

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش مثبت اندیشی بر سخت رویی، تاب آوری و فرسودگی شغلی زنان پرستار

محل انتشار:

نشریه آموزش پرستاری، دوره 4، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

معصومه مهرآفرید - Ministry of Education

مسعود خاکپور - Imamreza International University

محمود جاجرمی - Azad University of Bojnurd

ابراهیم علیزاده موسوی - Azad University of Quchan

خلاصه مقاله:

مقدمه: پرستاران به دلیل شرایط سخت شغلی، با عوامل تنیدگی زای متعددی روبه رو می باشد که می تواند بر سلامتی جسمی و روانی و همچنین شرایط شغلی آن ها تاثیر بگذارد. هدف اصلی این پژوهش، بررسی اثربخشی آموزش مثبت اندیشی بر سخت رویی، تاب آوری و فرسودگی شغلی پرستاران بود. روش: این پژوهش از نوع نیمه تجربی با پیش آزمون، پس آزمون و گروه کنترل بود. نمونه آماری مورد نیاز این پژوهش به صورت تصادفی منظم از بین پرستاران زن شاغل به کار در بیمارستان های دولتی شهرستان قوچان انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گروه کنترل (۲۰ نفر) قرار گرفتند. جمع آوری داده ها با استفاده از پرسشنامه فرسودگی شغلی (MBI) مسلش و جکسون، مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) و پرسشنامه سخت رویی کوباسا انجام گردید. آموزش خوش بینی، به صورت گروهی و طی ۸ جلسه (هر جلسه ۹۰ دقیقه) برای گروه آزمایش اجرا گردید. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS v. ۱۶ تحلیل گردید. یافته ها: نتایج آزمون t نشان داد میزان فرسودگی شغلی در پرستاران براساس تاهل، شرایط کار، سن و رسمی یا قراردادی بودن تفاوت معناداری (p<۰۰۱/۰) دارد. همچنین نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که آموزش مثبت اندیشی منجر به افزایش معنادار سخت رویی و تاب آوری (p<۰۰۱/۰) و منجر به کاهش معنادار فرسودگی شغلی (p<۰۰۱/۰) در پرستاران شده است و این بدان معنی است که آموزش مثبت اندیشی بر سخت رویی، تاب آوری و فرسودگی شغلی پرستاران تاثیر معناداری داشته است (p<۰۰۱/۰). نتیجه گیری: با توجه به شرایط استرس زای شغل پرستاران، مداخله های روان شناختی با هدف افزایش سخت رویی و تاب آوری می تواند فرسودگی شغلی آن ها را کاهش داده و رضایت شغلی و بهبود کیفیت خدمات حاصل گردد.

کلمات کلیدی:

Positive thinking, hardiness, resiliency, job burnout, nurses
مثبت اندیشی، سخت رویی، تاب آوری، فرسودگی شغلی، پرستاران

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1357082>

