

## بررسی ارتباط سلامت روانی و استرس شغلی در پرستاران

نویسندگان:

عزیز شهرکی واحد\*<sup>۱</sup>، مرجان مردانی حموله<sup>۲</sup>، جواد سنجولی<sup>۳</sup>، سودابه حامدی شهرکی<sup>۴</sup>

- ۱- بخش پرستاری، دانشکده پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران
- ۲- بخش پرستاری، بیمارستان فاطمه زهرا (س)، نجف آباد، ایران
- ۳- بخش ایمنولوژی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران
- ۴- بخش آمار، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران

فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی جهرم، دوره هشتم، شماره سه، پائیز ۸۹

### چکیده:

**مقدمه:** سلامت روان مطلوب به عنوان یکی از عوامل مهارکننده اثرات منفی استرس شغلی شناخته شده است. موقعیت های استرس زای زیادی در حرفه پرستاری وجود دارد که می توانند موجب مشکلاتی از قبیل نارضایتی، کاهش کارایی، ترک خدمت یا تغییر شغل در پرستاران شوند. این مشکلات، صدمات جبران ناپذیری بر ارائه مراقبت بالینی به بیماران در پی دارد. این مطالعه با هدف تعیین رابطه سلامت روانی و استرس شغلی در پرستاران انجام شده است. **روش کار:** این مطالعه توصیفی و همبستگی است. جامعه مورد مطالعه را پرستاران شاغل در بیمارستان های آموزشی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی شهر زابل در سال ۱۳۸۸ تشکیل داده اند. ۱۵۰ نفر از کارکنان پرستاری به روش سرشماری به عنوان نمونه پژوهش، منطبق بر جامعه پژوهش، انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه های روا و پایا شده سلامت روان گلدبرگ و استرس شغلی آلتمایر استفاده شد. داده ها با استفاده از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و آزمون  $t$ ، آنالیز واریانس و پس آزمون توکی) تحت نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته ها:** نتایج نشان داد ۵۷/۳ درصد پرستاران دارای سلامت روان و ۴۲/۷ درصد در معرض اختلالات روان بوده اند و میزان استرس شغلی در آنها به ترتیب در ۵۰/۷ درصد، ۴۶/۷ درصد و ۱/۷ درصد موارد شدید، متوسط و خفیف گزارش شد. همچنین نتایج نشان دادند بین سلامت روان و استرس شغلی رابطه معنی دار وجود داشته است ( $P < 0.05$ ). **بحث و نتیجه گیری:** با توجه به یافته ها، توجه به سطح سلامت روانی پرستاران جهت کاهش میزان استرس های شغلی در آنان و بهبود کیفیت مراقبت های پرستاری از جانب آنان، ضروری است.

**واژگان کلیدی:** سلامت روان، استرس شغلی، پرستار

### مقدمه:

دهند [۱]. لذا لازم است بیمارستان، به عنوان یکی از این نوع سازمان ها جهت ارتقای کارایی خود، وضعیت سلامت روانی کارکنان به ویژه کادر پرستاری را مورد توجه قرار دهد. در واقع سلامت روانی عبارت است از رفتار موزون و هماهنگ با جامعه، شناخت و پذیرش واقعیت های اجتماعی و قدرت سازگاری با آنها

یکی از مهمترین حوزه های توسعه پایدار سلامتی در جوامع بشری، بخش بهداشت و درمان است که ارتباط مستقیمی با سلامت انسان ها دارد و وظیفه خطیر حفظ و اعاده سلامتی را به جامعه انسانی برعهده دارد. در سازمان های رقابتی امروز، فقط سازمان هایی قادر به ادامه حیات هستند که کارایی خود را ارتقا

\* نویسنده مسئول، آدرس: زابل، خیابان فردوسی، دانشکده پرستاری و مامایی

تلفن: ۰۹۱۵۳۴۲۳۱۶۹ - نامبر: ۰۵۴۲۲۲۳۹۴۳ - پست الکترونیک: azizshahraky@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۸۸/۹/۳۰ تاریخ اصلاح: ۱۳۸۹/۳/۲۵ تاریخ پذیرش: ۱۳۸۹/۶/۲۸

اهمیت بسیاری است چون این گروه عظیم نیازمند برقراری ارتباطات بین فردی موثر می باشند و ارتباط سازنده آنها با سایر اعضای تیم درمان که منجر به همبستگی و انسجام حرفه ای می شود، در سایه تعادل روانی فراهم می گردد. طی پژوهشی، مشخص گردید استرسورهایی به این شرح پرستاران را تهدید می کند: آمادگی مداوم اورژانسی ۸۳/۱ درصد، سر و صدای بیش از حد تحمل ۷۳/۶ درصد، تماس مکرر با بیمار در حال مرگ ۷۱ درصد، کمبود اطلاعات علمی ۶۸/۴ درصد، نداشتن فرصت کافی برای استراحت ۶۷/۱ درصد، ترس از مرگ بیماران ۶۵/۷ درصد، شلوغی محیط کار ۶۱/۸ درصد و با درصد مشابه عدم اطمینان از به کار گیری صحیح وسایل حفظ حیات [۴]. در پژوهش دیگری بیشترین عوامل استرس زای شغلی از دیدگاه پرستاران عدم وجود ارتقای شغلی، ناکافی بودن حقوق و مزایا، کار زیاد، مشاهده لحظات مرگ بیماران و کمبود وسایل و تجهیزات بوده اند [۱۱]. با توجه به اهمیت شناخت عوامل استرس زای شغلی در تهدید سلامت روانی پرستاران، پژوهشگران، مطالعه ای با هدف تعیین رابطه سلامت روانی و استرس شغلی در کارکنان پرستاری انجام داده اند تا از این طریق بتوان با تغییر در شرایط و متغیرهای موثر بر ایجاد علائم روانپزشکی و اعمال کنترل های لازم، در جهت ارتقای سلامت روانی و کاهش استرس های شغلی این گروه زحمتکش گام برداشت.

#### روش کار:

این پژوهش یک پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه آن شامل کلیه کارکنان پرستاری شاغل در بیمارستان های آموزشی شهر زابل است که در مدت زمان انجام پژوهش در این بیمارستان ها مشغول به کار بودند و دارای مدارک تحصیلی لیسانس پرستاری و دیپلم بهیاری بوده اند. در این تحقیق نمونه شامل تمام کارکنان پرستاری شاغل در بیمارستان های آموزشی شهر زابل است که به روش سرشماری در سال ۱۳۸۸ انتخاب شدند و ۱۵۰ نفر بوده اند. معیارهای ورود به مطالعه داشتن حداقل ۱ سال سابقه کار و عدم مصرف داروهای موثر بر سلامت روان و یا داشتن سابقه اختلالات روانپزشکی بود، در نتیجه پرستاران با سابقه کار کمتر از ۱ سال و آنهایی که تحت نظر روانپزشک بودند و یا داروهای روانپزشکی مصرف می نمودند از مطالعه حذف شدند. جمع آوری اطلاعات به این طریق بوده است که در بیمارستان به تمام پرسنل پرستاری مشغول به کار پرسشنامه های سلامت روانی و استرس شغلی داده شد و از آنها خواسته شد که پرسشنامه ها را تکمیل نمایند. سپس اطلاعات در کل جمع آوری شد. ابزار گرد آوری داده ها در این مطالعه پرسشنامه بوده است. بخش های مختلف پرسشنامه عبارت بودند از: بخش نخست برای سنجش مشخصات

و ارضای نیازهای خویشتن به طور متعادل. به بیان دیگر، می توان گفت، سلامت روان قدرت آرام زیستن و با خود و دیگران در آرامش بودن است و سلامت روانی در قالب پدیده ای روانی- اجتماعی، مستلزم درک و تفسیر درست از امور مرتبط است [۲]. اما، در این میان پرستاران با ارائه بیشترین خدمات مستقیم به بیماران و با اختصاص ۲۰ درصد از کل بودجه عملیاتی بیمارستان به عنوان حقوق سالیانه، برای ارتقای کارایی بسیار مورد توجه مدیریت بیمارستان ها قرار گرفته اند. پرستاران قانع ترین گروه شغلی در میان گروه های شاغل در بیمارستان ها به شمار می آیند که به ندرت به نیازهای فردی خود می اندیشند [۱]. لامبرت (Lambert) و همکاران پرستاری را یکی از حرفه های پر استرس می دانند و اعلام داشته اند که از ۱۳۰ شغل مورد مطالعه ایشان، پرستاران رتبه ۲۷ را در مراجعه به پزشک جهت مشکلات ناشی از عدم سلامت روانی کسب کرده اند [۳]. همچنین صفری اظهار داشت که بیش از ۳۵ نوع استرسور با شدت های متفاوت از کم تا زیاد، پرستاران را تهدید می کنند [۴]. بنابراین اگر وضعیت سلامت روانی پرستاران مورد بررسی قرار گیرد و به منظور بهبود کیفیت مراقبت های آنها برنامه ریزی شود، عملکرد شغلی آنها نیز بهتر شده و در نهایت بهبود کیفیت مراقبت های پرستاری را نظاره گر خواهیم بود. نتایج یک بررسی نشان داد که بیش از ۷۲ درصد پرستاران به طور خفیف و ۲۳ درصد به طور جدی فشارهای روانی ناشی از کار را تجربه می کنند. در حقیقت استرس شغلی، واکنش جسمی و روانی مضر است که در اثر تعامل فرد و محیط به وجود می آید و از عدم هماهنگی بین نیازهای کاری با توانایی ها و خواسته های شخص ناشی می شود [۵]. در همین زمینه، گزارش شده است که بین روان نژندی و سطح فشار روانی بالا و همین طور درون گرایی و فشار روانی در پرستاران همبستگی قوی وجود دارد [۶]. در مطالعه ای دیگر نیز شیوع اختلالات روانی بین پرستاران ۲۸/۵ درصد گزارش شد [۷]. پژوهش درگاهی و همکاران هم نشان داد، اکثریت پرستاران مورد بررسی از وجود استرس های شغلی در محیط کار خود ناراضی هستند [۸]. مطالعات انجام شده، شدیدترین عوامل استرس زای شغلی در پرستاران را به ترتیب عدم رضایت از حقوق و مزایا ۷۲/۵ درصد، حجم کار زیاد ۶۱/۳ درصد، کار در روزهای تعطیل ۵۲/۱ درصد و اختلال در خواب و استراحت ۵۰/۷ درصد ذکر نموده اند [۹]. عوامل دیگری که در حرفه پرستاری استرس زا معرفی شده اند، عبارتند از: مواجه شدن با مرگ و میر، تضاد با همکاران، مراقبت از بیماران عفونی، عدم امنیت شغلی، عدم رضایت از ارزشیابی مسئولان، شیفت در گردش بودن، نگرانی از اشتباه کاری و عدم به کارگیری مهارت های صحیح مقابله با فرسودگی شغلی [۱]. در واقع برخورداری از سلامت روانی در پرستاران حائز

پاسخ‌ها به نمونه‌ها و اطلاع از نتایج تحقیق در صورت تمایل به آنها داده شد.

#### یافته‌ها:

در این مطالعه ۷۴/۷ درصد نمونه‌ها زن بوده‌اند. سایر مشخصات فردی پرستاران، مطابق جدول ۱ نمایان است. در این مطالعه ۵۷/۳ درصد پرستاران دارای سلامت روان و ۴۲/۷ درصد دارای درجاتی از اختلال در سلامت روان بوده‌اند. همچنین میزان استرس تجربه شده توسط کارکنان پرستاری به ترتیب ۱/۷ درصد، ۴۶/۷ درصد و ۵۰/۷ درصد و در سطوح خفیف، متوسط و شدید گزارش گردید. از طرفی، میزان استرس کلی با میانگین نمره ۸۵/۸۱ و انحراف معیار ۱۳/۱۶ و میزان سلامت روان کلی با میانگین نمره ۳۳/۶۵ و انحراف معیار ۱۴/۱۴ به دست آمد. میانگین و انحراف معیار حیطه‌های گوناگون سلامت روان در جدول ۲ مشاهده می‌شود. یافته‌های مطالعه بیانگر رابطه معنی‌دار آماری میان سلامت روانی و استرس شغلی در جامعه پرستاران مورد بررسی بوده است به این صورت که آزمون ضریب همبستگی پیرسون با  $r = -0/499$  و  $P < 0/05$  تاییدکننده این امر می‌باشد. در این مطالعه، نمره سلامت روان زنان به طور معنی‌داری از مردان بالاتر بوده است ( $14 \pm 25/8$  در برابر  $13/7 \pm 18/84$ ) که بیانگر برخورداری از سلامت روانی پایینتر در این گروه بوده است (جدول ۳). همچنین یافته‌ها اختلاف معنی‌داری را در میانگین استرس شغلی پرستاران برحسب نوع استخدام نشان می‌دهد (جدول ۴) که مطابق آزمون توکی استرس شغلی در پرستاران استخدام رسمی نسبت به سایر موارد بالاتر بوده است ( $p = 0/046$ ). بین سلامت روان افراد در دو گروه نوبت کاری ثابت و چرخشی تفاوت معنی‌دار وجود نداشت ( $p = 0/969$ )، و بین استرس شغلی نیز برحسب نوبت کاری تفاوت معنی‌دار دیده نشد ( $p = 0/452$ ). همچنین بین سلامت روان و استرس شغلی افراد برحسب وضعیت تاهل نیز تفاوت معنی‌دار دیده نشد ( $p = 0/711$ )، وضعیت تاهل بین سلامت روان و استرس شغلی افراد برحسب مدرک تحصیلی نیز تفاوت معنی‌دار نداشت ( $p = 0/837$ )، بین سلامت روان و استرس شغلی افراد برحسب مدرک تحصیلی نیز تفاوت معنی‌دار نداشت ( $p = 0/262$ ،  $p = 0/287$ ).

فردی نمونه‌ها شامل جنس، سن، وضعیت تاهل، سابقه کار، مدرک تحصیلی، نوبت کاری، نوع استخدام و بخش محل کار. بخش دوم پرسشنامه سلامت عمومی است. این ابزار توسط گلدبرگ برای کشف و شناسایی اختلالات روانی در مراکز و محیط‌های مختلف طراحی شده است و عوامل تاثیرگذار بر سلامت روان را در حیطه‌های علائم جسمانی، اضطراب، اختلال عملکرد اجتماعی و افسردگی مورد بررسی قرار می‌دهد. این ابزار ۲۸ سؤالی بوده و از ۴ مقیاس تشکیل شده است که هر کدام دارای ۷ سؤال است سؤال‌های ۱ تا ۷ مربوط به شکایات جسمانی، ۸ تا ۱۴ مربوط به اضطراب، ۱۵ تا ۲۱ مربوط به اختلال در عملکرد اجتماعی و ۲۲ تا ۲۸ مربوط به افسردگی است. سؤال‌ها در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای به صورت ۱-۲-۳-۴ نمره گذاری شده‌اند که نمره ۲۳ و بالاتر از آن نشانه اختلال روانی و نمرات کمتر از ۲۳ نشانه بهتر بودن سلامت روان می‌باشد. بخش سوم، پرسشنامه استرس شغلی حاوی ۲۸ سؤال می‌باشد. این ابزار توسط آلتمایر ساخته شده است و در طیف لیکرت ۴ درجه‌ای به صورت ۱-۲-۳-۴ نمره گذاری می‌شود. اخذ نمره ۲۸ و کمتر از آن بیانگر استرس ناچیز، ۲۹ تا ۵۷ استرس خفیف، ۵۸ تا ۸۶ استرس متوسط و ۸۷ تا ۱۱۲ استرس شدید را می‌رساند. جهت تعیین اعتبار ابزارهای سلامت عمومی و استرس شغلی از اعتبار محتوا استفاده شد. به همین منظور ابزارهای مذکور در اختیار ۵ تن از اعضای محترم هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی زابل قرار گرفت و اعتبار علمی اخذ شد. جهت کسب اعتماد پرسشنامه استرس شغلی از روش بازآزمایی استفاده شد. در این راستا، ابزار به فاصله ۱ هفته در میان ۱۰ نفر از کارکنان پرستاری توزیع شده و نتایج نهایی هر دو مرحله با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون محاسبه گردید و پایایی ابزار ۰/۸۶ اخذ شد. برای ابزار سلامت عمومی از روش آلفای کرونباخ بهره‌گیری شد و پایایی آن ۰/۸۸ به دست آمد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار تحلیلی (ضریب همبستگی پیرسون و آزمون t، آنالیز واریانس و پس آزمون توکی) بهره‌گرفته شد و سطح معنی‌داری نیز ۰/۰۵ می‌باشد. در این تحقیق کلیه ملاحظات اخلاقی رعایت گردید، هماهنگی با مسئولین محترم بیمارستان‌ها انجام شد، شرح کامل اهداف پژوهش برای نمونه‌ها داده شد و اطمینان از محرمانه ماندن

جدول شماره ۱: توزیع فراوانی متغیرهای فردی پرستاران

متغیرها	فراوانی	درصد
سن به سال	کمتر از ۳۰	۵۳
	۳۰-۴۰	۷۸
	بیشتر از ۴۰	۱۹
وضعیت تاهل	مجرد	۲۷
	متاهل	۱۲۳
نوبت کاری	ثابت	۴۳
	چرخشی	۱۰۶
بخش محل کار	اورژانس	۲۴
	ویژه	۴۷
	جراحی	۱۹
	داخلی	۳۰
	زنان	۱۰
	اطفال و نوزادان	۲۰
	۱۳/۳	
مدرک تحصیلی	دیپلم	۳۵
	لیسانس	۱۱۵
سابقه کار به سال	۱-۵	۶۹
	۵-۱۰	۴۳
	بیشتر از ۱۰	۳۸
	پیمانی	۸۹
	طرحی	۱۰

جدول ۳: مقایسه سلامت روان پرستاران تحت بررسی برحسب جنس

سلامت روان جنس	درصد	انحراف معیار ± میانگین
زن	۷۴/۷	۲۵/۸ ± ۱۴
مرد	۲۵/۳	۱۸/۸۴ ± ۱۳/۷

df = ۱۴۷ t = ۲/۴۷۳ P-value = ۰/۰۱۵

جدول ۴: مقایسه استرس شغلی پرستاران تحت بررسی برحسب نوع استخدام

سلامت روان نوع استخدام	تعداد	انحراف معیار ± میانگین
رسمی	۵۱	۹۰/۶۴ ± ۱۴
پیمانی	۵۷	۸۴/۱۹ ± ۱۳
طرحی	۱۰	۸۰ ± ۱۰
قراردادی	۳۲	۸۲/۸۷ ± ۱۰

F = ۴/۰۲۷ P-value = ۰/۰۰۹

**بحث و نتیجه گیری:**

یافته های مطالعه بیانگر رابطه معنی دار آماری میان سلامت روانی و استرس شغلی در جامعه پرستاران مورد بررسی بوده است به این صورت که آزمون ضریب همبستگی پیرسون با  $r = -0/499$  و  $P < 0.05$  تاییدکننده فرضیه پژوهش می باشد. در حقیقت، در حرفه پرستاری، موقعیت های استرس زای زیادی وجود دارد که می توانند موجب مشکلاتی از قبیل نارضایتی، کاهش کارایی، ترک خدمت یا تغییر شغل در پرستاران شوند که این مشکلات، صدمات جبران ناپذیری بر ارائه مراقبت بالینی به بیماران، در پی دارد [۶]. از طرفی برخورداری از سلامت روان یکی از عوامل مهارکننده اثرات منفی استرس زای شغلی است. در این مطالعه ۵۷/۳ درصد افراد دارای سلامت روان و ۴۲/۷ درصد دارای درجاتی از اختلال در سلامت روان بوده اند. در این راستا، جمعی از محققان با اجرای یک دوره برنامه آموزشی ابراز وجود در جهت کاهش استرس شغلی و افسردگی پرستاران اقدام نمودند. نتایج، بیانگر کاهش چشمگیر میزان استرس شغلی در آنها بود [۱۲]. شواهد حاکی از آن است که سلامت روان مطلوب، قادر است در سازگاری با استرس ها، تسهیل کننده ای قوی باشد. میزان استرس تجربه شده توسط کارکنان پرستاری در این تحقیق، به ترتیب ۱/۷ درصد، ۴۶/۷ درصد و ۵۰/۷ درصد و در سطوح خفیف، متوسط و شدید گزارش گردیده است. گروهی از پژوهشگران دریافتند بار کاری زیاد و مواجهه با مرگ و میر بیماران، عمده ترین استرسورهای تهدیدکننده برای پرستاران بوده اند و همچنین بیان داشتند حمایت عاطفی از پرستاران نقش مهمی در ارتقای سلامت روان و کاهش استرس های شغلی در آنان دارد. از طرف دیگر محققان بین رفتارهای حمایتی از

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار حیطه های سلامت روان پرستاران

حیطه های سلامت روان	میانگین	انحراف معیار
علایم جسمانی	۷/۶۳	۴/۸
اضطراب	۶/۵۹	۵/۱
اختلال عملکرد اجتماعی	۳/۱۱	۴
افسردگی	۳/۱۱	۴

بررسی‌ها نشان می‌دهند ارتباط صحیح با همکاران در محیط کار و حمایت از جانب مدیران، خطر آشفتگی‌های روانی را کمتر نموده است و به پرستاران در رویارویی با انواع استرسورها قوت می‌بخشد. محققان با مطالعه گروهی از پرستاران اظهار داشتند، استرس شغلی در پرستاران با عزت نفس کم، عدم رضایت شغلی، بار کاری زیاد، افسردگی و کمبود حمایت‌های اجتماعی رابطه دارد [۱۴] که این امر به طور قطع، تامین کننده سلامت روان در پرستاران محسوب می‌شود. در همین زمینه پژوهشگران دریافته‌اند، رضایت شغلی در پرستاران، تضمین کننده سلامت روان آنها می‌باشد [۱۵]. در حقیقت به دنبال برخورداری از سلامت روان و کاهش احساس استرس‌های شغلی در پرستاران، انتظار می‌رود مراقبت‌های پرستاری انجام شده با کیفیت بهتری تداوم یابند. در پژوهش ما شاغلین رسمی استرس کاری بیشتری تجربه نموده‌اند، به نظر می‌رسد ماهیت استرس زای حرفه پرستاری، توأم با گذار از مراحل مختلف تبدیل وضعیت استخدامی منجر به تشدید شرایط استرس‌زا شده باشد. لذا لازم است تحقیقات بیشتری در این رابطه انجام گیرد. در نهایت با توجه به آنکه استرس جزیی لاینفک در حرفه پرستاری است، بر مدیران بیمارستان‌ها و به ویژه مدیران پرستاری واجب است تا در ایجاد محیطی که پرستاران در آن استرس‌های کمتری را تجربه نمایند، بکوشند که از این رهگذر به ارتقای سطح سلامت روانی این کارکنان به ویژه کارکنان زن نیز کمک نمایند. در واقع در این گونه محیط‌ها پرستاران با رغبت بیشتری به انجام وظیفه می‌پردازند، غیبت از کار کم می‌شود و مراقبت‌های پرستاری بهبود می‌یابد که همگی نشان از افزایش رضایت شغلی در آنان خواهد داشت. از طرفی تاسیس و تقویت مؤسسات حمایت‌کننده و فرهنگ‌سازی برای سازگاری با انواع مشکلات روانی این گروه از شاغلین ضروری به نظر می‌رسد. همچنین توجه بیشتر به وضعیت سلامت روان پرستاران و تعیین عوامل خطر مرتبط با آن، برای آنها که خودتأمین‌کننده سلامت دیگر افراد جامعه می‌باشند، بسیار مهم می‌باشد. ما معتقدیم کسب مهارت‌های لازم به عنوان یک سیستم مقابله‌ای در شرایط بحران‌زا، به گروه‌های مختلف اجتماعی به ویژه پرستاران یاری می‌رساند و با توجه به آنکه عدم کسب این گونه مهارت‌ها در دراز مدت می‌تواند به صورت نوعی بیماری روانی در آید، باید هر چه زودتر از راه روش‌های درمانی مناسب از تشدید آن پیشگیری نمود.

**تقدیر و تشکر:** این طرح با حمایت مالی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل انجام شد. بدین وسیله از معاونت محترم پژوهشی این دانشگاه و تمامی پرستاران زحمتکش شرکت‌کننده در تحقیق، صمیمانه تشکر می‌نمایم.

پرستاران، سطح تحصیلات آنها و الگوی ارائه مراقبت‌های پرستاری با میزان استرس شغلی در آنها رابطه معنی‌دار گزارش کردند. به علاوه بین رفتارهای حمایتی، تعهد شغلی و سبک تصمیم‌گیری‌های بالینی با سلامت روانی آنها نیز رابطه معنی‌دار مشاهده شد [۲]. در مقابل در مطالعه ما استرس شغلی با مدرک تحصیلی ارتباط معنی‌دار نداشته است. یکی از ویژگی‌های افراد مقاوم در برابر رویدادهای استرس‌زا، برخورداری از سلامت روان می‌باشد. گروه دیگری از محققین به نقش عوامل دموگرافیک چون سن و میزان ساعت استراحت در سلامت روانی پرستاران اشاره داشته‌اند. همچنین به عواملی مثل رضایت شغلی، تناسب شغل، حمایت همکاران، استقلال حرفه‌ای، عزت نفس، جایگاه مهار و تیپ شخصیتی نیز در این رابطه اشاره نموده‌اند و بیان داشتند عوامل موثر بر سلامت روان و استرس شغلی پرستاران را با برنامه‌ریزی‌های اصولی می‌توان تحت کنترل درآورد [۶] در حالی که در مطالعه حاضر بین سن پرستاران با سلامت روان و استرس شغلی آنان رابطه‌ای وجود نداشت. عقیده بر آن است که پرستاران جهت مراقبت از بیماران، نیازمند بهره‌مندی از سطوح بالای سلامت روان می‌باشند. نتیجه یک بررسی نشان داد پرستاران شاغل در اتاق عمل خستگی زیاد داشته‌اند، پرستاران شاغل در بخش مراقبت ویژه بزرگسالان اضطراب زیاد تحمل نموده‌اند و پرستاران شاغل در بخش‌های داخلی و جراحی افسردگی و اضطراب بالایی از خود نشان داده‌اند. محقق در نتیجه پژوهش خود اعلام داشت، سلامت جسمی و روانی پرستاران بر کیفیت مراقبت‌های پرستاری و رضایتمندی بیماران موثر می‌باشد و پیشنهاد نمود که عوامل مرتبط با استرس شغلی در پرستاران باید به حداقل کاهش یابد تا سلامت جسمی و روانی آنها بهبود یابد. از سوی دیگر محقق در این پژوهش جنس زن را (همسو با مطالعه حاضر) آسیب‌پذیرتر از جنسیت مرد اعلام نمود [۹]. در مقابل یافته‌های این مطالعه، نشان داد سلامت روان پرستاران در محل‌های کار مختلف تفاوت معنی‌دار ندارند و استرس شغلی افراد نیز در محل‌های مختلف کار با هم تفاوت معنی‌دار نداشته است. در واقع هرچه سطح سلامت روان پایین‌تر باشد، مواجهه با استرس‌های شغلی با دشواری بیشتری همراه است. محققین بر این باورند که جهت رویارویی صحیح با شرایط استرس‌زا در پرستاری همچون بار کاری زیاد، تعارضات حرفه‌ای و فقدان تصمیم‌گیری صحیح، باید شرایط برخورداری از حمایت‌های اجتماعی برای پرستاران فراهم باشد و مدیران پرستاری کارکنان خود را به بیان آزادانه احساسات تشویق نمایند و به آنها بیاموزند که چگونه با انواع محرومیت‌های شغلی و فردی خود کنار بیایند. همچنین مدیران پرستاری باید تشویق شوند که چرخش شغلی را در مورد کارکنان پرستاری برای ارتقای پیشرفت شخصی و حرفه‌ای آنان، اجرا نمایند [۱۳].

## Reference:

1. Heroabadi SH, Marbaghi A. Management in nursing and midwifery. 2<sup>nd</sup> ed. Tehran: Iran Univ Med Sci Pub; 2007: 96-272. (Persian)
2. Hamaideh SH, Mrayyan MT, Mudallal R, et al. Jordanian nurses' job stressors and social support. *Int Nurs Rev* 2008; 55(1): 40-7.
3. Lambert VA, Lambert CE, Petrini M, et al. Workplace and personal factors associated with physical and mental health in hospital nurses in China. *Nurs Health Sci* 2007; 9(2): 120-6.
4. Safari M, Borzoo SR, Cheraghi M. Assessment of types of stressors for nurses. Proceedings of the national congress of healthy community. Hamedan University of Medical Sciences; 2008: 49. (Persian)
5. Yao SQ, Tian L, Pang BD, et al. Investigation on job stress of pediatricians and nurses working in pediatric department. *Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi* 2008; 26(9): 529-32. (Chinese)
6. Yoon HS, Cho YC. Relationship between job stress contents, psychosocial factors and mental health status among university hospital nurses in Korea. *J Prev Med Public Health* 2007; 40(5): 351-62.
7. Lautizi M, Laschinger HK, Ravazzolo S. Workplace empowerment, job satisfaction and job stress among Italian mental health nurses: an exploratory study. *J Nurs Manag* 2009; 17(4): 446-52.
8. Dargahi H, Gharib M, Goodarzi M. Quality of work life in nurses. *Hayat J* 2007; 13(2): 13-21. (Persian)
9. Kawano Y. Association of job-related stress factors with psychological and somatic symptoms among Japanese hospital nurses: effect of departmental environment in acute care hospitals. *J Occup Health* 2008; 50(1): 79-85.
10. Rauhala A, Fagerström L. Are nurses' assessments of their workload affected by non-patient factors? an analysis of the RAFAELA system. *J Nurs Manag* 2007; 15(5): 490-9.
11. Miri M, Raoofi Sh, Forooghi S. Job stress and health Promotion in nurses. Proceedings of the National Congress Promotion. Tehran: Iran University of Medical Sciences; 2004: 210. (Persian)
12. Yamagishi M, Kobayashi T, Nagami M, et al. Effect of web-based assertion training for stress management of Japanese nurses. *J Nurs Manag* 2007; 15(6): 603-7.
13. Kawaguchi Y, Toyomasu K, Yoshida N, et al. Measuring job stress among hospital nurses: an attempt to identify biological markers. *Fukuoka Igaku Zasshi* 2007; 98(2): 48-55.
14. Ward M, Cowman S. Job satisfaction in psychiatric nursing. *J Psychiatr Ment Health Nurs* 2007; 14(5): 454-61.
15. Dickinson T, Wright KM. Stress and burnout in forensic mental health nursing: a literature review. *Br J Nurs* 2008; 17(2): 82-7.

## Assessment of the relationship between mental health and job stress among nurses

Shahraki Vahed A<sup>\*1</sup>, Mardani Hamuleh M<sup>2</sup>, Sanchuli J<sup>3</sup>, Hamed Shahraki S<sup>4</sup>

1. Dept. of Nursing, School of Nursing, Zabol University of Medical Sciences, Zabol, Iran
2. Division of Nursing, Fatemeh Zahra Hospital, Najafabad, Iran
3. Dept. of Immunology, School of Medicine, Zabol University of Medical Sciences, Zabol, Iran
4. Dept. of Statistics, School of Health, Zabol University of Medical Sciences, Zabol, Iran

---

Journal of Jahrom University of Medical Sciences Vol. 8, No.3, Fall 2010

### Abstract:

#### Introduction:

One of the inhibitory factors in job stress is known to be mental health. There are several stressful situations in nursing profession that could bring about problems such as dissatisfaction, low efficiency, and retirement. These situations cause physical and mental problems that lead to irreversible damages in nursing care. The aim of this study was to determine the relationship between mental health and job stress among nurses.

#### Material and Methods:

This is a descriptive study and the subjects consist of 150 nurses working in the educational hospitals of Zabol University of Medical Sciences in 2009. The data were collected through anonymous questionnaires, Goldberg mental health tool and Altmeyer job stress tool. The data were analyzed by SPSS and descriptive (mean and standard deviation) and analytical statistics (Pearson correlation, t test, analysis of variance and Tukey's test).

#### Results:

The findings showed that 57.3% of the nurses were acceptable as to the level of health and 42.7% of them were exposed to impaired mental health. Job stress in nurses in 50.7%, 46.7% and 1.7% of them was severe, moderate and mild. Also, the findings showed that there was a relationship between mental health and job stress among nurses ( $P < 0.05$ ).

#### Conclusion:

According to the findings of this study, to reduce the job stress, it seems necessary to pay attention to the mental health of the nurses so that the quality of nursing care increases.

**Key words:** Mental Health, Job Stress, Nurses

---

\* Corresponding author, Email: azizshahraky@yahoo.com