

## بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

### A Comparative Study on the Job Stress of Physical Education Teachers in Rahnamayee Level of Schools

A. Pourghaz., (Ph.D.), M. Keikhanejad., دکتر عبدالوهاب پورقاز<sup>۱</sup> و مهین کیخانزاد<sup>۲</sup> و اکبر فرجی ارمکی<sup>۳</sup>  
(M.A) & A. F. Armaki., (Ph.D)

**Abstract:** Basic objectives of the present study are to compare extend of job stress among teachers in order to their gender, teaching experience, type of school and teaching area. Descriptive research method was employed and 172 teachers (87 female and 85 male) were chosen by clustered – categorical and random techniques of sampling. Tool used to collect relevant data was William Dayer job stress questionnaire. Statistic methods used to analyses of data were one- sample t-test, independent-samples t-test, F-test and Tukey Post Hoc test. Findings revealed that physical education teachers suffering from high job stress. Results also figures out that female teachers and teachers working in rural and far areas from the center suffer more than male teachers and the teachers working in better area but results did not show statistically significant difference between job stress among teachers with different experience and types of school in which they teach.

**Key words:** Job stress, Physical education teachers, Rahnamayee level of school, Experience, Types of school and teaching area

چکیده: هدف از پژوهش حاضر بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی استان سیستان و بلوچستان است. روش تحقیق، توصیفی و جامعه آماری پژوهش، شامل تمامی دبیران راهنمایی استان و حجم نمونه برابر ۱۷۲ دبیر (۸۷ نفر دبیر تربیت بدنی زن و ۸۵ نفر دبیر تربیت بدنی مرد) می باشد. برای انتخاب نمونه مورد نیاز از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و طبقه‌ای - تصادفی استفاده گردید. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه استرس شغلی ویلیام دایر است و برای آزمون فرضیه‌های تحقیق از آزمون t تک نمونه‌ای، t مستقل، آزمون F و آزمون تعقیبی توکی و آزمون  $\chi^2$  تک متغیره استفاده گردید. نتایج بدست آمده حاکی از استرس شغلی بالا در بین دبیران است و استرس دبیران تربیت بدنی زن بالاتر از دبیران مرد راهنمایی در استان می‌باشد. نتایج هم‌چنین نشان داد که بین استرس شغلی دبیران مدارس برخوردار و غیر برخوردار، و دبیران باسابقه کم و دبیران باسابقه زیاد تفاوت معناداری وجود ندارد. مقایسه نتایج بدست آمده از مناطق مختلف استان حاکی از این است که تفاوت معناداری در بین بعضی از مناطق مشاهده می‌شود.

**کلید واژه‌ها:** استرس شغلی، تربیت بدنی، دبیران، مدارس راهنمایی، مقایسه‌ای

۱. استادیار دانشگاه سیستان و بلوچستان زاهدان

W. Pourghaz @ yahoo . com

۲. کارشناس ارشد مدیریت آموزشی

۳. دکترای گروه آموزش عالی دانشگاه شهید بهشتی

## مقدمه

توسعه شهرنشینی، افزایش جمعیت، پیچیدگی تکنولوژی و ارتباطات از مشخصه‌های عصر ارتباطات است و همه این موارد عاملی است جهت رقابت با سایرین و تلاش و تکاپوی بیشتر جهت بهره‌مندی بیشتر. از طرف دیگر افزایش توقعات و انتظارات روزافزون جامعه و محدودیت و امکانات انسان و محیط وی شرایطی را فراهم می‌آورد که افراد جامعه متحمل فشارهای عصبی و روانی شوند. در عصر حاضر فشارهای عصبی به‌عنوان مهم‌ترین عامل به‌وجودآورنده امراض روحی و رفتاری انسان‌ها است.

فردی که مورد حمله فشارهای عصبی و روحی قرار می‌گیرد در تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی و برقراری روابط با دیگران دچار مشکل می‌شود.

امروزه مشکلات بیشماری از هر طرف، افراد جامعه را احاطه کرده است. در چنین جامعه‌هایی چگونه می‌توان از فشارهای عصبی اجتناب کرد؟ و یا با آن به مقاله پرداخت. چه عواملی موجب استرس می‌شود و چرا انسان به استرس دچار می‌گردد و چگونه می‌توان فشارهای عصبی را بررسی نموده و راه‌های مقابله و پیشگیری از فشارهای عصبی را شناسایی نمود استرس به‌معنای فشار، واژه‌ای است که از فیزیک مشتق شده است و حالتی ناشی از فشار است نه خود فشار و عکس‌العملی است که انسان در مقابل محرک‌های ناسازگار بیرون از خود بروز می‌دهد. در تعریف دیگر استرس را پاسخی می‌دانند که فرد برای تطبیق با یک وضعیت خارجی متفاوت با وضعیت عادی به‌صورت رفتار روانی و جسمانی از خود بروز می‌دهد.

با توجه به فراگیر بودن فشارهای روانی و عصبی، افراد در سازمانها نیز از این امر مستثنی نیستند و در معرض این فشارها قرار دارند و چنانچه برخورد اصولی و صحیح با این معضل نشود، هزینه‌های سنگین را بر سازمانها چه از لحاظ بیماریهای جسمی و چه از لحاظ کاهش عملکرد و پایین بودن کیفیت کار تحمیل خواهد نمود. (بیک زاده، ۱۳۷۶، ۳۸-۳۷)

انسان‌ها و سازمان‌های بنا شده توسط آن‌ها در عصر حاضر با عوامل مختلف درون و بیرون سازمانی روبرو شده‌اند و دائماً شخصیت و روان آن‌ها تحت تاثیر عوامل مختلف قرار گرفته و به تدریج فرسوده می‌شوند. فرسودگی جسمی و تنش‌هایی که بر جسم انسان وارد می‌شود مشخص بوده و به‌راحتی قابل درمان است. ولی تنش‌هایی که بر روح و روان انسان‌های سازمانی وارد می‌شود قابل مشاهده نبوده و به‌راحتی نیز قابل سنجش و درمان همانند فشار وارده بر جسم انسان نیست بدین لحاظ آثار نامطلوبی در فرسودگی نیروی انسانی پرورش یافته دارد (غفوریان، ۱۳۷۷: ۳۷).

پرواضح است که اثرات زیانبار فشار عصبی تنها در مبتلا کردن افراد به امراض روحی و جسمی نیست بلکه استرس‌های شغلی تاثیر بسیار زیان‌بخشی بر عملکرد مدیران و کارکنان نیز

بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

دارد افرادی که مورد حمله استرس شغلی قرار می‌گیرند مسلماً در تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی، برقراری ارتباط با دیگران به شیوه‌ی اجرای اثربخشی کار در نهایت کارایی و بهره‌وری فردی دچار مشکل خواهند شد (علوی، ۱۳۷۲: ۸-۷).

به‌طور کلی تعاریف گوناگونی از فشارهای عصبی و روانی شده است. فشار روانی تجربه‌ای است همگانی و عمومی که هر کس به کرات آن را در زندگی خود احساس کرده است. استرس را می‌توان از دو جنبه مورد بررسی قرار داد، یکی تقاضاهای محیطی و دیگری تقاضاهای فردی، زمانی که موفقیت محیطی و اوضاع و احوال و شرایط شغلی فرد را بسازد این موقعیت‌ها تامین‌کننده خواسته‌ها و توقعات فرد نبوده و باعث می‌گردد فرد واکنش‌های غیرمعمول را در خود تجربه کند حالت به‌وجود آمده را فشار روانی ناشی از شغل می‌نامند (آتش پور، ۱۳۷۴: ۳۶). عصر ما به راستی عصر فشار روانی نامیده شده است، زیرا در این عصر بیش از هر زمان دیگر افراد در معرض فشارهای روانی و عصبی قرار گرفته‌اند. بحث درباره فشارهای روانی آن‌گونه فشاری است که تأثیر منفی بر کارایی افراد در بازدهی سازمان دارد و همچنین بیش از اندازه بدن را ناتوان می‌کند و می‌تواند پدیدآورنده بیماری‌های جسمی و روانی شود (علوی، ۱۳۷۲: ۷-۸).

فشار روانی باعث افزایش شدید فشار خون و افزایش مقدار کلسترول در بدن می‌شود که می‌تواند به بیماری‌های قلبی، آرتروز و زخم معده منجر شود. حتی ممکن است بین فشار روانی و سرطان نوعی ارتباط وجود داشته باشد (لوتانز، ۱۳۷۲: ۲۳۷). فشار عصبی اثرات فراوانی بر عملکرد و فعالیت‌های اعضای سازمان دارد، مدیران، کارکنان و ارباب رجوع سازمان تحت‌تأثیر فشارهای عصبی دچار حالت روانی خاصی می‌شوند و دست به رفتارهای و اعمالی می‌زنند که مستقیماً در بازدهی سازمان منعکس می‌شود. استرس حاد نیروی انسانی سازمان را ضایع می‌کند و هدف سازمان را دستخوش تزلزل می‌سازد (رابینز، ۱۳۷۶: ۱۸۴). نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که مصرف داروهای آرامبخش در امریکا سالانه شش میلیارد دلار هزینه دربردارد (فاطمی نژاد، اینترنت). همچنین نتایج تحقیق دیگری حاکی از این است که ۴۶ درصد کارکنان تحت فشار روانی زیاد بوده و ۳۴ درصد گفتند که تنش و فشار روانی بیش از حد باعث شده است که به فکر ترک سازمان بیفتند. در ژاپن آن را کاروشی<sup>۱</sup> می‌نامند، مقصود ایست قلبی یا ضربه‌ای است که در اثر فشار کار وارد می‌آید. صاحب‌نظران بر این باورند که در هر سال ۱۰ هزار ژاپنی در اثر کاروشی جان خود را از دست می‌دهند (رابینز، ۱۳۷۶: ۹۵۰).

بنابراین پژوهش حاضر درصدد بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان سیستان و بلوچستان می‌باشد.

### هدف کلی پژوهش

هدف از اجرای این تحقیق بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی در دبیران تربیت بدنی مدارس مقطع راهنمایی است.

### هدف فرعی

- ۱- بررسی میزان استرس شغلی دبیران تربیت مقطع راهنمایی استان به تفکیک جنسیت.
- ۲- بررسی میزان استرس شغلی دبیران تربیت مقطع راهنمایی استان به تفکیک نوع موسسه.
- ۳- بررسی میزان استرس شغلی دبیران تربیت مقطع راهنمایی استان به تفکیک سابقه.
- ۴- بررسی میزان استرس شغلی دبیران تربیت مقطع راهنمایی استان به تفکیک منطقه خدمت.

### سوال‌های پژوهش

- ۱- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان چگونه است؟
- ۲- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک جنسیت چگونه است؟
- ۳- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک نوع موسسه چگونه است؟
- ۴- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک سابقه خدمت چگونه است؟
- ۵- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک منطقه خدمت چگونه است؟

### پیشینه عملی تحقیق

ابطحی (۱۳۷۰) در مقاله‌ای به‌عنوان "مدیریت و فشارهای روانی" به منظور دستیابی به علل و عوارض و راه‌های مقابله با فشارهای موجود در جامعه علاوه بر تحقیقات کتاب‌خانه‌ای، تحقیق میدانی و علمی انجام داد، که شامل سی مصاحبه و بررسی پاسخ‌های چهل پرسشنامه عودت داد شده از ۷۰ پرسشنامه توزیع شده است، نتایج بدست آمده نشان داد که صددرصد افرادی که

بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

پرسشنامه را تکمیل کرده بودند اظهار نمودند که تا حدودی تحت این گونه فشارها قرار داشته و یا دارند رضائی نژاد (۱۳۸۰) در پژوهشی با عنوان، بررسی و مقایسه رفتار حمایتی مدیر، عوامل نگهدارنده شغل و عوامل استرس‌زای شغلی مربیان تربیت بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور به این نتیجه رسید که مربیان زن بیشتر از مربیان مرد در معرض عوامل استرس‌زای شغلی قرار دارند.

حاجی بابایی (۱۳۸۳) پژوهشی با عنوان شناسایی و الویت‌بندی مهم‌ترین عوامل افزایش استرس مدیران مقطع متوسطه شهر قم انجام داده است. نتایج تحقیق نشان داد که عوامل فرهنگی، اجتماعی، شخصی بر مردان و عوامل شغلی بر زنان مهم‌ترین عوامل استرس‌زا هستند. بین متغیرهایی مانند سن، رشته تحصیلی، جنسیت، نوع مدرسه رابطه‌ای وجود ندارد اما بین میزان تحصیلات مدیران و سابقه کار مدیران، تعداد دانش‌آموزان و معلمان رابطه وجود دارد.

احمدی (۱۳۷۴) در پژوهشی با عنوان منابع استرس مدیران آموزشی و مقایسه آن در بین زنان و مردان به این نتایج رسید که نقش‌های چندگانه مدیران، عدم روابط اجتماعی مطلوب در محل کار، شرایط و ماهیت کار و مشکلات مادی مدیران مرد استرس و فشار روانی بیشتری نسبت به مدیران زن داشته و هم‌چنین بیشترین عامل استرس‌زا برای مدیران زن نقش‌های چندگانه بوده است.

مشتاقی فر (۱۳۷۷) در تحقیق خود با عنوان بررسی علل استرس شغلی و راه‌های کاهش آن از دیدگاه مدیران آموزشی مقطع متوسطه استان کهگیلویه و بویراحمد گزارش نمود که بین مدیران آموزشی زن و مرد از نظر علل استرس شغلی تفاوت وجود ندارد و نیز بین عوامل استرس‌زای شغلی مدیران و متغیرهای سابقه مدیریت، اندازه سازمان و سن مدیران تفاوت معنی‌دار وجود ندارد.

یگانه و والی‌زاده (۱۳۸۲) در پژوهشی با عنوان شناسایی استرس‌های شغلی معلمان استان لرستان پرداخته و نتایج ذیل را بدست آورده‌اند که بین معلمان با سابقه کارهای متفاوت رابطه‌ای وجود ندارد و میانگین استرس معلمان در سه مقطع متفاوت است و بیشترین استرس مربوط به مقطع راهنمایی است.

جمشیدنژاد (۱۳۷۵) در تحقیق خود با عنوان بررسی استرس شغلی و مقایسه رضایت شغلی در مدیران مدارس ابتدایی و متوسطه مشخص کرد بین میزان استرس شغلی مدیران کم سابقه و پرسابقه مدیران مقطع متوسطه و ابتدایی تفاوت آماری معناداری مشاهده نشد.

کشاورز (۱۳۸۰) پژوهشی با عنوان بررسی رابطه مهارت سازمانی مدیریت زمان با استرس شغلی در بین مدیران آموزشگاه‌های شهرستان فیروزآباد انجام داده و نتایج مشخص کرد که میانگین نمرات مدیران زن در زمینه استرس شغلی نسبت به مدیران مرد بالاتر بوده و معنادار

است اما در رابطه با متغیرهایی مانند تخصص و عدم تخصص، مجرب و غیرمجرب، مقاطع سه-گانه آموزشی در میزان استرس شغلی مدیران موثر نبوده‌اند. والی‌زاده (۱۳۸۱) تحقیقی به‌عنوان رابطه بین سبک‌های رهبری و استرس مدیران مدارس شهرستان خرم‌آباد انجام داده است و به این نتیجه که استرس مدیران مرد بیشتر از مدیران زن است دست یافت.

## روش تحقیق

روش مورد استفاده در این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع و اهداف آن روش توصیفی می‌باشد. توصیفی از این جهت که آنچه را که هست بدون هیچ‌گونه دخالت یا استنتاج ذهنی گزارش می‌دهد تا نتایج عینی از موقعیت بگیرند (نادری و سیف نراقی، ۱۳۷۷: ۷۲).

استرس شغلی در بین دبیران ورزش مقطع راهنمایی استان را توصیف خواهد نمود. جامعه آماری این تحقیق تمامی دبیران ورزش مدارس راهنمایی استان سیستان و بلوچستان را شامل می‌شود، که تعداد آن‌ها با توجه به اطلاعات مأخوذه از واحد کارگزینی سازمان آموزش و پرورش در مجموع ۲۵۶ نفر شامل ۱۳۲ دبیر مرد و ۱۲۴ دبیر زن می‌باشد.

نمونه آماری در پژوهش حاضر ۱۷۲ نفر (از ۱۰ منطقه انتخابی) شامل ۸۷ نفر دبیر ورزش زن و ۸۵ نفر دبیر ورزش مرد با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و طبقه‌ای-تصادفی انتخاب و پرسشنامه بین آن‌ها توزیع و جمع‌آوری گردید. لازم به ذکر است که پرسشنامه ۱۱ نفر به‌علت ناقص بودن در تجزیه و تحلیل داده‌ها لحاظ نشد.

جهت برآورد نمونه از جدول «کرجسی»<sup>۱</sup> و «مورگان» (۱۹۷۰) استفاده گردید که برای جامعه ۲۵۶ نفری ۱۵۰ نفر را پیشنهاد کرده و با محاسبه ۱۵ درصد جهت افت احتمالی نمونه در این پژوهش ۱۷۲ نفر دبیر تربیت بدنی به‌عنوان نمونه انتخاب گردید.

در این تحقیق از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای جهت انتخاب مناطق و سپس جهت انتخاب نمونه موردنیاز با توجه به محل خدمت از روش طبقه‌ای-تصادفی برای انتخاب دبیران ورزش استفاده گردید.

ابزار مورد استفاده در پژوهش حاضر پرسشنامه استرس شغلی ویلیام دایر (۱۹۸۷) (ترجمه شده به فارسی) با سوال‌های بسته پاسخ از نوع مقیاس درجه‌بندی که ارزش کمی هر سوال با رسم دایره‌ای به دور یک عدد بین ۱ تا ۸ که تمایل رفتاری فرد را بهتر نشان می‌دهد، تعیین

---

## 1. Krejcie

بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

می‌شود. برای تحلیل مجموع نمرات آزمودنی در نمره ۳ ضرب می‌شود، اگر امتیاز حاصل برابر با ۱۰۰ یا بزرگتر از آن باشد نشان از استرس بالای فرد است (مقیمی، ۱۳۸۰: ۴۵۶-۴۵۵).

روایی در پژوهش حاضر روایی محتوایی است که گروهی از متخصصان در مورد مناسب بودن مقیاس‌های مورد سنجش پرسشنامه داوری کردند و برای محاسبه دقت و پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید، بدین صورت که پرسشنامه استرس شغلی بین ۳۰ نفر از جامعه آماری که به صورت کاملاً تصادفی انتخاب شده‌اند اجرا و نمره‌گذاری گردید و سپس با نرم افزار SPSS ضریب پایایی محاسبه گردید که برابر با  $\alpha = 0/815$  بود.

در تحقیق حاضر از آمار توصیفی جهت توصیف داده‌ها مورد استفاده قرار گرفت، که شامل تنظیم جداول فراوانی، محاسبات فراوانی درصدی، میانگین و انحراف معیار می‌باشد و از آمار استنباطی به جهت آزمون فرضیه‌های تحقیق استفاده گردید که شامل آزمون  $\chi^2$ ، آزمون t تک گروهی، آزمون t برای گروه‌های مستقل، آزمون F و آزمون تعقیبی توکی می‌باشد. در ضمن تمام محاسبات آماری در پژوهش حاضر با نرم‌افزار کامپیوتری SPSS انجام پذیرفت (برون داد محاسبات در پیوست ۲ ارائه شده است).

## تجزیه و تحلیل اطلاعات

سوال اول- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان چگونه است؟

جدول ۱. نتایج آزمون  $\chi^2$  در ارتباط با وضعیت دبیران راهنمایی استان از نظر استرس شغلی

Sig.	df	$\chi^2$	درصد	فراوانی	وضعیت استرس دبیران
.۰۰۰	۱	۲۶/۲۴	۲۹/۸	۴۸	دبیران دارای عدم استرس ( - ۱۰۰ )
			۷۰/۲	۱۱۳	دبیران دارای استرس ( + ۱۰۰ )
			۱۰۰	۱۶۱	جمع

جدول ۲. نتایج آزمون t تک گروهی در ارتباط با وضعیت دبیران راهنمایی استان از نظر استرس شغلی

Sig.	d.f	t	Test value	SD	M	N	گروه
۰/۰۰۱	۱۶۰	۳/۳۳	۱۰۰	۲۷/۷۳	۱۰۷/۲۷	۱۶۱	دبیران تربیت بدنی

نتایج جداول فوق حاکی از این است که ۷۰ درصد دبیران مورد بررسی دارای استرس شغلی بالایی هستند. میانگین و انحراف معیار دبیران راهنمایی استان در پرسشنامه استرس شغلی برابر

با ۱۰۷/۲۷ و ۲۷/۷۳ می‌باشد. آماره‌های محاسبه شده برابر با  $\chi^2 = 26/24, df = 1, P < .001$  و  $t = 3/33, df = 160, P < .001$  می‌باشد.

لذا تفاوت مشاهده شده بین فراوانی و هم‌چنین میانگین استرس شغلی دبیران با نورم پرسشنامه (۱۰۰) به لحاظ آماری معنی‌دار است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که دبیران تربیت بدنی راهنمایی استان سیستان و بلوچستان دارای استرس شغلی بالایی می‌باشند.

**سوال دوم- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک جنسیت چگونه است؟**

جدول ۳. نتایج آزمون t در ارتباط با وضعیت استرس شغلی دبیران تربیت بدنی به تفکیک جنسیت

Sig.	df	t	انحراف معیار	میانگین	تعداد	ویژگی‌های دبیران	
.۰/۰۰۱	۱۵۹	۳/۲۸	۲۷/۵۲	۱۱۳/۸۶	۸۵	زن	
			۲۶/۲۳	۹۹/۹۱	۷۶	مرد	

نتایج جدول فوق بیانگر این است که میانگین و انحراف معیار استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی زن به ترتیب برابر با ۱۱۳/۸۶ و ۲۷/۵۲ می‌باشد در صورتی که این مقادیر برای دبیران مرد به ترتیب ۹۹/۹۱ و ۲۶/۲۳ می‌باشد و این تفاوت با  $t = ۳/۲۸$  و درجه آزادی ۱۵۹ در سطح ۹۹ درصد به لحاظ آماری معنادار است (  $t = ۳/۳۳, df = ۱۵۹, P < .۰/۰۱$  ) بنابراین با توجه به این که میانگین استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی زن از دبیران تربیت بدنی مرد بزرگ‌تر است لذا فرضیه صفر رد و فرض خلاف آن مورد تایید است یعنی دبیران زن تربیت بدنی نسبت به دبیران مرد از استرس شغلی بیشتری رنج می‌برند.

**سوال سوم- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک نوع موسسه چگونه است؟**

جدول ۴. نتایج آزمون t در ارتباط با وضعیت استرس شغلی دبیران تربیت بدنی به تفکیک نوع موسسه

Sig.	df	t	انحراف معیار	میانگین	تعداد	ویژگی‌های دبیران	
.۰/۱۰۹	۱۵۹	۱/۶۱	۲۸/۵۴	۱۱۰/۱۶	۹۶	برخودار	
			۲۶/۱۱	۱۰۳/۰۲	۶۵	غیر برخوردار	



بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

نتایج جدول فوق حاکی از این است که میانگین و انحراف معیار استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی در مدارس برخوردار به ترتیب برابر با ۱۱۰/۱۶ و ۲۸/۵۴ می‌باشد در صورتی که این مقادیر برای دبیران در مدارس غیر برخوردار بترتیب ۲۶/۰۲ و ۲۶/۱۱ می‌باشد و این تفاوت با  $t = ۱/۶۱$  و درجه آزادی ۱۵۹ در سطح ۹۵ درصد به لحاظ آماری معنادار نیست. ( $P = ۰/۰۵$ ،  $df = ۱۵۹$ ،  $t = ۱/۶۱$ ) بنابراین با توجه به این که هر دو گروه مورد بررسی از استرس بالایی برخوردار هستند ولی تفاوتی بین استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس برخوردار و غیربرخوردار وجود ندارد.

**سوال چهارم- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک سابقه خدمت چگونه است؟**

جدول ۵. نتایج آزمون F در ارتباط با وضعیت استرس شغلی دبیران تربیت بدنی به تفکیک سابقه خدمت

Sig.	F	MS	df	SS'	SD	M	N	ویژگی‌های دبیران	سابقه
۰/۱۷۴	۱/۷۷	۱۳۴۸/۵۵ ۷۶۱/۴۶	۲ ۱۵۸	۲۶۹۷/۱ ۱۲۰۳۱۰/۹	۲۴/۸۸	۱۰۸/۴۴	۷۵	تا ۱۰ سال	
					۳۱/۱۳	۱۰۳/۷۷	۷۱	تا ۲۰ سال	
					۲۱/۸۰	۱۱۸/۰۰	۱۵	تا ۳۰ سال	

نتایج جدول فوق بیانگر این است که میانگین و انحراف معیار استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی با سابقه ۱ تا ۱۰ سال به ترتیب برابر با ۱۰۸/۴۴ و ۲۴/۸۸، دبیران با سابقه ۱۱ تا ۲۰ سال برابر با ۱۰۳/۷۷ و ۳۱/۱۳ و این مقادیر برای دبیران با سابقه ۲۱ تا ۳۰ سال به ترتیب ۱۱۸/۰۰ و ۲۱/۸۰ می‌باشد و این تفاوت با  $F = ۱/۷۷$  و درجه آزادی ۲ و ۱۵۸ در سطح ۹۵ درصد به لحاظ آماری معنادار نیست ( $F = ۱/۷۷$ ،  $df = ۱۵۸ - ۲$ ). بنابراین با توجه به این که تفاوت بین میانگین استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی با توجه به سابقه آن‌ها به لحاظ آماری معنادار نیست لذا هر سه گروه مورد بررسی از استرس شغلی یکسانی رنج می‌برند.

**سوال پنجم- میزان استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به تفکیک منطقه خدمت چگونه است؟**

جدول ۶. نتایج آزمون F در ارتباط با وضعیت استرس شغلی دبیران تربیت بدنی به تفکیک محل خدمت

Sig.	F	MS	df	SS	SD	M	N	ویژگی‌های دبیران
۰/۰۱۲	۲/۳۷	۱۶۷۷/۵۴ ۷۰۸/۲۲	۱۰ ۱۵۰	۱۶۷۷۵/۳۶ ۱۰۶۲۳۲/۶	۱۴/۴۵	۱۰۵/۲۰	۱۵	ایران شهر
					۲۲/۴۸	۱۱۳/۴	۱۰	خاش
					۹/۰۹	۱۰۴/۳۳	۹	سراوان
					۴۱/۲۳	۸۱/۳۳	۹	شهرکی - نارویی
					۲۵/۱۷	۱۱۶/۶۲	۱۶	پشت آب
					۲۰/۱۴	۸۶/۰۰	۶	زهک
					۱۵/۶۹	۱۱۴/۵۵	۱۱	چابهار
					۹/۵۶	۱۲۵/۵۰	۶	سرباز - راسک
					۳۷/۷۶	۱۲۳/۲۵	۱۲	زابل
					۲۰/۸۷	۱۰۴/۸۰	۳۱	زاهدان ۱
۳۴/۳۵	۱۰۴/۵۸	۳۶	زاهدان ۲					

نتایج جدول حاکی از این است که دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی که در راسک و زابل خدمت می‌کنند بترتیب با میانگین ۱۲۳/۲۵، ۱۲۵/۵۰، بیشترین استرس شغلی و دبیرانی که در شهرکی - نارویی و زهک خدمت می‌کنند بترتیب با میانگین ۸۱/۳۳ و ۸۶/۰۰ کم‌ترین استرس شغلی را داشته‌اند.

تفاوت بین میانگین استرس شغلی دبیران در مناطق مختلف استان با  $F=۲/۳۷$  و درجه آزادی ۱۰ و ۱۵۰ در سطح ۹۵ درصد به لحاظ آماری معنادار است. ( $P < 0/05$ ,  $F = ۲/۳۷$ ,  $df = ۱۵۰ - ۱۰$ ). بنابراین با توجه به این که تفاوت بین میانگین استرس شغلی دبیران راهنمایی تربیت بدنی با توجه به محل خدمت آن‌ها به لحاظ آماری معنادار است. اما نتایج آزمون تعقیبی توکی فقط تفاوت بین شهرکی - نارویی و زابل را به لحاظ آماری در سطح ۹۵ درصد معنادار مشخص نموده است.

## نتیجه‌گیری

نتایج آزمون  $\chi^2$  حاکی از تفاوت فراوانی مشاهده شده استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مقطع راهنمایی استان به صورت معناداری از فراوانی مورد انتظار بزرگ‌تر می‌باشد. هم‌چنین نتایج آزمون t بیانگر این است که میانگین استرس شغلی دبیران راهنمایی استان در پرسشنامه به صورت معناداری از نورم پرسشنامه (امتیاز ۱۰۰) بیش‌تر می‌باشد.

این یافته با نتایج تحقیق ابطحی (۱۳۷۰)، یگانه و والیزاده (۱۳۸۲)، کشاورز (۱۳۸۰)، رابینز (۱۳۷۸) و لوتانز (۱۳۷۲) که اظهار داشته‌اند که گروه‌های مورد بررسی آن‌ها داری استرس شغلی می‌باشند، همسو می‌باشند.

در ارتباط با مقایسه استرس شغلی دبیران مرد و زن، نتایج تحقیق حاضر بیانگر این است که میانگین استرس شغلی دبیران زن تربیت بدنی به‌طور معناداری از دبیران مرد بیشتر است. این نتایج با یافته‌های کشاورز (۱۳۸۰) و رضانی نژاد (۱۳۸۰) همسو ولی با نتایج تحقیقات والی زاده (۱۳۸۱) و احمدی (۱۳۷۴) که استرس شغلی مردان را بیشتر توصیف نموده‌اند مغایر می‌باشد. در ضمن نتایج تحقیقات حاجی بابایی (۱۳۸۳) و مشتاقی (۱۳۷۷) عدم تفاوت را بین استرس دبیران زن و مرد نشان می‌دهد.

نتایج مقایسه استرس شغلی دبیران به تفکیک نوع مدرسه نشانگر این است که گرچه میانگین استرس مدارس برخوردار بیشتر از مدارس غیربرخوردار اما به لحاظ آماری معنادار نیست که این یافته، نتایج تحقیق حاجی بابایی (۱۳۸۳) که معتقد است تفاوتی بین استرس شغلی مدیران با توجه به نوع مدارس وجود ندارد را تایید می‌کند.

نتایج آزمون F در رابطه با مقایسه استرس شغلی دبیران به تفکیک سابقه خدمت مشخص کرد که با توجه به این‌که تفاوت‌هایی در میانگین استرس مشاهده می‌شود و میانگین دبیران با سابقه بالاتر از میانگین دبیران کم سابقه است ولی به لحاظ آماری معنادار نیست و این نتیجه، یافته‌های تحقیقات یگانه و والیزاده (۱۳۸۲)، کشاورز (۱۳۸۰)، مشتاقی (۱۳۷۷) و جمشیدنژاد (۱۳۷۵) که بیانگر عدم تفاوت بین استرس دبیران با توجه به سابقه آن‌ها است را تایید می‌کند ولی مغایر یافته حاجی بابایی (۱۳۸۳) که حاکی از وجود تفاوت است.

در ارتباط با مقایسه استرس شغلی دبیران تربیت بدنی با توجه به محل خدمت، نتایج تحقیق حاضر بیانگر این است که بین میانگین استرس شغلی دبیران شاغل در منطق مختلف استان به‌طور معناداری متفاوت است.

## بحث

نتایج بدست آمده نشان داد استرس شغلی در دبیران تربیت بدنی مدارس راهنمایی استان بالا است. وجود استرس در بین دبیران تربیت بدنی می‌توان گفت که در ارتباط با مسولیت، ابهام و تضاد نقش، دبیران تربیت بدنی با تعارض زیادی در مدارس روبرو هستند ابهام و تضاد نقش آنان در مقابل مدرسین دیگر که ظاهراً با روش‌های جدی‌تری کار می‌کنند، همواره مورد توجه بوده است. این که گاه ساعات درسی ایشان به‌عنوان ساعت تفریح مدنظر بوده و گاه از طرف معلمین دیگر ساعات درسشان جهت کلاس‌های جبرانی برای دروس جدی‌تر! به عاریت گرفته شده ابهام نقش زیادی را در آنان ایجاد می‌کند. در وادی مسولیت نیز به‌همین دلایل آنان به علت نگاه خاصی که هنوز هم علی‌رغم تلاش‌های آموزش و پرورش به درس ورزش وجود دارد زمینه‌های استرس بیشتر وجود دارد. زنان معلم دارای استرس بیشتری گزارش شده‌اند و این موضوع با خصوصیات مقابله‌ای افراد در ارتباط می‌باشد و همچنین به‌نظر می‌رسد زنان تأثیرپذیرتر از مردان در این‌گونه موارد می‌باشند.

گرچه تفاوت میانگین استرس شغلی دبیران مدارس برخوردار و غیربرخوردار و همچنین دبیران با سابقه بالا و سابقه کمتر به لحاظ آماری معنادار نیست اما استرس بیشتر در مورد معلمین مدارس برخوردار را می‌توان چنین تحلیل نمود که این‌گونه مدارس خود بخود در معرض توقعات بالاتر والدین و مسئولین آموزش و پرورش بوده و انتظار کارایی بهتر و موثرتر طبیعتاً زمینه استرس‌های شغلی را افزایش خواهد داد. و در زمینه میزان استرس بیشتر در دبیران با سابقه نیز می‌توان این‌گونه بیان کرد که معلمین با سابقه با توجه به انتظارات بیشتری که خود و دیگران به‌عنوان پیشکسوت و خبره از آنان دارند دارای حساسیت بیشتر و طبعاً استرس بالاتر می‌باشند. دبیران کم تجربه با تکیه بر سابقه اندک خود مشکلات ناشی از شرایط شغلی را به بی‌تجربگی و کم سابقه بودن خود نسبت داده و از کنار مسائل سهل‌تر می‌گذرند. در ارتباط با وجود تفاوت معنادار بین استرس شغلی دبیران تربیت بدنی با توجه محل زندگی می‌توان به عواملی چون وسعت استان و شرایط محیطی، آب و هوایی، محروم بودن بسیاری از مناطق، فاصله بسیار زیاد اکثر مناطق از مرکز استان و نیز به جهت عدم وجود امنیت کافی که استرس‌زا می‌باشد اشاره نمود.

## منابع

آتش پور، حمید، شفتی، عباس (۱۳۷۴). فشار روانی، مجله ی فولاد، شماره ۱۰  
احمدی، عبادا... (۱۳۷۴). منابع استرس مدیران آموزشی و مقایسه آن در بین زنان و مردان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی .

بررسی مقایسه‌ای استرس شغلی دبیران تربیت بدنی مدارس دولتی راهنمایی

بست، جان (۱۳۸۱). *مقدمات روش تحقیق در علوم تربیتی و روانشناسی*، تهران: انتشارات رشد  
جمشید نژاد، علی رضا (۱۳۷۰). *بررسی و مقایسه استرس شغلی و رضایت شغلی در مدیران مدارس  
ابتدایی و متوسطه*. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.

حاجی بابایی، مریم (۱۳۸۳). *شناسایی و اولویت بندی مهمترین عوامل افزایش استرس مدیران آموزش  
و پرورش مقطع متوسطه شهر قم*، پایان نامه کارشناسی ارشد، مرکز مدیریت دولتی قم  
رابینز، استیفن پی (۱۳۷۶). *مبانی رفتار سازمانی*. *علی پارسایان*، سید محمد اعرابی، تهران: دفتر  
پژوهش‌های فرهنگی.

علوی، سید امین اس. (۱۳۷۲). *فشارهای عصبی و روانی سازمانی*، مجله مدیریت دولتی شماره ۲.  
غفوریان، هما (۱۳۷۷). *عوامل تنش زای مدیران*، مجله تدبیر، شماره ۸۶.  
کشاورز، کوروش (۱۳۸۰). *بررسی رابطه مهارت سازمانی مدیریت زمان با استرس شغلی در بین مدیران  
آموزشگاه‌های*

مشتاقی فر، نورعلی (۱۳۷۷). *بررسی عوامل تنش زای شغلی و راه‌های کاهش آن از دیدگاه مدیران  
آموزش متوسطه استان کهگیلویه و بویر احمد*، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شیراز.

مقیم، سید محمد (۱۳۸۰). *سازمان و مدیریت رویکردی پژوهشی*، تهران: نشر ترمه  
نادری، عزت اس.، مریم سیف نراقی (۱۳۷۷). *روش‌های تحقیق و چگونگی ارزشیابی آن در علوم انسانی  
با تاکید بر علوم تربیتی*، تهران: انتشارات بدر

والیزاده، معصومه (۱۳۸۱). *رابطه بین سبک‌های رهبری و استرس مدیران مدارس شهرستان خرم آباد،  
پژوهشکده تعلیم و تربیت لرستان*

یگانه، اسد، والیزاده، معصومه (۱۳۸۲). *شناسایی استرس‌های شغلی معلمان استان لرستان*، پژوهشکده  
تعلیم تربیت لرستان