بررسی عوامل مداخله کننده در فرسودگی شغلی مددکاران شاغل در بخش های بیماران سرطانی در بیمارستانهای شهدای تجریش و امام خمینی

فاطمه حسین زاده جنیدی

مددکار اجتماعی کلینیک به روش samin\_hj@yahoo.com

چکیده

**زمینه و هدف** :سلامت از نیازهای اساسی انسان است که در توسعه پایدار نقش حیاتی دارد . میزان مشکلات سلامتی روان نظیر افسردگی و فرسودگی در حرفه های گوناگون را می توان به تفاوت و میزان های متفاوت تنش های شغلی در آنها مرتبط دانست . فرسودگی شغلی یکی از مهمترین عوامل موثر در کاهش کارایی افراد است فرسودگی شغلی را می توان به عنوان یک واکنش در برابر فشارهای مزمن و پاسخ به فشارهای کاری یا سازمان معرفی نمود . مددکاران در طول خدمت خود با تنش های مختلفی مواجه هستند که از آن جمله می توان به فرسودگی شغلی اشاره نمود. اين نوع تحليل رفتگی در اثر تنش های مداوم ايجاد می شود و عوارض زيادی در خانواده، زندگی اجتماعی و فردی و سازمان بر جای می گذارد. ، فرسودگی شغلی یک نشانگان روانشناختی شامل خستگی هیجانی ، مسخ شخصیت و کاهش کفایت شخصی می باشد. بنابراين شناخت و پيشگيري از فرسودگي شغلي در ارتقا» بهداشت رواني آنان و ارتقا» سطح کيفيت خدمات ارايه شده، نقش بسزايي خواهد داشت. . پژوهش حاضربا هدف بررسی عوامل مداخله کننده در فرسودگی شغلی مددکاران شاغل در بخش های بیماران سرطانی در بیمارستان های شهدای تجریش وامام خمینی می پردازد.

**روش بررسی:** پژوهش حاضربرمبنای روش اسنادی و پیمایشی بوده و بر اسای یک مطالعه توصیفی دنبال شده است جامعه آماری شامل 30 نفراز مددکاران شاغل در واحد های مددکاری بیمارستانهای شهدای تجریش و امام خمینی بوده است . که بصورت تصادفی انتخاب و مورد مصاحبه بلینی قرار گرفته است.

**یافته ها:** این پژوهش نشان می دهد که احساس تحليلی عاطفی را در حد خفيف، احساس مسخ شخصيت را در حد شديد, احساس عدم موفقيت فردی را در حد شديد گزارش کردند. فرسودگی شغلی پديده ای شايع در مددکاران است و اين مساله به عوامل متعددی از جمله شرايط محيط کار، تجربه کاری، بالا بودن حجم کار، فشارهای روانی، رضايت شغلی و سختی شرايط کار بستگی دارد.

واژگان کلیدی : فرسودگی شغلی و روانی ، خستگی هیجانی ، مددکاران ، بیماران سرطانی

1- مقدمه

توجه به بهداشت روانی در تمام عرصه های زندگی از جمله زندگی کار فرد حائز اهمیت است . عوامل موجود در محیط کار به طور وسیعی با سلامت و بیماری افراد شاغل در ارتباط می باشد . مطالعات و تحقیقات نشان داده اند که میزان مشکلات سلامتی نظیر افسردگی و فرسودگی در حرفه های گوناگون را می توان به تفاوت آنها و متفاوت بودن میزان تنش در حرفه ها دانست . از میان کارکنان خدمات بهداشتی و بهزیستی ، حرفه مددکاری نسبت به سایر گروه ها در معرض تنیدگی قابل ملاحظه قراردارد. این در حالی است که باقی ماندن تنیدگی ، احتمال کناره گیری عاطفی و فرسودگی شغلی را در پی دارد. فرسودگی شغلی یک نشانگان روانشناختی شامل خستکی هیجانی ، مسخ شخصیت و کاهش کفایت شخصی می باشد... پژوهش حاضر به بررسی عوامل مداخله کننده در فرسودگی شغلی مددکاران شاغل در بخش های بیماران سرطانی می پردازد. **2- طرح مسئله:**

**فرسودگي شغلي به خستگي ناشي از فشارهاي موجود در محل كار، نفس كار و همچنين علايم و حالات تحليلي رفتگي قوا ، سرخوردگي و گوشه گيري در كاركنان گفته مي‌شود.(** Frevedenberger1975)  
فرسودگي شغلي، عواقب و هزينه‌هاي بسياري بر سازمانها و كاركنان تحميل مي‌كند.  
عوامل متعددي همواره به عنوان منابع فشارهاي رواني (استرس) در محيط كار وجود دارند، ‌از قبيل عوامل‌ محيطي و فيزيكي چون سروصدا، ازدحام، نور و صوت نامناسب، عوامل‌ انساني چون تعارض با افراد ديگر، عوامل‌ سازماني چون تراكم كاري، سياست‌ گذاري نادرست و.... در مقابل اين استرس‌ها ( فشارهاي رواني) اگر شخص قادر به مقابله مؤثر نباشد، دستخوش عوارض متعدد جسمي و رواني و رفتاري مي‌شود. طولاني شدن فشارهاي رواني ممكن است موجب كاهش رضايتمندي از شغل و منجر به فرسودگي شغلي شود كه پيامد آن كسالت، بي‌تفاوتي و كاهش اثربخشي، خستگي، ناكامي و حتي دلسردي در شخص مي‌باشد . در این خصوص مددکاران شاغل در بخش های بیمارستانی مرتبط با بیماران سرطانی از این قاعده مثتسنی نیستند. پژوهش حاضر به بررسی عوامل مداخله کننده در فرسودگی شغلی مددکاران شاغل در بخش های بیماران سرطانی و می پردازد.

**3- تبیین معنا و مفهوم فرسودگی شغلی**

**فرسودگي شغلي براي اولين بار توسط " فرويدنبرگر"  در دهه 1970، زماني که وي علايم خستگي را در کارکنان خود مشاهده کرد، تعريف شد. او اين پديده را سندرم تحليل قواي جسمي رواني ناميد که در افراد شاغل در حرفه هاي کمک رساني که افراد زمان زيادي از ساعت هاي کاري را در ارتباط نزديک با ساير مردم مي گذرانند، به وجود مي آيد.(** فولاد بند، فرزانه:1385، 789)

**فرسودگی شغلی** یا **کارزَدگی** را از لحاظ لغوی می‌توانیم تحلیل قوای روانی که گاهی با افسردگی همراه هست و از تلاش برای کمک به بیماران روانی یا افراد تحت فشار روانی ناشی می‌شود تعریف کرد. فرسودگی شغلی نشانگان خستگی مفرط عاطفی به دنبال سال‌ها درگیری و تعهد نسبت به کار و مردم هست. به عبارت دیگر فرسودگی شغلی خستگی فیزیکی، هیجانی و روانی به دنبال قرار گرفتن طولانی مدت در موقعیت کار سخت هست. این نشانگان حالتی است که در آن قدرت و توانایی افراد کم و رغبت وتمایل آنها برای انجام کار و فعالیت کاهش پیدا می‌کند.( باقری یزدی، عباس :1373، 54 ) .فرسودگی شغلی پیامدی از فشار شغلی دایم و مکرر است. بدین ترتیب که شخص در محیط کارش به علت عوامل درونی و بیرونی احساس فشار می‌کند و این فشار، پیوسته و چندین‌باره بوده و سرانجام به احساس [فرسودگی](http://fa.wikipedia.org/w/index.php?title=%D9%81%D8%B1%D8%B3%D9%88%D8%AF%DA%AF%DB%8C&action=edit&redlink=1&preload=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%B3%D8%AA%D8%AE%D9%88%D8%A7%D9%86%E2%80%8C%D8%A8%D9%86%D8%AF%DB%8C&editintro=%D8%A7%D9%84%DA%AF%D9%88:%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87/%D8%A7%D8%AF%DB%8C%D8%AA%E2%80%8C%D9%86%D9%88%D8%AA%DB%8C%D8%B3&summary=%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF+%DB%8C%DA%A9+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D9%86%D9%88+%D8%A7%D8%B2+%D8%B7%D8%B1%DB%8C%D9%82+%D8%A7%DB%8C%D8%AC%D8%A7%D8%AF%DA%AF%D8%B1&nosummary=&prefix=&minor=&create=%D8%AF%D8%B1%D8%B3%D8%AA+%DA%A9%D8%B1%D8%AF%D9%86+%D9%85%D9%82%D8%A7%D9%84%D9%87+%D8%AC%D8%AF%DB%8C%D8%AF&withJS=MediaWiki:Intro-Welcome-NewUsers.js) تبدیل می‌گردد. فرسودگی شغلی به عنوان فقدان [انرژی](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%A7%D9%86%D8%B1%DA%98%DB%8C) و نشاط تعریف می‌شود و شخص دچار فرسودگی شغلی احساس کسالت‌انگیزی را نسبت به انجام رفتار شغلی نشان می‌دهد.شخصی که مسئولیت‌های هم‌ستیزنده و هم‌زمانی دارد، این احساس را خواهد داشت که به چند جهت کشیده می‌شود. این امر به خستگی از کار و سرانجام فرسودگی شغلی خواهد انجامید.پژوهش‌ها نشان می‌دهند که [مددکاران](http://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%BE%D8%B2%D8%B4%DA%A9_%D8%B9%D9%85%D9%88%D9%85%DB%8C) بیش از بقیه شاغلان دچار کارزدگی می‌شوند. ( ساراسون، ایروین جی. ساراسون، باربارا آر: 1371 ، 89 )

**4- بحث و نتيجه گيري :**  
افرادي كه به طور طولاني مدت در معرض استرسهاي شديد هستند، امكان دارد مبتلا به فرسودگي كاري شوند. اين پديده سندرمي است كه شامل فرسودگي فيزيكي، عاطفي و رواني است و توام با احساس شديد پايين بودن پيشرفت شخصي در فرد است ، افرادی كه به طور طولانی مدت در معرض استرسهای شدید هستند، امكان دارد مبتلا به فرسودگی كاری شوند این پدیده سندرمی است كه شامل فرسودگی فیزیكی، عاطفی و روانی است و توام با احساس شدید پایین بودن پیشرفت شخصی در فرد است ،.. مطالعات و تحقیقات نشان داده اند که میزان مشکلات سلامتی نظیر افسردگی و فرسودگی در حرفه های گوناگون را می توان به تفاوت آنها و متفاوت بودن میزان تنش در حرفه ها دانست . از میان کارکنان خدمات بهداشتی و بهزیستی ، حرفه مددکاری نسبت به سایر گروه ها در معرض تنیدگی قابل ملاحظه فراردارد. این در حالی است که باقی ماندن تنیدگی ، احتمال کناره گیری عاطفی و فرسودگی شغلی را در پی دارد. فرسودگی شغلی یک نشانگان روانشناختی شامل خستکی هیجانی ، مسخ شخصیت و کاهش کفایت شخصی می باشد، که در نمونه موردمطالعه مشاهده قرار شد.

**منابع مورد مطالعه** :

1. ساراسون، ایروین جی. ساراسون، باربارا آر. روانشناسی مرضی، مترجم، بهمن نجاریان و همکاران(1371)، جلد اول، چاپ اول، تهران، رشد.
2. فولاد بند، فرزانه(1385)خستگی شغلی، علل و راه حل، هفته نامه سلامت، شماره صدو شش، سال سوم، صفحه 8.
3. باقری یزدی، عباس (1373). بررسی همه گیرشناسی اختلالات روانی در مناطق روستایی میبد یزد. پایان نامه کارشناسی ارشد. انستیتوی روانپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی ایران.

منابع انگلیسی:

Derogatis,L.R., Lipman, R.S., & Coviol.(1973). SCL-90: an outpatient Psychiatric rating scale preliminary report. Psychopharmacology Bulletin.9.13-27

Frevedenberger(1975). The staff burnout syndrome in alternative institution. Psychothrapy: theory, Research & Practice.1(12).