



دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی - گروه روانشناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

رشته : روانشناسی گرایش : عمومی

عنوان

نقش واسطه گری کیفیت زندگی کاری در هوش معنوی و سلامت روان

دبیران زن آموزش متوسطه شهر شیراز

استاد راهنما:

دکتر سلطانه‌علی کاظمی

استاد مشاور:

دکتر آذر میدخت رضایی

نگارش:

لاله ازدهاکش

تابستان ۹۰

تقدیم به

همسر عزیزم

سپاسگزاری

باتشکر از استادان گرامی جناب آقای کاظمی و سرکار خانم رضایی که با راهنمایی و مشاورت خردمندانه خویش در تهیه این مطالب مرا یاری نمودند و همچنین بخاطر همه زحماتشان کمال تشکر و قدردانی را دارم و از خداوند منان برای ایشان آرزوی توفیق روز افزون خواستارم.

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
تقدیم به.....	الف.....
سپاسگزاری.....	ب.....
فهرست مطالب.....	ج.....
چکیده.....	ی.....
فصل اول : طرح تحقیق	
مقدمه.....	۲.....
بیان مسأله.....	۳.....
اهمیت و ضرورت تحقیق.....	۶.....
اهداف پژوهش.....	۹.....
فرضیه پژوهش.....	۹.....
تعاریف نظری و عملیاتی متغیرها.....	۱۰.....
فصل دوم : ادبیات و پیشینه ی پژوهش	
الف : مبانی نظری.....	۱۴.....
تعریف کیفیت زندگی کاری.....	۱۴.....

۱۶تاریخچه کیفیت زندگی کاری
۱۷ابعاد کیفیت زندگی کاری
۱۸ضرورت و اهمیت برنامه های کیفیت زندگی کاری
۲۰تعریف هوش معنوی
۲۱تاریخچه ی هوش معنوی
۲۴مؤلفه های هوش معنوی از دیدگاه های مختلف
۳۰مؤلفه های هوش معنوی از دیدگاه اسلام
۳۳تعاریف و مفاهیم سلامت روان
۳۵مفهوم سلامت روان در مکاتب روان شناسی
۳۵مکتب روانکاوی
۳۶مکتب انسان گرایی
۳۶مکتب رفتار گرایی
۳۷مکتب شناختی
۳۷مکتب زیست گرایی
۳۷قرآن و سلامت روان
۴۰شاخص های سلامت روان

۴۱ابعاد سلامت روان
۴۲جنبه های سلامت روان
۴۵دینداری،معنویت و سلامت روان
۴۷هدفهای بهداشت روانی در سازمان
۴۸سلامت روان و محیط کار
۴۹عوامل مؤثر سازمانی در سلامت روان
۴۹ویژگی های مهم سازمان های سالم
۴۹(ب) : پیشینه ی پژوهش
۴۹پژوهش های داخل کشور
۵۵پژوهش های خارج از کشور
۶۰(ج) : جمع بندی
فصل سوم : روش شناسی پژوهش	
۶۳روش تحقیق
۶۳جامعه آماری
۶۳نمونه مورد مطالعه
۶۴ابزار جمع آوری داده ها و روایی و پایایی

روش اجرای پژوهش ۷۰

روش تجزیه و تحلیل داده ها ۷۰

ملاحظات اخلاقی ۷۰

فصل چهارم : یافته های پژوهش

الف - یافته های توصیفی ۷۲

ب - یافته های استنباطی ۷۵

فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

خلاصه تحقیق ۹۳

بحث و نتیجه گیری ۹۴

محدودیت های پژوهش ۹۹

پیشنهاد های پژوهش ۱۰۰

منابع فارسی و لاتین ۱۰۲

پیوست ها

پیوست الف: سوالات سنجش کیفیت زندگی کاری I

پیوست ب: پرسشنامه هوش معنوی III

پیوست ج: مقیاس افسردگی، اضطراب، استرس (DASS-۴۲) V

VII پیوست د: داده های تحلیل شده با SPSS

چکیده انگلیسی

فهرست جداول

- جدول ۱ - ۳ : تفسیر نمرات مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (۴۲ - DASS) ۶۸
- جدول ۱ - ۴ : میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه ۷۳
- جدول ۲ - ۴ : ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه ۷۴
- جدول ۳ - ۴ : نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه سلسله مراتبی برای آزمون نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و استرس ۷۶
- جدول ۴ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی روابط انسانی در محیط کار بر اساس هوش معنوی ۷۷
- جدول ۵ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی امنیت شغلی بر اساس هوش معنوی ۷۷
- جدول ۶ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی توازن بین کار و زندگی بر اساس هوش معنوی ۷۸
- جدول ۷ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی تعهد کاری بر اساس هوش معنوی ۷۸
- جدول ۸ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی رعایت منزلت انسانی بر اساس هوش معنوی ۷۹
- جدول ۹ - ۴ : نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه سلسله‌مراتبی برای آزمون نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و اضطراب ۹۱
- جدول ۱۰ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی روابط انسانی در محیط کار بر اساس هوش معنوی ۸۲
- جدول ۱۱ - ۴ : نتایج آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان برای پیش‌بینی امنیت شغلی بر اساس هوش معنوی ۸۲

- جدول ۴-۱۲ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی پیشرفت شغلی بر اساس هوش معنوی..... ۸۳
- جدول ۴-۱۳ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی توازن بین کار و زندگی بر اساس هوش معنوی..... ۸۳
- جدول ۴-۱۴ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی تعهد کاری بر اساس هوش معنوی..... ۸۴
- جدول ۴-۱۵ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی مشارکت بر اساس هوش معنوی..... ۸۴
- جدول ۴-۱۶ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی رعایت منزلت انسانی بر اساس هوش معنوی..... ۸۵
- جدول ۴-۱۷ : نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه سلسله مراتبی برای آزمون نقش واسطه گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و افسردگی..... ۸۷
- جدول ۴-۱۸ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی روابط انسانی در محیط کار بر اساس هوش معنوی..... ۸۸
- جدول ۴-۱۹ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی امنیت شغلی بر اساس هوش معنوی..... ۸۸
- جدول ۴-۲۰ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی پیشرفت شغلی بر اساس هوش معنوی..... ۸۹
- جدول ۴-۲۱ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی تعهد کاری بر اساس هوش معنوی..... ۸۹
- جدول ۴-۲۲ : نتایج آزمون رگرسیون چند گانه به شیوه همزمان برای پیش بینی رعایت منزلت انسانی بر اساس هوش معنوی..... ۹۰

فهرست شکل ها

شکل ۲-۱ : هرم هوش‌های چندگانه ۲۳

شکل ۴-۱ : مدل مفروض نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و استرس

..... ۸۰

شکل ۴-۲ : مدل مفروض نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و اضطراب

..... ۸۵

شکل ۴-۳ : مدل مفروض نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری برای هوش معنوی و

افسردگی ۹۱

چکیده

هدف از مطالعه ی حاضر بررسی نقش واسطه گری کیفیت زندگی کاری در هوش معنوی و سلامت روان دبیران زن آموزش متوسطه ی شهر شیراز بود.

بدین منظور ۱۳۰ معلم با استفاده از نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای از بین معلمان نواحی چهارگانه شیراز انتخاب شدند. در این تحقیق از پرسشنامه های هوش معنوی (عبدالله زاده، ۱۳۸۷)، کیفیت زندگی کاری (قاسم زاده، ۱۳۸۴) و مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-۴۲) (لاویبوند و لاویبوند، ۱۹۹۵) استفاده شد. نتایج رگرسیون چندگانه به شیوه سلسله مراتبی نشان داد که ۵۴٪ از واریانس استرس، ۶۱٪ از واریانس اضطراب و ۶۶٪ از واریانس افسردگی توسط متغیرهای هوش معنوی و کیفیت زندگی کاری قابل پیش بینی هستند. بر اساس مدل های مفروض با استفاده از آزمون آماری تحلیل مسیر مشخص شد که کیفیت زندگی کاری نقش واسطه گری معناداری را برای هوش معنوی و سلامت روان بازی می کند.

کلید واژه ها: کیفیت زندگی کاری، هوش معنوی، سلامت روان

فصل اول

طرح تحقیق

کیفیت زندگی کاری از جمله مباحث مهمی است که در جهان امروز بخش عظیمی از تلاش و توجه صاحبان رابه خود معطوف نموده است. شیوه های بهره وری و کیفیت زندگی کاری به قدری اهمیت و محبوبیت یافته است که می توان آن را نهضت ایدئولوژیک نامید (علامه، ۱۳۷۸).

مطالعات مربوط به کیفیت زندگی کاری از دهه ۱۹۵۰ آغاز شد و مراحل متفاوتی را نشان داد. اریک تریست^۱ و همکارانش از انستیتو تاووستوک لندن از پیشروان تحقیق در زمینه کیفیت زندگی کاری بودند. کیفیت زندگی کاری عبارت است از عکس العمل کارکنان نسبت به کار، بویژه پیامدهای فردی آن در ارضای شغلی و سلامت روحی (سیاحی، ۱۳۷۷).

در مورد لزوم توجه به بهداشت روانی در محیط کار، باید گفت که هیچ پدیده ای به اندازه سلامت روان برای کارمند اهمیت ندارد. شناخت نیازهای روانی و پاسخگویی مناسب و متعادل به آنها می تواند عامل اساسی در بهداشت روانی (و هم جسمانی) و امری پر اهمیت و تعیین کننده در آموزش و پرورش انسان تلقی گردد و نقش بارزی در سلامت و پیشبرد فرد و جامعه به عهده گیرد (میرزا بیگی، ۱۳۶۷، به نقل از سلیمی، ۱۳۸۱).

اما احساس های معنوی تکمیل کننده و معنا دهنده ی بخش های گوناگون زندگی انسان است و این حوزه نوین قدرت ، انسان را توانمند می سازد که تجربه های معنوی خود را چونان ساز و کاری برای برخورد و یافتن راه حل برای مشکلات و سختی های زندگی به کار گیرد (به نقل از سهرابی، ۱۳۸۵).

^۱. Erick Trist

بیان مسأله:

کیفیت زندگی کاری مفهومی چند بعدی است که به رضایت کلی در زندگی کاری و تعادل آن با زندگی فرد، احساس تعلق به گروه، احساس ارزشمندی و تعهد اشاره دارد.

ابعاد کیفیت زندگی کاری در این تحقیق روابط انسانی در محیط کار، امنیت شغلی، پیشرفت شغلی، مشارکت، رعایت منزلت و حقوق انسانی، توازن بین کار و زندگی، تعهد کاری و مسائل مالی و رفاهی را شامل می شود. کیفیت زندگی کاری در عکس العمل کارکنان نسبت به رضایت شغلی و سلامت روان آنان تبلور می یابد (خدایاریان، ۱۳۸۵). سلامت روان را حالت سازگاری نسبتاً خوب، احساس رضایتمندی و شکوفایی توان و استعداد های فردی تعریف کرده اند و سلامت روان در محیط کار را به معنای مقاومت در مقابل به وجود آمدن پریشانی های روانی و اختلالات رفتاری در کارکنان سازمان و سالم سازی فضای روانی کار.

بهداشت روانی ابعاد مختلفی دارد و عوامل چندی بر آن مؤثرند، در این راستا، معروفترین مدلی که به طور نظری به تبیین بهداشت روانی می پردازد، مدل زیستی - روانی - اجتماعی است. این مدل بهداشت روانی را تعامل متعادل بین این سه رکن می داند، اما در سده اخیر، نقش مذهب و معنویت در بیماری و سلامت مورد توجه قرار گرفته و برخی معتقدند که معنویت بخشی از مدل زیستی - روانی - اجتماعی است (کاپلان، ۲۰۰۳، ترجمه پورافکاری، ۱۳۸۹).

متخصصان سلامت روان نیز قدرت هوش معنوی^۲ را تشخیص داده اند که برخی آن را به این صورت تعریف می کنند: «ظرفیت احساس، درک و توجه به والاترین قسمت های وجود خود

^۲. spiritual intelligence

، سائرین و جهان پیرامون» (صمدی، ۱۳۸۵). هوش معنوی شامل حس معنا و مأموریت نسبت به زندگی و ارزش ها، حس تقدس در زندگی، درک متعادل تراز ارزش مادیات و اعتقاد به بهتر شدن دنیا است. هوش معنوی، بیانگر مجموعه ای از توانایی ها و ظرفیت ها و منابع معنوی که کار بست آنها موجب افزایش انطباق پذیری و در نتیجه سلامت روان افراد می شود (زوهر و مارشال^۳، ۲۰۰۰، به نقل از معلمی و دیگران، ۱۳۸۸).

افراد با هوش معنوی :

- می دانند نژاد، جنس، ملیت، نظام فکری و... بر چسب هایی هستند نه آنچه که واقعا مهم است.
- آنها دیگران را به خاطر چیزی سرزنش نمی کنند و همواره مسئولیت بخشش خود و عملکردهایشان را می پذیرند.
- چیزی برای از دست دادن ندارد چون نمی توانند مالک چیزی باشند برای رضایت داشتن از خودشان نیازی به تصدیق دیگران ندارند .
- از تمام وابستگی به دیگران برای ایمنی رها هستند، چون ایمنی از خودشان است نه از بیرون .
- احساس امنیت آنها بر اساس توانایی ها، پایداری و ویژگی های درونی انسانیشان است برای مثال چیزی که می توانند به دست آورند نه چیزی که دیگران می توانند به آنها بدهند.
- آنها بر اساس خدمت رسانی به دیگران زندگی می کنند. درک کرده اند که تنها راهبرد گسترش ظرفیت شخصی شان، دوست داشتن، بخشیدن دیگران و خدمت رسانی به دیگران است و این کارها را انجام می دهند و ارزش زیادی برای آنها قائل اند.

^۱.Zohar. D & Marshal . I

- هرگز با تغییرات دنیای اطرافشان آسیب پذیر نمی باشند، چون این تغییرات را دنیا انجام می دهد.
- آنها در یافته اند چیزی که در جهان جستجو می کنند(آرامش،عشق،قناعت)از درون خودشان است و چیزی نیست که از دست برود.
- آنها کار را به عنوان مکانی برای خلاقیت ،اعتماد به نفس و یادگیری،جایی که پول و پاداش ، ثانویه است می دانند .
- آنها افراد محیط کار را به عنوان انسانهای با قوت ،ضعف ،نگرانی ،نیازها و خواسته های خودشان در نظر می گیرند،روابط همواره قبل از کار است .
- آنها تمایل دارند زندگی شفافی به عنوان یک بازی ،فرصتی برای بازی کردن و خلق کردن داشته باشند(کشمیری ،عرب احمدی ،۱۳۸۶).

اما افراد بدون هوش معنوی

- وقتی کارها نادرست پیش روند ،آنها دیگران رامقصر می دانندچون می ترسند شهرت و مقامشان و تصدیق دیگران را از دست دهند.
- آنها به شغلشان وابسته می شوند و اینگونه احساس امنیت می کنند.
- به آسانی از محیط و تغییر جهانی به لحاظ شخصی آسیب می بینند و تهدید می شوند.
- هنوز در جستجوی عشق و شادی از دیگران و جهان می باشند.
- تمایل دارند کار و یا مکانی را که مجبورندبرای کسب پول به آنجا می روند وحشتناک فرض کنند.
- آنها تمایل دارند زندگی را خیلی سخت بگیرند ،چون معتقدند کار و تجارت عمل سختی است و از زندگی می ترسند(عبدالله زاده،۱۳۸۸).

چون دبیران با توجه به مشکلات امروزی دارای استرس‌ها و ناراحتی‌های روانی هستند لذا باید به سلامت روانی آنها توجه کرد و در بهبود کیفیت زندگی کاری آنها را یاری نمود، تا بتوانند در وظیفه مهم خویش که همانا تربیت نوجوانان است، مؤفق باشند.

در این تحقیق، سعی بر آن شده که نقش واسطه‌گری کیفیت زندگی کاری در هوش معنوی و سلامت روان دبیران مورد بررسی قرار گیرد.

اهمیت و ضرورت پژوهش

در سالهای اخیر بررسی وضعیت سلامت و ابعاد حرفه‌معلمی در پژوهش‌های متعدد مورد توجه و مطالعه پژوهشگران زیادی قرار گرفته است، به طوری که هر یک از این پژوهشگران سعی در بررسی موقعیت و شرایط کاری معلمان به منظور شناسایی نقاط آسیب‌پذیر و مرتفع کردن این مشکلات برای رسیدن به آموزش و پرورش مطلوب را داشته است (کاوز^۴، ۲۰۰۶). ضرورت توجه به کیفیت زندگی کاری و بهبود آن، یک منطبق دارد و آن این است که ۶۵ درصد عمر مفید انسانها در محیط کار سپری می‌شود (رودکی، ۱۳۸۷).

ارتقای بهداشت روانی محیط کار یکی از مهمترین ابعاد توسعه و بهسازی منابع انسانی است. در چند دهه اخیر توجه به نیروهای سالم جسمی و فکری بر بالا بردن سطح بهره‌وری در مؤسسات اقتصادی، خدماتی، آموزشی و صنعتی تأثیر به‌سزایی داشته است (غفوریان، ۱۳۷۷).

اهمیت و ضرورت طرح موضوع معنویت و مذهب، به ویژه هوش معنوی، از جهات مختلف در عصر جدید احساس می‌شود. یکی از این ضرورتها در عرصه‌ی انسان‌شناسی توجه به بُعد معنوی

^۴.Kovess

انسان از دیدگاه دانشمندان، به ویژه کارشناسان سازمان جهانی بهداشت است که اخیراً انسان را موجودی زیستی، روانی، اجتماعی و معنوی^۵ تعریف می‌کند.

ضرورت دیگر طرح این موضوع ظهور دوباره‌ی کشش معنوی و نیز جستجوی درک روشن‌تری از ایمان و کاربرد آن در زندگی روزانه است (وست^۶ ۱۹۹۹؛ ترجمه شهیدی و شیرافکن، ۱۳۸۳). همچنین گستره‌ی معنویت و مذهب در بهداشت روانی است. پژوهش درباره‌ی معنویت امروزه در رشته‌های متنوعی از قبیل پزشکی، روان‌شناسی، انسان‌شناسی، عصب‌شناسی و علوم‌شناختی در حال پیشرفت است. متخصصان سلامت روان نیز قدرت هوش معنوی را تشخیص داده‌اند که برخی آن را به این صورت تعریف می‌کنند: «ظرفیت احساس، درک و توجه به والاترین قسمت‌های وجود خود، سایرین و جهان پیرامون» (سهرابی، ۱۳۸۵).

هوش معنوی، موضوع جالب و جدیدی است که مطالب و نیز یافته‌های پژوهشی و تجربی در مورد آن بسیار اندک است. هوش معنوی قادر است که هشیاری یا احساس پیوند با قدرت برتر، با یک وجود مقدس را تسهیل کند یا افزایش دهد (به نقل از سهرابی، ۱۳۸۵).

هوش معنوی سازه‌های معنویت و هوش را درون یک سازه جدید ترکیب می‌کند. در حالی که معنویت با جستجو و تجربه عناصر مقدس^۷، معنا، هوشیاری اوج یافته^۸ و تعالی در ارتباط است. هوش معنوی مستلزم توانایی‌هایی است که از چنین موضوعات معنوی برای تطابق و کنش اثربخش و تولید محصولات و پیامدهای با ارزش استفاده می‌کند (امونز، ۱۹۹۹، به نقل از سهرابی، ۱۳۸۵).

^۵. Biopsy chosocio spiritual
^۶. West
^۷.the sacred
^۸.high consciousness

این تنها انسان است که از هوش معنوی برخوردار است، هوشی تحول پذیر و توانایی که به او قدرت می‌بخشد تا خلاق باشد و قوانین و نقشها را دستخوش تغییرات خود نماید، قادر به انجام اصلاحات بی‌شمار گردد و بتواند شرایط را به بهترین شکل متحول کند. همانطور که می‌دانید امروزه عصر رقابت و پیچیدگی است و همه سازمان‌ها هم با انسانها سروکار دارند که دارای رفتارهای غیرقابل پیش‌بینی هستند، بنابراین تنها راه به خدمت درآوردن افراد ترغیب آنها به توسعه معنویاتشان است (عبدالله زاده، ۱۳۸۸).

روح حاکم در آموزش های موجود در مدارس به دلیل نادیده گرفتن بعد معنوی زندگی دانش آموزان، مدرسه را بصورت یک سیستم مکانیکی در آورده است، بنحوی که توجه به کمیت یادگیری بدون توجه به کیفیت، موجب تضعیف روحیه دانش آموزان شده است. هوش معنوی نقش بسیار مهمی در رشد شخصیت و برقراری تعادل، شکل گیری هویت، کسب معلومات و ارتقای دانش، پرورش، شکوفایی استعدادها و خلاقیت ها دارد و بستر مناسبی جهت پیشرفت و توسعه اخلاقی، اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی جوانان و نوجوانان فراهم می کند. بر این اساس معنویت و رشد زندگی معنوی انسان، در کانون توجه روزافزون فلاسفه، روانشناسان و متخصصان برنامه درسی قرار گرفته است. بطوری که لحاظ نکردن آن راهی اعتنایی به عناصر اصلی آموزش و یادگیری می دانند (صمدی، ۱۳۸۵).

با توجه به اینکه دوران نوجوانی، دورانی حساس و بسیار بحرانی است و مرحله حرکت تدریجی انسان بسوی رشد و تکامل جسمی، جنسی، عقلی، عاطفی و اجتماعی است. بنابراین نوع روش تربیتی که درباره نوجوان به کار می رود، نقش بسیار مهمی در شکل دادن به شخصیت آینده او دارد.