



بررسی رابطه بین استرس شغلی و بهداشت روانی و مقایسه آن در کارکنان اقماری و روز کار مناطق عملیاتی زاگرس جنوبی

کتایون پوربابکان^۱ ■ دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت
حجت‌اله جاویدی ■ استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

مقدمه

کار بخش مهمی از زندگی هر فردی به‌شمار می‌آید؛ چرا که کار کردن، صرف‌نظر از کسب درآمد، بخشی از نیازهای اساسی آدمی مانند تمرین روانی و جسمی، پیوندهای اجتماعی، احساس ارزشمندی، اعتماد به نفس و احساس کفایت یا صلاحیت را برآورده می‌سازد. با این همه ممکن است کار، منبع عمده فشار روانی نیز باشد [۱].

در این میان کار در صنعت نفت که شامل فعالیت‌های اکتشافی، استخراج و بهره‌برداری و انتقال نفت و گاز از منابع اصلی به پالایشگاه‌ها و صنایع وابسته نظیر پتروشیمی است، ایجاب می‌کند که کارکنان صنعت در مناطقی دور از شهرها و اغلب در کوه‌ها و دشت‌ها و دریاها و هر جا که عملیات ضرورت داشته باشد، انجام وظیفه نمایند و ناچارند به‌طور متناوب و حداقل نیمی از سال را در محل کار و دور از دسترس خانواده به سر برند.

حمایت از سلامت کارگران همواره باید به‌عنوان یکی از ارکان بهداشت عمومی مدنظر باشد؛ این امر به شکل ساده، مراقبت از نیروی کار بوده و برای رسیدن به این هدف به حمایت‌های دولتی و ملی و تحقیقات بسیار در مورد سالم‌سازی محیط کار نیاز است.

شرایط نامساعد اجتماعی و محیطی از عوامل مهم ایجاد فشار روانی^۲ هستند که

سلامت روان^۳ را به خطر می‌اندازد. سلامت انسان می‌تواند در اثر وجود استرس دگرگون شود؛ این امر عدم تعادل در حالت جسمی و روانی را پدید می‌آورد. استرس‌های طولانی و مداوم محیط کار می‌تواند باعث بروز فرسودگی شغلی شده و مسایلی چون استعفا، غیبت‌های مکرر، کاهش انرژی و کاهش بازده کاری را به‌وجود آورد. با توجه به این که حداقل یک سوم از عمر هر فرد شاغلی در محیط کار سپری می‌شود و از طرفی بسیاری از روابط و مناسبات اجتماعی او طی ساعات کار شکل می‌گیرد، محیط کار یا استرس ناشی از آن می‌تواند علاوه بر کارایی، بر سلامت و خشنودی آن فرد مؤثر باشد.

استرس شغلی^۴، تجربه احساسی منفی ناشی از شرایط استرس‌زای محل کار

است و یک فرآیند پویا، چندگانه و پیچیده در شرایط استرس‌زا ممکن است به‌طور مستقیم و غیرمستقیم سبب مشکلات فیزیولوژیکی و روان‌تنی گردد [۲].

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 بالابردن سطح بهره‌وری در مؤسسات اقتصادی، خدماتی آموزشی و صنعتی تأثیر به‌سزایی داشته است [۳].

علاوه بر این موارد، باید دوری کارکنان طرح اقماری از خانواده را به عوامل استرس‌زای اشاره شده افزود. چرا که دوری از خانواده، بستگان، دوستان و شهر و دیار و بی‌خبری از آن‌ها، فرد را همواره در شرایط پراسترس قرار می‌دهد و با توجه به استرس‌زا بودن

محیط کار، این شرایط می‌تواند بهداشت روانی وی را تحت تأثیر جدی قرار دهد و مشکلات عدیده‌ای برای او ایجاد کند. با توجه به موارد اشاره شده، این مطالعه با اهداف اساسی زیر انجام شده است:

- ۱- مقایسه استرس شغلی در بین کارکنان اقماری و روز کار
- ۲- مقایسه بهداشت روان در بین کارکنان اقماری و روز کار
- ۳- بررسی رابطه بین استرس شغلی و بهداشت روان در بین کارکنان اقماری و روز کار

مروری بر پژوهش‌های پیشین

مردیان‌زاده تحقیقی با عنوان «بررسی مشکلات خانوادگی کارکنان شاغل در برنامه کار اقماری» به انجام رسانده است.

۱ | مشخصات آماری نمرات مقیاس استرس شغلی و ابعاد بهداشت روانی^{*} به تفکیک نوع شغل

روز کار	اقماری		ابعاد بهداشت عمومی	
	میانگین	انحراف استاندارد		میانگین
۲۵/۷۹۳	۱۴۷/۸۲	۲۸/۳۱۲	۱۴۹/۱۸	استرس شغلی
۳/۱۵	۳/۶۳	۳/۰۴	۳/۸۳	نشانیگان جسمانی
۳/۴۲	۴/۱۷	۴/۲	۵/۲۹	اضطراب
۳/۰۵	۵/۱۵	۳/۰۵	۵/۷۵	اختلال در کارکردهای اجتماعی
۳/۳۶	۲/۳۳	۳/۴۲	۱/۹۹	افسردگی
۱۰/۷۷	۱۵/۲۶	۱۱/۰۵	۱۶/۸۷	نمره کل

* نمره کم‌تر در این آزمون نشانگر بهداشت روانی بالاتر است.

3 Mental health
4 Occupational stress

1 pourbabakan@yahoo.com
2 Stress



۲ | آزمون تفاوت میانگین استرس شغلی بر حسب نوع کار پاسخ‌گویان

نوع کار	فراوانی	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
اقماری	۲۹۰	۱۴۹/۱۸	۲۸/۳۱۲	۰/۵۲۸	۰/۵۹۸
روز کار	۱۷۰	۱۴۷/۸۲	۲۵/۷۹۳		

◆ یافته‌های پژوهش

این مطالعه بر روی ۶۳ درصد کارکنان اقماری و ۳۷ درصد کارکنان روز کار انجام شد. میانگین سنی کارکنان اقماری (۳۷/۲۶ ساله) بیش از روز کارها (۳۲/۱۴ ساله) و تحصیلات کارکنان روز کار، کمی بیش از اقماری‌ها بود. درصد افراد مجرد (۲۲/۴ درصد) و متأهل (۷۷/۶ درصد) در دو گروه کاملاً با هم برابر بودند و کارکنان اقماری (۱/۹۴) بیش از روز کارها (۱/۲۴) فرزند داشتند. بیش‌ترین درصد کارکنان اقماری مربوط به منطقه عملیاتی آغار و دالان (۴۴/۱ درصد) و بیش‌ترین درصد کارکنان روز کار به منطقه نار و کنگان (۴۹/۴ درصد) اختصاص داشت. میانگین به‌دست آمده از سابقه کار کارکنان نشان می‌دهد که سابقه کار کارکنان اقماری (۱۳/۶۶ سال) بیش از روز کارها (۷/۹۲ سال) بوده است.

جدول ۱ نشان می‌دهد که میانگین استرس شغلی کارکنان اقماری (۱۴۹/۱۸) بیش از کارکنان روز کار (۱۴۷/۸۲) است. این امر بیانگر این است که کارکنان اقماری استرس شغلی بالاتری نسبت به کارکنان روز کار دارند.

میانگین به‌دست آمده برای ابعاد چهارگانه بهداشت روان و نمره کل در بین دو گروه اقماری و روز کار نشان دهنده این است که کارکنان اقماری در سه بعد «نشانیان جسمانی»، «اضطراب» و «اختلال در کارکردهای اجتماعی» و نمره کل بهداشت عمومی، عددی بالاتر از کارکنان روز کار کسب کرده‌اند. این موضوع بهداشت روانی پایین‌تر اقماری‌ها را نسبت به روز کارها نشان می‌دهد. روز کارها در بعد «افسردگی» میانگینی بالاتر از کارکنان اقماری داشتند.

جدول ۲ نتایج بررسی تفاوت میانگین استرس شغلی را بر اساس نوع کار نشان می‌دهد و نشان‌گر آن است که تفاوت معناداری در میزان استرس شغلی پاسخ‌گویان بر اساس نوع کار وجود ندارد. جدول ۳ نتایج بررسی تفاوت میانگین بهداشت روان و ابعاد چهارگانه آن را بر اساس نوع کار نشان می‌دهد. داده‌های جدول حاکی از آن است که تفاوت میانگین کارکنان اقماری و روز کار در دو بعد «اضطراب» و «اختلال در کارکردهای اجتماعی» معنادار بوده و در دو بعد دیگر و نمره کل معنادار نمی‌باشد. یعنی «اضطراب» و «اختلال در کارکردهای

۳ | آزمون تفاوت میانگین بهداشت روان و ابعاد آن بر حسب نوع کار پاسخ‌گویان

ابعاد بهداشت روان	نوع کار	فراوانی	میانگین	انحراف استاندارد	t	سطح معناداری
نشانیان جسمانی	اقماری	۲۹۰	۳/۸۳	۳/۰۴	۰/۷۲۳	۰/۴۷
	روز کار	۱۷۰	۳/۶۳	۳/۱۵		
اضطراب	اقماری	۲۹۰	۵/۲۹	۴/۲۱	۲/۹۴۵	۰/۰۰۳
	روز کار	۱۷۰	۴/۱۷	۳/۴۲		
اختلال در کارکردهای اجتماعی	اقماری	۲۹۰	۵/۷۵	۳/۱۴	۲/۰۲۹	۰/۰۴۳
	روز کار	۱۷۰	۵/۱۵	۳/۰۵		
افسردگی	اقماری	۲۹۰	۱/۹۹	۳/۴۲	-۱/۰۳۹	۰/۲۹۹
	روز کار	۱۷۰	۲/۳۳	۳/۳۶		
نمره کل	اقماری	۲۹۰	۱۶/۸۷	۱۱/۰۵	۱/۵۲۴	۰/۱۲۸
	روز کار	۱۷۰	۱۵/۲۶	۱۰/۷۷		

اجتماعی» به‌طور معناداری در بین کارکنان اقماری شیوع بیش‌تری دارد و این کارکنان نیاز بیش‌تری به خدمات روان‌پزشکی دارند.

◆ نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که هرچند در میانگین استرس شغلی و بهداشت روان کل، تفاوت معناداری بین دو گروه اقماری و روز کار وجود ندارد، اما استرس شغلی مهم‌ترین عامل تأثیرگذار بر بهداشت روان در بین دو گروه از کارکنان است. میزان تأثیر استرس شغلی بر ابعاد بهداشت روان در بین دو گروه نشان می‌دهد که کارکنان اقماری شرایط حساس‌تری نسبت به کارکنان روز کار دارند و افزایش استرس شغلی، بهداشت روان کارکنان اقماری را بیش از کارکنان روز کار تحت تأثیر قرار می‌دهد. با توجه به این نتایج، استرس شغلی، کاهش بهداشت روان کارکنان و به دنبال آن کاهش توانایی‌های روانی و جسمانی آن‌ها را در پی دارد. بنابراین ضروری است که در زمینه کاهش استرس شغلی این گروه از کارکنان صنعت نفت تلاش‌هایی صورت گیرد. این تلاش‌هایی توند شامل تشویق آنان به ابراز مشکلاتشان، سبب‌شناسی استرس شغلی و افزایش سطح آگاهی کارکنان و مدیران باشد.

◆ منابع

- [۱] دهشیری، غلامرضا (۱۳۸۲)، بررسی رابطه هوش هیجانی و مدیریت زمان با استرس شغلی معلمان مقطع متوسطه، مجله تازه‌های پژوهش و مشاوره، شماره ۳.
- [2] Stellman, J.M. (1998). Encyclopedia of Occupational Health and Safety. 4th edn. Geneva, Switzerland: ILO; 34-62.
- [۳] غفوریان، هما (۱۳۷۷)، عوامل استرس‌زاد مدیران، مجله تدبیر، شماره ۸۶.
- [۴] مرادیان‌زاده، محمد (۱۳۸۸)، بررسی مشکلات خانوادگی کارکنان شاغل در برنامه کار اقماری، مجله اینترنتی علوم اجتماعی فصل نو، سال چهارم، شماره ۵۳.
- [۵] فرطوسی، فردوس (۱۳۸۲)، «مقایسه میزان رضایت زناشویی و سلامت روان کارکنان ستادی و اقماری مرد شرکت نفت مناطق مرکزی ایران»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تربیت معلم تهران.
- [6] Pitrowski, C.h (1999), www. Work and Family, www.noish, stress&health, 99.htm.
- [۷] جعفری و قربانی (۱۳۸۷)، «بررسی اثرات مثبت‌کاری بر روی سلامت جسمانی و روانی کارکنان یکی از شرکت‌های پالایش نفت»، اولین کنفرانس بین‌المللی جایگاه اجمعی، بهداشت و محیط زیست در سازمان‌ها.

نتیجه این تحقیق نشان می‌دهد که بین انجام کار اقماری در صنعت نفت با مشکلات خانوادگی رابطه معناداری وجود دارد. همچنین مشاهده می‌شود که رابطه کار اقماری با اختلال در امور تربیتی، روانی و عاطفی و مدیریت خانواده نیز معنادار است [۴].

فرطوسی در پایان‌نامه خود به مقایسه میزان رضایت زناشویی و سلامت روان کارکنان ستادی و اقماری مرد شرکت نفت مناطق مرکزی ایران پرداخته است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که بین رضایت زناشویی کارکنان مرد ستادی و اقماری، تفاوت معناداری وجود ندارد؛ همچنین بین میزان سلامت روان کارکنان مرد ستادی و اقماری نیز تفاوت معناداری مشاهده نشد، اما بین میزان سلامت روان و رضایت زناشویی تمامی کارکنان، همبستگی معناداری به دست آمد [۵].

پیتروکوفسکی در چهارمین کنفرانس کار و استرس که در سال ۱۹۹۹ با همکاری انجمن روانشناسی آمریکا و مؤسسه ملی سلامت و ایمنی برگزار شد، هشدار داد که دیر زمانی نخواهد گذشت که کارکنان ما دیگر خانواده‌ای نخواهند داشت و علتش آن است که شرایط کار موجب شده که اعضای خانواده و روابط خانوادگی تحت تأثیر (منفی) فرآیند کار قرار گیرند [۶].

◆ روش پژوهش

این مطالعه به روش کمی و با استفاده از تکنیک پیمایش انجام شده است. جامعه آماری این مطالعه شامل تمامی کارکنان اقماری و روز کار مناطق عملیاتی شرکت بهره‌برداری نفت و گاز زاگرس جنوبی می‌باشد. در این مطالعه برای جمع‌آوری اطلاعات از دو آزمون استفاده شده است: ۱. پرسش‌نامه بهداشت روانی؛ پرسش‌نامه ۲۸ سؤالی بهداشت روانی راگلدبرگ و همکاران (۱۹۷۲) که برای سنجش سلامت روان طراحی گردیده است. ۲. پرسش‌نامه استرس شغلی زایس؛ این مقیاس ۵۷ سؤالی که توسط فیلیپ ال زایس (۱۹۹۲) تهیه شده است، اطلاعاتی درباره استرس شغلی ارایه می‌دهد.

1 GHQ-28