

## مقاله اصلی

# بررسی ارتباط میان مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی تربت حیدریه

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۹/۱۵ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۲/۰۱

### خلاصه

#### مقدمه

مطالعه حاضر به بررسی رابطه بین مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی شهرستان تربت حیدریه رضوی بررسی شود.

#### روش کار

مطالعه حاضر از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری کلیه معلمان زبان انگلیسی متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش شهرستان تربت حیدریه و مناطق اطراف آن به تعداد ۴۰۰ نفر می‌باشند. نمونه گیری به روش تصادفی ساده انجام شد و شامل ۱۹۶ نفر از معلمان زبان انگلیسی متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش بود. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه مهارت‌های زندگی معلمان زبان ساعت چی و همکاران (۱۳۸۹)، پرسشنامه رفتار شهروندی سازمانی پادساکف و همکاران (۱۹۹۰) و پرسشنامه فرسودگی شغلی مزلاک (۱۹۸۱) می‌باشد. در نهایت داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون و تحلیل واریانس یک راه به کمک نسخه ۱۸ نرم افزار آماری SPSS بررسی شدند.

#### نتایج

یافته‌های مطالعه حاضر در مورد رابطه بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی و همچنین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی با تحقیقات قبلی در بعضی از مؤلفه‌ها همخوانی ندارد. اما در مورد ارتباط بین رفتار شهروندی سازمانی و مهارت‌های زندگی با بیشتر تحقیقات قبلی همخوانی وجود دارد.

#### نتیجه گیری

نتایج به طور کلی نشان می‌دهد که بین مهارت‌های زندگی با رفتار شهروندی ( $p < 0/01$  و  $r = 0/91$ ) رابطه معناداری وجود دارد و همچنین بین خرده مؤلفه‌ها رابطه معنی داری وجود دارد. ولی در برخی خرده مؤلفه‌ها مثل جوانمردی با تفکر خلاق ( $p > 0/05$  و  $r = 0/26$ ) رابطه معناداری وجود ندارد.

#### کلمات کلیدی

فرسودگی شغلی، مهارت‌های زندگی، رفتار شهروندی سازمانی، معلمان زبان انگلیسی.

سید محمدرضا هاشم زاده<sup>۱</sup>

حسین خدا بخش زاده<sup>۲\*</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری آموزش زبان انگلیسی دانشگاه آزاد

اسلامی، واحد تربت حیدریه

<sup>۲</sup> استادیار گروه زبان انگلیسی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد تربت حیدریه

Email: smrhashemzade@gmail.com

## مقدمه

پپیچیدگی‌ها و تغییرات سریع زندگی بشری، چالش‌های فراوانی را در برابر انسان قرار داده است؛ نظام‌های تعلیم و تربیت نیز در سراسر دنیا در تلاشند تا آموزش مهارت‌های زندگی<sup>۱</sup> برای سازگار کردن بهتر و مؤثرتر انسان‌ها با این نوع چالش‌ها و سایر مسائل زندگی را سر لوحه کار خود قرار دهند (۱).

مفهوم رفتار شهروندی سازمانی اولین بار توسط ارگان و باتمن در سال ۱۹۸۰ میلادی به کار گرفته شد، اما قبل از آنها افرادی همچون کاتز و کاهن با تمایز قائل شدن بین عملکرد نقش و رفتارهای نوآورانه و خودجوش در دهه‌ی هفتاد و هشتاد میلادی و قبل‌تر از آنها هم، چستر برنارد با بیان مفهوم تمایل به همکاری در سال ۱۹۳۸ میلادی، این موضوع را مورد توجه قرار دادند (۲). تحقیقات اولیه‌ای نیز که در زمینه رفتار شهروندی سازمانی انجام گرفت، بیشتر برای شناسایی مسئولیت‌ها و یا رفتارهایی بود که کارکنان در سازمان بروز می‌دادند، اما اغلب نادیده انگاشته می‌شد (۳).

انسان عصر حاضر ناچار است در جریان سازگاری با محیط اجتماعی و شغلی، محدودیت‌ها و فشارها را متحمل شود. لذا، یک شغل رضایت آمیز و سازگاری شغلی، در طی زمان ممکن است منبع نارضایتی و عدم سازگاری شده و همین امر سبب شود که فرد از روال طبیعی و عادی خود خارج گردیده و دستخوش فرسودگی شود. در سال‌های اخیر، روانشناسان نسبت به تحقیق در باب پدیده‌ای به نام فرسودگی شغلی، علاقه نشان داده و پژوهش‌های متعددی را در این زمینه انجام داده‌اند (۴) فرسودگی شغلی سندرومی است که در نتیجه استرس مزمن در سرکار و به همراه پیامدهای بسیاری برای سلامت و عملکرد شخص است (۵). در واقع فرسودگی شغلی را می‌توان به عنوان یک واکنش در برابر فشارهای مزمن و پاسخ به فشارهای کاری یا سازمانی تعریف نمود (۶) چنین سندرومی می‌تواند به صورت واگیردار عمل کرده و با ایجاد

ارتباط غیرطبیعی با کار به صورت مستمر و ثابت باقی بماند (۷).

یونیسف (۲۰۰۳) در آخرین تقسیم بندی خود از مهارت‌های زندگی، سه طبقه کلی که شامل ارتباط و روابط میان فردی، مهارت تصمیم گیری و تفکر انتقادی، مهارت مقابله و مدیریت شخصی است ارائه کرده است.

سازمان بهداشت جهانی (۱۳۷۷) هفت ویژگی اصلی که دربرگیرنده مهارت‌های زندگی است را بیان می‌کند که شامل موارد ذیل می‌باشد:

۱- خود آگاهی<sup>۲</sup>: این مهارت شامل توانایی شناخت از نقاط ضعف و قوت خواسته‌ها، نیازها، رغبت‌ها و تصویر واقع بینانه از خود است (۸).

۲- تفکر خلاق<sup>۳</sup>: مهارت تفکر آفریننده و خلاق، خلق آثار جدید، تصویرسازی از موضوعات در ذهن می‌باشد (بهداشت جهانی، ۱۳۷۷).

۳- مقابله با استرس<sup>۴</sup>: استرس عبارتست از هر موقعیتی که فرد مجبور شود سازگاری معمول خود را تغییر دهد (۹).

۴- تصمیم گیری<sup>۵</sup>: مهارت حل مسأله در مواجهه با مشکل و سعی و کوشش در یافتن راه‌های مناسب و متنوع حل مسأله می‌باشد (۱۰).

۵- مهارت تفکر انتقادی<sup>۶</sup>: تفکری است مستدل و منطقی به منظور بررسی و تجدید نظر عقاید، نظرات، اعمال و تصمیم گیری درباره آنها بر مبنای دلایل و شواهد مؤید آنها که نتایج درست و منطقی پیامد آن است (۱۱).

۶- روابط بین فردی<sup>۷</sup>: کسب مهارت برقراری ارتباط و تأثیر مستقیم بر دیگران و متقاعد کردن و سازش با آنان، مهارت برقراری ارتباط خوب و سازنده ی افراد با یکدیگر است (۱۲).

<sup>2</sup> Self consciousness skill

<sup>3</sup> Creative thinking skill

<sup>4</sup> Opposition to stress skill

<sup>5</sup> Decision making skill

<sup>6</sup> Critical thinking

<sup>7</sup> Inter-personal relation skill

<sup>1</sup> - Life Skills

۷- مهارت برقراری ارتباط مؤثر<sup>۱</sup>: این مهارت شامل با دیگران به خوبی کنار آمدن، کسب اطلاعات بیشتر درباره دیگران، توانایی انتقال منظور و احساس خود به دیگران و علاقه به برقراری روابط دوستانه با دیگران می‌باشد (۱۳).

از دیدگاه مزلاک<sup>۲</sup> (۱۹۸۲) و همکارانش که رویکردی روان شناختی اجتماعی به فرسودگی شغلی دارند آن را دارای ساختاری چند بعدی می‌دانند که از سه مؤلفه مربوط به هم تشکیل شده است (۱۴) و عبارتند از:

مؤلفه اول: تحلیل یا خستگی عاطفی که به از دست رفتن انرژی‌های عاطفی شخص مربوط است. مؤلفه دوم: این مؤلفه که تشکیل دهنده فرسودگی شغلی است، شامل تمایلی است که فرد، مراجعه کننده یا بیمار، به صورت یک فرد انسانی در نظر گرفته نشده و وی را از فردیت خارج ساخته و به صورت یک شی غیر انسانی (مسخ شخصیت<sup>۳</sup>) وی را درک می‌کند. سومین مؤلفه: اساس موفقیت فردی پایین<sup>۴</sup> است و فرد احساس می‌کند عملکرد وی همراه با موفقیت نیست. در قسمت بعد، به بررسی بیشتر مساله فرسودگی شغلی معلمان در ایران و هم چنین ارتباط آن با مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی پرداخته می‌شود.

انسان برای سازگاری و ارائه پاسخ مناسب به فشارهای روانی به یادگیری توانایی‌ها و مهارت‌های برقراری ارتباط با دیگران به صورت حضوری و مجازی نیازمند است، به علاوه به مهارت مقابله با استرس‌های زندگی با شیوه خاص خود، حل مسایل انتقادی در بعد فردی، توانایی استفاده از تکنولوژی دائماً متحول شونده، مهارت حل مسأله و غیره نیز نیازمند است. برای این منظور فرد باید خود را بشناسد، بر هیجانات خود آگاهی داشته باشد و بتواند آن‌ها را کنترل و در جهت مثبت هدایت کند، دیگران را بشناسد و بتواند با آن‌ها ارتباط مؤثر برقرار کند، در پذیرش اطلاعات متنوع، منفعل نباشد؛ بلکه آن‌ها را ارزیابی کند، به این ترتیب نیاز به توانایی به

کارگیری مؤثر دانش را دارد. برخورداری از چنین مهارت‌هایی را، مهارت‌های زندگی گویند. در واقع مهارت‌های زندگی مجموعه‌ای از توانایی‌هایی است که زمینه‌های سازگاری و رفتار مثبت و مفید را فراهم می‌آورند (۱۵).

شهروندی به مثابه فرآیند اجتماعی و سیاسی قرن نوزدهم در جوامع سنتی مدنی به صورت تعامل جدی بین دولت و ملت مطرح شده و از مباحث مهم اجتماعی و سیاسی شده است (۱۶).

وقتی شرایط به گونه‌ای است که فرد در محیط کار دچار افسردگی می‌شود بهتر است اگر نمی‌توانیم فرسودگی شغلی را در محیط کار وی از بین ببریم، حداقل می‌توانیم آن را بهتر بشناسیم و در نتیجه از اثرات آن برای یادگیری و رشد استفاده کنیم تا هم فردی که قربانی آن شده است و هم سازمان جهت حفظ ثبات خود از آن بهره مند گردند (۱۷).

بنابراین به نظر می‌رسد آشنایی با مهارت‌های زندگی و اصول شهروندی در جلوگیری از فرسودگی شغلی معلمان و کاهش اثرات سوء آن مؤثر باشد و این مساله باعث شد تا نگارنده دست به این کار پژوهشی بزند.

در این پژوهش محقق درصدد پاسخگویی به این سوال است که آیا بین مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی تربت حیدریه رابطه وجود دارد؟

### روش کار

روش تحقیق این پژوهش همبستگی است. جامعه آماری کلیه معلمان زبان انگلیسی متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش شهرستان تربت حیدریه و مناطق اطراف آن به تعداد ۴۰۰ نفر می‌باشند. نمونه از طریق نمونه گیری تصادفی ساده شامل ۱۹۶ نفر معلم انتخاب شد. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه مهارت‌های زندگی معلمان زبان ساعت چی و همکاران (۱۳۸۹)، پرسشنامه رفتار شهروندی سازمانی پادساکف و همکاران (۱۹۹۰) و پرسشنامه فرسودگی شغلی مزلاک (۱۹۸۱) می‌باشد. در نهایت داده‌ها با استفاده از ضریب

<sup>1</sup> Effective communication skill

<sup>2</sup> Maslach

<sup>3</sup> Social Psychological approach

<sup>4</sup> Depersonalization (DPS)

مرادی و همکاران (۱۳۹۰) به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۸۵۴ بدست آمده است که پایایی آن مورد تایید می باشد (۱۹).

۳) پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش (مزلاج) ۱۹۸۱۰ این پرسشنامه شامل ۲۲ ماده است که به سنجش خستگی عاطفی، پدیده‌های شخصیت زدایی و فقدان موفقیت فردی در چهارچوب فعالیت حرفه‌ای پرداخته است و به خصوص برای سنجش و پیشگیری از فرسودگی در گروه‌های حرفه‌ای مانند پرستاران و معلمان زبان و غیره به کار برده می‌شود.

مسلش و جکسون ضریب پایایی درونی را برای خستگی عاطفی ۰/۷۹، شخصیت زدایی ۰/۷۹ و موفقیت فردی را ۰/۷۱ گزارش کرده‌اند. اعتبار و پایایی این پرسشنامه برای اولین بار در ایران (۲۰)م ورد تأیید قرار گرفته است. و ضریب پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ برآورد شده است. همچنین (۲۱) ضریب پایایی این آزمون را با روش آلفای کرونباخ بین ۰/۵ تا ۰/۸۷ (۲۲) بین ۰/۷۵ تا ۰/۸۴ محاسبه کرده‌اند. با عنایت به استاندارد بودن پرسش نامه‌ی فرسودگی شغلی، این پرسش نامه دارای اعتبار لازم برای سنجش میزان فرسودگی شغلی می‌باشد. (۲۰)

### نتایج

بررسی ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌ها ۸۲ نفر (۴۱/۸٪) از نمونه آماری مرد و ۱۱۴ نفر (۵۸/۲٪) زن می‌باشد.

همچنین ۹ نفر معادل ۴/۶٪ دارای فوق دیپلم ۱۴۹ نفر معادل ۷۶٪ دارای مدرک کارشناسی، ۳۵ نفر معادل ۱۷/۹٪ دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۳ نفر معادل ۱/۵٪ دارای مدرک دکتری می‌باشد.

جدول شماره ۳- بیانگر سابقه تدریس مدرسان به شرح ذیل می‌باشد: مطابق با نتایج پژوهش تعداد ۷ نفر معادل ۳/۶٪ سابقه تدریس بین ۶ تا ۱۰ سال؛ تعداد ۲۹ نفر معادل ۱۳/۸٪ سابقه تدریس بین ۱۱ تا ۱۵ سال؛ تعداد ۲۳ نفر معادل ۱۱/۷٪ سابقه تدریس بین ۱۶ تا ۲۰ سال؛ تعداد ۳۶ نفر معادل ۱۸/۴٪ سابقه

همبستگی پیرسون، رگرسیون و تحلیل واریانس یک راهه به کمک نرم افزار آماری SPSS بررسی شدند.

### ابزار پژوهش

۱- پرسشنامه مهارت های زندگی معلمان زبان ساعت چی و همکاران (۱۳۸۹)، فرم اصلی و کامل این پرسشنامه شامل ۱۴۴ سوال بوده و ۱۹ خرده مقیاس را تشکیل می دهد. اما فرم کوتاه این پرسشنامه (که در پژوهش حاضر از این فرم استفاده خواهد شد) شامل ۲۰ سوال و سه خرده مقیاس (تصمیم گیری، حل مسئله و تفکر خلاق) می‌باشد.

به منظور بررسی روایی پرسشنامه پس از تدوین سوالات از ۱۰ نفر از صاحب نظران حیطه برنامه ریزی درسی به منظور سنجش روایی بیرونی (صوری و ظاهری) و روایی درونی (سازه و محتوایی) آن استفاده شد و روایی ظاهری و محتوایی آن مورد تایید قرار گرفت. (۱۸)

در تحقیق قیاسی به منظور سنجش اعتبار پرسشنامه، پس از اجرای مقدماتی بر روی ۳۰ نفر از نمونه های تحقیق، با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ضریب ۰/۹۷ به عنوان ضریب اعتبار محاسبه گردید (۱۸).

۲) پرسشنامه رفتار شهروندی سازمانی پادساکف و همکاران (۱۹۹۰):

پرسشنامه رفتار شهروندی توسط پادساکف و همکاران در سال ۱۹۹۰ طراحی گردیده است. در خصوص متغیرهای تعیین شده جهت سنجش رفتار شهروندی سازمانی در این پرسشنامه که شامل نوع دوستی، وظیفه شناسی، جوانمردی، فضیلت مدنی و احترام و تکریم می‌باشد؛ به ترتیب جهت سنجش نوع دوستی سوالات ۱۱ الی ۴ (وجدان کاری)، وظیفه شناسی سوالات ۵ الی ۷، جوانمردی سوالات ۸ الی ۱۰، فضیلت مدنی سوالات ۱۱ الی ۱۳ و احترام و تکریم سوالات ۱۴ الی ۲۰ در نظر گرفته شده است.

ضریب پایایی پرسشنامه از طریق آزمون آلفای کرونباخ در پژوهش حسنی و کریمی (۱۳۹۲) ۰/۷۱ بدست آمده است. همچنین ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه پادساکف در پژوهش

تدریس ۲۱ تا ۲۵ سال و تعداد ۱۰۳ نفر معادل ۵۲/۶٪ سابقه تدریس بالایی ۲۶ سال دارند. مطابق با نتایج پژوهش تعداد ۷ نفر معادل ۳/۶٪ سابقه تدریس بین ۱۰ تا ۲۰ سال؛ تعداد ۲۹ نفر معادل ۱۳/۸٪ سابقه تدریس بین ۱۱ تا ۱۵ سال؛ تعداد ۲۳ نفر معادل ۱۱/۷٪ سابقه تدریس بین ۱۶ تا ۲۰ سال؛ تعداد ۳۶ نفر معادل ۱۸/۴٪ سابقه تدریس ۲۱ تا ۲۵ سال و تعداد ۱۰۳ نفر معادل ۵۲/۶٪ سابقه تدریس بالایی ۲۶ سال دارند.

### جدول ۱- نتایج ضریب همبستگی بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان

فرسودگی شغلی معلمان زبان				
متغیر	خستگی عاطفی	شخصیت زدایی	فقدان موفقیت فردی	فرسودگی شغلی
های زندگی مهارت‌ها	تصمیم‌گیری	۰,۰۹	۰,۰۲	۰,۰۵
	حل مسئله	۰,۰۲	-۰,۰۱	۰,۰۰
	تفکر خلاق	۰,۰۰	-۰,۰۳	-۰,۰۱
	های زندگی مهارت	۰,۰۴	-۰,۰۱	۰,۰۱

\*P < ۰/۰۵

\*\*P < ۰/۰۱

مهارت‌های زندگی و فرسودگی شغلی دبیران زبان رابطه وجود ندارد.

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان ( $p > ۰/۰۵$  و  $r = ۰/۰۱$ ) رابطه معناداری مشاهده نشد همچنین بین خرده مقیاس‌های

### جدول ۲- نتایج ضریب همبستگی بین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی دبیران زبان

فرسودگی شغلی دبیران زبان				
متغیرها	خستگی عاطفی	شخصیت زدایی	فقدان موفقیت فردی	فرسودگی شغلی
رفتار شهروندی سازمانی	نوع دوستی	-۰/۰۲	-۰/۰۴	-۰/۰۳
	وظیفه شناسی	-۰/۰۴	۰/۰۰	۰/۰۱
	جوانمردی	۰/۰۵	۰/۰۰	۰/۰۴
	فضیلت مدنی	۰/۰۴	۰/۰۶	۰/۰۵
	احترام و تکریم	۰/۰۹	۰/۰۱	۰/۰۵
	رفتار شهروندی	۰/۰۶	۰/۰۰	۰/۰۳

\*P < ۰/۰۵

های رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان رابطه معناداری وجود ندارد.

نتایج ضریب همبستگی جدول ۲ نشان می‌دهد بین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی دبیران زبان ( $p > ۰/۰۵$  و  $r = -۰/۰۳$ ) رابطه‌ای وجود ندارد. همچنین بین خرده مقیاس-

**جدول ۳- نتایج ضریب همبستگی بین مهارت‌های زندگی با رفتار شهروندی**

های زندگی مهارت				رفتار شهروندی سازمانی
مهارت‌های زندگی	تفکر خلاق	حل مسئله	تصمیم‌گیری	
**۰/۸۰	**۰/۸۷	**۰/۸۰	**۰/۳۵	
**۰/۳۹	**۰/۳۶	*۰/۱۵	**۰/۶۵	وظیفه‌شناسی
**۰/۲۷	۰/۲۶	**۰/۲۹	**۰/۴۴	جوانمردی
**۰/۶۶	**۰/۶۰	**۰/۷۲	**۰/۳۶	فضیلت مدنی
**۰/۵۶	**۰/۲۹	**۰/۳۷	**۰/۸۸	احترام و تکریم
**۰/۹۱	**۰/۷۱	**۰/۸۰	**۰/۸۸	رفتار شهروندی

دارد. و با جوانمردی با تفکر خلاق ( $r=0/26$  و  $p>0/05$ ) رابطه معناداری وجود ندارد.

نتایج جدول ۳ بیانگر این است که بین مهارت‌های زندگی با رفتار شهروندی ( $r=0/91$  و  $p<0/01$ ) رابطه معناداری وجود دارد و همچنین بین خرده مؤلفه‌ها رابطه معنی داری وجود

**جدول ۴- نتایج تحلیل واریانس تک متغیری روی رفتار شهروندی سازمانی بر اساس سابقه‌ی شغلی**

متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
رفتار شهروندی	۱۲۷/۲۱	۴	۳۱/۸۰	۱/۲۷	۰/۲۸
باقیمانده	۴۷۷۷/۴۶	۱۹۱	۲۵/۰۱		
کل	۴۹۰۴/۶۷	۱۹۵			

به منظور بررسی رابطه بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان از آزمون ضریب همبستگی استفاده شد. نتایج نشان داد که بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان ( $r=0/01$  و  $p>0/01$ ) رابطه معناداری مشاهده نمی‌شود.

جدول ۴ بیانگر این است که F معنی‌دار نمی‌باشد بین رفتار شهروندی سازمانی بر اساس سابقه شغلی تفاوت وجود ندارد. چون سطح معناداری آن از  $0/05$  بزرگ‌تر است ( $sig=0/28 > 0/05$ ). پس آزمون‌های تعقیبی انجام نمی‌شود.

**بحث و نتیجه‌گیری**

یافته‌های این پژوهش در مورد رابطه بین مهارت‌های زندگی با فرسودگی شغلی معلمان زبان با تحقیقات ترنر و مک دانلد و در بعضی از مؤلفه‌ها تناسب و همخوانی ندارد (۶). در ادامه به منظور بررسی رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان از آزمون ضریب همبستگی استفاده شده است. نتایج نشان داد که می‌دهد بین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان رابطه وجود ندارد.

پپچیدگی‌ها و تغییرات سریع زندگی بشری، چالش‌های فراوانی را در برابر انسان قرار داده است؛ نظام‌های تعلیم و تربیت نیز در سراسر دنیا در تلاشند تا آموزش مهارت‌های زندگی<sup>۱</sup> برای سازگار کردن بهتر و مؤثرتر انسان‌ها با این نوع چالش‌ها و سایر مسائل زندگی را سر لوجه کار خود قرار دهند (۹) حال این تحقیق به بررسی عوامل مؤثر بر این مساله پرداخته است.

<sup>1</sup> - Life Skills

تناسب و همخوانی دارد. اما با تحقیقات تیموری نژاد و همکاران (۳) تناسب و همخوانی ندارد پیرس<sup>۲</sup> و همکاران (۲۵) در بررسی بر روی ۷۹۰ معلم مدارس دولتی و غیر دولتی تفاوت های روانشناختی و بیوگرافیکی معلمان را مطالعه کردند. یافته ها نشان داده که سطوح بالاتر فرسودگی شغلی با سلامت جسمی ضعیف تر، غیبت زیاد از کار، اعتماد به نفس پایین تر و استفاده بیشتر مکانیزم های مقابله ای پرخاشگرانه، مربوط بود (۲).

فن چو و چینگ<sup>۳</sup> تسای (۲۳) در پژوهشی به بررسی رابطه بین فرسودگی شغلی، درگیری شغلی و رفتار شهروندی سازمانی پرداخته شده است. یافته های این تحقیق نشان می دهد که دو بعد خستگی عاطفی و احساس عدم موفقیت فردی، ارتباط مستقل، منفی و معنی داری با رفتار شهروندی سازمانی دارد. بروکینگز، و همکاران<sup>۴</sup> (۲۶) عداد ۱۳۵ زن شاغل در مشاغل تخصصی را در رابطه با فرسودگی شغلی و پیش بینی رضایت شغلی مورد بررسی قرار دادند و اعلام داشتند عواملی نظیر عزت نفس، استرس، بیزاری و منبع کنترل با میزان فرسودگی شغلی رابطه دارند.

اسچیمن و زراته<sup>۵</sup> (۲۴) نیز در یک پژوهش به بررسی رابطه میان فرسودگی شغلی، هیجان پذیری منفی و رفتار شهروندی سازمانی کارکنان خدمات انسانی در ایالات واشنگتن پرداخته اند. نتایج حاکی از آن بود که همبستگی معنی داری بین متغیرهای اصلی و هریک از ابعاد وجود داشت. به طور که مشاهده گردید همبستگی معنی داری بین رفتار شهروندی سازمانی و ابعاد فرسودگی شغلی وجود دارد.

در ادامه نیز جنسیت، سوابق شغلی، میزان تحصیلات، با متغیرهای دیگر مود آزمون قرار گرفت که نتایج نشان داد:

بین مهارت های زندگی به لحاظ جنسیت تفاوت معنی داری وجود دارد. بین رفتار شهروندی سازمانی و جنسیت تفاوت

یافته های این پژوهش در مورد بررسی رابطه بین رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان با تحقیقات پژوهش (۱) در بعضی از مؤلفه ها تناسب و همخوانی دارد و با تحقیقات معمارمسجد و عابدی (۱۱) تناسب و همخوانی معکوس دارد. با تحقیقات احمدی و همکاران (۸)، بوگلر و سومچ (۲۱) ون امریک، جواهر و استون (۲۲)، فن چو و چینگ<sup>۱</sup> تسای (۲۳)، نیز در بعضی از مؤلفه ها تناسب و همخوانی ندارد.

همچنین به منظور رابطه «بین مهارت های زندگی با رفتار شهروندی سازمانی از ضریب همبستگی و رگرسیون دو متغیره استفاده شده است. نتایج نشان داد بین مهارت های زندگی با رفتار شهروندی رابطه معناداری وجود دارد و همچنین بین خرده مؤلفه های نوع دوستی با تصمیم گیری، نوع دوستی با حل مسئله، نوع دوستی با تفکر خلاق، نوع دوستی با مهارت های زندگی و وظیفه شناسی با تصمیم گیری، وظیفه شناسی با حل مسئله، وظیفه شناسی با تفکر خلاق، وظیفه شناسی با مهارت های زندگی، وظیفه شناسی با جوانمردی با تصمیم گیری و جوانمردی با حل مسئله، جوانمردی با مهارت های زندگی و فضیلت مدنی با تصمیم گیری، فضیلت مدنی با حل مسئله، فضیلت مدنی با تفکر خلاق، فضیلت مدنی با مهارت های زندگی و احترام و تکریم با تصمیم گیری، احترام و تکریم با حل مسئله، احترام و تکریم با تفکر خلاق، احترام و تکریم با مهارت های زندگی و رفتار شهروندی با تصمیم گیری، رفتار شهروندی با حل مسئله، رفتار شهروندی با تفکر خلاق، رفتار شهروندی با مهارت های زندگی و با تفکر خلاق، رابطه معنی داری وجود دارد. اما با جوانمردی و با تفکر خلاق، رابطه معناداری وجود ندارد.

به منظور آزمون بین رفتار شهروندی و مهارت های زندگی از رگرسیون دو متغیره استفاده شده است که به نظر رسید. متغیر رفتار شهروندی قادر به پیش بینی مهارت های زندگی می باشد. یافته های این پژوهش در مورد ارتباط بین رفتار شهروندی و مهارت های زندگی با تحقیقات حسینی مهر و همکاران (۴)،

<sup>۲</sup> . . Pierce

<sup>۳</sup> Fen chiu and ching Tsai

<sup>۴</sup> Brookings & etal

<sup>۵</sup> Schepman & Zarate

<sup>۱</sup> Fen chiu and ching Tsai

3. Timmourinejad, Mahnaz; Sadeghideh, Esfandiar; Siadat, Seyed Ali. (1392). Investigating the Relationship between Citizenship Behavior and Social Order among High School Girls in Shahrekord. *Chaharmahal va Bakhtiari Police Knowledge Quarterly*, 1, 2, 19.

4. Hosseini Mehr, Ali; Naraqi, Saif; Naderi, ratullah; Shariatmadari, Ali. (1390). Citizenship skills required of students in the middle school curriculum. *Educational Leadership and Management Quarterly*. Islamic Azad University of Garmsar Branch, 5, 4, 45-65.

5. Zarei Matin, Hassan; Jandaghi, Gholamreza; Toure, Nasser. (1385). Understanding the Factors of Organizational Citizenship Behavior and Investigating its Relationship with Organizational Performance. *Management Culture*, Fourth Year, No. 12, 31-63.

6. Hour, Mahmoud. (1389). *Mental Health in the Workplace*, with Emphasis on Mental Stress and Job Burnout (Tehran; Publishing Institute, Third Edition).

7. Sarason Irvine J. Sarason Barbara Arar. *Disease Psychology* Translated by Bahman Najarian et al. (1371). Tehran: Growth, first.

8. Ahmadi, Ali; Hosseinzadeh, Davood; Mohammad Davoodi, Amir Hossein. (1394). The Study of the Relationship between Organizational Citizenship Behavior and Teachers' Job Burnout. *World Conference on New Horizons in the Humanities*. Future research and empowerment.

9. Janoski, T. (1988). *Citizenship and Civil Society: A Framework of Rights and Obligations in Liberal Traditional and Social Democratic Regime*. Cambridge: Cambridge University Press.

10. Criticism. Rasool and Pasha Sharifi, Hasan. (1384). Developing life skills curricula for high school students. *Journal of Educational Innovation*. No. 12, fourth year. Summer.

11. The Memar masjed, the khodaparast and Abedi, Reza. (1395). The Impact of Job Burnout on Organizational Citizenship Behavior (Case Study: 8th District Mashhad Employees). *International Conference on Modern Management in Horizon* 1404.

12. Immigrant, Mehdi. (1382). Investigating the Relationship between Personality Characteristics, Job Experience and Monthly Salary and Job Burnout in Tabriz Education Teachers. Master thesis. Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz.

13. Schepman, Stephen. & Zarate, Michael. (2008). The relationship between burnout, negative affectivity and organizational citizenship behavior for human services employees. *Journal of proceedings of world academy of science, engineering and technology*, Vol.30.

14. Bakhshayesh A, Mirhosseini R. Effectiveness of Play Therapy on the Reduction of Children's Severity

وجود ندارد. بین فرسودگی شغلی معلمان زبان به لحاظ جنسیت تفاوت وجود ندارد.

بین مهارت‌های زندگی به لحاظ سابقه شغلی تفاوت وجود ندارد. بین رفتار شهروندی سازمانی بر اساس سابقه شغلی تفاوت وجود ندارد.

بین فرسودگی شغلی معلمان زبان به لحاظ سابقه شغلی تفاوت وجود ندارد.

یافته‌های این پژوهش در مورد ارتباط بین مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان به لحاظ، سابقه شغلی با تحقیقات (۲۵) در خصوص تناسب و همخوانی ندارد.

بین مهارت‌های زندگی بر اساس میزان تحصیلات تفاوتی وجود ندارد. بین رفتار شهروندی سازمانی بر اساس میزان تحصیلات تفاوت وجود ندارد.

بین فرسودگی شغلی معلمان زبان به لحاظ میزان تحصیلات تفاوت وجود ندارد.

یافته‌های مطالعه حاضر در مورد ارتباط بین مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان به لحاظ میزان تحصیلات به لحاظ، جنسیت، سابقه شغلی و میزان تحصیلات با تحقیقات پیرس<sup>۱</sup> و همکاران (۲۵)، تیموری‌نژاد و همکاران (۳) ناسب و همخوانی ندارد.

در مجموع یافته‌های مطالعه حاضر حاکی از آن بود که بررسی ارتباط میان مهارت‌های زندگی و رفتار شهروندی سازمانی با فرسودگی شغلی معلمان زبان انگلیسی در برخی متغیره کاملاً معنادار بود و در برخی متغیرها و یا خرده مقیاس‌ها رابطه معناداری مشاهده نشد.

#### Refrence

1. Aghaei, Reza Aghaei, Milad; Aghaei, Asghar. (1392). Investigating the Relationship between Job Burnout, Organizational Citizenship Behavior, Organizational Climate and Organizational Culture. *Government Management*, 5, 4, 1-18.

2. Bigi Ferdows. (1378). The Relationship between Hardiness Personality Characteristics and Social Support with Job Burnout among Employees of Shiraz Rehabilitation Centers. Master thesis. Faculty of Social Welfare and Rehabilitation Sciences

<sup>1</sup>Pierce



21. Jakson, A., & MWSlesh, P. (2010). "Leadership styles and burnout: is there an association? International Journal of Contemporary Hospitality Management, Vol. 22 No. 3, pp. 300-320.
22. Bogler, P.G., & Castillo, M.D. (2010). Coping With stress and its relationship with personality dimensions, anxiety, and depression. Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences, 17, 1562- 1585.
23. Stone, C.; Javaher.; Oi-ling.; Phillips.; David, R. (2009). Lin Lin; Naiwong –Tze and Shi. Kan. (2009). A study of resiliency among Chinese health care workers: capacity to cope with workplace stress. Journal of Research in Personality. 770 – 776. 43 (5).
24. Tesai, S. E. (2011). Cultural differences in the impact of social support on psychological and biological stress responses. Psychological Science, 18, PP 800-839.
25. Schimen. & Emmekamp, P.M.C. & Sanderman, R. (1998). The effects of a stress management training program in individuals at risk in the community at large. Behaviour research and therapy, 36, 863-875.
26. Pirse. Phillip J, Richardson. Glenn E. (2004). Determining the efficacy of Resiliency training in the work site. Journal of allied Health. 178-183.
- 27- Brokingez, C, Jackson, S, (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour, No. 11, pp: 99-113.
- Symptoms with Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) and Promotion of Their Academic Performance. sjimu. 2015; 22 (6) :2-13
15. Maslach, C, Jackson, S, (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour, No. 11, pp: 99-113.
16. Maslach, C., Schaufeli, B., & Leiter, M.P. (2001). "Job burnout". Annual Review of Psychology, 52, pp. 397-422.
16. Mukundan, Jayakaran; Khandehroo, Koroush. (2010). Burnout among English Language Teachers in Malaysia, Contemporary Issues in Education Research, v3 n1 p71-76. Jan 2010
17. Schepman, S.B. & Zarate, M.A. (2008). "The relationship between burnout, negative affectivity and organizational citizenship behavior for human services employees", International journal of human and social sciences, Vol .2 No. 4, pp. 216-221.
18. Saatchi, A. (1997). The Effectiveness of Self-Compassion Group Training on Job Burnout and Job Satisfaction of Teachers. Journal of Psychological Methods and Models: Tehran. Issue 31: p.
19. Karimi, Moradi, Amir;. (1992). The Effect of Quality of Work Life and Organizational Justice on Organizational Citizenship Behavior of Ilam Sport and Youth Officers. Modern Approaches to Sport Management, 4, 12, 47-56.
20. Janoski, T. (1988). Citizenship and Civil Society: A Framework of Rights and Obligations in Liberal Traditional and Social Democratic Regime. Cambridge: Cambridge University Press.

*Original Article*

**The Relationship between Life Skills and Organizational Citizenship Behavior with Job Burnout of Torbat Heydariyeh English Teachers**

Received: 06/12/2018 - Accepted: 20/02/2019

Seyed Mohammad Reza Hashemzadeh<sup>1</sup>  
Hossein Khoda Bakhshzadeh<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup> PhD Student in English Language Teaching, Islamic Azad University, Torbat Heydariyeh Branch

<sup>2</sup>Assistant Professor of English Language, Islamic Azad University, Torbat Heydariyeh Branch

Email: smrhashemzade@gmail.com

**Abstract**

**Introduction:** The present study investigates the relationship between life skills and organizational citizenship behavior with burnout in English teachers of Torbat Heydariyeh

**Methods:** This study was a correlational study. The population of the study is 400 English teachers of first and second grade secondary education in Torbat Heydariyeh city and its surrounding areas. Sampling was done by simple random sampling and included 196 first and second grade English language teachers. Data gathering tools are the Life Skills Questionnaire of Chi Chi et al. Teachers (2010), the Podsakov et al. (1990) Organizational Citizenship Behavior Questionnaire, and the Maslach Burnout Inventory (1981). Data were analyzed using Pearson correlation coefficient, regression and one way ANOVA using SPSS 18 software.

**Results:** : The findings of the present study regarding the relationship between life skills with burnout of English teachers as well as organizational citizenship behavior with burnout of English language teachers are inconsistent with previous research in some components.

**Conclusion:** The results showed that there is a significant relationship between life skills and citizenship behavior ( $r = 0.91$ ,  $p < 0.01$ ) and also between sub-components. But in some subscales such as fairness with creative thinking ( $p > 0.05$  and  $r = 0.26$ ) there is no significant relationship.

**Key words:** Job burnout, Life skills, Organizational citizenship behavior, English language teachers.