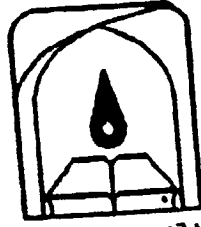


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

۲۷۹۰۸

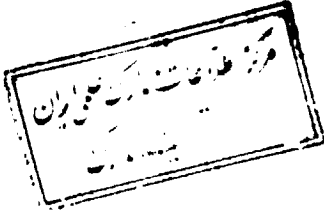
۱۳۷۸ / ۱۲ / ۱۶



دانشگاه تربیت مدرس

دانشگاه تربیت مدرس

دانشکده علوم انسانی



پایان نامه دوره کارشناسی ارشد رشته تاریخ و فلسفه آموزش و پرورش

نقش جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) و مقابله های مذهبی
در استرس شغلی دبیران زن شهرستان همدان

صدیقه وفایی بوربور

استاد راهنما

دکتر محمود مهرمحمدی

استاد مشاور

دکتر مریم آگیلار وفایی

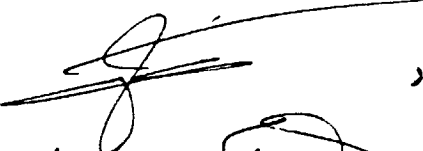

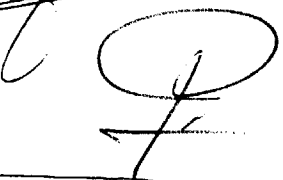
آذر ۱۳۷۸

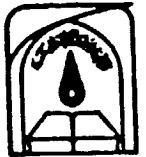
5294

۲۷۶۰۸

تأییدیه اعضای هیات داوران حاضر در جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

اعضای هیات داوران نسخه نهایی پایان نامه خانم / آقای صدیقه وفایی بوربور
تحت عنوان نقش جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) و مقابله های مذهبی
در استرس شغلی دبیران مقطع متوسطه شهرستان همدان.
را از نظر فرم و محتوی بررسی نموده و پذیرش آن را برای تکمیل درجه کارشناسی ارشد
پیشنهاد می کنند.

اعضای هیات داوران	نام و نام خانوادگی	رتبه علمی	امضاء
۱- استاد راهنما	دکتر مهرمحمدی	دانشیار	
۲- استاد مشاور	دکتر آگیلار وفایی	استادیار	
۳- نماینده شورای تحصیلات تکمیلی	دکتر مهرمحمدی	دانشیار	
۴- استاد ممتحن	دکتر خسرو باقری	استادیار	
۵- استاد ممتحن	دکتر محسن ایمانی	استادیار	



بسمه تعالی

آیین نامه چاپ پایان نامه (رساله) های دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس

نظر به اینکه چاپ و انتشار پایان نامه (رساله) های تحصیلی دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس، مبین بخشی از فعالیت های علمی - پژوهشی دانشگاه است بنابراین به منظور آگاهی و رعایت حقوق دانشگاه، دانش آموختگان این دانشگاه نسبت به رعایت موارد ذیل متعهد می شوند:

ماده ۱ در صورت اقدام به چاپ پایان نامه (رساله) ی خود، مراتب را قبلاً به طور کتبی به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اطلاع دهد.

ماده ۲ در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه)، عبارت ذیل را چاپ کند:
کتاب حاضر، حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد / رساله دکتری نگارنده در رشته تاریخ و فلسفه تعلیم و تربیت که در سال ۱۳۷۸ در دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس به راهنمایی سرکار خانم / جناب آقای دکتر مهرمندی، مشاوره سرکار خانم / جناب آقای دکتر اکیلا وفایی و مشاوره سرکار خانم / جناب آقای دکتر _____ از آن دفاع شده است.

ماده ۳ به منظور جبران بخشی از هزینه های انتشارات دانشگاه، تعداد یک درصد شمارگان کتاب (در هر سوبت چاپ) را به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اهدا کند. دانشگاه می تواند مازاد نیاز خود را به نفع مرکز نشر در معرض فروش قرار دهد.

ماده ۴ در صورت عدم رعایت ماده ۳، ۵۰٪ بهای شمارگان چاپ شده را به عنوان خسارت به دانشگاه تربیت مدرس، تأدیه کند.

ماده ۵ دانشجوی تعهد و قبول می کند در صورت خودداری از پرداخت بهای خسارت، دانشگاه می تواند خسارت مذکور را از طریق مراجع قضایی مطالبه و وصول کند؛ به علاوه به دانشگاه حق می دهد به منظور استیفای حقوق خود، از طریق دادگاه، معادل وجه مذکور در ماده ۴ را از محل توقیف کتابهای عرضه شده نگارنده برای فروش، تأمین نماید.

ماده ۶ اینجانب صدیقه وفایی بوربور دانشجوی رشته تاریخ و فلسفه تعلیم و تربیت مقطع کارشناسی ارشد تعهد فوق و ضمانت اجرایی آن را قبول کرده، به آن ملتزم می شوم.

نام و نام خانوادگی: صدیقه وفایی
تاریخ و امضا:

تقدیم به

امام شهدا

و

شهدای امام ، گامی کفنی که مدافعان واقعی حق و ایمان، آزادی، عدالت و راستی هستند، انسانهایی که جان خود را دلاورانه فدای دفاع از حق و حقیقت و کمالات انسانی کردند.

همچنین تقدیم به همه معلمانی که پویندگان واقعی ره دانایی، فضیلت، عشق ، ایثار و حقیقت هستند و از رذایل و پلیدی ها دوری می جویند.

و

تقدیم به

پدر و مادر بزرگوار و مهربانم که اولین معلمانم بوده و درس عشق ، ایمان ، وفا و صدق و راستی به من آموخته اند و همواره دعای خیرشان بدرقه راهم بوده است.

همچنین برادران و خواهران عزیز و دلسوزم که با محبت های خود هر یک بندوی مشوق راهم بوده اند.

و تقدیم به روح پاک و مطهر برادر مخلصم "رضا"

تقدیر و تشکر

در ابتدا به درگاه کبریا و عظمت آفریدگار سپاس و ستایش می‌گذارم که مبدأ حیات است و منشأ خیرات، یگانه ای که بی همتا و ناپیدا و عالم آرا و همه جا پیداست، لیکن دیده کوتاه بین ما یارای دیدارش ندارد و فکر کودک ما تعریف و توصیفش را نیارد و همچنین وی را سپاس می‌گذارم که با بعثت برگزیده خود خاتم پیامبران حضرت محمد مصطفی (ص) بر ما منت نهاد و دنیای تاریخ ما را در فروغ این چراغ روشن آسمانی و اولیاء و امامان برگزیده اش نورانیت بخشید، و بعد درود و تحیت خالصانه و خاضعانه خود را نثار فرزانتگان خامه آموزی می‌کنم که شغل انبیاء دارند و کام جهان هستی را صفا و حلاوتی آسمانی می‌بخشند، با اغتنام فرصت محقق بر خود لازم می‌داند از اساتید محترم راهنما و مشاور **جناب آقای دکتر محمود مهر محمدی** و **سرکار خانم دکتر مریم وفایی** که علیرغم مشغله فراوان، صمیمانه و متعهدانه و با رویی گشاده در هدایت و راهنمایی محقق، از هیچ کوششی دریغ ننموده و همواره مشوق و الگوی نیکویی برای نگارنده در ایفای وظایف و مسئولیت‌ها بوده‌اند از صمیم قلب تشکر نموده و سپاس و احترام بیکران خویش را تقدیمشان دارم. از خداوند منان پیروزی و موفقیت این دو استاد گرانقدر و صاحب‌نظر را خواهانم. همچنین از اساتید فاضل **دکتر خسرو باقری** و **دکتر محسن ایمانی** که زحمت داوری این پژوهش را متقبل شدند و همه کسانی که در تحصیل و آموزش علم و دانش تلاش می‌نمایند، خصوصاً اساتید محترمی که در دوران تحصیل در محضرشان تلمذ نموده‌ام و زمینه‌های علمی لازم را برای انجام این پژوهش بدست آورده‌ام و **معلمان** گرانقدری که در تکمیل پرسشنامه‌ها محقق را یاری نموده‌اند کمال تشکر و قدردانی را دارم. در آخر سپاس بیکران و مراتب قدردانی خود را تقدیم همه عزیزانی که بنحوی در تهیه و تنظیم این پایان‌نامه ایفای نقش نموده و مرا یاری نموده‌اند از جمله مسئولان محترم کتابخانه‌های مرکزی و علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، انستیتو روانپزشکی تهران و مسئولان مرکز کامپیوتر علوم انسانی و دانشگاه تربیت مدرس و مسئولان آموزش و پرورش استان همدان خصوصاً کارکنان محترم اداره تحقیقات استان، می‌نمایم.

نقش جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) و مقابله های مذهبی در استرس شغلی دبیران شهرستان همدان

استرس شغلی معلمان به منزله یک مشکل جهانی مطالعات بسیاری را در کشورهای مختلف بخود اختصاص داده است. نگرش های نظری فعلی بر ماهیت تعاملی استرس شغلی معلمان تأکید می کنند و در این الگوها به نقش مهم متغیرهای میانجی و تعدیل کننده هم اشاره می شود. این متغیرها شامل خصوصیات فردی، منابع و روشهای مقابله، تیپ شخصیتی الف و منبع کنترل می باشد. از آنجا که دین یا نگرشهای دینی پیش بینی کننده برخی از این ویژگی های فردی از جمله احساس کنترل و امیدواری، آرامش و آسایش و خصوصاً جهت گیری دینی درونی پیش بینی کننده عزت نفس، سلامت روانی، عاطفه مثبت، خوش بینی و سبک زندگی سالم می باشد، لذا منطقی بنظر می رسد که نقش دین و بخصوص جهت گیری دینی درونی به عنوان یک متغیر میانجی در استرس شغلی بررسی شود. لذا در این پژوهش سعی بر این بوده است تا به بررسی رابطه جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) و مقابله های مذهبی با استرس شغلی پرداخته شود. در این پژوهش چهار فرضیه تدوین گردید که عبارتند از: ۱- معلمان دارای جهت گیری دینی درونی استرس شغلی کمتری از معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی دارند. ۲- بین میزان استرس شغلی معلمان و میزان استفاده از مقابله های مذهبی آنها رابطه معنی دار وجود دارد. ۱-۲- بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی رابطه معنی دار وجود دارد. ۲-۲- بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی رابطه معنی دار وجود دارد. ۳-۲- بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی رابطه معنی دار وجود دارد. ۳-۲- بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی رابطه معنی دار وجود دارد. ۴- منابع استرس شغلی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی و بیرونی با یکدیگر متفاوت است. نتایج پژوهش مؤید آنست که معلمان دارای جهت گیری دینی درونی استرس شغلی کمتری از معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی دارند. بین میزان استرس شغلی معلمان بطور کلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی آنها رابطه معنی دار وجود

دارد. بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی رابطه معنی دار وجود دارد. بین میزان استرس شغلی و میزان استفاده از مقابله های مذهبی معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی رابطه معنی دار وجود ندارد. نوع مقابله های مذهبی مورد استفاده معلمان دارای جهت گیری دینی درونی و بیرونی در مواجهه با استرس با یکدیگر متفاوت است، که معلمان دارای جهت گیری دینی درونی بترتیب بیشتر از منابع ذکر، توبه و استغفار و خواندن نماز شب استفاده می کنند و معلمان دارای جهت گیری دینی بیرونی بترتیب بیشتر از خواندن نماز واجب، نذر کردن و تلاوت قرآن استفاده می کنند. برخی از منابع استرس شغلی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی و بیرونی با یکدیگر متفاوت است. بطور خلاصه می توان گفت دین در ادراک استرس شغلی نقش مهمی دارد، همچنین معلمانی که دارای استرس شغلی بالایی بودند در مقایسه با معلمانی که استرس شغلی کمتری داشتند، رفتارهای مقابله مذهبی بیشتری از جمله خواندن نماز و قرآن، دعا و نیایش، توبه و نذر کردن و... داشتند. این نتیجه با الگوی پاسخ به استرس و استدلالها و یافته های کیفی در ادبیات مقابله های مذهبی مطابقت دارد.

فصل اول: مقدمه و کلیات

مقدمه ۱

۱-۱- بیان مسئله و سؤالات اصلی تحقیق ۴

۲-۱- اهمیت و ضرورت تحقیق ۱۰

۳-۱- اهداف تحقیق ۱۲

۱-۳-۱- اهداف اصلی ۱۲

۲-۳-۱- اهداف فرعی ۱۲

۴-۱- فرضیه های تحقیق ۱۳

۵-۱- تعریف اصطلاحات ۱۳

فصل دوم - بخش اول: استرس شغلی

۱-۱- تعریف استرس ۱۶

۲-۱- عوامل مؤثر در استرس شغلی ۱۹

۱-۲-۱- ویژگیهای شخصیت ۲۰

۱-۱-۲-۱- الگوی رفتاری نوع A ۲۰

۲-۱-۲-۱- مرکز کنترل ۲۱

۳-۱-۲-۱- جنسیت ۲۲

۲-۲-۱- عوامل مؤثر در استرس شغلی در محیط کار ۲۳

۱-۲-۲-۱- ویژگیهای نقش ۲۴

۱-۱-۲-۲-۱- ابهام نقش ۲۴

۲-۱-۲-۲-۱- تعارض نقش ۲۵

۳-۱-۲-۲-۱- گرانباری نقش ۲۵

۲-۲-۲-۱- ویژگیهای شغل ۲۶

۱-۲-۲-۲-۱- آهنگ کار ۲۶

۲-۲-۲-۲-۱- تکرار کار ۲۶

۳-۲-۲-۲-۱- نوبت کاری ۲۶

۴-۲-۲-۲-۱- ویژگیهای مربوط به وظیفه ۲۶

۳-۲-۲-۲-۱- روابط کار میان فردی ۲۷

۱-۳-۲-۲-۱- روابط با سرپرستان و مدیران ۲۷

۲-۳-۲-۲-۱- روابط با همکاران ۲۸

۲۸ روابط با زیر دستان ۱-۲-۲-۳-۳
۲۹ روابط با مراجعان و مشتریان ۱-۲-۲-۳-۴
۲۹ عوامل سازمانی ۱-۲-۲-۴
۲۹ جو سازمانی ۱-۲-۲-۴-۱
۳۰ ساختار سازمانی ۱-۲-۲-۴-۲
۳۰ راه و روشهای مدیریت منابع انسانی ۱-۲-۲-۵
۳۱ فقدان دوره های آموزشی ۱-۲-۲-۵-۱
۳۱ پیشرفت کاری ۱-۲-۲-۵-۲
۳۱ ارزشیابی از عملکرد ۱-۲-۲-۵-۳
۳۲ پاداشها ۱-۲-۲-۵-۴
۳۲ انتقالهای شغل و حرفه ۱-۲-۲-۵-۵
۳۲ فن آوری و تخصیص های مادی ۱-۲-۲-۶
۳۳ منابع فراسازمانی و استرس ۱-۲-۳
۳۴ عوامل مؤثر در افزایش استرس شغلی ۱-۳

فصل دوم - بخش دوم: استرس شغلی معلم

۳۶ ۱-۲-۱ معلمی به عنوان یک حرفه استرس آور
۳۸ ۱-۱-۱-۱ تعریف استرس شغلی معلم
۳۹ ۱-۱-۲ رویکردهای شناخت و درک ماهیت استرس در معلمان
۴۱ ۲-۲ عوامل استرس زا در کار معلم
۴۱ ۱-۲-۱ مشکلات ناشی از نقش معلم
۴۱ ۱-۱-۲-۱ ابهام نقش
۴۱ ۲-۱-۲-۲ تعارض نقش
۴۳ ۳-۱-۲-۲ گرانباری نقش
۴۴ ۲-۲-۲ مشکلات ناشی از شرایط نامطلوب کاری معلم
۴۴ ۱-۲-۲-۲ فشارهای فیزیکی (ساختمان مدرسه)
۴۴ ۲-۲-۲-۲ فشارهای مالی
۴۵ ۳-۲-۲-۲ مشکلات سازمانی

۴۶ ۳-۲-۲ مشکلات رفتاری دانش آموزان
۴۷ ۴-۲-۲ روابط با دیگران
۴۸ ۵-۲-۲ عوامل فردی معلم
۴۸ ۱-۵-۲-۲ ویژگیهای فردی
۴۹ ۲-۵-۲-۲ جنسیت
۵۰ ۳-۵-۲-۲ مرکز کنترل
۵۱ ۳-۲ استرس معلم از دیدگاه کوپر
۵۲ ۴-۲ اثرات و علایم استرس
۵۴ ۵-۲ استرس و عملکرد
۵۵ ۶-۲ روشهای مقابله معلمان با استرس

فصل دوم - بخش سوم: نقش دین در بهداشت روانی

۵۸ ۱-۳ آلپورت و مقیاس جهت گیری دینی او
۵۹ ۱-۱-۳ جهت گیری دینی درونی و بیرونی
۶۰ ۲-۳ سلامت روانی و ملاکهای آن از نظر اسلام
۶۲ ۳-۳ ارتباط جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) و سلامت روانی

فصل دوم - بخش چهارم: پاسخ و روشهای مقابله با استرس

۶۵ ۱-۴ پاسخ به استرس
۶۵ ۲-۴ تعریف مقابله
۶۸ ۳-۴ انواع مقابله و کارکردهای آن
۷۳ ۴-۴ منابع مقابله
۷۴ ۱-۴-۴ خود-اثر بخشی
۷۵ ۲-۴-۴ حمایت اجتماعی
۷۶ ۵-۴ مقابله های مذهبی
۷۸ ۱-۵-۴ مقابله های مذهبی در دین اسلام

۸۱ ۴-۵-۱-۱- نماز
۸۲ ۴-۵-۱-۲- روزه
۸۳ ۴-۵-۱-۳- نماز شب
۸۳ ۴-۵-۱-۴- ذکر
۸۵ ۴-۵-۱-۵- دعا و نیایش
۸۷ ۴-۵-۱-۶- صلوات و تلاوت قرآن
۸۷ ۴-۵-۱-۷- توبه و استغفار
۸۸ ۴-۵-۱-۸- صله رحم
۸۹ ۴-۵-۱-۹- صدقه
۹۰ ۴-۵-۱-۱۰- زیارت
۹۲ ۴-۵-۱-۱۱- ابتلاء و امتحان الهی
۹۲ ۴-۵-۱-۱۲- صبر
۹۴ ۴-۵-۱-۱۳- توکل
۹۵ ۴-۵-۱-۱۴- تسلیم و رضا

فصل دوم- بخش پنجم : مطالعات انجام شده

۹۶ ۵-۱- مطالعات و تحقیقات در زمینه استرس شغنی معلمان و روشهای مقابله با آن
۱۰۵ ۵-۲- مطالعات در زمینه نقش مذهب در سلامت روان

فصل سوم : روش تحقیق

۱۱۵ روش انجام تحقیق
۱۱۶ جامعه آماری
۱۱۶ ابزار تحقیق
۱۱۸ روایی ابزار گردآوری اطلاعات
۱۱۹ پایایی ابزار گردآوری اطلاعات
۱۲۰ نحوه جمع آوری اطلاعات
۱۲۱ تجزیه و تحلیل آماری

فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها

۱۲۲ بخش اول : اطلاعات توصیفی
۱۲۹ بخش دوم : تجزیه و تحلیل داده ها

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۱۳۹ بحث و نتیجه گیری
۱۴۹ مشکلات و محدودیت های تحقیق
۱۵۱ پیشنهادهای اجرایی برای مسئولان آموزش و پرورش و معلمان
۱۵۳ پیشنهادهایی برای محققان
۱۵۵ فهرست منابع و مأخذ

پیوست ها

چکیده به زبان انگلیسی

فهرست جداول

صفحه

- جدول ۱-۱-۴: جدول توزیع فراوانی و درصد نمونه بر اساس سن و سابقه تدریس ۱۲۲
- جدول ۱-۲-۴: جدول توزیع فراوانی و درصد نمونه بر اساس سن و سابقه تدریس ۱۲۳
- جدول ۱-۳-۴: جدول توزیع فراوانی و درصد نمونه بر اساس رشته تحصیلی و تدریس اضافه و انتخاب
مجدد شغل معلمی ۱۲۴
- جدول ۱-۴-۴: جدول توزیع فراوانی و درصد نمونه بر اساس پاسخ به سؤال گزارش کلی استرس ۱۲۴
- جدول ۱-۵-۴: جدول توزیع فراوانی و میانگین استرس شغلی و مقابله های مذهبی نمونه بر اساس سن،
وضیعت تأهل، میزان تحصیلات، رشته تحصیلی، سابقه تدریس، تدریس اضافه ۱۲۵
- جدول ۱-۶-۴: جدول توزیع فراوانی و میانگین استرس و مقابله های مذهبی نمونه بر اساس انتخاب
مجدد معلمی و گزارش کلی از استرس ۱۲۷
- جدول ۱-۷-۴: جدول شاخص های آماری میزان استرس شغلی و مقابله های مذهبی و جهت گیری دینی
معلمان ۱۲۸
- جدول ۱-۲-۴: جدول شاخص های آماری استرس شغلی معلمان نمونه بر اساس جهت گیری دینی ۱۲۹
- جدول شماره ۲-۲-۴: جدول آزمون t بین استرس شغلی معلمان دارای جهت گیری دینی درونی و بیرونی ۱۳۰
- جدول ۳-۲-۴: جدول همبستگی بین میزان استرس شغلی معلمان و میزان استفاده از روشهای مقابله مذهبی ۱۳۰
- جدول ۴-۲-۴: جدول آزمون t منابع مقابله مذهبی مختلف معلمان بر اساس جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) ۱۳۲
- جدول ۵-۲-۴: جدول شاخص های آماری منابع استرس زای کل نمونه ۱۳۲
- جدول ۶-۲-۴: منابع استرس زای معلمان بر اساس جهت گیری دینی (درونی و بیرونی) ۱۳۷

فصل اول

مقدمه و کلیات