

# The Relationship of Practical Commitment to Religious Beliefs and Psychological Hardiness with Job Burnout Experienced by Teachers in Special Needs Schools of Children in Kerman in 2015

Mohamad Reza Babaei<sup>ID</sup>, Masoumeh Sadat Sajjadi<sup>ID</sup>, Ghasem Askarizadeh<sup>\*ID</sup>

Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.

\*Correspondence should be addressed to Mr. Ghasem Askarizadeh; Email: [gh.askarizadeh@uk.ac.ir](mailto:gh.askarizadeh@uk.ac.ir)

## Article Info

Received: Nov 1, 2018

Received in revised form:

Dec 21, 2018

Accepted: Jan 19, 2019

Available Online: Mar 20, 2020

## Keywords:

Job Burnout

Practical commitment to Islamic-beliefs

Psychological hardiness

Teachers



<https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.17908>

## Abstract

**Background and Objective:** Exceptional education teachers are in a very stressful working environment, which is the cause of burnout. The present study examined the factors affecting job burnout. The purpose of this study was to determine the relationship of practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness with burnout among teachers of exceptional children's schools in Kerman, Iran in 2015.

**Methods:** This is a descriptive correlational study. 182 teachers working in exceptional children's schools in Kerman were selected to participate in the study. Data were gathered using a practical commitment to religious beliefs questionnaire, Ahwaz psychological hardiness questionnaire and Maslach burnout inventory questionnaire. The collected data were analyzed using Pearson correlation coefficient. In this study, all the ethical considerations have been observed and no conflict of interest was reported by the authors.

**Results:** The results showed that there was a significantly negative relationship between practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness and the burnout of teachers in three dimensions of emotional exhaustion, occupational involvement and depersonalization, but a significantly positive correlation between practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness and Teachers' job burnout in the personal performance dimension ( $P < 0.05$ ). Also, the results of multiple linear regression showed that practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness of exceptional children teachers could significantly predict job burnout.

**Conclusion:** The results of this study can be used to guide the development and perfection of religious beliefs as well as the inclusion of psychological hardiness components in formal and informal education of teachers of exceptional school children to reduce their vulnerability to stress and control job burnout.

Please cite this article as: Babaei MR, Sajjadi MS, Askarizadeh Gh. The Relationship of Practical Commitment to Religious Beliefs and Psychological Hardiness with Job Burnout Experienced by Teachers in Special Needs Schools of Children in Kerman in 2015, Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):47-59. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.17908>

## Summary

### Background and Objective

Job burnout has been defined as a psychological response and significant chronic emotional state, a product of long-term stress that causes severe, general and chronic fatigue (1), and is generally used to

describe the negative changes in attitudes, creations and behaviors of individuals exposed to relevant pressures (2). Since this phenomenon is not limited to individuals' personal lives and may also affect their bodies, feelings and social life (3, 4), in recent years, more attention has been paid to its contributing factors. Research suggests that personality traits such as self-esteem and low self-efficacy, control source, self-

esteem, motivation for progress and hardiness are related to the degree of burnout (5, 6).

One of the personal characteristics stressed as a moderator is psychological hardiness (7), which refers to the sense of endurance, ability, and tolerance in difficult situations (8). In fact, hardness refers to individual performance based on cognitive assessment (9), and helps the person to cope with life-threatening events. There is a negative relationship between psychological hardiness and burnout (9-11).

Another mediator of the physical and psychological damages is religion. Studies show that religious activities are related to the reduction of psychological stresses (12). Researchers in the field report that high levels of spiritual intelligence are less associated with job burnout (13) and job stress (14). Considering the fact that the growth-oriented exercises in extracurricular classes cause heavy and double stresses in teachers of special schools compared to ordinary teachers (15) and studies show that the job burnout of teachers in exceptional schools in all dimensions (emotional analysis, alteration, and lack of individual success) is higher in ordinary school teachers (16), therefore, in the present study, the relationship of practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness with job burnout in exceptional education teachers was investigated.

## Methods

**Compliance with ethical guidelines:** When distributing the questionnaires among the research participants, they were informed about the confidentiality of their answers and the non-disclosure of their personal and private information. Before distributing the questionnaires to the teachers, it was explained to them that their information would be analyzed confidentially and in groups by the researcher.

This is a descriptive correlational study conducted on 182 teachers working in exceptional children's schools in Kerman in 2015. Data were gathered using a practical commitment to religious beliefs questionnaire, Ahwaz psychological hardiness questionnaire and Maslach burnout inventory (MBI) questionnaire. The collected data were analyzed using Pearson correlation coefficient and multiple regression.

## Results

The results showed that there was a significant and negative relationship between practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness and job burnout in the teachers in three dimensions of emotional exhaustion, occupational involvement and depersonalization. However, practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness had a significantly positive correlation with Teachers' job burnout in personal performance dimension ( $P < 0.05$ ). Also, the results of multiple linear regression showed that practical commitment to religious beliefs and psychological hardiness of exceptional children teachers could significantly predict job burnout.

## Conclusion

The findings showed that there was a significant and linear relationship between religious commitment and burnout; with an increase in practical commitment to religious beliefs, job burnout reduced in exceptional education teachers. This finding is consistent with the results of Zarei, Seder Pappan (13) and Rafahi *et al.* (17), who reported a high correlation between spiritual intelligence and job burnout, and the findings of Noroozi *et al.* (14) and Asgharpour *et al.* (18), who also found spirituality in the workplace reduce job burnout. This finding is also in line with the results of Talaei *et al.* (1392), who showed that there was a significant and negative relationship between fundamental religious beliefs and attachment style to God and job burnout (19), and other studies such as Wale *et al.* (12), Kzadi and Colleagues (20), Ba'azet and Sharif-Zadeh (21).

In explaining these findings, it can be stated that religion and spirituality, by providing a framework for understanding the meaning and cause of negative events, as well as providing a promising vision of life, can affect the adaptation of individuals to high-pressure conditions. Therefore, practical commitment to religious beliefs in teachers improves the level of job burnout.

Another finding of the study was that psychological hardiness predicts job burnout of exceptional school children teachers in reverse, which means that the higher the degree of psychological hardiness of individuals is, the lower the level of job burnout will be. These findings were in line with the results of Shakirinia *et al.* (10), who showed a negative relationship between psychological hardiness and job burnout, and the findings of Narimani and Abbasi (22), who reported that psychological hardiness and vibration have a significant share in the prediction of burnout in prison staff.

Novak and Henson showed that psychological hardiness acts as a shield against burnout (23). So, in explaining this finding, it can be stated that the teachers who have a higher tenacity, can withstand in a stressful situation thanks to their hardiness, psychological well-being and adaptability. This increases the sense of efficiency and satisfaction in the workplace and, consequently, leads them to experience less job burnout.

## Acknowledgements

The authors would like to thank all those who contributed to this study.

## Ethical considerations

Ethics committee of psychology department of Shahid Bahonar University of Kerman has confirmed this research. Ethics Code: E.A.97.9.6.01.

## Funding

According to the authors of the article, this study was funded by Shahid Bahonar University of Kerman.

## Conflict of interest

The authors declared no conflict of interest.

**Authors' contributions**

Discussion Writing and Methodology and Statistical Analysis: The First Author; Help in Writing Discussion and Method Sections: The Second Author and Assistant Researcher: The Third Author.

**References**

1. Khatiban M, Hosseini S, Beikmoradi A. Burnout in the Personnel of the Emergency Medical Services in Hamadan Province. *Scientific Journal of Hamadan Nursing & Midwifery Faculty*. 2012;20(2):5-15. (Full Text in Persian)
2. Alhani F, Anousheh M, Rouhi G. Burnout Levels and Some Related Factors in Nurses of Golestan Province. *Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal*. 2011;1(1):43-54. (Full Text in Persian)
3. Yener M, Coşkun Ö. Using Job Resources and Job Demands in Predicting Burnout. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2013;99:869-76.
4. Argentero P, Dell'Olive B, Santa Ferretti M, On Burnout WG. Staff Burnout and Patient Satisfaction with the Quality of Dialysis Care. *American Journal of Kidney Diseases*. 2008;51(1):80-92.
5. Lu JL. Organizational Role Stress Indices Affecting Burnout among Nurses. *Journal of International Women's studies*. 2008;9(3):63-78.
6. Bakker AB, Van Der Zee KI, Lewig KA, Dollard MF. The Relationship between the Big five Personality Factors and Burnout: A Study among Volunteer Counselors. *The Journal of social psychology*. 2006;146(1):31-50.
7. Woodard CR. Hardiness and the Concept of Courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2004;56(3):173.
8. Klag S, Bradley G. The Role of Hardiness in Stress and Illness: An Exploration of the Effect of Negative Affectivity and Gender. *British journal of health psychology*. 2004;9(2):137-61.
9. Brannon L, Feist J, Updegraff JA. *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*: Cengage Learning; 2013.
10. Shakeriniya I. The Relationship between Ethical Conflicts, Moral Distress, and Occupational Stress in Nurses. *Journal of Medical Ethics and History of Medicine*. 2011;4(1):56-69.
11. Farahani A, Bastami H. The Effectiveness of Hardiness Components Training on Personnel Burnout of Olympic National Committee of the Islamic Republic of Iran. *Scientific Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2015;23(2):78-89.
12. Ball J, Armistead L, Austin B-J. The Relationship between Religiosity and Adjustment among African-American, Female, Urban Adolescents. *Journal of Adolescence*. 2003;26(4):431-46.
13. Zareei Mahmoodabadi H, Sedrpooshan N. The Relationship between Spiritual Intelligence and Components of Burnout in Female Teachers. *Occupational Medicine Quarterly Journal*. 2015;6(4):66-74. (Full Text in Persian)
14. Norouzi R, Dargahi S, Aeyadi N, Sarhaddi M. The Association between Workplace Spirituality and Job Stress with Occupational Ethics through Mediating Role of Job Enthusiasm among Nurses in Zahedan City, 2017. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*. 2018;7(1):3-10. (Full Text in Persian)
15. McDonnell JJ, Hardman ML, McDonnell AP, Kiefer-O'Donnell R. *An Introduction to Persons with Severe Disabilities: Educational and Social Issues*. 1995.
16. Mehrabizadeh Honarmand M, Atashafrouz A, Rezaie SH. Comparison of General Health, Job Stress, and Burnout among Ordinary and Mental-retarded-student Schools' Teachers. *Scientific Journal of Clinical Psychology & Personality*. 2014;2(9):53-64.
17. Refahi A, Ebadi AS, Yaqubi R, Pour-Ebrahim M. Evaluation of Spiritual Intelligence and Some Demographic Variables Associated with Job Burnout in Police Staff. *Journal of Police Medicine*. 2014;3(2):115-22. (Full Text in Persian)
18. Asgharpur M, Razaghi E, Hashemian E. The Relationship between Spirituality and Job Burnout Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran". *Journal of Future Studies Managment*. 2014;25(1):91-113. (Full Text in Persian)
19. Talai A, Moharri F, Tavakoli F, Ferdowsi A, Moghani M. The Relationship of Religious Basic Beliefs and God Attachment Style with Job Burnout in Employees of Mashhad University of Medical Sciences. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2013;15 (59):216-24. (Full Text in Persian)
20. Kézdy A, Martos T, Boland V, Horváth-Szabó K. Religious Doubts and Mental Health in Adolescence and Young Adulthood: The Association with Religious Attitudes. *Journal of Adolescence*. 2011;34(1):39-47.
21. Baezzat F, Sharifzadeh H. Relationship between Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence with Job Stress in University Employees. 2013. (Full Text in Persian)
22. Narimani M, Abbasi M. Survey of Relationship between Psychological Hardiness and Self-tolerance and Vocational Weariness. *Productivity Management*. 2009;3(1):75-92. (Full Text in Persian)
23. Nowack KM, Hanson AL. The Relationship between Stress, Job Performance, and Burnout in College Student Resident Assistants. *Journal of College Student Personnel*. 1983.

## العلاقة بين الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية والعناد النفسي مع الإرهاق المهني عند المدرسين في المدارس الاستثنائية للأطفال بمدينة كرمان عام ٢٠١٥

محمد رضا بابايي<sup>ID</sup>، معصومة السادات سجادي<sup>ID</sup>، قاسم عسكري زاده<sup>ID</sup>

قسم علم النفس، كلية الأدب والعلوم الانسانية، جامعة شهيد باهنر، كرمان، ايران.

\* المراسلات الموجهة إلى السيد قاسم عسكري زاده؛ البريد الإلكتروني: [gh.askarizadeh@uk.ac.ir](mailto:gh.askarizadeh@uk.ac.ir)

### معلومات المادة

الوصول: ٢٢ صفر ١٤٤٠

وصول النص النهائي: ١٣ ربيع الثاني ١٤٤٠

القبول: ١٢ جمادي الاولى ١٤٤٠

النشر الإلكتروني: ٢٥ رجب ١٤٤١

### الكلمات الرئيسية:

الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية

الإرهاق المهني

العناد النفسي

المدرسون

### الملخص

**خلفية البحث وأهدافه:** إن المدرسين في التربية والتعليم الاستثنائي يعملون في ظروف ضاغطة جدا وهذا الأمر يؤدي الى الإرهاق المهني. وقد تم التطرق في هذه الدراسة الى بحث العوامل المؤثرة عليها. وكان الهدف من هذه الدراسة هو تحديد العلاقة ما بين الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية والعناد النفسي مع الإرهاق المهني عند مدرسي الاطفال بالمدارس الاستثنائية بمدينة كرمان عام ٢٠١٥.

**منهجية البحث:** هذا البحث هو دراسة وصفية من النوع التضامني حيث تم إختيار ١٨٢ استاذ عامل في مدارس الاطفال الاستثنائية بمدينة كرمان عام ٢٠١٥ بطريقة التعداد. وتم تجميع المعلومات عبر الاستفادة من استمارات الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية، العناد النفسي في مدينة الاهواز، والإرهاق المهني في مدينة ماسلاج. تم تحليل البيانات وتجزئتها عبر استخدام ضرب بيرسون للتضامن والإنحدار الخطي المتعدد. تمت مراعاة جميع الموارد الأخلاقية في هذا البحث واطافة الى هذا، فإن مؤلفي البحث لم يشيروا الى اي تضارب في المصالح.

**الكشوفات:** أظهرت النتائج أن هناك علاقة سلبية ذات دلالة احصائية بين المعتقدات الدينية والعناد النفسي مع الإرهاق المهني للمدرسين في ثلاثة جوانب وهي التعب العاطفي، الانهماك المهني وذوبان شخصية، كما أن هناك علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية والعناد النفسي مع الإرهاق المهني عند المدرسين في جانب الاداء الوظيفي للشخص ( $P < 0.05$ ). وكذلك أظهرت النتائج الحاصلة من الإنحدار الخطي المتعدد، بأن الالتزام العملي بالمعتقدات الدينية والعناد النفسي عند المدرسين للاطفال بالمدارس الاستثنائية من الممكن له ان يتوقع حدوث إرهاق مهني بشكل ذات معنى.

**الاستنتاج:** إن نتائج هذه الدراسة يمكنها أن تكون مرشدة في سبيل النمو والتطور العملي للمعتقدات وللإيمان الديني وكذلك إدخال عناصر العناد النفسي في التعليم الرسمي وغير الرسمي عند المدرسين للأطفال بالمدارس الاستثنائية لكي يتم التقليل من تعرضهم للأضرار في مقابل الإجهاد وفرض رقابة على معدل الإرهاق المهني.

يتم استناد المقالة على الترتيب التالي:

Babaei MR, Sajjadi MS, Askarizadeh Gh. The Relationship of Practical Commitment to Religious Beliefs and Psychological Hardiness with Job Burnout Experienced by Teachers in Special Needs Schools of Children in Kerman in 2015. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):47-59. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.17908>

## رابطه التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی در معلمان مدارس استثنایی کودکان شهر کرمان در سال ۱۳۹۴

محمد رضا بابایی <sup>id</sup>، معصومه السادات سجادی <sup>id</sup>، قاسم عسکری زاده <sup>id</sup>\*

بخش روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران.

\* مکاتبات خطاب به آقای قاسم عسکری زاده؛ رایانامه: [gh.askarizadeh@uk.ac.ir](mailto:gh.askarizadeh@uk.ac.ir)

### اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۰ آبان ۱۳۹۷

دریافت متن نهایی: ۳۰ آذر ۱۳۹۷

پذیرش: ۲۹ دی ۱۳۹۷

نشر الکترونیکی: ۱ فروردین ۱۳۹۹

### چکیده

**سابقه و هدف:** معلمان آموزش و پرورش استثنایی در شرایط کاری بسیار پراسترسی مشغول به کار هستند که زمینه‌ساز ایجاد فرسودگی شغلی است؛ در این پژوهش به بررسی عوامل مؤثر بر آن پرداخته شده است. هدف از این پژوهش تعیین رابطه بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی در معلمان مدارس کودکان استثنایی شهر کرمان در سال ۱۳۹۴ بود.

**روش کار:** این پژوهش مطالعه‌ای توصیفی از نوع همبستگی است که برای اجرای آن ۱۸۲ معلم شاغل در مدارس کودکان استثنایی شهرستان کرمان در سال ۱۳۹۴ به صورت سرشماری انتخاب شدند. اطلاعات با استفاده از پرسش‌نامه‌های التزام عملی به اعتقادات مذهبی، سرسختی روان‌شناختی اهواز؛ و فرسودگی شغلی ماسلاچ جمع‌آوری و داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تجزیه و تحلیل شد. در این پژوهش همه موارد اخلاقی رعایت شده است و مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی معلمان در سه بُعد خستگی عاطفی، درگیری شغلی و مسخ شخصیت رابطه منفی معنی‌دار؛ و بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی معلمان در بُعد عملکرد شخصی رابطه مثبت معنی‌دار وجود داشت ( $P < 0/05$ ). همچنین، نتایج به‌دست‌آمده از رگرسیون خطی چندگانه نشان داد که التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی معلمان کودکان استثنایی توانست فرسودگی شغلی را به صورت معنی‌داری پیش‌بینی کند.

**نتیجه‌گیری:** نتایج این پژوهش می‌تواند راهنمایی در جهت رشد و تعالی عملی اعتقادات و باورهای مذهبی و همچنین گنجاندن مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی در آموزش‌های رسمی و غیررسمی معلمان مدارس کودکان استثنایی باشد تا آسیب‌پذیری آنان را در برابر استرس کاهش دهد و میزان فرسودگی شغلی را کنترل کند.

استناد مقاله به این صورت است:

Babaei MR, Sajjadi MS, Askarizadeh Gh. The Relationship of Practical Commitment to Religious Beliefs and Psychological Hardiness with Job Burnout Experienced by Teachers in Special Needs Schools of Children in Kerman in 2015. Journal of Pizhūhish dar dīn va salāmat. 2020;6(1):47-59. <https://doi.org/10.22037/jrrh.v6i1.17908>



## مقدمه

نخستین بار هربرت<sup>۱</sup> در سال ۱۹۷۴ مفهوم فرسودگی شغلی<sup>۲</sup> را تعریف کرد. وی این پدیده را پاسخی روان‌شناختی و حالت عاطفی مزمن معنی‌دار، محصول استرس بلندمدت که سبب خستگی‌های شدید، عمومی و مزمن می‌شود، می‌داند (۱). فرسودگی شغلی عموماً برای توصیف تغییرات منفی در نگرش، خلق و رفتار افرادی که در مواجهه با فشارهای مربوط به کار قرار می‌گیرند استفاده می‌شود. طبق نظریه ماسلاچ<sup>۳</sup> فرسودگی شغلی مفهومی سه بُعدی شامل خستگی عاطفی، مسخ شخصیتی و احساس ناکارآمدی است (۲). از آنجایی که این پدیده به زندگی شخصی افراد محدود نمی‌شود و امکان دارد بر جسم، احساس و زندگی اجتماعی آنان نیز اثر بگذارد (۳، ۴)، در سال‌های اخیر بیشتر به عوامل ایجادکننده آن توجه شده است. صرف نظر از منبع و شدت فشارهای روانی وارد آمده، پژوهش‌ها حاکی از آن است که افراد در مواجهه با این فشارها به شیوه‌های گوناگونی پاسخ می‌دهند. به بیانی دیگر، فرسودگی شغلی از تعامل عوامل مختلفی پدید می‌آید که یکی از مهم‌ترین آنها ویژگی‌های شخصیتی است. در نظریه‌های بسیاری تلاش شده تا رابطه بین مشاغل و ویژگی‌های شخصیتی بررسی شود (۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی مانند اعتماد به نفس و خودکارآمدی پایین، منبع کنترل، اعتماد به نفس، انگیزه پیشرفت و سرسختی با میزان فرسودگی شغلی در ارتباط هستند (۶، ۷). یکی از ویژگی‌های شخصیتی که تعدیل‌کننده استرس محسوب می‌شود سرسختی روان‌شناختی<sup>۴</sup> است (۸) که به معنای طاقت، توانایی و تحمل در موقعیت‌های مشکل و سخت است (۹). سرسختی درواقع به عملکرد فرد بر اساس ارزیابی شناختی اشاره دارد (۱۰) و به وی در مقابله با رویدادهای آسیب‌زای زندگی کمک می‌کند. سرسختی از سه مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی تشکیل شده است. تعهد در رویدادهای استرس‌زای زندگی نقش دارد و آنها را به عوامل جذاب و معنی‌دار تبدیل می‌کند. کنترل به باور شخص در تأثیرگذاری بر رویدادهای زندگی و مقابله با آن مربوط است و مبارزه‌جویی به باور شخص به تغییر به‌عنوان جزء طبیعی زندگی و فرصتی برای رشد کردن اشاره دارد (۱۰). شاکری‌نیا و همکاران در

پژوهش خود به این نتیجه رسیده‌اند که بین سرسختی روان‌شناختی و فرسودگی شغلی رابطه منفی وجود دارد. به عبارت دیگر، هرچه سرسختی روان‌شناختی بالاتر باشد، فرسودگی شغلی پایین‌تر است و بالعکس (۱۱). اشمیتز<sup>۵</sup> و همکاران در پژوهش خود به این نتیجه رسیده‌اند که یکی از عوامل تأثیرگذار بر فرسودگی شغلی، سرسختی روان‌شناختی است (۱۲). چان<sup>۶</sup> نیز در پژوهش خود دریافته است که بین سرسختی روان‌شناختی و فرسودگی هیجانی در معلمان رابطه معنی‌داری وجود دارد (۱۳). مطالعات نشان می‌دهد سخت‌رویی موجب کاهش استرس و فرسودگی در محیط کار می‌شود (۱۴)؛ همچنین سطوح بالای سخت‌رویی در محیط کار می‌تواند موجب کاهش استرس‌های شغلی و رضایت شغلی شود (۱۵). مطالعه حاجی مرادی و همکاران نیز نشان می‌دهد که سخت‌رویی با فرسودگی شغلی در معلمان مشغول به کار در مقطع متوسطه هم‌بسته است (۱۶).

یکی دیگر از تعدیل‌کننده‌های آسیب‌های جسمانی و روانی مذهب است. متون بسیاری در زمینه دین، معنویت و شفا وجود دارد و مشاهده می‌شود که روی آوردن به امور مذهبی در کمک به بهبود وضعیت سلامت روان از جایگاهی خاص و رفیع برخوردار است. نقش اعتقادات مذهبی در کنترل آسیب‌های روانی در نظریه‌ها و پژوهش‌های روان‌شناسی نیز تأکید شده است، به گونه‌ای که بال<sup>۷</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۳ به این نتیجه رسیده‌اند که داشتن فعالیت‌های مذهبی با کاهش فشارهای روانی و در مجموع سلامت روان رابطه مثبت و معنی‌داری دارد (۱۷). کزدی<sup>۸</sup> و همکاران نشان داده‌اند که داشتن شک مذهبی با اضطراب و افسردگی همبستگی مثبت دارد، درحالی‌که داشتن اعتقاد مذهبی با اضطراب و افسردگی همبستگی منفی دارد (۱۸). رضایی و همکاران دریافته‌اند که بین التزام به ادای فریضه نماز و افسردگی رابطه معنی‌داری وجود دارد (۱۹). نتیجه پژوهش طلائی و همکاران نشان می‌دهد که بین باورهای اساسی دینی و سبک دلبستگی به خداوند با فرسودگی شغلی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد (۲۰). نتایج پژوهش باعزت و شریف‌زاده نیز نشان داده که هوش معنوی پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای استرس شغلی است (۲۱). همچنین، آزاد مرزآبادی و همکاران نشان داده‌اند که بین هوش معنوی و استرس شغلی رابطه

<sup>۵</sup>) Schmitz<sup>۶</sup>) Chan<sup>۷</sup>) Ball<sup>۸</sup>) Kézdy<sup>۱</sup>) Herbert<sup>۲</sup>) Occupational Exhaustion<sup>۳</sup>) Maslach<sup>۴</sup>) Psychological Hardiness

اطلاعات آنان نزد پژوهشگر به صورت محرمانه و گروهی تجزیه و تحلیل خواهد شد.

این پژوهش از نوع مطالعات توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری مطالعه شامل کلیه معلمان زن شاغل در مدارس کودکان استثنایی شهرستان کرمان بود که با توجه به کم بودن تعداد افراد جامعه، کلیه افراد به طریق سرشماری وارد مطالعه شدند. تعداد جامعه مطالعه ۲۰۳ نفر بود که ۲۱ نفر به دلیل نداشتن تمایل و دقت در تکمیل پرسشنامه از مطالعه خارج شدند و در نهایت ۱۸۲ معلم (۷۹ مرد و ۱۰۳ زن) وارد مطالعه شدند. این افراد شامل معلمان آموزش و پرورش استثنایی شاغل در نواحی یک و دو بودند که با کودکان کم‌توان ذهنی، نابینا و ناشنوا در سال ۱۳۹۴ مشغول کار بودند.

#### ابزارهای استفاده شده در این پژوهش عبارت است از:

**پرسش‌نامه التزام عملی به اعتقادات مذهبی:** نویدی و عبدالمی این پرسش‌نامه را که دارای ۴۵ ماده و درجه‌بندی پاسخ‌گویی به آن از نوع لیکرت پنج درجه‌ای است، در سال ۱۳۸۰ طراحی کرده‌اند. از ۴۵ ماده این پرسش‌نامه ۱۲ ماده به التزام عملی به نماز، ۸ ماده به التزام عملی به روزه، ۱۸ ماده به التزام عملی به دیگر احکام شرعی الهی؛ و ۷ ماده به رعایت ارتباط با افراد مذهبی اختصاص یافته است. حداکثر نمره در این پرسش‌نامه ۲۲۵ و حداقل آن ۴۵ است. نویدی و عبدالمی روایی و پایایی این مقیاس را بررسی کرده‌اند و روایی آن را از طریق محاسبه همبستگی ۰/۸۶ به دست آورده‌اند (۳۰). بنابراین، به نظر می‌رسد که ابزار اندازه‌گیری التزام عملی به اعتقادات مذهبی از روایی کافی برخوردار است. بنا بر گزارش خوش‌نیت، پایایی مقیاس نیز به روش بازآزمایی برابر با ۰/۸۱ و روایی آن به روش همسانی درونی ۰/۵۷ به دست آمده است؛ از این رو، درباره پایایی این ابزار اطمینان کافی وجود دارد (۳۱). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای سنجش روایی این پرسش‌نامه ۰/۹۷ و پایایی آن در یک نمونه ۵۰ نفره به روش بازآزمایی ۰/۶۰ به دست آمده است.

**پرسش‌نامه سرسختی روان‌شناختی:** کیامرثی و همکاران این مقیاس را که شامل ۲۷ ماده است در سال ۱۳۷۷ طراحی کرده‌اند. ماده‌های این مقیاس به گونه‌ای طراحی شده که آزمودنی‌ها باید به یکی از چهار گزینه هرگز=۰، به ندرت=۱، گاهی اوقات=۲، اغلب اوقات=۳ پاسخ دهند. ضرایب پایایی پرسش‌نامه به دو روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۷۶ گزارش شده است (۳۲). روایی این آزمون به

منفی معنی‌داری وجود دارد (۲۲). مطالعه زارعی و سدرپوشان نشان می‌دهد توجه به مسائلی که با مذهب و معنویت مرتبط است موجب بهبود فرسودگی شغلی نیز است. آنان گزارش کرده‌اند سطوح بالای هوش معنوی با فرسودگی شغلی در معلمان زن کمتر مرتبط است (۲۳). همچنین بر اساس مطالعه رفاهی و همکاران بر خورداری از هوش معنوی می‌تواند بهبود فرسودگی شغلی را در پی داشته باشد (۲۴). به گزارش نوروزی و همکاران توجه به معنویت در محیط کار می‌تواند از استرس‌های شغلی که زمینه‌ساز بروز فرسودگی شغلی است جلوگیری کند (۲۵). مطالعه اصغرپور و همکاران نیز نشان می‌دهد سطوح بالای معنویت در کارکنان با فرسودگی شغلی کمتر مرتبط است (۲۶).

بررسی‌ها نشان داده است که در میان مشاغل مختلف، معلمان سطوح بالایی از استرس شغلی را نشان می‌دهند (۲۷)، از سویی، تمرین‌های متناسب با رشد در کلاس‌های مربوط به کودکان استثنایی فشارهای سنگین و مضاعفی در مقایسه با معلمان عادی بر معلمان مدارس استثنایی وارد می‌کند (۲۸). مهربابی‌زاده و همکاران در پژوهش خود به این نتیجه رسیده‌اند که فرسودگی شغلی معلمان مدارس استثنایی در تمام ابعاد (تحلیل عاطفی، دگرسان‌بینی و فقدان موفقیت فردی) بیشتر از معلمان مدارس عادی است (۲۹). این در حالی است که با وجود نقش سرسختی روان‌شناختی و اعتقادات مذهبی در بهبود فرسودگی شغلی تا کنون به ارتباط این متغیرها در معلمان آموزش و پرورش استثنایی توجه نشده است و با توجه به نقش حساس معلمان کودکان استثنایی و در معرض فرسودگی شغلی بودن این افراد به نظر می‌رسد که ارزیابی میزان فرسودگی شغلی معلمان کودکان استثنایی ضروری است تا پیش از ایجاد عوارض جسمی و روانی برای کاهش یا پیشگیری از آن با راهکارهای علمی اقدامات لازم صورت گیرد. بر این اساس، در پژوهش حاضر رابطه التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی بررسی شده است.

#### روش کار

**پیروی از اصول اخلاق پژوهش:** هنگام توزیع پرسش‌نامه در بین نمونه‌های پژوهش، توضیحاتی درباره محرمانه ماندن پاسخ‌ها و منتشر نشدن اطلاعات شخصی و خصوصی به افراد شرکت‌کننده داده شد. همچنین پیش از توزیع پرسش‌نامه‌ها به منظور رعایت اصول اخلاقی به معلمان توضیح داده شد که

۱/۱ درصد) دکتري بود. ۱۸ نفر (۹/۹ درصد) از افراد کمتر از ۳۰ سال، ۹۳ نفر (۵۱/۱ درصد) ۳۱ تا ۴۰ سال و ۷۱ نفر (۳۹ درصد) بيشتر از ۴۰ سال داشتند. ميانگين سن پاسخگويان نیز ۳۹/۰۸ بود. ميزان مؤلفه‌های پژوهش در گروه زنان و مردان مقايسه؛ و نتايج آن در جدول شماره ۱ گزارش شده است. بر اين اساس دو گروه زنان و مردان معلم فقط در ميزان التزام عملی به اعتقادات مذهبی با يکديگر تفاوت داشتند و ميانگين اين متغير در زنان به‌صورت معناداری بيشتر از مردان بود ( $P < 0.05$ ).

همان‌گونه که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود، تجزيه و تحليل داده‌ها نشان می‌دهد که ضرايب همبستگي بين التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی به‌ترتيب برابر  $-0.397$  و  $-0.424$  بود و با توجه به مقدار  $P$  کمتر از  $0.05$ ، اين رابطه معنی‌دار است و منفي بودن ضريب همبستگي نشان می‌دهد با افزايش متغير التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی فرسودگی شغلی کاهش يافت. همچنين، ضرايب همبستگي بين التزام عملی به اعتقادات مذهبی با مؤلفه‌های خستگي عاطفی، عملکرد شخصی، مسخ شخصيت و درگيري شغلی متغير فرسودگی شغلی به‌ترتيب برابر  $-0.384$ ،  $-0.178$ ،  $-0.358$  و  $-0.32$  بود و با توجه به مقدار  $P$  کمتر از  $0.05$ ، اين روابط معنی‌دار است. منفي بودن ضريب همبستگي نشان می‌دهد با افزايش ميزان التزام عملی به اعتقادات مذهبی ميزان مؤلفه‌های خستگي عاطفی، مسخ شخصيت و درگيري شغلی متغير فرسودگی شغلی کاهش يافت و مثبت بودن ضريب همبستگي نشان می‌دهد با افزايش التزام عملی به اعتقادات مذهبی مؤلفه عملکرد شخصی کاهش يافت. در نهايت ضرايب همبستگي بين سرسختی روان‌شناختی با مؤلفه‌های خستگي عاطفی، عملکرد شخصی، مسخ شخصيت و درگيري شغلی متغير فرسودگی به‌ترتيب برابر  $-0.47$ ،  $-0.238$ ،  $-0.402$  و  $-0.22$  بود و با توجه به مقدار  $P$  کمتر از  $0.05$ ، اين روابط معنی‌دار است. منفي بودن ضرايب همبستگي نشان می‌دهد با افزايش سرسختی روان‌شناختی مؤلفه‌های خستگي عاطفی، مسخ شخصيت و درگيري شغلی، متغير فرسودگی شغلی کاهش يافت و با کاهش سرسختی روان‌شناختی نیز مؤلفه عملکرد شخصی کاهش يافت. همان‌گونه که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود مقدار  $P = 0.001$  کمتر از مقدار احتمال  $0.05$  بود، در نتيجه مدل رگرسيون خطی معنی‌دار بود؛ بدین معنی که بين التزام عملی

روش روايي هم‌زمان با سه ملاک مقياس اضطراب عمومي، پرسش‌نامه افسردگی و خودشکوفايی مازلو<sup>۱</sup> محاسبه شده است. ضرايب به‌دست‌آمده به‌ترتيب  $0.65$ ،  $0.67$  و  $0.62$  است که کلیه ضرايب در مقدار  $P < 0.001$  معنی‌دار است (۳۳). در پژوهش حاضر ضريب آلفای کرونباخ برای اين پرسش‌نامه  $0.81$  و پايایی آن در یک نمونه ۵۰ نفره به روش بازآزمایی  $0.71$  به دست آمده است.

**پرسش‌نامه فرسودگی شغلی ماسلاچ<sup>۲</sup>: ماسلاچ و جکسون<sup>۳</sup>**  
اين پرسش‌نامه را که دارای ۲۵ ماده است طراحی کرده‌اند (۳۴). ۹ ماده اول پرسش‌نامه خستگي عاطفی، هشت ماده دوم عملکرد شخصی، پنج ماده سوم مسخ شخصيت و سه ماده چهارم درگيري را اندازه‌گيري می‌کند. اين پرسش‌نامه در هر سؤال دو قسمت فراواني و شدت را می‌سنجد. رتبه‌بندی شدت اين احساسات از صفر (هرگز) تا ۶ (خیلی زياد) است. نمره‌های هر یک از سه جنبه بر پایه نمره مرجع (ماسلاچ و جکسون) در دسته‌های پايين، متوسط و بالا قرار می‌گيرد. طراحان اين پرسش‌نامه پايایی آن را به روش آلفای کرونباخ  $0.87$  گزارش کرده‌اند (۳۵). اميني و همکاران اعتبار درونی اين آزمون را با استفاده از آلفای کرونباخ برای هریک از مؤلفه‌های اين پرسش‌نامه محاسبه کرده‌اند که برای مؤلفه‌های خستگي هيچانی، مسخ شخصيت، کفايت شخصی و درگيري به‌ترتيب  $0.86$ ،  $0.81$ ،  $0.82$  و  $0.76$  به دست آمده است (۳۶). همچنين احقر در سال ۲۰۰۷ پايایی آن را به روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ  $0.88$  و  $0.90$  گزارش کرده است (۳۷). در پژوهش حاضر ضريب آلفای کرونباخ برای اين پرسش‌نامه  $0.89$  و پايایی آن در یک نمونه ۵۰ نفره به روش بازآزمایی  $0.59$  به دست آمده است. در نهايت داده‌های جمع‌آوری شده با آزمون ضريب همبستگي پيرسون و رگرسيون چندگانه تجزيه و تحليل شده است.

### یافته‌ها

نتايج حاصل از ویژگی‌های جمعيت‌شناختی نشان می‌دهد که از بين پاسخگويان آزمون در گروه نمونه ۱۰۳ (۵۶/۶ درصد) زن و ۷۹ (۴۳/۴ درصد) مرد بودند. ميزان تحصيلات ۵ نفر (۲/۷ درصد) ديپلم، ۳۱ نفر (۱۷ درصد) فوق ديپلم، ۱۲۵ نفر (۶۸/۷ درصد) ليسانس، ۱۹ نفر (۱۰/۴ درصد) فوق ليسانس و ۲ نفر

<sup>۱</sup>) Maslach

<sup>۲</sup>) Maslach Burnout Inventory (MBI)

<sup>۳</sup>) Maslach & Jackson



به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی رابطه معنی‌داری وجود داشت. ضریب همبستگی چندگانه  $r=0/496$  بود که نشان‌دهنده میزان روابط هم‌زمان التزام عملی به اعتقادات اسلامی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی است. همچنین، با توجه به اینکه مقدار ضریب همبستگی تعدیل شده برابر  $0/23$  بود، پس متغیرهای وارد شده در این مدل به میزان  $0/24$  واریانس فرسودگی شغلی معلمان کودکان استثنایی را تبیین می‌کرد. در جدول شماره ۴ ضرایب مدل رگرسیون گزارش شده است.

بررسی آماره برآورد استاندارد یا  $\beta$  نشان داد ماهیت رابطه التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی منفی و به ترتیب برابر  $-0/278$  و  $-0/32$  بود. بنابراین التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی معلمان کودکان استثنایی توانست فرسودگی شغلی آنان را به صورت معکوس پیش‌بینی کند؛ به این معنا که با افزایش میزان التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی میزان فرسودگی شغلی کاهش یافت.

جدول (۱) مقایسه میانگین التزام عملی، سرسختی روان‌شناختی و فرسودگی شغلی معلمان زن و مرد

متغیرهای پژوهش	مرد		زن		آماره t	درجه آزادی	P-value
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار			
التزام عملی به اعتقادات مذهبی	۱۹۵/۵۳	۳۰/۳۸	۲۰۴/۳۰	۲۰/۵۸	۲/۳۲	۱۸۰	۰/۰۲۲
سرسختی روان‌شناختی	۴۱/۱	۸/۹۵	۴۰/۷۵	۸/۹۷	۰/۲۵۷	۱۸۰	۰/۷۹۸
فرسودگی شغلی	۱۰۴/۵۳	۴۸/۸۶	۹۷/۵۲	۴۳/۰۶	۱/۰۳	۱۸۰	۰/۳۰۶

جدول (۲) همبستگی بین التزام عملی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی

متغیر	شاخص آماری	ضریب همبستگی	P-value	تعداد	وجود رابطه	نوع رابطه
فرسودگی شغلی						
التزام عملی به اعتقادات مذهبی	-۰/۳۹۷	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
سرسختی روان‌شناختی	-۰/۴۲۴	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
فرسودگی شغلی						
متغیر	التزام عملی به اعتقادات مذهبی					
خستگی عاطفی	-۰/۳۸۴	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
عملکرد شخصی	۰/۱۷۸	۰/۰۱۶	۱۸۲	دارد	مستقیم	
مسخ شخصیت	-۰/۳۵۸	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
درگیری شغلی	-۰/۳۲	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
فرسودگی شغلی						
متغیر	سرسختی روان‌شناختی					
خستگی عاطفی	-۰/۴۷	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
عملکرد شخصی	۰/۲۳۸	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	مستقیم	
مسخ شخصیت	-۰/۴۰۲	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	
درگیری شغلی	-۰/۲۲	۰/۰۰۱	۱۸۲	دارد	معکوس	

جدول (۳) پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس التزام عملی و سرسختی روان‌شناختی

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	ضریب همبستگی	آماره F	P-value
رگرسیون	۹۲۸۸۸/۱۳	۲	۴۶۴۴۴/۰۷			
باقی‌مانده	۲۸۴۷۰/۵۷	۱۷۹	۱۵۹۰/۵۱	۰/۴۹۶	۲۹/۳۰	۰/۰۰۱
جمع	۳۷۷۵۸۸/۷۰	۱۸۱	-			

جدول ۴) ضرایب مدل رگرسیون پیش‌بینی فرسودگی شغلی بر اساس التزام عملی و سرسختی روان‌شناختی

متغیر	برآورد B	خطای معیار	برآورد استاندارد $\beta$	t	P-value
ثابت	۲۶۶/۸۲	۲۳/۹۹	-	۱۱/۱۲	۰/۰۰۱
التزام عملی به اعتقادات مذهبی	-۰/۵۰	۰/۱۲۵	-۰/۲۷۸	-۳/۹۷	۰/۰۰۱
سرسختی روان‌شناختی	-۱/۶۳	۰/۳۵۸	-۰/۳۲	-۴/۵۷	۰/۰۰۱

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه التزام عملی به اعتقادات مذهبی و سرسختی روان‌شناختی با فرسودگی شغلی در معلمان آموزش و پرورش استثنایی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد بین التزام عملی به اعتقادات مذهبی با فرسودگی شغلی رابطه خطی معنی‌داری وجود داشت و با افزایش میزان التزام عملی به اعتقادات مذهبی، فرسودگی شغلی در معلمان آموزش و پرورش استثنایی کاهش یافت. این یافته با نتایج پژوهش‌های زارعی سدرپوشان (۲۳) و رفاهی و همکاران (۲۴) که رابطه بالایی بین میزان هوش معنوی با فرسودگی شغلی گزارش کرده‌اند و همچنین پژوهش نوروژی و همکاران (۲۵) و اصغرپور و همکاران (۲۶) که وجود معنویت در محیط کار را موجب کاهش فرسودگی شغلی می‌دانند، همسو است. علاوه‌براین، این یافته با نتایج پژوهش طلائی و همکاران که نشان داده‌اند بین باورهای اساسی دینی و سبک دل‌بستگی به خداوند با فرسودگی شغلی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد (۲۰)؛ و همچنین با پژوهش‌های بال و همکاران (۱۷)، کزدی و همکاران (۱۸)، باعزت و شریف‌زاده (۲۱) و رضایی و همکاران (۱۹) نیز همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که مذهب و معنویت با فراهم کردن چارچوبی برای درک معنا و علت وقایع منفی و ترسیم چشم‌اندازی امیدوارانه از زندگی می‌توانند سازگاری افراد را با شرایط پرفشار تحت تأثیر قرار دهند؛ به همین علت التزام عملی به اعتقادات مذهبی در معلمان موجب بهبود میزان فرسودگی شغلی می‌شود.

به اعتقاد نوغانی و همکاران یکی از اهداف اساسی مذاهب، ارتقای سطح بهداشت روانی جامعه و اصلاح روابط بین فردی است و بر این اساس می‌توان گفت التزام عملی به اعتقادات مذهبی از طریق بهبود روابط معلمان با کودکان استثنایی موجب کاهش استرس‌های این شغل و در نتیجه کاهش فرسودگی شغلی می‌شود (۳۸). از سویی نظام باورهای دینی به افراد این امکان را می‌دهد تا با ناملایمات و فشارهای روانی که در زندگی شغلی با آن مواجه‌اند با قدرت بیشتری روبه‌رو

شوند. بر همین اساس می‌توان گفت التزام عملی به اعتقادات مذهبی موجب روحیه قوی معلمان در مواجهه با استرس‌های شغلی می‌شود و در نتیجه کاهش میزان فرسودگی شغلی را در پی خواهد داشت.

به اعتقاد بهرامی چگنی یکی از نیازهای اساسی انسان شناخت سبک و شیوه دستیابی به زندگی آرام و توأم با سلامت جسمی و روانی و نیز راه‌های پیشگیری از گرفتار شدن به بیماری‌های روانی است و در آموزه‌های دینی، این دو نیاز جزء اهداف اساسی به شمار رفته و به آنها توجهی ویژه شده است و در این زمینه شناخت و التزام عملی به آموزه‌های دینی، این دو هدف اصلی را تأمین خواهد کرد (۴۰). بر این اساس می‌توان یافته این پژوهش را این‌گونه تبیین کرد که التزام عملی به اعتقادات مذهبی موجب شده معلمان سبک زندگی آرامی را تجربه کنند و در نتیجه این سبک زندگی، با فشارهای روحی ناشی از شغل بهتر کنار بیایند و در نتیجه فرسودگی شغلی در آنان کاهش یابد (۳۹).

یافته دیگر حاکی از آن است که سرسختی روان‌شناختی، فرسودگی شغلی معلمان مدارس کودکان استثنایی را به‌صورت معکوس پیش‌بینی کرد؛ بدین معنی که هرچه میزان سرسختی روان‌شناختی افراد بیشتر باشد، سطح پایین‌تری از فرسودگی شغلی را تجربه خواهند کرد. این یافته با نتیجه پژوهش شاکری‌نیا و همکاران که نشان داده‌اند بین سرسختی روان‌شناختی و فرسودگی شغلی رابطه منفی وجود دارد (۱۱) و پژوهش نریمانی و عباسی که گزارش کرده‌اند سرسختی روان‌شناختی و تاب‌آوری در پیش‌بینی فرسودگی شغلی کارکنان زندان سهم معنی‌داری دارند (۴۰) و همچنین با نتایج پژوهش‌های چان (۱۳) و اشمیتز و همکاران (۱۲) همسو است.

نوواک و هنسون<sup>۱</sup> در مطالعه خود نشان داده‌اند که سرسختی روان‌شناختی همچون سپری در برابر فرسودگی شغلی عمل می‌کند (۴۱)؛ به همین دلیل در تبیین این یافته می‌توان گفت معلمانی که دارای سرسختی بالاتری هستند، در

<sup>۱</sup> Nowack & Hanson

کمیته اخلاق بخش روان‌شناسی دانشگاه شهید باهنر کرمان این پژوهش را با کد اخلاق E.A.97.9.6.01 تأیید کرده است.

### حامی مالی

بنا بر اظهار مؤلفان مقاله، این پژوهش با حمایت مالی دانشگاه شهید باهنر کرمان انجام شده است.

### تضاد منافع

مؤلفان مقاله هیچ‌گونه تضاد منافی درباره این پژوهش گزارش نکرده‌اند.

### مشارکت مؤلفان

نگارش بحث و روش‌شناسی و تحلیل آماری: مؤلف اول؛ کمک به نگارش بحث و روش‌شناسی: مؤلف دوم و پژوهشگر کمکی: مؤلف سوم.

### References

1. Khatiban M, Hosseini S, Beikmoradi A. Burnout in the Personnel of the Emergency Medical Services in Hamadan Province. Scientific Journal of Hamadan Nursing & Midwifery Faculty. 2012;20(2):5-15. (Full Text in Persian)
2. Alhani F, Anousheh M, Rouhi G. Burnout Levels and Some Related Factors in Nurses of Golestan Province. Preventive Care in Nursing & Midwifery Journal. 2011;1(1):43-54. (Full Text in Persian)
3. Yener M, Coşkun Ö. Using Job Resources and Job Demands in Predicting Burnout. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2013;99:869-76.
4. Argentero P, Dell'Olivo B, Santa Ferretti M, On Burnout WG. Staff Burnout and Patient Satisfaction with the Quality of Dialysis Care. American Journal of Kidney Diseases. 2008;51(1):80-92.
5. Beckstead JW. Confirmatory Factor Analysis of the Maslach Burnout Inventory among Florida Nurses. International Journal of Nursing Studies. 2002;39(8):785-92.
6. Lu JL. Organizational Role Stress Indices Affecting Burnout among Nurses. Journal of International Women's studies. 2008;9(3):63-78.
7. Bakker AB, Van Der Zee KI, Lewig KA, Dollard MF. The Relationship between the Big five Personality Factors and Burnout: A Study among Volunteer Counselors. The Journal of social psychology. 2006;

موقعیت‌های استرس‌زا می‌توانند به کمک ویژگی سرسختی، سلامت روان‌شناختی و سازگاری خود را حفظ کنند و این امر موجب افزایش حس کارایی و احساس رضایت خود در محیط کار می‌شود و در نتیجه فرسودگی شغلی را کمتر تجربه می‌کنند. علاوه‌براین، وجود مؤلفه سرسختی روان‌شناختی سبب خواهد شد تا رویدادها مثبت و کنترل‌شدنی ارزیابی شوند. این ارزیابی سبب خواهد شد که فرد در مقابله با مشکلات دچار بی‌تمرکز و آشفتگی نگردد و راهبردهای مؤثر و مناسب‌تری در مواجهه با آنها به کار گیرد و آن را به تجربه‌ای مثبت تبدیل نماید (۴۲). با توجه به مطلب یادشده می‌توان یافته اخیر پژوهش را این‌گونه تبیین کرد که سرسختی روان‌شناختی از طریق افزایش حس کنترل بر محیط در معلمان موجب می‌شود در شرایط استرس‌زای کاری تمرکز بیشتری داشته باشند و برای حل مشکلات راهبردهای مؤثرتری به کار گیرند و در نتیجه فرسودگی شغلی کمتری را تجربه کنند.

### محدودیت‌های پژوهش

با توجه به اینکه در این پژوهش از ابزارهای خودگزارش‌دهی استفاده شده است امکان خطا و سوگیری در نتایج وجود دارد. همچنین با توجه به اینکه این موضوع تنها در معلمان آموزش و پرورش استثنایی انجام شده نتایج آن قابلیت تعمیم را به قشرهای دیگر جامعه و مشاغل پراسترس ندارد.

### پیشنهاد‌های پژوهش

پیشنهاد می‌شود بررسی موضوع این پژوهش با استفاده از مصاحبه انجام گیرد. همچنین پژوهشگران علاقه‌مند به این حوزه می‌توانند این پژوهش را در جامعه آماری وسیع‌تر از مشاغل پراسترس تکرار نمایند؛ بدیهی است نتایج این پژوهش نیز می‌تواند در مسیر گسترش پژوهش‌های بعدی در این حوزه مفید واقع شود.

### قدردانی

از کلیه معلمان که صبورانه در اجرای این پژوهش شرکت کردند و همچنین همکارانی که در انجام این پژوهش یاریگر پژوهشگران بودند تشکر و قدردانی می‌شود.

### ملاحظات اخلاقی

146(1):31-50.

8. Woodard CR. Hardiness and the Concept of Courage. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2004;56(3):173.

9. Klag S, Bradley G. The Role of Hardiness in Stress and Illness: An Exploration of the Effect of Negative Affectivity and Gender. *British journal of health psychology*. 2004;9(2):137-61.

10. Brannon L, Feist J, Updegraff JA. *Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health*: Cengage Learning; 2013.

11. Shakeriniya I. The Relationship between Ethical Conflicts, Moral Distress, and Occupational Stress in Nurses. *Journal of Medical Ethics and History of Medicine*. 2011;4(1):56-69.

12. Schmitz N, Neumann W, Oppermann R. Stress, Burnout and Locus of Control in German Nurses. *International Journal of Nursing Studies*. 2000;37(2):95-9.

13. Chan DW. Hardiness and its Role in the Stress-burnout Relationship among Prospective Chinese Teachers in Hong Kong. *Teaching and teacher Education*. 2003;19(4):381-95.

14. Farahani A, Bastami H. The Effectiveness of Hardiness Components Training on Personnel Burnout of Olympic National Committee of the Islamic Republic of Iran. *Scientific Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2015;23(2):78-89.

15. Krumboltz JD. Measuring Achievement Motivation: A Review. *Journal of Counseling Psychology*. 1957;4(3):191.

16. Haji Moradi A, Poursarrajian D, Alizadeh Naeeni A. The Relationship between Hardiness and Burnout among the Teachers of the Universities and Higher Educational Institutes-case Study. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*. 2013;2(3(s)):pp. 500-6.

17. Ball J, Armistead L, Austin B-J. The Relationship between Religiosity and Adjustment among African-American, Female, Urban Adolescents. *Journal of Adolescence*. 2003;26(4):431-46.

18. Kézdy A, Martos T, Boland V, Horváth-Szabó K. Religious Doubts and Mental Health in Adolescence and Young Adulthood: The Association with Religious Attitudes. *Journal of Adolescence*. 2011;34(1):39-47.

19. Musarezaie A, Naji- Esfahani H, Khosravi N, Momeni-Ghaleghasemi T, Masaali N. Relationship between Commitment and Priority to Prayer with Depression and Some Demographic Parameters. *Journal of Research in Behavioural Sciences*. 2012;10(6):441-52. (Full Text in Persian)

20. Talai A, Moharri F, Tavakoli F, Ferdowsi A, Moghani M. The Relationship of Religious Basic Beliefs and God Attachment Style with Job Burnout in

Employees of Mashhad University of Medical Sciences. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2013;15 (59):216-24. (Full Text in Persian)

21. Baezzat F, Sharifzadeh H. Relationship between Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence with Job Stress in University Employees. 2013. (Full Text in Persian)

22. Hoshmandja M. The Relationship between Organizational Spirituality and Spiritual Intelligence with Job Stress of Staffs of a Military University. *Journal Mil Med*. 2013;15(1):43-50. (Full Text in Persian)

23. Zareei Mahmoodabadi H, Sedrpooshan N. The Relationship between Spiritual Intelligence and Components of Burnout in Female Teachers. *Occupational Medicine Quarterly Journal*. 2015;6(4):66-74. (Full Text in Persian)

24. Refahi A, Ebadi AS, Yaqubi R, Pour-Ebrahim M. Evaluation of Spiritual Intelligence and Some Demographic Variables Associated with Job Burnout in Police Staff. *Journal of Police Medicine*. 2014;3(2):115-22. (Full Text in Persian)

25. Norouzi R, Dargahi S, Aeyadi N, Sarhaddi M. The Association between Workplace Spirituality and Job Stress with Occupational Ethics through Mediating Role of Job Enthusiasm among Nurses in Zahedan City, 2017. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*. 2018;7(1):3-10. (Full Text in Persian)

26. Asgharpur M, Razaghi E, Hashemian E. The Relationship between Spirituality and Job Burnout Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran". *Journal of Future Studies Managment*. 2014;25(1):91-113. (Full Text in Persian)

27. Kyriacou C. Teacher Stress: Directions for Future Research. *Educational Review*. 2001;53(1):27-35.

28. McDonnell JJ, Hardman ML, McDonnell AP, Kiefer-O'Donnell R. *An Introduction to Persons with Severe Disabilities: Educational and Social Issues*. 1995.

29. Mehrabizadeh Honarmand M, Atashafrouz A, Rezaie SH. Comparison of General Health, Job Stress, and Burnout among Ordinary and Mental-retarded-student Schools' Teachers. *Scientific Journal of Clinical Psychology & Personality*. 2014;2(9):53-64.

30. Navidi A, Abdollahi H. Barresi-ye Rabete-ye beyne Afsordegi va Eltezam-e Amali be E'teghadat-e Eslami dar mian-e Daneshamoozan-e Dowre-ye Motevaseteye Shahr-e Tehran. *Quarterly of Education*. 2001;66:30-9. (Full Text in Persian)

31. Khoshtinat V. Impact of Adherence to Islamic Beliefs through Healthy Lifestyle on University Students. *Tenden Drug Consump Heal Psychol*. 2012;1(2):50-67. (Full Text in Persian)

32. Kiyamarati A, Najarian B, Mehrabizadeh

Honarmand M. Sakht va E'tebaryabi-ye Meghyasi baray-e Sanjesh-e Sarsakhti-ye Ravanshenasi. Majaleh Ravanshenasi Va Oloom Tarbiati. 1999;5(3-4):271-85. (Full Text in Persian)

33. Abolghasemi A, Moradisoroush M, Narimani M, Zahed A. The Relationship between Personal Initiative, Religious Orientation and Organizational Social Capital and Workers Job Performances in the Productive Centers. Knowledge & Research in Applied Psychology. 2011;12(1):86-94.

34. Maslach C. What Have We Learned about Burnout and Health? Psychology & health. 2001;16(5):607-11.

35. Chen C-F, Kao Y-L. Moderating Effects of Work Engagement and Job Tenure on Burnout-performance among Flight Attendants. Journal of Air Transport Management. 2012;25:61-3.

36. Amini F. Comparative Analysis of Life Satisfaction, Resilience and Burnout among Intensive and other Units Nurses. Quarterly Journal of Nursing Management. 2013;1(4):9-17.

37. Ahqar G. The Study of School Organizational Climate Role on Job Stress in Tehran secondary school consultants. Consulting News and Researches. 2007;23:25-40.

38. Noghani F, Mohtashemi J, Vasegh Rahimparvar F, Babaei G. Effect of Education of Religious Values on the Rate of Depression. Hayat. 2005;10(4):49-56. (Full Text in Persian)

39. Bahrami Chegeni Z. An Investigation into the Relationship between Religiosity and Mental Disorders of the University Students of Khorramabad Azad University. Ravanshenasi Va Din. 2010;3(2):91-102. (Full Text in Persian)

40. Narimani M, Abbasi M. Survey of Relationship between Psychological Hardiness and Self-toleration and Vocational Weariness. Productivity Management. 2009;3(1):75-92. (Full Text in Persian)

41. Nowack KM, Hanson AL. The Relationship between Stress, Job Performance, and Burnout in College Student Resident Assistants. Journal of College Student Personnel. 1983.

42. Shepperd JA, Kashani JH. The Relationship of Hardiness, Gender, and Stress to Health Outcomes in Adolescents. Journal of personality. 1991;59(4):747-68.