

کیفیت زندگی معلمان

www.ketab.ir

نویسنده :

حمیده سامی فر

فرید سامی فر

سرفشانه	: سامی فر، حمیده، ۱۳۴۶-
عنوان و نام پدیدآور	: کیفیت زندگی معلمان / نویسنده حمیده سامی فر، فرید سامی فر.
مشخصات نشر	: گرگان: انتشارات نوروزی، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۶۹ ص.
شابک	: 978-622-02-1455-7 -- وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت	: کتابنامه: ص. ۶۱ - ۶۸
موضوع	: معلمان -- ایران -- بهداشت روانی - Teachers -- Iran -- Mental health
موضوع	: کیفیت زندگی -- ایران -- نمونه پژوهی - Case studies -- Quality of life-- Iran
موضوع	: معلمان -- ایران -- اثربخشی - Teacher effectiveness -- Iran
موضوع	: کیفیت زندگی کاری -- ایران -- نمونه پژوهی
موضوع	: Quality of work life. -- Iran -- Case studies
شناسه افزوده	: سامی فر، فرید، ۱۳۷۲-
رده بندی کنگره	: ۲/۲۸۴.LB
رده بندی دیویی	: ۱۰۰۹۵۵/۳۷۱
شماره کتابشناسی ملی	: ۷۵۸۳۹۹۳
وضعیت رکورد	: فیبا

کیفیت زندگی معلمان

تألیف: حمیده سامی فر - فرید سامی فر

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۰

مشخصات ظاهری: ۶۹ ص

قطع: وزیری

شمارگان: ۵۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۰۲-۱۴۵۵-۷

چاپ و نشر: نوروزی - ۰۱۷۳۲۲۴۲۲۵۸

قیمت: ۲۵۰۰۰ تومان

حق چاپ برای نویسنده محفوظ می باشد.



گلستان، گرگان، خیابان شهید بهشتی، پاساژ رضا، کدپستی ۴۹۱۶۶۵۷۳۷۶

Instagram: entesharatnoruzi

Phone: ۰۱۷-۳۲۲۴۲۲۵۸-۰۹۱۱۳۷۵۳۴۹۷

Website: www.entesharate-noruzi.com

Email: entesharate.noruzi@Gmail.com

فهرست

۷	مقدمه
۱۰	اهمیت و ضرورت کیفیت زندگی معلمان
۱۲	تعاریف اصطلاحات پژوهش
۱۲	کیفیت زندگی
۱۲	ویژگیهای شخصیتی
۱۳	بازبودن نسبت به تجربه
۱۳	وظیفه شناسی
۱۴	برونگرایی
۱۴	روان رنجورخویی
۱۵	توافق پذیری
۱۵	هوش هیجانی
۱۶	خوشبینی
۱۸	ارزیابی کیفیت زندگی
۱۹	ابعاد کیفیت زندگی
۲۰	شاخص های کیفیت زندگی
۲۱	رابطه بهزیستی فاعلی با کیفیت زندگی
۲۳	نظریه هایی کیفیت زندگی
۲۶	رابطه ویژگی های عاطفی شخصیتی با کیفیت زندگی
۲۸	ویژگی های شخصیتی
۳۰	نظریه صفات شخصیت گوردن آلپورت
۳۵	نظریه ریموند کتل (نظریه تحلیل عاملی صفات):
۳۷	نظریه صفات رابرت مک کری و پل کوستا (نظریه پنج عاملی):
۳۸	هوش هیجانی

مقدمه

کار و اشتغال به عنوان یکی از تعیین کننده‌های اجتماعی سلامت (مطلق، اولیایی منش و بهشتیان^۱، ۲۰۰۸)، بخش وسیع و مهمی از اوقات افراد را به خود اختصاص می‌دهد. از این‌رو، شرایط مرتبط با شغل و رضایت شغلی مخصوصاً در معلمان که آینده سازان جوامع را می‌پرورانند، تبدیل به یکی از ارکان ضروری و ارزشمند ارتقاء سلامتی و رضایت از زندگی شده است (حبیبی و شیرازی^۲، ۲۰۱۷). به باور گرین^۳ (۲۰۱۱)، استخدام شدن می‌تواند اثرات مخرب بیکاری را بر کیفیت زندگی^۴ و سلامت روان کاهش دهد. از این رو کیفیت زندگی، که به عنوان احساس خرسندی و رضایت از زندگی تعبیر می‌شود، در افراد مختلف دارای معیارهای گوناگونی مانند ثروت و یا رضایت شغلی و ... است. در واقع تجربه شادکامی و کیفیت بالای زندگی هدف برتر زندگی به شمار می‌رود و احساس غم و ناخرسندی اغلب مانعی در راه کیفیت زندگی شمرده می‌شود که می‌تواند در افرادی که دچار مشکلاتی هستند سطح آن متزلزل گردد (می^۵، ۲۰۱۴).

در عین حال، ویژگی‌های شخصی یکی از عواملی است که می‌تواند با کیفیت زندگی معلمان مرتبط باشد. تفاوت در مشخصات فردی مانند شخصیت یکی از مهم ترین عوامل ایجاد کننده کیفیت زندگی است که به دیگر چیزی که برای کیفیت زندگی یک نفر مهم است ممکن است برای دیگری مهم نباشد. بنابراین شخصیت فرد می‌تواند نقش مهمی در درک کیفیت زندگی داشته باشد، زیرا انگیزش و نگرش فرد را به زندگی و شیوه ای که وی به اقتضائات زندگی پاسخ می‌دهد، را مشخص می‌کند (شانک^۶، ۲۰۱۰).

یکی دیگر از متغیرهایی که در پیش بینی کیفیت زندگی نقش دارد، هوش هیجانی^۸ است. هوش هیجانی توانایی‌هایی مانند اینکه فرد بتواند انگیزه خود را حفظ نماید و در مقابل ناملازمات پایداری کند، تکانش های خود را کنترل کند و کامیابی را به تعویق بیندازد، حالات روحی خود را تنظیم کند و نگذارد پریشانی خاطر، قدرت تفکر او را خدشه دار سازد، با دیگران

^۱. Motlagh, Oliaeimanesh & Beheshtian

^۲. Habib & Shirazi

^۳. Green

^۴. quality of life

^۵. Mey

^۶. personality characteristics

^۷. Shanak

^۸. emotional intelligence

همدلی کند و امیدوار باشد. برخلاف هوشبهر که سابقه حدود یکصدسال تحقیق برصدها هزارنفر را به همراه دارد، هوش هیجانی مفهوم جدیدی است (گلمن^۱، ترجمه پارسا، ۱۳۸۷).

در ضمن، از متغیرهای اساسی مؤثر بر کیفیت زندگی معلمان، خوش بینی^۲ می باشد. تحقیقات انجام شده توسط تعدادی از روان شناسان مزایای خوشبینی و معایب بدبینی را مشخص نموده اند. خوش بین ها نتایج مثبت بیشتری به دست می آورند زیرا آنها هدفشان را به صورت یک چیز دست یافتنی تصور می کنند و از فرآیند حل مسئله استفاده می کنند تا اینکه آن را انکار کنند (آسپین وال و تایلور^۳، ۱۹۹۲، به نقل از موحد ۱۳۸۲). خوش بینی به جهت گزینی- اشاره دارد که در آن معمولاً پیامدهای مثبت مورد انتظارند و این پیامدها به عنوان نتایج عوامل ثابت، کلی و درونی در نظر گرفته می شوند (پیترسون^۴، ۲۰۰۰). خوش بینی با یک رشته از پیامدهای مثبت سلامت جسمانی و روان شناختی مانند سطح افسردگی اضطراب پایین، عدم ضعف سیستم ایمنی و بهزیستی عمومی همبسته می باشد (ایساکو^۵ و همکاران، ۱۹۹۸).

امروزه راضی و خشنود نگهداشتن کارکنان از دغدغه های عمده مدیران در سازمان های مهم و حیاتی مانند آموزش و پرورش بوده (رضایی و خلیلی زاده^۶، ۲۰۰۹) و در تمامی سطوح مدیریت و منابع انسانی سازمان ها، اهمیت خاصی به کیفیت زندگی شغلی و خانوادگی کارکنان داده می شود (زکی^۷، ۲۰۱۶). در یک تعریف ساده، رضایت شغلی معلمان را می توان به عنوان حالت عاطفی مثبت یا مطلوب یک شخص نسبت به شغل یا تجربه های شغلی اش در تدریس تعریف نمود که بطور مستقیم بر کیفیت مطلوب زندگی اثرگذار است (دمیرتاس^۸، ۲۰۱۰). انسان ها به طور فطری تلاش می کنند تا در حیات اجتماعی خود کم و کیف مطلوب شرایط زندگی را برای خود تأمین کند. داشتن یک زندگی با کیفیت مطلوب همواره آرزوی او بوده و هست و در طول سالیان متمادی یافتن مفهوم زندگی خوب و چگونه دستیابی به آن فکر و ذهن وی را به خود معطوف داشته است (حسینیان، قاسم زاده و نیکنام، ۱۳۹۰). موارد مذکور مفهوم کیفیت

^۱ . Golman

^۲ . optimism

^۳ . Aspin Val & Taylor

^۴ . Peterson

^۵ . easako

^۶ . Rezaei & Khalilzadeh

^۷ . Zaki

^۸ . Demirtas

زندگی را تداعی می‌کند. در خصوص معنی کیفیت زندگی دانشمندان تعبیر و تعاریف متعددی قائل هستند. به طوری که فرانز و پاور کیفیت زندگی را رضایت یا عدم رضایت از ابعادی از زندگی فرد می‌دانند که برای او مهم است. سل و تالسکی^۱ (۱۹۹۹) کیفیت زندگی را ارزیابی و رضایت فرد از سطح عملکرد موجودش در مقایسه با آنچه ایده آل یا ممکن می‌پندارند، تلقی می‌کنند (بیشاپ^۲، ۲۰۰۷).

از عوامل مرتبط با کیفیت زندگی، ویژگیهای شخصیتی است. در زندگی ویژگیهای شخصیتی سبب ادراک تفاوت‌های فردی در قالب الگوهای پایدار تفکر، احساس و رفتار می‌شوند. ویژگیهای شخصیتی افراد می‌تواند الگوهایی برای پیش بینی رفتار و حالت های روانی آنان فراهم آورد و تفاوت‌های فردی افراد عاملی مهمی است که نشان می‌دهد چرا برخی از افراد بهتر از دیگران با شرایط و متغیرهای محیطی و زندگی مشترک کنار می‌آیند و از سطوح مختلف انگیزش، رضایت و سلامت روان برخوردارند (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۰). نیروی کار از نظر مهارت‌ها، توانایی‌ها، ویژگیهای شخصیتی، ارزش‌ها و نگرش‌ها، ادراکات و اسنادهایشان با یکدیگر متفاوتند و این تفاوت به جالب برانگیز بودن ماهیت کار اشاره می‌کند. نیروی کار دارای مجموعه‌ای متنوعی از ویژگیهای شخصیتی هستند و هیچ دو نفری کاملاً شبیه یکدیگر نیستند (نلسون و کوئیک^۳، ۲۰۰۶). بر این اساس می‌توان از طریق ویژگیهای شخصیتی به ویژگیهای شغلی و کیفیت زندگی افراد پی برد.

یکی از مفاهیم هوش که به‌عنوان جدیدترین تحول در زمینه فهم رابطه تعقل و هیجان است و از آن به‌عنوان ماشه چکان یک انقلاب بزرگ در زمینه‌ی ارتقای بهداشت روانی یاد می‌شود مفهوم هوش هیجانی است. سالووی و مایر^۴ (۱۹۹۹) در پاسخ به این سؤال که چرا دو فرد با هوش بهر مساوی می‌توانند به سطوح کاملاً متفاوتی از پیشرفت و خوشبختی برسند، برای اولین بار اصطلاح هوش هیجانی را مطرح نمودند. منظور از هوش هیجانی آن دسته از جنبه‌های زیربنایی و رفتار فردی است که به‌طور کامل با توانایی‌های عقلانی و تفکری او متفاوت است (ابراهیمی، ۱۳۸۷). امروزه شاهد این هستیم که در ابعاد گوناگون زندگی، انواع هوش مهم و تأثیرگذار هستند. هوش یکی از جذاب ترین و جالب ترین فرایندهای روانی است

^۱ . Sell & Taleski

^۲ . Bishop

^۳ - Nelson & Quick

^۴ -Salovey&Mayer