

Effect of humor on burnout of nurses in Qazvin City (2011)

M. Aliakbari Dehkordi*

A. Alipour**

M. Torgheh***

*Associate Professor of General Psychology, Tehran Payam-e- Noor University, Tehran, Iran

**Professor of General Psychology, Tehran Payam-e- Noor University, Tehran, Iran

***M.A. in General Psychology, Tehran Payam-e- Noor University, Tehran, Iran

***Abstract**

The aim of this study was to compare the frequency and intensity of burnout among nurses with high humor scores (n=30) and those with low humor scores (n=30) in Qazvin City, 2011. Subjects were selected by cluster random sampling and targeted sampling methods. The measurement tools included two questionnaires: the Sense of Humor Questionnaire (SHQ) and the Maslach Burnout Inventory (MBI). Data were analyzed by descriptive statistics and analytical statistics using ANOVA. Frequency and intensity of burnout was lower in nurses with high humor scores compared to nurses with low humor scores.

Keywords: Humor, Burnout, Nurses**Corresponding Address:** Mitra Torgheh, No. 29, Shahid Taheri Alley, Ayatollah Kashani St., Qazvin, Iran**Email:** mitratorgheh@yahoo.com**Tel:** +98-912-5811449**Received:** 30 Nov 2011**Accepted:** 24 Jul 2012

تأثیر شوخ طبعی بر میزان فرسودگی شغلی پرستاران شهر قزوین (۱۳۹۰)

دکتر مهناز علی اکبری دهکردی*

دکتر احمد علی پور**

میترا طرچه***

* دانشیار روان‌شناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران

** استاد روان‌شناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران

*** کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران

آدرس نویسنده مسؤول: قزوین، خیابان آیت‌الله کاشانی، کوچه شهید طاهری، پلاک ۲۹، تلفن ۰۹۱۲۵۸۱۱۴۴۹

Email: mitratorgheh@yahoo.com

تاریخ پذیرش: ۹۱/۵/۳

تاریخ دریافت: ۹۰/۹/۹

* چکیده

مطالعه حاضر به منظور مقایسه فراوانی و شدت فرسودگی شغلی در پرستاران با شوخ طبعی بالا (۳۰ نفر) و شوخ طبعی پایین (۳۰ نفر) در سال ۱۳۹۰ در بیمارستان‌های شهر قزوین انجام شد. در این مطالعه از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی و نمونه‌گیری مبتنی بر هدف استفاده شد. ابزار سنجش شامل دو پرسش‌نامه شوخ طبعی SHQ و فرسودگی شغلی مسلسل و جکسون (MBI) بود. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری توصیفی تحلیل شدند. پرستاران با شوخ طبعی بالا از فراوانی و شدت فرسودگی شغلی کم‌تری نسبت به پرستاران با شوخ طبعی پایین برخوردار بودند.

کلیدواژه‌ها: شوخ طبعی، فرسودگی شغلی، پرستاران

* مقدمه

شوخی بیش‌تر در پرستاران منجر می‌شود.^(۶) بنابراین پرستاری از جمله مشاغلی است که با تنش و فرسودگی شغلی ارتباط تنگاتنگی دارد. با توجه به نقش شوخ طبعی در کاهش تنش و نقش تنش در افزایش فرسودگی شغلی پرستاران، این مطالعه با هدف تعیین اثر شوخ طبعی بر فراوانی و شدت فرسودگی شغلی پرستاران استان قزوین انجام شد.

* مواد و روش‌ها:

این مطالعه مقایسه‌ای بر روی ۶۰ نفر از پرستاران مشغول به کار در بیمارستان‌های شهر قزوین در سال ۱۳۹۰ انجام شد. نمونه‌گیری در دو مرحله خوشه‌ای تصادفی و مبتنی بر هدف انجام شد. به این ترتیب که ابتدا ۲ بیمارستان به شکل تصادفی انتخاب شدند و سپس به منظور مشخص کردن نمونه‌ها، ۴۰۰ پرسش‌نامه شوخ

بی‌شک انسان‌ها در طول زندگی روزمره خویش در شرایطی قرا می‌گیرند که ممکن است کنترل اعصاب و رفتار خود را از دست بدهند؛ بنابراین برای رهایی از چنین وضعیت‌هایی، مکانیزم‌هایی را به کار می‌برند که یکی از مهم‌ترین و بهترین آن‌ها شوخ طبعی است. شوخ طبعی در ارتقای سلامت روانی و جسمانی افراد نیز نقش مهمی ایفا می‌کند.^(۱) در یک مطالعه، افرادی که در شوخ طبعی نمره بالایی کسب کردند، تنش کم‌تری تجربه کردند و در کل رابطه منفی بین شوخی و اضطراب وجود داشت.^(۲) می‌توان دید که شوخ طبعی و استفاده از آن در مواقع تنش‌زا تحمل فرد را بالا می‌برد و باعث کاهش تنش در فرد می‌شود.^(۳-۵) علاوه بر این، پژوهش‌های انجام شده در زمینه فرسودگی شغلی پرستاران ذکر کرده‌اند که بین تنش و فرسودگی شغلی پرستاران رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد؛ بدین معنی که مواجهه با تنش به فرسودگی

اجرا شد که هر دو ضرایب روایی و اعتبار مناسبی دارند. داده‌ها با آزمون‌های آماری توصیفی و آنوا تحلیل شدند.

* یافته‌ها:

از ۶۰ پرستار مورد مطالعه، ۵۰ نفر مؤنث بودند و تحصیلات بیش‌تر افراد (۵۰ نفر) در سطح لیسانس بود. میانگین سنی گروه شوخ طبع بالا و پایین به ترتیب ۳۳/۸۶ و ۳۲/۷ سال بود. همچنین در گروه شوخ طبع بالا و پایین، میانگین سابقه کار به ترتیب ۹/۴ و ۹/۲۶ سال بود. تفاوت آماری معنی‌داری بین گروه‌ها از نظر سن و سابقه کار وجود نداشت، شدت و فراوانی فرسودگی شغلی در پرستاران با شوخ طبعی بالا، کم‌تر از پرستاران با شوخ طبعی پایین و این تفاوت از نظر آماری معنی‌دار بود ($P < 0/05$) (جدول‌های شماره ۱ و ۲).

طبعی SHQ بین پرستاران این بیمارستان‌ها توزیع شد که از ۴۰۰ پرسش‌نامه ۳۶۸ عدد آن به محقق تحویل داده شد. سپس با در نظر گرفتن معیارهای ورود به مطالعه (داشتن ۲ سال سابقه کار در مراکز درمانی، داشتن حداقل مدرک تحصیلی کاردانی و دامنه سنی ۲۵ تا ۴۰ سال) ۳۲۷ پرسش‌نامه واجد شرایط شناخته شدند. نمره شوخ طبعی این ۳۲۷ نفر محاسبه شد و براساس نقطه برش به دست آمده ۳۰ نفر از پرستاران دارای نمره شوخ طبعی بالا و ۳۰ نفر از پرستاران دارای نمره شوخ طبعی پایین، به عنوان نمونه‌های پژوهش انتخاب شدند. نقطه برش محاسبه شده در این پرسش‌نامه بدین شرح بود: نمره‌های (۲۵ تا ۸۵) شوخ طبعی پایین، (۸۵ تا ۱۱۹) شوخ طبعی متوسط و (۱۱۹ تا ۱۷۵) شوخ طبعی بالا. سپس پرسش‌نامه فرسودگی شغلی مسلش و جکسون (MBI) بر روی آن‌ها

جدول ۱- مقایسه میانگین فراوانی و شدت فرسودگی شغلی در دو گروه مورد مطالعه

گروه‌ها		شدت فرسودگی			فراوانی فرسودگی		
		میانگین	حداکثر نمره	حداقل نمره	میانگین	حداکثر نمره	حداقل نمره
شوخ طبعی	پایین	۱۰/۸±۲۵/۱	۶۱	-۳۳	۱۰/۳±۲۳/۸	۵۳	-۲۵
	بالا	۲۵±۲۴/۰۲	۵۸	-۲۶	۲۲/۸±۲۳/۱	۵۸	-۲۶

جدول ۲- نتایج آزمون آنوا مربوط به تأثیر شوخ طبعی بر شدت و فراوانی فرسودگی شغلی

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره اف	سطح معنی‌داری
شدت فرسودگی	بین گروه‌ها	۳۰۲۴/۶	۱	۳۰۲۴/۶	۵/۰۰۲	۰/۰۲۹
	خطا	۳۵۰۷۴/۸	۵۸	۶۰۴/۷۳۸		
	کل	۳۸۰۹۹/۴	۵۹			
فراوانی فرسودگی	بین گروه‌ها	۳۳۱۸/۸۱۷	۱	۳۳۱۸/۸۱۷	۴/۱۹۴	۰/۰۰۴۵
	خطا	۳۲۰۶۳/۷۶	۵۸	۵۵۲/۸۲۴		
	کل	۰/۳۴۳۸۲۵	۵۹			

* بحث و نتیجه گیری:

این مطالعه نشان داد که شدت و فراوانی فرسودگی شغلی در پرستاران با شوخ طبعی بالا کم تر از پرستاران با شوخ طبعی پایین بود. مطالعه‌ها نشان داده‌اند که شوخ طبعی یکی از راه‌های مقابله با تنش است.^(۵-۲) در پژوهش شاکری‌نیا ذکر شد که تنش با فرسودگی شغلی رابطه مثبت معنی‌داری دارد.^(۶) بنابراین می‌توان یافته‌های پژوهش حاضر را با نقش تنش تبیین کرد، هر اندازه افراد تنش کم‌تری داشته باشند کم‌تر در معرض فرسودگی شغلی قرار می‌گیرند و بنابر مطالعه‌ها یکی از راه‌هایی که به کاهش تنش منجر می‌شود استفاده از شوخ طبعی است. یافته‌های پژوهش حاضر نیز تحقیقات قبلی را تأیید کرد و نشان داد که فراوانی و شدت فرسودگی شغلی در پرستاران با شوخ طبعی بالا، کم‌تر از پرستاران با شوخ طبعی پایین است. در واقع می‌توان نتیجه گرفت که پرستاران در گروه شوخ طبع بالا هنگام مواجهه با تنش از راهکار شوخ طبعی به منظور مقابله با تنش استفاده می‌کنند و فراوانی و شدت فرسودگی شغلی کم‌تری را نشان می‌دهند. از جمله عوامل مداخله‌گر در این پژوهش می‌توان به نوبت کاری پرستاران، کار در بخش خاصی از بیمارستان و جنسیت پرستاران اشاره کرد که در حوزه محدودیت‌های پژوهش قرار می‌گیرند. به طور کلی، برای کاهش فرسودگی شغلی که خود ناشی از تنش زیاد است راهکارهایی مانند آموزش مهارت‌های شوخ طبعی می‌تواند به پرستاران پیشنهاد شود؛ چون آموزش این قبیل مهارت‌ها به ارتقای مهارت‌های عملکردی پرستاران منجر می‌شود و از مشکلات شغلی پرستاران می‌کاهد. همچنین به منظور نتیجه‌گیری دقیق و با ثبات‌تر، انجام پژوهش‌های آزمایشی در زمینه شغلی پرستاران و حرفه‌های دیگر نیز پیشنهاد می‌شود.

* مراجع:

1. Khoshouei MS. Relationship of sense of humour and mental disorder of students in Esfahan city. J Psychol Tabriz Univ 2008 Spring; 3 (9): 53-70 [In Persian]
2. Abel MH. Humor, stress, and coping strategies. International J Humor Research 2002 Feb; 15 (4): 365-81
3. Bennett MP, Lengacher C. Humor and laughter may influence health: II. Complementary therapies and humor in a clinical population. Evid Based Complement Alternat Med 2006 Jun; 3 (2): 187-90
4. Jeludar S, Jeludar Z, AhmadiGatab T, Shayan N. The study of relationship between sense of humor and general health in students. Pricedia Soc Behav Sci 2011 Dec; 30: 2057-60
5. Khoshouei MS. Relationship of sense of humor with stress and coping styles in university students. J Studies in Learning and Instraction (jsli) 2009 Spring-Summer; 2(56): 87-102 [In Persian]
6. Shakerinia I, Mohammadpoor Shateri M. Relashionship of job stress and resiliency with job burnout in woman nurses. J Kerman Univ Med Sci 2010 Summer; 14 (2-46): 161-9 [In Persian]