

عنوان مقاله:

نقش پیش بین مولفه های سبک زندگی در کیفیت زندگی کاری کارکنان دانشگاه

محل انتشار:

اولین کنفرانس توسعه علوم انسانی با اتکا به دانش بومی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

مهوش مافی - دکترای روان شناسی سلامت، استادیار دانشگاه آزاد واحد لاهیجان

مهناز افراسیابی - فوق لیسانس روانشناسی، دانشگاه الزهرا تهران

خلاصه مقاله:

مطالعه ی حاضر با هدف نقش پیش بین مولفه های سبک زندگی در کیفیت زندگی کاری در بین کارکنان دانشگاه آزاد واحد لاهیجان انجام شد. مطالعه از نوع تحلیلی- توصیفی و همبستگی است. با توجه به تعداد متغیر های تحقیق 130 نفر از کارکنان غیر هیئت علمی به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و سه مقیاس جمعیت-شناختی، پرسشنامه رفتارهای ارتقاء سلامت و کیفیت زندگی کاری توسط آنان تکمیل شد. برای تحلیل داده ها از روش های آمار توصیفی و استنباطی به ویژه رگرسیون چندگانه استفاده گردید. همبستگی پیرسون نشان داد بین همه ابعاد سبک زندگی به جز اجتناب از داروها و مواد با نمره کل کیفیت زندگی کاری رابطه معناداری وجود دارد. استفاده از رگرسیون جهت پیش بینی را فراهم می آورد. از بین ابعاد سبک زندگی، ورزش و تندرستی ($r = 0/61$)، کنترل وزن و تغذیه ($r = 0/46$) به ترتیب بیشترین همبستگی را با نمره کل کیفیت زندگی داشتند. مقدار واریانس تبیین شده متغیر ملاک (کیفیت زندگی کاری) به وسیله متغیر مستقل یا پیش بین نشان داد 69 درصد واریانس متغیر ملاک به وسیله مدل رگرسیون تبیین می شود. جدول ضرایب نشان داد نمره مولفه ورزش و تندرستی وزن سنگین تری در مدل داشت. یافته های پژوهش همبندی مثبتی را میان ابعاد سبک زندگی با کیفیت زندگی کاری نشان داد و با توجه به این که کارکنان دانشگاه ساعات زیادی از وقت مفید خود را در محل کار به سر می برند و کیفیت کار آنها کل مجموعه را تحت تاثیر قرار می دهد، میتواند در هدایت سیاستگذاران و متخصصین سلامت در طراحی برنامه های پیشگیرانه و مداخلاتی آتی برای ارتقاء سلامت کارکنان سودمند باشد.

کلمات کلیدی:

سبک زندگی، کیفیت زندگی کاری، کارکنان، دانشگاه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/802978>

