

## بهزیستی روان‌شناختی معلمان زن در آستانه بازنشستگی

فرهاد تنهای رشوانلو\*

دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه سمنان

## چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی بهزیستی روان‌شناختی معلمان زن در آستانه بازنشستگی بود. در سیک طرح پژوهشی تعداد ۱۴۴ نفر از معلمان زن استان خراسان شمالی که دارای سنوات خدمتی ۲۸ سال به بالا بودند، به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند و پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک و مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (ریف، ۱۹۸۹) را تکمیل کردند. یافته‌ها نشان داد که معلمان زن در بعد رشد شخصی در بهترین وضعیت و در خودپیروی در بدترین وضعیت قرار دارند. در مجموع ۵۵/۶ درصد از نظر بهزیستی روان‌شناختی، در سطح بالاتر از متوسط قرار داشتند. تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که بر حسب سن، وضعیت تأهل دانشگاه محل تحصیل، دوره تدریس و پست سازمانی در برخی از ابعاد بهزیستی روان‌شناختی تفاوت معناداری وجود داشت. بر حسب میزان تحصیلات، وضعیت مسکن، داشتن یا نداشتن وسیله نقلیه شخصی، نوع آموزشگاه، منطقه محل خدمت و فاصله محل خدمت از محل سکونت تفاوت معناداری میان معلمان زن به دست نیامد.

کلیدواژه‌ها: بهزیستی روان‌شناختی؛ بازنشستگی؛ معلمان زن

## مقدمه

بازنشستگی رویداد بسیار مهمی در زندگی افراد است که با وقایع روانشناختی و مالی متعدد در ارتباط بوده و بر سلامت و روابط با دیگران تأثیرگذار می‌باشد (والرو و توپا، ۲۰۱۴). بازنشسته شدن از یک شغل، به مثابه یک کلید یک انتقال مهم از یک دنیای فیزیکی و اجتماعی است؛ انتقالی که با تغییرات اساسی در سلامت و درآمد افراد همراه است. این تغییر بر روی ارزیابی افراد از خودشان، توانایی‌هایشان و کیفیت زندگی و سلامت‌شان تأثیر دارد (کیم و موئن، ۲۰۰۱). سلامت حالتی از بهزیستی کامل جسمی، روانی و اجتماعی و نه صرفاً غیاب بیماری و سلامت روان مشتمل بر میزان از بهزیستی است که به واسطه آن افراد توانایی‌های خود را می‌شناسند، می‌توانند با فشارهای زندگی روزمره کنار بیایند، به نحو مولد و اثربخشی کار کنند و به طور مؤثری در فعالیت‌های اجتماعی مشارکت نمایند (سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۴). بر این اساس بهزیستی روان‌شناختی در برگیرنده تلاش فرد برای کمال و تحقق نیروهای بالقوه واقعی خود است (کیز، ۱۹۹۸). بهزیستی روان‌شناختی مستلزم درک چالش‌های وجودی زندگی است. رویکرد بهزیستی روان‌شناختی رشد و تحول مشاهده شده در برابر چالش‌های وجودی زندگی را بررسی کرده و بر دنبال نمودن اهداف معنادار، تحول و پیشرفت به عنوان یک فرد و برقراری روابط کیفی با دیگران تأکید دارد (ریف و کیز، ۱۹۹۵). برخی پژوهش‌ها از ارتباط مثبت بازنشستگی با بهزیستی و برخی از ارتباط منفی آن حمایت می‌کنند (کیم و موئن، ۲۰۰۱). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که کیفیت زندگی در سال‌های پیش از بازنشستگی با وضعیت روانشناختی در بعد از بازنشستگی در ارتباط است (گیشارد، ۲۰۱۲). کیم و موئن (۲۰۰۲) در پژوهشی طولی به این نتیجه رسیدند که بازنشستگی با بهزیستی روانشناختی در ارتباط است و تغییرات موقتی در روحیه مردان بازنشسته به دنبال دارد اما تأثیر مداوم تری بر نشانگان افسردگی آنان دارد. این تأثیرات در زنان کمتر چشمگیر بود. مکوندی و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی با کنترل اثر سن به تفاوت‌هایی در سطح سلامت دست یافتند و چنین استنباط کردند که بازنشستگی به عنوان یک رخداد بزرگ در زندگی افراد منبع استرس بالایی برای آنان به شمار می‌آید و مهم نیست که چند سال تا بازنشستگی آنان باقیمانده یا چند سال از آن گذشته باشد. سیجریست و همکاران (۲۰۰۷) بر این باورند که کیفیت محیط کاری افراد شاغل با تمایل آنان به بازنشستگی و بهزیستی پیش و بعد از آن در ارتباط است و افرادی که در محیط کاری از بهزیستی کمتری برخوردارند تمایل بیشتری به بازنشستگی پیش از موعد داشته‌اند. ویژگی‌های شغل معلمی از قبیل سختی کار با دانش‌آموزان در کلاس‌های شلوغ، کار در مناطق عشایری یا روستایی، استرس‌های ناشی از تعامل با والدین، همکاران و مدیران بالادستی و... می‌تواند زمینه‌ساز بروز استرس‌های فراوانی برای معلمان باشد. این امر به ویژه برای معلمان زن، می‌تواند بر سطوح بهزیستی آنان تأثیر زیادی داشته باشد. تنهای رشوانلو (۱۳۹۲) در پژوهشی نشان داد که معلمان زن در تمامی سطوح بهزیستی از میانگین کمتری نسبت به مردان برخوردارند. به نظر می‌رسد که معلمان زن به واسطه تکالیف متعددی که در زندگی شخصی خود بر عهده دارند، بیشتر از کار و شرایط آن تأثیر می‌پذیرند. تقاضای بازنشستگی پیش از موعد و تمهیداتی که قانون‌گذار برای بازنشستگی پیش از موعد زنان در نظر گرفته، گویای این مسأله است. با توجه به تأثیراتی که شغل بر ابعاد مختلف سازمان روانی افراد دارد و نیز تأثیرات کیفیت سلامت در سال‌های پیش از بازنشستگی بر بهزیستی روانی در سال‌های بازنشستگی، بررسی بهزیستی روانشناختی در معلمان زن در آستانه بازنشستگی ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی بهزیستی روانشناختی معلمان زن در آستانه بازنشستگی و نقش شاخص‌های جمعیت‌شناختی در این زمینه بود.

\* e-mail: tanha@alumni.ut.ac.ir

## روش

### شرکت‌کنندگان

طرح پژوهش حاضر در زمره پژوهش‌های علی/مقایسه‌ای قرار داشت. جامعه آماری پژوهش را تمامی معلمان زن دارای سنوات خدمتی ۲۸ سال و بالاتر در استان خراسان شمالی در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲ تشکیل می‌داد. تعداد ۱۴۴ نفر از این معلمان زن به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۴۴/۹ با انحراف استاندارد ۳/۲۹ و دامنه ۴۱ تا ۵۸ سال بود. نسبت معلمان زن متأهل ۷۸/۵ درصد بود، ۴۷/۲ درصد تحصیلات لیسانس داشتند، ۶۸/۱ درصد در دانشگاه تحصیل کرده بودند، ۷۸/۵ درصد منزل شخصی داشتند، ۵۹/۷ درصد وسیله نقلیه شخصی داشتند، ۷۲/۲ درصد در مدارس عادی و ۲۷/۸ درصد در مدارس استثنایی تدریس می‌کردند، ۴۷/۹ درصد در مدارس ابتدایی مشغول به کار بودند، ۵۴/۹ درصد در مدارس شهری، ۳۷/۵ درصد در مدارس روستایی و ۷/۶ درصد در مدارس عشایری خدمت می‌کردند. از میان معلمان ۶۷/۴ درصد دارای شغل تدریس بوده و ۳۲/۶ درصد مشاغل مدیریتی داشتند.

### ابزار

فرم اطلاعات جمعیت شناختی: در این فرم اطلاعات شرکت‌کنندگان از حیث سن، وضعیت تأهل، میزان تحصیلات، محل اخذ آخرین مدرک تحصیلی، وضعیت مسکن، داشتن وسیله نقلیه شخصی، نوع آموزشگاه محل خدمت (عادی/استثنایی)، دوره تدریس، منطقه محل خدمت (عشایری، روستایی، شهری)، پست سازمانی (آموزشی-مدیریتی) و فاصله محل خدمت از محل سکونت مورد پرسش قرار گرفت.

فرم کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی: این فرم از مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (ریف، ۱۹۸۹) با ۱۸ عبارت، شش خرده مقیاس خود پیروی، سلطه بر محیط، رشد شخصی، روابط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود را در طیف هفت درجه‌ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) می‌سنجد. نمره بالاتر در هر یک از ابعاد به معنای وضعیت مطلوب فرد در آن بعد است. دایرنودک (۲۰۰۵) آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌ها را بین ۰/۷۷ تا ۰/۹۰ بدست آورده است. جوشن لو و همکاران (۱۳۸۵) نیز ضریب آلفای کرونباخ ۰/۴۳ تا ۰/۶۰ را گزارش کردند. آنان روایی مقیاس را نیز به تأیید رساندند. اعتبار مقیاس در مطالعه حاضر برای خرده مقیاس‌ها، آلفای ۰/۶۷ تا ۰/۸۱ و برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۳ بدست آمد.

### شیوه اجرا

شرکت‌کنندگان در پژوهش به صورت انفرادی به پرسش‌نامه‌ای متشکل از شاخص‌های جمعیت شناختی و پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها با شاخص‌های آمار توصیفی و تحلیل واریانس چند متغیره صورت گرفت.

## نتایج

شاخص‌های توصیفی ابعاد و نمره کل بهزیستی روان‌شناختی در جدول ۱ آورده شده است. نتایج نشان داد که معلمان زن در بعد رشد شخصی در بهترین وضعیت و در خودپیروی در بدترین وضعیت قرار دارند. در مجموع ۵۵/۶ درصد از نظر بهزیستی روان‌شناختی، در سطح بالاتر از متوسط قرار داشتند. تحلیل واریانس چندمتغیره نشان داد که بر حسب سن تنها در هدفمندی در زندگی تفاوت معناداری وجود دارد ( $P=0/04$ ) و افزایش سن هدفمندی در زندگی کاهش می‌یابد. برحسب وضعیت تأهل در تمامی متغیرها تفاوت معناداری وجود داشت و زنان مجرد کمترین میانگین را دارا بودند. بر حسب دانشگاه محل تحصیل تنها در رشد شخصی تفاوت وجود داشت ( $P=0/04$ ) و معلمان فارغ التحصیل از دانشسراها میانگین بالاتری داشتند. بر حسب دوره تدریس در خودپیروی تفاوت معناداری وجود داشت ( $P=0/01$ ) و هنرآموزان هنرستان‌ها بالاترین میانگین را دارا بودند، بر حسب پست سازمانی در سلطه بر محیط تفاوت معناداری وجود داشت ( $P=0/03$ ) و مدیران میانگین بالاتری داشتند. بر حسب میزان تحصیلات، وضعیت مسکن، داشتن یا نداشتن وسیله نقلیه شخصی، نوع آموزشگاه، منطقه محل خدمت و فاصله محل خدمت از محل سکونت تفاوت معناداری میان معلمان زن وجود نداشت.

### جدول ۱

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	شاخص‌های توصیفی		پایین تر از متوسط		بالاتر از متوسط	
	M	SD	درصد	فراوانی	فراوانی	درصد
پذیرش خود	۵/۳۱	۱/۳۰	۴۷/۹	۶۹	۷۵	۵۲/۱
هدفمندی در زندگی	۵/۰۶	۱/۲۷	۵۰/۷	۷۳	۷۱	۴۹/۳
سلطه بر محیط	۵/۲۷	۱/۱۹	۴۷/۲	۶۸	۷۶	۵۲/۸
روابط مثبت با دیگران	۵/۵۱	۱/۱۸	۵۲/۱	۷۵	۶۹	۴۷/۹
رشد شخصی	۵/۷۰	۱/۱۶	۴۳/۱	۶۲	۸۲	۵۶/۹
خود پیروی	۴/۵۶	۱/۰۹	۳۸/۹	۵۶	۸۸	۶۱/۱
بهبودی روان شناختی	۵/۲۳	۰/۷۶	۴۴/۴	۶۴	۸۰	۵۵/۶

## بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی بهزیستی روانشناختی در معلمان زن در آستانه بازنشستگی و نقش متغیرهای جمعیت شناختی در این زمینه انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بر حسب سن تنها در هدفمندی در زندگی تفاوت معناداری وجود دارد و با افزایش سن هدفمندی در زندگی کاهش می‌یابد؛ برحسب وضعیت تأهل در تمامی متغیرها تفاوت معناداری وجود داشت و زنان مجرد کمترین میانگین را دارا بودند؛ بر حسب دانشگاه محل تحصیل تنها در رشد شخصی تفاوت وجود داشت و معلمان فارغ التحصیل از دانشسراها میانگین بالاتری داشتند؛ بر حسب دوره تدریس در خودپیروی تفاوت معناداری وجود داشت و هنرآموزان هنرستان‌ها بالاترین میانگین را دارا بودند و بر حسب پست سازمانی در سلبه بر محیط تفاوت معناداری وجود داشت و مدیران میانگین بالاتری داشتند. بر حسب میزان تحصیلات، وضعیت مسکن، داشتن یا نداشتن وسیله نقلیه شخصی، نوع آموزشگاه، منطقه محل خدمت و فاصله محل خدمت از محل سکونت تفاوت معناداری میان معلمان زن وجود نداشت. در پیشینه پژوهشی مورد بررسی، پژوهشی که به بررسی بهزیستی روانشناختی در معلمان زن در آستانه بازنشستگی پرداخته و نقش شاخص‌های جمعیت شناختی را مورد بررسی قرار داده باشد، به دست نیامد. اما این یافته‌ها به طور کلی با نتایج پژوهش کیم و موئن (۲۰۰۲) در خصوص ارتباط بازنشستگی با بهزیستی روانشناختی و تبعات پایدار آن همسویی دارد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که هدفمندی در زندگی یا داشتن برنامه برای انجام کارهایی در آینده، داشتن اهدافی که نیازمند تلاش هستند و در نظر داشتن کارهای جالب و مهم برای انجام دادن در آینده با افزایش سن در معلمان زن در آستانه بازنشستگی، کاهش می‌یابد. یافته‌ها در خصوص وضعیت تأهل نشان داد که معلمان زن مجرد در آستانه ازدواج در تمامی ابعاد بهزیستی روانشناختی در سطح پایین‌تری نسبت به زنان متأهل و حتی زنان بیوه یا مطلقه قرار داشتند. یافته‌ها در خصوص تفاوت بر حسب محل اخذ آخرین مدرک تحصیلی نشان دهنده آن بود که در رشد شخصی معلمان زن فارغ التحصیل از دانشسراها از وضعیت مطلوب‌تری برخوردار بودند. بدین معنی که این زنان تلاش برای انجام فعالیت‌های جدید و نگرستن به زندگی آینده به عنوان فرصتی برای پیشرفت و ارتقاء را بهتر از سایر معلمان زن حفظ کرده بودند. هنرآموزان هنرستان‌ها در خودپیروی یا تأثیرپذیری اندک از دیدگاه‌های غالب و قضاوت بر اساس ارزش‌ها و معیارهای شخصی نسبت به معلمان زن سایر دوره‌ها در وضعیت مطلوب‌تری قرار داشتند و احساس مسئول بودن در برابر وضعیت موجود و اداره کردن مسئولیت‌های زندگی در معلمان زنی که دارای مشاغل مدیریتی بودند در سطح بالاتری قرار داشت.

به نظر می‌رسد ارائه تبیین‌های نظری در خصوص یافته‌های پژوهش حاضر نیازمند تکرار یافته‌های پژوهش در مطالعات بعدی است. بر این اساس انجام چنین پژوهشی در نمونه‌های بزرگتری از معلمان و در صورت امکان مقایسه‌های جنسیتی در این زمینه، به پژوهشگران آتی پیشنهاد می‌گردد. شاید عمده‌ترین محدودیت پژوهش حاضر حجم نمونه اندک پژوهش بود. این امر به ویژه با وجود متغیرهای جمعیت شناختی متعدد که برخی طبقات متعددی داشتند، مقایسه‌های معتبری را فراهم نمی‌ساخت.

## منابع

- تنهای رشوانلو، فرهاد (۱۳۹۲). بررسی وضعیت بهداشت روانی در معلمان خراسان شمالی و ارائه راهکارها. XX. جوشن لو، محسن؛ رستمی، رضا و نصرت آبادی، مسعود (۱۳۸۵). بررسی ساختار عاملی مقیاس بهزیستی جامع. فصلنامه روان‌شناسان ایرانی، ۳(۹)، ۵۱-۳۵. مکوندی، بهنام؛ حیدرئی، علیرضا و ولی‌زاده، شاهرخ (۱۳۹۱). مقایسه سلامت روانی و ناامیدی در بازنشسته و در شرف بازنشستگی یک شرکت صنعتی در استان خوزستان. یافته‌های نو در روانشناسی، ۷(۲۳)، ۱۶۰-۱۴۹.
- Dierendonck, D. (2005). The Construct validity of Ryff Scales of psychological well-being and its extension with spiritual well-being. *Personality and Individual Differences*, 36, 629-643.
- Guishard, D. Z. (2012). *Retirement ready or not: Psychosocial Factors that Influence the Decision to Delay Retirement among Workers 60 and Older in Westchester County*. Unpublished Doctoral Dissertation. State John Fisher College.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social psychology quarterly*, 61, 121-140.
- Kim, J. E., & Moen, P. (2001). Is retirement good or bad for subjective well-being? *Current Directions in Psychological Science*, 3(10), 83-86.
- Kim, J. E., & Moen, P. (2002). Retirement transitions, gender, and psychological well-being a life-course, ecological model. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 3(57), 212-222.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 6(57), 1069-XX.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727.
- Siegrist, J., Wahrendorf, M., Von dem Knesebeck, O., Jürges, H., & Börsch-Supan, A. (2007). Quality of work, well-being, and intended early retirement of older employees- baseline results from the SHARE Study. *The European Journal of Public Health*, 1(17), 62-68.
- Valero, E., & Topa, G. (2014). Brief Retirement Self-Efficacy-11 Scale (BRSE-11). Factorial Structure and Validity. *Journal of Career Assessment*, xx-xx, Published online Retrieved from: <http://jca.sagepub.com/content/early/2014/10/15/1069072714553567>.
- World Health Organization. (2004). *Promoting Mental Health: Concepts, Emerging evidence, Practice*. A Summary Report of the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation and The University of Melbourne. Geneva: xx.