانی نیز رابطه معناداری وجود دارد (۷). مذهب به افراد مذهبی نوعی احساس کنترل و کارآمدی می‌بخشد که ریشه‌ی خدایی دارد و می‌تواند کاهش-یافتگی کنترل شخصی را جبران کند (۱۷). همچنین عمل به باورهای دینی و مذهبی، از عامل‌های پیش‌بینی‌کننده‌ی

ی باورهای دینی استفاده شده است. مقیاس اندازه‌گیری و پاسخ‌گویی به هر یک از عبارات‌ها، طیف لیکرت شش درجه‌یی است که برای پرسش‌های توافقی، از «زیاد موافقم» تا «زیاد مخالفم» و برای پرسش‌های درجه‌بندی، از «همیشه» تا «هرگز» درجه‌بندی شده است (۲۹). ضریب‌های آلفای کرونباخ کلی پرسش‌نامه‌ی شماره یک و شماره‌ی دو (منبع ساخت این پرسش‌نامه)، پس از اجرا بر روی ۴۴۰۳ نفر در سطح کشور، به ترتیب ۰/۹۷ و ۰/۹۶ گزارش شده است. اجرای نهایی این پرسش‌نامه در جمعیت ۱۵۳۸۶ نفر در سطح کشور نیز روایی سازه‌یی و ملاکی و پایایی بازمایی آن را تأیید کرده است. در تجزیه و تحلیل داده‌ها، از نرم‌افزار SPSS استفاده گردید. در پژوهش حاضر از آمار توصیفی برای تعیین میانگین و انحراف استاندارد استفاده شد. و از همبستگی گشتاوری پیرسون و آزمون Z فیشر نیز برای بررسی تفاوت رابطه‌ی بین دو گروه مستقل در سطح معنی داری (۰/۰۵) استفاده شد.

### یافته‌ها

از تعداد ۱۶۰ نفر شرکت‌کننده در تحقیق حاضر، ۸۰ نفر با فرسودگی شغلی پایین و ۸۰ نفر با فرسودگی شغلی بالا، از نظر رابطه‌ی بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن و باورهای دینی، مورد مقایسه قرار گرفتند. میانگین سن شرکت‌کننده‌ها، ۳۷ سال و ۷ ماه بود. از نظر سطح تحصیلی، بیش‌تر شرکت‌کننده‌ها (۶۳ درصد) در سطح تحصیلی کارشناسی (لیسانس) بودند. وضعیت اقتصادی ۶۸ درصد از شرکت‌کننده‌ها نیز در سطح متوسط قرار داشت.

جدول ۱. سطح سواد افراد شرکت‌کننده در تحقیق حاضر

میزان تحصیلات	فراوانی	درصد
کارشناسی (لیسانس)	۱۰۱	۶۳/۰
کارشناسی ارشد (فوق لیسانس)	۵۹	۳۷/۰
کل	۱۶۰	۱۰۰/۰

با توجه به نتیجه‌هایی که از تحقیق حاضر به دست آمده و در جدول شماره‌ی ۱ آورده شده است، تعداد ۱۰۱ نفر از کارکنان دارای مدرک کارشناسی و تعداد ۵۹ نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد بوده‌اند.

دارای فرسودگی شغلی پایین (۸۰ نفر) و بالا (۸۰ نفر)، انتخاب شد.

ابزار پژوهش عبارت بود از: پرسش‌نامه‌ی فرسودگی شغلی مسلش و جکسون؛ این پرسش‌نامه از ۲۵ ماده تشکیل شده که شامل چهار زیرمجموعه‌ی خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و احساس کفایت شخصی و درگیری است. برای نمره‌گذاری در هر پرسش، دو نمره در نظر گرفته شد، نمره‌ی فراوانی و نمره‌ی شدت. به این صورت که هر فرد در هر پرسش، در فراوانی، نمره‌یی از یک تا شش و در شدت، نمره‌یی از یک تا هفت کسب می‌کند. پایایی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ مسلش و جکسون برای فراوانی، ۰/۸۳ و برای شدت، ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند (۲۶)، ضمن اینکه پایایی سه خرده‌آزمون اصلی بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۹ محاسبه شده است. در ایران، بهنیا ضریب پایایی آزمون را بین ۰/۵۵ تا ۰/۸۷ محاسبه کرده است (۲۷).

پرسش‌نامه‌ی بهزیستی روان‌شناختی؛ این پرسش‌نامه در مرکز علوم پزشکی دانشگاه ویسکانسین طراحی شد و مورد تجدید نظر قرار گرفت. این پرسش‌نامه ۵۴ پرسش دارد و هر سؤال بر روی یک طیف شش درجه‌یی (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) مشخص می‌شود که بُعدهای بهزیستی روان‌شناختی ریف را (مشمتمل بر ۱- پذیرش خود، ۲- تسلط محیطی، ۳- رابطه‌های مثبت با دیگران، ۴- داشتن هدف در زندگی، ۵- رشد فردی و ۶- استقلال) ارزیابی می‌کند. ریف و کیس، ضریب همسانی درونی این پرسش‌نامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه کرده است. زنجانی طبسی این پرسش‌نامه را ترجمه کرد، که در آن، آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه برابر با ۰/۹۴ و برای مقیاس‌های فرعی بین ۰/۶۳ تا ۰/۸۹ بدست آمده است (۲۸). پایایی پرسش‌نامه در پژوهش میکائیلی ۰/۸۱ گزارش شده است (۸). شیوه‌ی نمره‌گذاری در این مقیاس، طبق مقیاس لیکرت از یک تا شش است که در بعضی از پرسش‌ها به شیوه‌ی معکوس نمره‌گذاری می‌شود.

پرسش‌نامه‌ی دین‌داری خدایاری فرد و همکاران: این آزمون، مقیاسی استاندارد شده برای سنجش دین‌داری جامعه‌ی ایران که جامعه‌یی دین‌دار و مذهبی است و بر اساس تعالیم اسلام ساخته شده. این پرسش‌نامه از دو پرسش‌نامه‌ی شماره یک و دوی خدایاری فرد و همکاران استخراج شده و متشکل از ۹۷ عبارت سنجش دین‌داری، در سه مؤلفه‌ی باور دینی، عواطف دینی و التزام و عمل به وظیفه‌های دینی؛ و نیز پنج عبارت مربوط به وانمود اجتماعی است و در مجموع ۱۰۲ پرسش دارد. در تحقیق حاضر، از پرسش‌های مرتبط با مؤلفه-

جدول ۲. ویژگی‌های توصیفی نمرات بهزیستی روانشناختی و مؤلفه‌های آن و باورهای دینی

متغیر	افراد با فرسودگی شغلی پایین		افراد با فرسودگی شغلی بالا		t	p
	تعداد	میانگین ± انحراف معیار	تعداد	میانگین ± انحراف معیار		
بهزیستی روان‌شناختی	۸۰	۲۰/۴۱ ± ۶۱/۲۰	۸۰	۲۱/۷۱ ± ۳۶/۷۵	۳/۶۲	۰/۰۰۴
پذیرش	۸۰	۲/۰۷ ± ۲۱/۷۵	۸۰	۴/۳۰ ± ۱۶/۶۵	۳/۷۸۸	۰/۰۰۳
تسلط محیطی	۸۰	۲/۲۹ ± ۱۶/۰۸	۸۰	۲/۳۶ ± ۱۲/۶۰	۲/۶۱	۰/۰۲۴
هدفمندی	۸۰	۴/۱۳ ± ۲۰/۵۵	۸۰	۲/۶۹ ± ۱۵/۸۵	۴/۴۳۶	۰/۰۰۱
استقلال	۸۰	۳/۴۰ ± ۱۲/۸	۸۰	۴/۰۹ ± ۹/۴۰	۰/۱۰۲	۰/۴۳۰
رابطه با دیگران	۸۰	۲/۳۲ ± ۱۶/۲۶	۸۰	۳/۰۴ ± ۱۱/۶۵	۳/۰۰۹	۰/۰۰۱
رشد شخصی	۸۰	۳/۸۰ ± ۲۱/۲۲	۸۰	۴/۵۲ ± ۱۴/۲۳	۰/۰۳۶	۰/۴۷۲
باورهای دینی	۸۰	۱۲/۴۵ ± ۴۸/۱۴	۸۰	۱۳/۰۳ ± ۳۱/۱۳	۲/۳۱۴	۰/۰۴۱

در جدول شماره ۲، میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های بهزیستی روان‌شناختی، مؤلفه‌های آن و باورهای دینی، در دو گروه با فرسودگی شغلی بالا و پایین نشان داده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، میانگین و انحراف معیار نمره‌های بهزیستی روان‌شناختی در گروه با فرسودگی پایین، به ترتیب عبارت است از ۶۱/۲۰ و ۲۰/۴۱؛ و در گروه با فرسودگی بالا، به ترتیب عبارت است از ۳۶/۷۵ و ۲۱/۷۱. بنابراین می‌توان گفت میانگین بهزیستی روان‌شناختی در گروه با فرسودگی شغلی پایین، بیش‌تر از گروه با فرسودگی شغلی بالا است. همچنین بین بهزیستی روان‌شناختی، مؤلفه‌های آن و باورهای دینی، در دو گروه با فرسودگی شغلی بالا و پایین، به ترتیب در سطح معناداری ۰/۰۰۳، ۰/۰۲۴، ۰/۰۰۱، ۰/۰۰۰، ۰/۰۰۰، ۰/۰۴۷ و ۰/۰۴۱، تفاوت معنادار وجود دارد؛ ولی بین مؤلفه‌های استقلال و رشد شخصی و باورهای دینی، در دو گروه با فرسودگی شغلی بالا و پایین، به ترتیب در سطح معناداری ۰/۴۳۰ و ۰/۴۷۲، تفاوت معنادار وجود ندارد.

برای مقایسه‌ی رابطه‌ی بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن و باورهای دینی در بین کارکنان با فرسودگی شغلی پایین و بالا، از ضریب همبستگی پیرسون و جدول تبدیل آماره‌ی R به Z استفاده شده است. برای آزمودن تفاوت رابطه‌ها نیز، از آزمون معنی‌دار بودن تفاوت دو ضریب همبستگی در نمونه‌های مستقل فیشر استفاده شده است. لازم به ذکر است که آزمون معنی‌دار بودن تفاوت‌ها، در سطح اطمینان ۹۵٪ بررسی شده و نتیجه‌های آزمون در جدول شماره ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳. خلاصه‌ی نتیجه‌های ضریب‌های همبستگی رابطه‌ی باورهای دینی با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن و تبدیل آماره‌ی R به Z<sub>T</sub> و Z محاسبه شده‌ی گروه‌های مورد پژوهش

متغیرها	باورهای دینی		
	گروه	ضریب‌های همبستگی R	Z محاسبه شده
بهزیستی روان‌شناختی	فرسودگی پایین	۰/۵۵۱*	۰/۶۱۸
	فرسودگی بالا	۰/۱۱۹	۰/۱۲۱
پذیرش	فرسودگی پایین	۰/۳۸۸*	۰/۴۱۲
	فرسودگی بالا	۰/۰۴۱	۰/۰۴
تسلط محیطی	فرسودگی پایین	۰/۴۶۶*	۰/۵۰۴

	۰/۰۲	۰/۰۱۷	فرسودگی بالا	
۳/۲۴*	۰/۵۴۳	۰/۴۹*	فرسودگی پایین	هدفمندی
	۰/۰۲	۰/۰۱۸	فرسودگی بالا	
۱/۱۷	۰/۲۰۳	۰/۱۹۶	فرسودگی پایین	استقلال
	۰/۰۱۵	۰/۰۱۴	فرسودگی بالا	
۲/۸۰*	۰/۵۱۷	۰/۴۷*	فرسودگی پایین	رابطه با دیگران
	۰/۰۶۵	۰/۰۶۶	فرسودگی بالا	
۰/۶۷	۰/۲۲۴	۰/۲۲	فرسودگی پایین	رشد شخصی
	۰/۱۱۶	۰/۱۳	فرسودگی بالا	

\* تفاوت معنادار دو رابطه

فشارهای روانی و کمبودهای گریزناپذیری که در روند چرخه‌ی زندگی رخ می‌دهد، معنا بخشند و نسبت به زندگی امیدواری بیش‌تری داشته باشند (۲۱). کسانی که در دین، به اعتقاد و یقین قلبی رسیده باشند و در عمل به باورهای دینی خود هم موفق باشند، در همدلی، درک، مسئولیت‌پذیری، انعطاف‌پذیری و مواردی مانند این‌ها، توفیق بیش‌تری خواهند داشت. باورهای دینی، بر سخت‌کوشی و استقامت افراد در برابر استرس‌های شغلی می‌افزاید و با تداوم سخت‌کوشی، میزان رضامندی شغلی را افزایش می‌دهد (۳۰). باورهای دینی به فرآیند انجام کار، معنی می‌بخشد و زمینه را برای اجرای فعل اخلاقی در شروع، تداوم و اتمام کار مهیا می‌کند. از این‌رو، معنادار شدن انجام کار به رضامندی فرد از کار انجام شده منتهی می‌شود و به دنبال آن فرسودگی شغلی کاهش می‌یابد و کار انجام شده برای فرد، ساز و کاری هویت‌بخش خواهد بود (۳۱). از طرفی باورهای دینی با تأثیر در نظام‌های روان‌شناختی افراد، به ویژه بهزیستی روان‌شناختی، در افزایش رضایت شغلی و کاهش فرسودگی شغلی از اهمیت بالایی برخوردار است، چراکه بهزیستی روان‌شناختی امکان بروز اندیشه‌ی سالم و تعامل درست با محیط را مهیا می‌کند و امید فرد را برای بهبود روند زندگی افزایش می‌دهد؛ همچنین سازگاری اجتماعی فرد را افزون می‌کند و از بروز فرسودگی و استرس‌های شغلی بازداری می‌کند (۳۲). از آنجا که دین و دین‌داری، حقیقتی است که همیشه همراه بشر بوده، پس رکن اصلی هر فرهنگی است که موجب هویت و انسجام جامعه می‌شود. ارزش‌هایی که برگرفته از ایدئولوژی و جهان‌بینی افراد است، روش زندگی خاصی را برای فرد تعیین می‌کند، حال اگر این جهان‌بینی، جهان‌بینی توحیدی باشد، انسان خود را در ارتباط با خداوند احساس می‌کند و در چارچوب نظام عبادی با او راز و نیاز می‌کند. حفظ این ارتباط با خداوند، موجب آرامشی در فرد می‌شود که از بر هم خوردن تعادل وی جلوگیری می‌کند. همچنین جهان‌بینی به ساختار ارزش‌های

در جدول شماره‌ی ۳ ضریب‌های همبستگی پیرسون (مربوط به بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن و باورهای دینی و تبدیل آن‌ها به ZR) و همچنین نتیجه‌های آزمون Z فیشر (مربوط به مقایسه‌ی رابطه‌ی باورهای دینی با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن)، بین افراد با فرسودگی شغلی بالا و پایین، آمده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود، Z محاسبه‌شده در بررسی تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن، در نمره‌ی کل بهزیستی روان‌شناختی (۳/۰۸) و مؤلفه‌های پذیرش (۲/۳۱)، تسلط محیطی (۳)، هدفمندی (۳/۲۴) و رابطه با دیگران (۲/۸)، بین افراد با فرسودگی شغلی بالا و پایین، از Z جدول در سطح ۹۵ درصد (۱/۹۶) بزرگ‌تر است، بنابراین تفاوت بین رابطه‌ها معنادار است؛ اما Z محاسبه شده مربوط به بررسی تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی و مؤلفه‌های استقلال (۱/۱۷) و رشد شخصی (۰/۶۷)، بین دو گروه از Z در سطح ۹۵ درصد، کوچک‌تر است و تفاوت رابطه‌ها معنادار نیست.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتیجه‌های پژوهش حاضر نشان داد که بین دو گروه مورد پژوهش، در تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن تفاوت معناداری وجود دارد. جزئیات پژوهش نشان می‌دهد که رابطه‌ی باورهای دینی با نمره‌ی کل بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌های پذیرش، تسلط محیطی، هدفمندی و رابطه با دیگران، در افراد با فرسودگی شغلی پایین، بیش‌تر از افراد با فرسودگی شغلی بالا است. نتیجه‌ی این پژوهش با یافته‌های عبدی و همکاران (۶)، کریمی و شاعری (۲۰)، کوئینگ (۱۸) و دزوتر و همکاران (۲۵) همخوانی دارد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت دین، نظام باور منسجمی ایجاد می‌کند که موجب می‌شود افراد برای زندگی خود معنا پیدا کنند و به آینده امیدوار باشند. نظام باورهای دینی به افراد امکان می‌دهد که به ناملایمت‌ها،



6. Abdi-Masooleh F, Kaviani H, Khaghani Zadeh M, Iraqi Momeni A. Investigate the relationship between burnout and mental-health. *Tehran University of Medical Sciences Journal*. 2007; 65(6):65-75. (Full Text in Persian)
7. Yassaee I, Ahmadi Kh, Koolivand A. Stress in the military pilots: Prevalence of psychological symptoms and burnout, *Military medical journal*. 2002; 4(14):231-6. (Full Text in Persian)
8. Michaeli F. The structural relationship between emotional intelligence and psychological well-being, perceived ability to control negative thinking and depression in mothers of mentally retarded children and compare it with normal children, exceptional children. *Journal of Research on Exceptional Children*. 2009; 2:103-20. (Full Text in Persian)
9. D. Ryff C, H. Singer B. Know they self and become what you are: A eudemonic approach to psychological well-being. *Journal Happiness studies*. 2002; 9:13-39
10. Shokri O, Tajik A, Danesh-parvar Z, Ghanaee Z, Dastjerdi R. Individual differences in styles of identity and psychological well-being: the role of identity commitment. *Journal of Cognitive Science News*. 2007; 9(12):33-43. (Full Text in Persian)
11. Ryff, C. Singer B H. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social Psychology*. 1989; 57(6):1069-81.
12. Hadian Fard H. Subjective well being in a group of Muslim religious activities. *Iranian Journal of Clinical Psychology and Psychiatry*. 2005; 11:224-32. (Full Text in Persian)
13. Sawatzky R, Ratner PA, Chiu LA. meta-analysis of relationship between spirituality and quality of life. *Social Indicators Research*. 2005; 72: 153-88.
14. Acklin MW. The role of religious values in coping with cancer. *Journal of religion and health*. 1983; 22(4): 322-33.
15. Williams B. Annotation: sociometry and peer relationships. *Journal of Child psychology and psychiatry*. 1994; 35(6): 997-1013.
16. Aghajani S, Rajabi S, Ganji M, Ghafari M. Religion and psychological health. *Ardabil: Bagh Rezwvan*; 2008. (Full Text in Persian)
17. Jang SJ, Johnson BR. Explaining religious effects on distress among African Americans. *Journal for the Scientific Study of Religion*. 2004; 43(2): 239-60.
18. Koenig HG. Religion and depression in older medical inpatients. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*. 2007; 15(4): 282-91.
19. Ghaffari M, Rezaei A. Religious commitment and self-efficacy in predicting the amount and type of perceived stress in university students. *Research Science and Technology*. 2011; 9(4): 269-78. (Full Text in Persian)

اخلاقی نیز شکل می‌دهد، در نتیجه برخورداری از تعادل در زندگی و توجه به ارزش‌های اخلاقی، که به صورت صفت‌های پسندیده در رفتار افراد بروز می‌کند، به زندگی افراد معنی می‌دهد و به حفظ سلامت روانی آن‌ها می‌انجامد (۳۳).

همچنین نتیجه‌های تحقیق حاضر نشان داد که بین دو گروه، از نظر تفاوت رابطه‌ی باورهای دینی با استقلال و رشد شخصی، تفاوت معناداری وجود ندارد، که با پژوهش عبدی و همکاران (۶)، کریمی و شاعری (۲۰)، کوئینگ (۱۸) و دزوتر و همکاران (۲۵) همخوانی ندارد. با توجه به یافته‌ها، نقش باورهای دینی و بهزیستی روان‌شناختی در فرسودگی شغلی آشکار شد. بر این اساس، در پژوهش‌های آینده لازم است که الگوی تبیین‌کننده‌ی این ارتباط مشخص شود و همچنین روشن شود که آیا مداخله در معنویت افراد، تغییری در بهزیستی روان‌شناختی و فرسودگی شغلی افراد ایجاد می‌کند یا خیر. یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر، شمار کم نمونه‌ها بود؛ این محدودیت سبب می‌شود که نتوان یافته‌های پژوهش را به کل افراد شاغل تعمیم داد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های بعدی با شمار نمونه‌های بیش‌تری و در جامعه‌ی وسیع‌تر انجام گردد. همچنین به علت بی‌توجهی به مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی در پژوهش‌های پیشین، امکان مقایسه‌ی تک تک مؤلفه‌ها با باورهای دینی نبود، بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی، پژوهشگران در تحقیق‌های خود از مقایسه‌ی مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی با متغیرهای دیگر استفاده کنند تا بتوان بهتر نتیجه‌های پژوهش‌ها را مقایسه نمود.

## References

1. Allen J, Mellor D. work context, personal control, and burnout amongst nurses, *western journal of nursing research*. 2002; 24: 905-17.
2. Boles J.S, Dean D.H, Ricks J.M. The Deimensionality of the Maslach Burnout Inventory across Small Business Owners And Educators. *Journal Of Vocation Behavior*. 2000; (56): 12-34.
3. Sadeghi A. Evaluation of burnout and its relationship to public health, the health care Razi Psychiatric Center. Master's thesis. *Tabatabai University*. 2004. (Full Text in Persian)
4. Demir A, Ulsoy M. Investigation of Influencing Burnout Levels in the Professional and Private lives of Nurses. *International Journal of Nursing Studies*. 2003; 40(8): 802-27.
5. Parslow R.A, Jorm A.F, Christensen H, H-Broom D, Strazdins L and et.al. The impact of employee level and work stress on mental health and GP service use: an analysis of a sample of Australian government employees. *BMC Public Health*. 2004; 304: (4). 41-7.

20. Karami J, shaeiri H. The relationship between religiosity and mental health of women employed in public sector in Kermanshah. Faculty of Social Sciences, Razi University, 2009. (Full Text in Persian)
21. Roohani A, Manavi Poor D. Relationship between happiness and marital satisfaction in the practice of religious beliefs Grey Dog University. Knowledge and research in psychology. 2008; 36: 189-206. (Full Text in Persian)
22. Seligman M. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Free press; 2000.
23. Mahoney A, Pargament K. Marriage and the spiritual realm: the role of proximal and distal religious constructs in marital functioning. Journal of Family Psychology. 2002; 13(3): 17-23.
24. Kim YM, Seidlitza L, Rob Y, Evingerc J S, Duberstein PR. Spirituality and affect: A function of changes in religious affiliation. Family psychology. 2004; 37(4): 861-70.
25. DeZutter J, Soenens B, Hutsebaut D. Religiosity and mental health: A further exploration of the relative importance of religious behaviors vs. religious attitudes. Personality and Individual Differences 2006; 40(4): 807-18.
26. Maslach C, Jackson S E. Maslach Burnout Inventory Research Edition Manual. CA: Consulting Psychologists press. 1981.
27. Behnia GH. Relationship between burnout and job satisfaction and mental health of the moderating variable tenacity of male teachers in mathematics courses, social science, physics and literature at the New School Year 77-78 Khuzestan, Ahvaz, Office of Education Research Council province; 2000. (Full Text in Persian)
28. Zanjani Tabassi, R. Construction and Standardization of psychological well test pilot, General Psychology, Master's Thesis, Tehran University, 2004. (Full Text in Persian)
29. Khodayarifard M. Prepared scales of religiosity and religious levels of the different strata of Iranian society. Faculty of Psychology and Educational Sciences, the Institute of Psychology and Education, 2009. (Full Text in Persian)
30. Matson N. Religious Beliefs and Satisfaction in Work Places. Journal of Psychology. 2002; 53: 202-10.
31. Hallin R. Religious Beliefs and Work. Journal of Organization and Management, 2001; 15, 191-99.
32. Arnold, M. Psychological Systems of Beliefs and Satisfaction, Journal of Social Psychology. 2002; 22: 161-9.
33. Shojaeizand A. Religion, society, secularization. Tehran.: Center Publication ,2002. (Full Text in Persian)