

## عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش شادکامی بر خودکارآمدی و انگیزش شغلی

## محل انتشار:

مجله مطالعات روان شناسی صنعتی و سازمانی، دوره 8، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

## نویسندگان:

سید مجتبی عقیلی - استادیار گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور

آزاده سیف حسینی - کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، گلستان، ایران.

آرزو اصغری - استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کوثر بجنورد، بجنورد، ایران.

میترا نمازی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه علوم و تحقیقات شاهرود، سمنان، ایران.

## خلاصه مقاله:

امروزه موضوع سلامت کارکنان بسیار مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. انگیزش یک حالت درونی است که رفتار انسان را انرژی بخشیده، فعال ساخته، به حرکت درآورده و به سوی اهداف معینی هدایت می کند. هم چنین خودکارآمدی، قضاوت شخصی فرد از توانایی های خود برای سازماندهی و انجام یک فعالیت می باشد. از این رو پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی آموزش شادکامی بر خودکارآمدی و انگیزش شغلی کارکنان اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان گلستان انجام شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری در این تحقیق عبارت بودند از کلیه کارکنان اداره کل میراث فرهنگی، صنایع دستی و گردشگری استان گلستان؛ که ۳۰ نفر از آن ها که نمره انگیزش شغلی و خودکارآمدی پایین تری داشتند به صورت هدفمند انتخاب و در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. ابزار پژوهش عبارت بود از پرسش نامه انگیزش شغلی کیچنر و پرسش نامه خودکارآمدی شرر و همکاران که در مراحل پیش آزمون و پس آزمون توزیع شد. سپس گروه آزمایش طی مدت ۸ جلسه (هر جلسه ۱۲۰ دقیقه) تحت آموزش شادکامی فوردایس قرار گرفت. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون تحلیل کوواریانس در نرم افزار SPSS-۲۲ استفاده شد. یافته های حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گواه از نظر انگیزش شغلی تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P < 0.05$ ). هم چنین در دو گروه آزمایش و گواه از نظر خودکارآمدی تفاوت معنی داری وجود دارد ( $P < 0.05$ ). با توجه به نتایج پژوهش حاضر، آموزش شادکامی با بهره گیری از فنون ابراز احساسات، دوری از افکار نگران کننده، زندگی در حال و آشنایی با شخصیت سالم می تواند یک روش کارآمد جهت افزایش خودکارآمدی و انگیزش شغلی کارکنان به شمار رود.

## کلمات کلیدی:

شادکامی، خودکارآمدی، انگیزش شغلی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1628030>

