



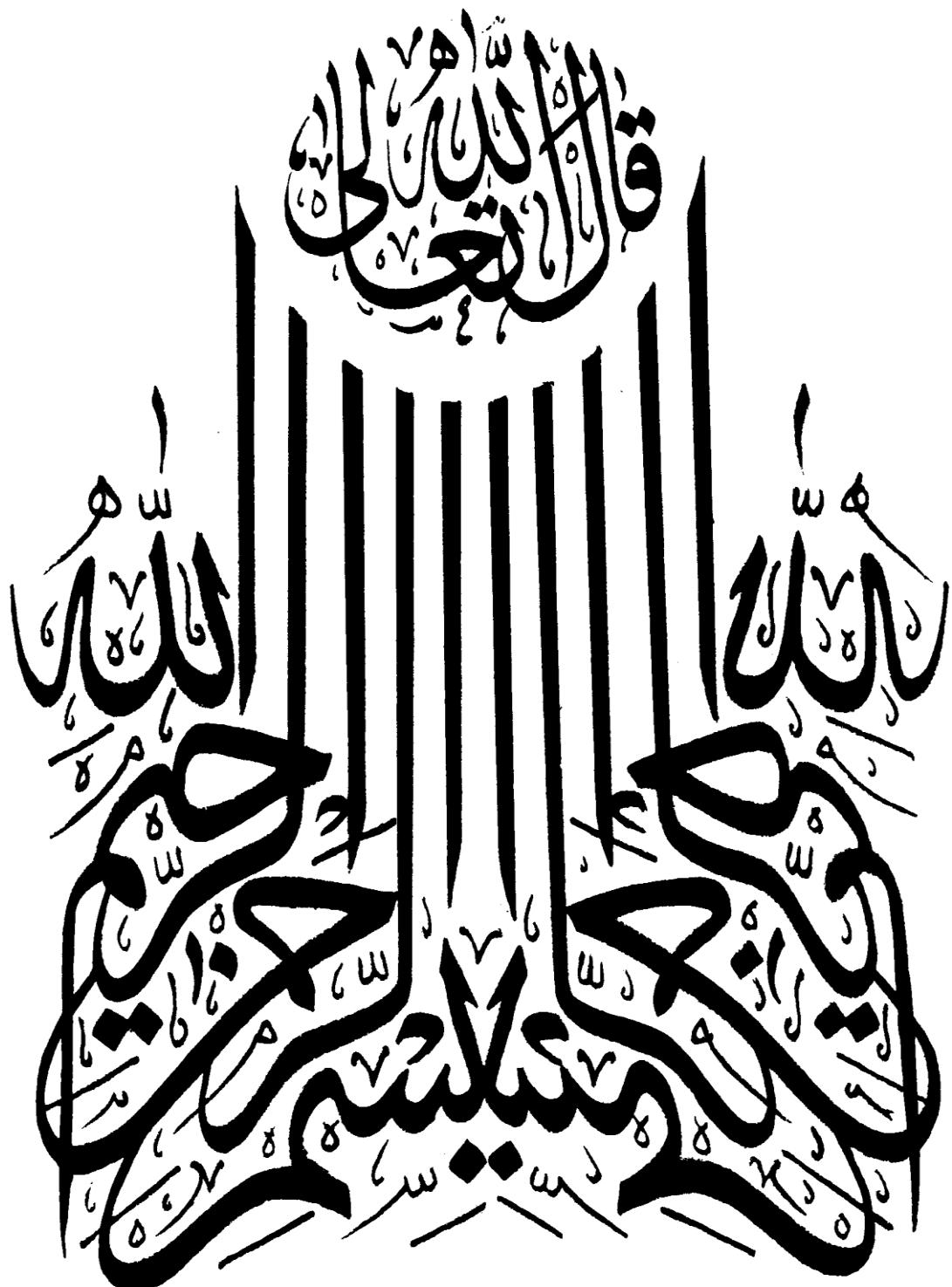
دانشگاه آزاد اسلامی

موضوع تحقیق:

بررسی میزان عزت نفس کارکنان مجرد و متاهل بیمارستان حکیم

و مقایسه میزان افسردگی و سطح عزت نفس گروهی از دانشجویان

شاغل و غیر شاغل



اذسان همواره نیازهایی دارد که سبب اصلی حرکت، تلاش در رفتارهای وی است. اگر نیازهای فرد به خوبی شناخته شود و شرایطی جهت رفع نیازها در حد تعادل فراهم شود، از سویی موجب پیشگیری از مشکلات، اختلالات و نابسامانیهای جسمی و روانی می‌شود و از سوی دیگر سبب رشد و شکوفائی استعدادهای درونی می‌شود.

در یک دید اجمالی نیازها به دو دسته تقسیم می‌شوند:

الف) نیازهای فیزیولوژیک ب) نیازهای روانی (میرزا بیگی، 1373).

بشر گذشته از نیازهای فیزیولوژیک نظیر آب، غذا، هوا و غیره به نیازهای عالی‌تر و بالاتری نیاز دارد بنابراین تعریف نیاز یک حالت کمبود یا نقصان در موجود زنده است و انسان وقتی احساس نیاز می‌کند، یک حالت و احساس ناخوشایندی در او به وجود می‌آید و وقتی نیاز برطرف شد این حالت برای او یک حالت خوشایند است (سیف 1368).

یکی از نیازهای روانی انسان نیاز به احساس خود ارزشمندی یا عزت نفس است. تحقیقات نشان می‌دهد، نوجوانی که از عزت نفس زیاد برخوردار است خیلی موثرتر می‌آموزد، روابط سود بخش تری برقرار می‌کند، بهتر میتواند از فر صتها استفاده کند و خودکفا باشد، دیدگاه روشنتری ذسبت به مسیر زندگی خود داشته باشد (علیپور 1373).

اهمیت عزت نفس برای کسانی که با کودکان و نوجوانان سروکاردارند امری روشن است. روان شنا سان و جامعه شنا سان، عزت نفس مثبت رابه عنوان هسته مرکزی سازگاری اجتماعی تلقی می کنند که این دیدگاه ریشه ای تاریخی و عمیق دارد یافته های تجربی جدید ارتباط بین عزت نفس مثبت را با عملکرد موثر و مطلوب اثبات نموده اند. مساله عزت نفس و مقوله خود ارزشمندی از اساسی ترین عوامل در رشد مطلوب شخصیت کودکان و نوجوانان است. برخورداری از اراده و عزت نفس قوی، قدرتمند تصمیم گیری وابتكار، خلاقیت و نوآوری، سلامت فکر و بهداشت روانی رابطه مستقیمی با میزان وچگونگی عزت نفس و احساس خود ارزشمندی فرد دارد.

امروزه اصلاح و درمان بسیاری از اختلالات شخصیتی و رفتاری کودکان و نوجوانان نظیر کمرویی، لجبازی، پرخاشگری و تنبلی و کندرولی به عنوان اولین یا مهمترین گام برای ارزیابی و پرورش احساس عزت نفس، تقویت اعتماد به نفس، مهارت‌های فردی و اجتماعی آنان می‌پردازند. برای اینکه کودکان بتوانند از حداقل ظرفیت ذهنی و توانمندی‌های بالقوه خود بهرمند شوند، می‌بایست از نگرشی مثبت به خود و محیط اطراف و انگیزه ای غنی برای تلاش برخوردار باشند. به طور کلی با توجه به تحقیقات انجام گرفته شده جامعه ای که افراد آن از احساس خود ارزشمندی برخوردار

باشند در مقابل انواع مشکلات و مسائل زندگی، فشارهای روانی، مقاوم و پایدار خواهند بود برخورداری از احساس خود ارزشمندی و عزت نفس به مثابه یک سرمایه وارزش حیاتی است واز جمله عوامل عمدۀ در شکوفایی استعدادها و خلاقیت است. واقعیتهای وجود دراد که اجتناب از آنها امکان پذیر نیست. یکی از این واقعیتها اهمیت عزت نفس است عزت نفس یکی از نیازهای اصلی انسان است که برای سازگار شدن انسان ضرورت دارد و در رسانیدن او به موفقیت نقش ایفا می کند. هر چه این نیاز کمتر مرتفع شود امکان فاصله گرفتن از موقعیت ورشد و تعالی کاهش پیدا می کند. عزت نفس متأثر از عوامل درونی و بیرونی است منظور از عوامل درونی عواملی است که از درون ذاتات می یگرد یا خود شخص آن را ایجاد می کند نقطه نظرها، باورها، اعمال یا رفتار عوامل بیرونی همان عواملی بیرونی همان عوامل محیطی هستند، پیامهایی که کلامی وغیر کلامی انتقال پیدا می کنند و تجربه هایی که بانی و باعث آن پدر، مادر، آموزگاران، اشخاص مهم در زندگی سازمان دهنده‌گان فرهنگ هستند.

عزت نفس چیزی به مراتب بیش از احساس خود ارزشمندی است. عزت نفس اعتماد به توانایی خود را اندیشیدن است، اعتماد به توانایی

بیان مساله

مساله عزت نفس و مقوله خود ارزشمندی از اساسی ترین عوامل رشد مطلوب شخصیت است. از برجسته ترین ویژگی های صاحبان تفکر واگر او افراد اخلاق، داشتن اعتماد به نفس و ادساس خود ارزشمندی بسیار بالاست. عزت نفس همیشه یک نیاز شخصی ضروری بوده که دردهه آخر قرن حاضر از اهمیت ویژه ای برخوردار شده است. بررسی درباره شکست های شغلی ذشان می دهد که یکی از دلایل محرز این شکستها (ترس از ذهنیم گیری) است. تمام کسانی که در هر درجه و مقام قرار دارند، از سطح مدیران عالی رتبه تا کارکنان صفوی مقدم به عزت نفس بیشتر احتیاج دراند و توجه به این نکته برای درک یکاری سطح بالا ضرورت دارد. مفهوم عزت نفس نباید با مفهوم خود پنداره اشتباه شود. خود پنداره عبارت است از مجموعه ویژگیهایی که فرد برای تو صیف خویشتن بکار می برد. یک فرد ممکن است خودش را یک فوتbalیست خوب، علاقمند به داستانهای علمی بداند که اینها محتوای خود پنداره را تشکیل می دهند و اما عزت نفس عبارت از ارزشی است که اطلاعات درون خود پنداره برای فرد دارد و از اعتقدات فرد در مورد تمام صفات و ویژگیهایی که در او هست ناشی می شود مفهوم افسردگی از دیدگاه آسیب شناسی یک حالت درونی است که با غمگینی، بیحو صلگی، دلتنگی یا دل گرفتگی ظاهر می شود و شامل یک طیف و سیعی

است که در یک سر این طیف حالات طبیعی و در سوی دیگر آن حالت‌های کاملاً بیمار گونه قرار دارد. برای بیماری افسردگی تب مثال خوبی است: به دنبال در بخشی از بدن، آماس بوجود می‌آید این آماس موجب تظاهراتی از تنفس می‌گیرد که خود را به شکل تب بروز میدهد اما تب نیز به نوبه خود مکانیسم‌های دفاعی بدن را بر می‌انگیزد مانند: از دیادی گلبولهای سفید یا پادتن‌ها که با ارگانیسم‌های عفونت را مبارزه می‌کنند. بنابراین بیماری حاصل از تب، هم درد و هم واکنش در برابر آن است. افسردگی را می‌توان به همین گونه در نظر گرفت نشانه‌های حقیقی ناشکار و نشانه‌های آشکار بیماری افسردگی، همانطور که توصیف شد می‌توانند هم نتیجه فشار وارد شوند و هم ناشی از بسیج مکانیسم‌های دفاع روانی فرد باشند که در برابر آن فشار سازگاری بوجود می‌آورند. بیکاری یا از دست دادن شغل نیز خود به عنوان یک رویداد مطلوب در زندگی می‌توانند در درجه افسردگی فرد نقش داشته باشد. با توجه به مطالب فوق، پژوهش حاضر به طور کلی به دنبال پاسخی برای سئوالهای زیر است:

۱- آیا در جامعه ما نداشتن شغل یا از دست دادن آن تاثیری در عزت نفس افراد دارد؟

۲- آیا بیکاری به عنوان یک عامل نقشی در درجه افسردگی دارد؟

3- آیا دانشجویان شاغل از نظر سطح عزت نفس در سطح بالاتری از

دانشجویان بیکار قرار دارند؟

4- آیا افراد شاغل از نظر میزان افسردگی در سطح پایین تری از افراد بیکار

قرار دارند؟

هدف مطالعه

در دوران معاصر بیکاری یکی از مشکلات اجتماعی است که بسیاری از

کشورهای جهان دست به گریبان آن می باشند. در کشور خود ما ایران نیز

بیکاری پدیده ای شایع است و رفته بر گروه بیکاران افزوده می شود

این یک واقعیت است که بیکاری می تواند بر جنبه های مختلف زندگی انسانها

از جمله مسائل روانی آنها تاثیر گذارد و مشکلاتی را به بار آورد. هدف

پژوهش حاضر تعیین نقش اشتغال و بیکاری در عزت نفس و افسردگی

دانشجویان می باشد در اینجا قصد ما این است که سطح عزت نفس افراد را

م شخص کنیم و بگوییم که در چه سطح و میزانی قرار دارند و قصد ما این

است که سطح عزت نفس اینها را با هنجرهای جامعه مقایسه کنیم . بلکه در

اینجا همان طور که در عنوان پژوهش امده است هدف مقایسه سطح عزت

نفس و میزان افسردگی در بین دو گروه دادشجویان شاغل و بیکار است تا

مشخص شود در سطح عزت نفس و میزان افسردگی این دو گروه تفاوت وجود دارد و اگر وجود دارد آیا معنا دار است یا خیر.

ضرورت تحقیق

مسئله اشتغال و بیکاری در طبقه عوامل اجتماعی قرار دارد که میتوانند در حالات و بیماریهای روانی تاثیر گذار باشد. بیکاری یا از دست دادن شغل به عنوان یک رویداد مخصوصا درین مردان که وظیفه تامین معاش خانواده بر عهده آنهاست و در جامعه از آنان انتظار داشتن شغل می‌رود می‌توانند تاثیر زیادی در روحیات آنها داشته باشند. با توجه به آنچه در بالا ذکر شد نتیجه این پژوهش می‌تواند هم در زمینه پیشگیری و هم در زمینه اقدامات درمانی مورد استفاده قرار گیرد. اگر در سطح عزت نفس و شدت افسردگی دو گروه دانشجویان شاغل و بیکار تفاوت معنی داری وجود داشته باشد میتوان از ایجاد اشتغال بعنوان عاملی برای پیشگیری از شدت افسردگی و کاهش عزت نفس این افراد استفاده کرد و یا در صورت افسردگی و نداشتن شغل می‌توان از طریق فراهم کردن شغل در امور درمان و بهبود به آنها کمک نمود.

فرضیه های تحقیق

1- سطح عزت نفس در گروه دانشجویان شاغل بالاتر از گروه دانشجویان

بیکار می باشد.

2- میزان افسردگی در گروه دانشجویان بیکار بالاتر از گروه دانشجویان

شاغل می باشد.

تعاریف اصطلاحات تحقیق

عبارت است ازمیزان ارزشی که فرد برای خود قائل است یک قضاوت

شخصی در مورد با ارزش بودن پذیرش یا عدم پذیرش

خود.(برونو، 1986 ترجمه فرزانه طاهری و مهشید یاسایی، 1370)

سطح عزت نفس: در این پژوهش منظور از سطح عزت نفس نمره ای است

که توسط پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت بدست می آید.

افسردگی: اصطلاح بسیار وسیع و تاحدودی مبهم است که برای شخص عادی

حالی با غمگینی، گرفتگی و بی حوصلگی و برای پزشک، گروه وسیعی از

اختلالات خلقی زیر شاخه های متعدد را تداعی می کند.(پورافکاری، 1373)

میزان افسردگی: در این پژوهش منظور از میزان افسردگی نمره ای است

که توسط پرسشنامه افسردگی یکب ه دست می آید.

دانشجو: به فردی اطلاق می شود که در سال تحصیلی 82-83 در دانشگاه پیام

نور شهرستان نیشابور مشغول به تحصیل می باشد.

فرد شاغل: منظور از فرد شاغل کسی است که کاری انجام دهد و در قبال آن

کار دست مزدی دریافت کند. (برونو 1986، ترجمه طاهری و یاسایی، 1370)

فرد بیکار: منظور از فرد بیکار کسی است که کاری انجام نیمدهد و بنابراین

دستمزدی نیز دریافت نیمکند و یا اگر حقوق ناچیزی می‌گیرد در قبال کاری

که بالقوه میتواند انجام دهد نیست بلکه به صورت کمکی است که به او داده

می‌شود. (برونو، 1986، ترجمه طاهری و یاسائی، 1370)

سازمان بندی ۳ بقیه رساله‌های پژوهش حاضر در چهار فصل به هم پیوسته

و با این عناوین و سر فصل‌ها دنبال می‌شود در فصل دوم (پیشینه و ادبیات

پژوهشی) با ذیگاهی به مفاهیم نظری در مورد عزت نفس و افسردگی

و مفاهیم و عناوین برخاسته از آنها ضمن تعریف و شرح هر کدام به تقسیم

بندی اختلالات افسردگی می‌پردازیم در انتهای فصل دوم مروری بر پژوهش

های انجام شده در زمینه عزت نفس و افسردگی خواهیم نمود. در فصل

سوم (روش پژوهش) با توضیح چگونگی روش جمع آوری اطلاعات جامعه

نمونه روشن نمونه گیری شرح و بیان می‌کردند همچنین در این فصل

روش تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش مشخص شده وابزار اندازه گیری و

جمع آوری داده‌ها را همراه با مواد اجرا و نمره گذاری، رشد مقیاس و اعتبار

روایی برای هر کدام از ابزارها و آزمونهای مورد مطالعه را مورد بحث قرار

خواهیم داد. در فصل چهارم (تجزیه و تحلیل داده‌ها) به تجزیه و تحلیل آماری اطلاعات پرداخته و ضمن توصیف داده‌ها و آزمون فرضیه‌های پژوهش به توصیف ویژگی‌های عمومی گروه آزمودنی‌ها پرداخته و آنها رابرده‌سب ویژگی‌های جمعیت شناختی از نظر عزت نفس و افسردگی طبقه‌بندی کرده و بالاخره در فصل پنجم (بحث و نتیجه گیری) فرضیه‌های تحقیق هر کدام بطور مشروح مورد بحث و نتیجه گیری قرار می‌گیرند در یان فصل یافته‌های آینده ضمن ارائه خلاصه‌ای از پژوهش ما را به انتهای این رساله می‌رساند.

نتیجه گیری فرضیه‌های پژوهش

فرضیه اول

(سطح عزت نفس در گروه دانشجویان شاغل بالاتر از گروه دانشجویان بیکار می‌باشد)

این فرضیه بصورت (یک دامنه) بیان شده است و بدینه ای است که نتیجه آزمون فرضیه مذکور براین اساس استوار است که (میانگین عزت نفس افراد شاغل با افراد بیکار تفاوت معنی داری وجود ندارد) مورد تایید قرار نگرفتن این فرضیه همسو و موافق با بسیاری از پژوهش‌های انجام شده در این راستا نمی‌باشد. یافته بدست آمده از این فرضیه موید تحقیقاتی است

که در زمینه بیکاری وا شتغال و ارتباط شان با افسردگی شده است. بطوریکه نتایج بد ست آمده ذشان می داد که عزت نفس در بین مدیران بیکار پایینتر نبوده و با مدت بیکاری طولانی تر کاهش نمی یابد.

فرضیه دوم

(میزان افسردگی در گروه دانشجویان بیکار بالاتر از گروه دانشجویان شاغل می باشد)

همانطور که آزمون τ نشان داد فرضیه فوق مورد تایید قرار گرفت و براساس سطحد معنی داری آزمون مذکور با 95درصد اطمینان میتوانیم ادعا کنیم که میانگین افسردگی دانشجویان بیکار بطور معنا داری با میانگین افسردگی دانشجویان شاغل تفاوت دارد. این فرضیه بصورت(یک دامنه)بیان شده است و بدینهی است که نتیجه آزمون فرضیه مذکور براین اساس استوار است که (میانگین افسردگی دانشجویان بیکار بالاتر از میانگین افسردگی دانشجویان شاغل می باشد) میانگین بدست آمده از نمرات افسردگی دانشجویان بیکار 78/13 بطور چشمگیر و شاخصی از میانگین افسردگی دانشجویان شاغل 18/9 بالاتر بود. یافته بدست آمده از این فرضیه موید اکثر تحقیقاتی است که در زمینه بیکاری اشتغال و ارتباطشان با افسردگی شده است از جمله بررسی فیدر(1982) تحت عنوان بیکاری و همبسته های

روان شناختی آن که از آزمودنیهای بیکار (هم مردان و هم زنان) نمرات افسردگی بالاتر و نمرات عزت نفس پایینتری داشتند. همچنین در بررسی فرس و مر (1987) نتایج نشان داد که بیکاری طولانی یا بیکاری مجدد به افسردگی کاهش یافتن امید و مشکلات مالی منجر می‌شود. همچنین در بررسی نصیری شیخانی (1373) نتایج نشان داد که افراد نمونه شاغل ذسبت به نمونه غیر شاغل از هسته کنترل درون بین تر تمایلات افسردگی کمتر اعتماد به نفس بیشتر و انگیزه پیشرفت قوی تری برخوردار بودند.

پیشنهاد هایی برای پژوهش های آینده

به منظور ثبت و گسترش یافتهای این پژوهش و گشوده شدن افکهای نوین در این زمینه و زمینه های م شابه پیشنهادهای زیر به پژوهه شگران و محققان آینده تو صیه می شود: پیشہداد می شود پژوهشی مقایسه ای برای بررسی سطح عزت نفس و شدت افسردگی در بین بیماران افسرده و افراد بهنجار صورت گیرد. پیشنهاد دیگر مقایسه افراد ورزشکار و غیرورزشکار از نظر میزان و سطح عزت نفس می باشد.

- بالاخره بعنوان آخرین پیشنهاد رابطه عزت نفس و هوش برای مقایسه بین افراد تیز هوش و افراد متوسط میتواند موضوع پژوهش جذابی را فراهم سازد.

3- محدودیتهای پژوهش

خود به کنار آمدن با چالش‌های اولیه زندگی است. هر چه عزت نفس ما محکمتر و بیشتر باشد، برای برخورد با مشکلاتی که در زندگی خصوصی و در کار و شغلمان بروز می‌کند، آمادگی بیشتری داریم. افسردگی یکی از متداول ترین مشکلات روانی در جهان است و در واقع از این جهت مقام اول

را داراست. وسعت این ناراحتی تابدانجاست که آن را با سرما خوردگی مقایسه میکنند. (زیگمان، 1975) براساس آمار ارایه شده بین 9 تا 26 درصد زنان و 5 تا 12 درصد مردان در طول زندگی خود ممکن است عوارض و نشانه های مختلف افسردگی را از خود نشان می دهند. حداقل 12 درصد از جمعیت کشورهای پیش رفته در طی عمر خود برای معالجه علائم افسردگی به متخصصان روانی مراجعه می کنند و حدس زده می شود که 75 درصد افراد یکه در موسسات درمان روانی بستری می شود دچار افسردگی هستند زنان دو برابر بیشتر از مردان به افسردگی دچار هستند و این ذسبت در جمعیت های بالینی نیز گزارش شده است. (براون و هریس، 1978). مطالعاتی که در سالهای اخیر از طرف متخصصان سازمان جهانی بهداشت³ (WHO) در کشورهای در حال توسعه آسیا و آفریقا انجام گرفته از افزایش دامنه شیوع افسردگی در میان ملل در حال رشد دکایت دارد. (سازمان جهانی بهداشت، 1973). احتمال بیبود افسردگی در اشخاص جوانتر ذسبت به افراد مسنتر بیشتر است و نیز احتمال تجربه مجدد بیماری در آنها کمتر می باشد (رونیزوهم کاران، 1984، بلاکر و کلار، 1987) در اجت ماع امروزی کار بیش از پیش اهمیت پیدا می کند. وقتی یکدیگر را ملاقات می کنیم پس از سلام و احوال پرسی، اولین سئوالی که معمولاً مطرح می شود این است: چکار می

کنید؟ کار نه تنها منابع مالی و سطح زندگی افراد را ببود می بخشد، بلکه

برسلامت جسمی و روانی آنها نیز اثر مثبت می گذارد.

اینجاست که گفته اقبال لاهوری مصدق پیدا می کند:

((ما زنده به آنیم که آرام نگیریم موحیم که آسودگی ما عدم ماست))

امروز پیدایش و گسترش سریع شهرها و افزونی شدید جمعیت آن همراه با

مسایل و مشکلات خاصی است که در طول تاریخ سابقه ندارد. اشتغال نیروی

انسانی، مهمترین و اصلی ترین هدف برنامه ریزی در هر کشور است و

بدون آن زندگی فردی و اجتماعی تامین نمیشود چرا که که بیکاری نوعی

بیماری و زمینه ساز بسیاری از نابسامانی ها و مشکلات می باشد.

در حال حاضر یکی از مسایل مهم در کشور ما ایران، بیکاری است بویژه در

قشر دانشجو و فارغ التحصیلان دانشگاهها که موجب مشکلات روحی و روانی

عدیده ای در این افراد شده است. هدف از ارایه این پژوهش، نقش اشتغال و

بیکاری در عزت نفس میزان افسردگی دانشجویان می باشد و تلاش براین

است که پژوهش حاضر حتی الامکان مورد توجه و استفاده مسئولین قرار

گیرد.

بیان مساله

مساله عزت نفس و مقوله خود ارزشمندی از اساسی ترین عوامل رشد مطلوب شخصیت است. از برجسته ترین ویژگی های صاحبان تفکر واگر او افراد اخلاق، داشتن اعتماد به نفس و ادساس خود ارزشمندی بسیار بالاست. عزت نفس همیشه یک نیاز شخصی ضروری بوده که دردهه آخر قرن حاضر از اهمیت ویژه ای برخوردار شده است. بررسی درباره شکست های شغلی ذشان می دهد که یکی از دلایل محرز این شکستها (ترس از ذهنیم گیری) است. تمام کسانی که در هر درجه و مقام قرار دارند، از سطح مدیران عالی رتبه تا کارکنان صفوی مقدم به عزت نفس بیشتر احتیاج دراند و توجه به این نکته برای درک بیکاری سطح بالا ضرورت دارد. مفهوم عزت نفس نباید با مفهوم خود پنداره اشتباه شود. خود پنداره عبارت است از مجموعه ویژگیهایی که فرد برای تو صیف خویشتن بکار می برد. یک فرد ممکن است خودش را یک فوتbalیست خوب، علاقمند به داستانهای علمی بداند که اینها محتوای خود پنداره را تشکیل می دهند و اما عزت نفس عبارت از ارزشی است که اطلاعات درون خود پنداره برای فرد دارد و از اعتقدات فرد در مورد تمام صفات و ویژگیهایی که در او هست ناشی می شود مفهوم افسردگی از دیدگاه آسیب شناسی یک حالت درونی است که با غمگینی

بیحو صلگی، دلتگی یا دل گرفتگی ظاهر می شود و شامل یک طیف و سیعی است که در یک سر این طیف حالات طبیعی و در سوی دیگر آن حالتی‌ای کاملا بیمار گونه قرار دارد. برای بیماری افسردگی تب مثال خوبی است: به دنبال در بخشی از بدن، آماس بوجود می آید این آماس موجب تظاهراتی از تنفس می گیردد که خود را به شکل تب بروز میدهد اما تب نیز به نوبه خود مکانیسم‌های دفاعی بدن را بر می انگیزد مانند: از دیادی گلبولهای سفید یا پادتن‌ها که با ارگانیسم‌های عفونت را مبارزه می کنند. بنابراین بیماری حاصل از تب، هم درد و هم واکنش در برابر آن است. افسردگی را یم توان به همین گونه در نظر گرفت نشانه‌های حقیقی ناشکار و نشانه‌های آشکار بیماری افسردگی، همانطور که توصیف شد می توانند هم نتیجه فشار وارد و برفرد وهم ناشی از بسیج مکانیسم‌های دفاع روانی فردبا شند که در برابر آن فشار سازگاری بوجود می آورند. بیکاری یا از دست دادن شغل نیز خود به عنوان یک رویداد مطلوب در زندگی میتوانند در درجه افسردگی فرد نقش داشته باشد. با توجه به مطالب فوق، پژوهش حاضر به طور کلی به دنبال پاسخی برای سئوالهای زیر است:

1- آیا در جامعه ما نداشتن شغل یا از دست دادن آن تاثیری در عزت نفس افراد دارد؟

2- آیا بیکاری به عنوان یک عامل نقشی در درجه افسردگی دارد؟

3- آیا دانشجویان شاغل از نظر سطح عزت نفس در سطح بالاتری از

دانشجویان بیکار قرار دارند؟

4- آیا افراد شاغل از نظر میزان افسردگی در سطح پایین تری از افراد بیکار

قرار دارند؟

یکی از موضوعات مهم در بهداشت روانی عزت نفس می باشد. که منظور

همان عزت نفس و خودپندار فرد می باشد.

دو مفهوم کلیدی در مورد عزت نفس وجود دارد:

1- احساس دوست داشتن و پذیرش توسط دیگران

2- صلاحیت و شایستگی در حل مسائل و مشکلات بدون وابستگی به دیگران.

Seifesteem یا عزت نفس یعنی احساس ارزش درجه تصویب ، تایید و

پذیرش و ارزشمندی است که با شخص نسبت به خویشتن دارد. میزان

اعتماد به نفس در رابطه با میزان ارتباط، تصویر خود و خود ایده آل حاصل

می شود. به طور کلی کسانی که عزت نفس ضعیفی دارند، به استعداد های

خود خیلی اطمینان ندارند و خیلی برای خود ارزش قابل نمی شوند.

خودایده ال شامل آرزوها، اهداف کلی، ارزشها و معیارهای رفتارهایی که فرد

به عنوان ایده آل به آنها می نگرد و برای کسب آنها تلاش می کند، می باشد.

فردی که از خود تصویری نزدیک، هماهنگ با خود ایده آل دارد، از یک سطح بالای اعتماد به نفس برخوردار است. در حالیکه شخصی که متفاوت از خود ایده آل دارد، اعتماد به نفس پایین دارد.

در کودکی نقش اصلی ایجاد عزت نفس و افزایش عزت نفس به عهده والدین می‌باشد چون کودک تمام وقت خود را با آنها سپری می‌کند در حالیکه در نوجوانی با هسمالان و همجنسان بیشتر مراوده می‌کند و آنها در عزت نفس نوجوانان تاثیر به مراتب بیشتر از والدین دارند. در جوانی با برقراری رابطه با جنس مخالف، فرد به عزت نفس مورد نظر می‌رسد و در ضمن آن نقش مربوط به جنس را هم کسب می‌کند.

حدود 30 سال قبل تحقیقات در مورد عزت نفس توسط martinseligman متاحول شد. سلیگ من عقیده داشت که باید به کودکان کمک کرد تا ادساس خوبی ذسبت به خود داشته باشند و باید کودکان را در مقابل احساساتی چون ناکامی و ناراحتی حمایت کرد.

اریکسون و پیاژه میگویند بی تردید یکی از نیازهای اساسی انسان، افراد و آحاد انسانی، در تمام طبقات و درجات علمی و اخلاقی، نیاز به داشتن میزان معینی از عزت نفس است. هر قدر فرد میزان آسیب پذیری بیشتری داشته باشد نیازمند به اعتماد به نفس زیادی است.

کوپر اسمیت(1967) می گوید: عزت نفس عبارت از یک قضاوت شخصی در مورد بالارزش بودن یا بی ارزش بودن، قبولی یا عدم قبولی خود که در نگرش او ظاهر می شود در حقیقت، شخص ممکن است خود را آنطور که مردم می بینند ببیند.

شاملو می نویسد(1363) عزت نفس عبارت از ارزیابی و ارزشیابی مدام است که شخص ذسبت به ارزشمندی خود شتن خود دارد. عزت نفس نوعی قضاوت شخص، نسبت به ارزشمندی وجودی می باشد.

به نظر کوپر(1967) منابع عزت نفس شاملو موارد زیر می باشد:

1- قدرت: وقتی شخص احساس قدرت کند می تواند روی سایرین اثر بگذارد و کارهایش را خوب انجام دهد و عزت نفس او بالا می ورد.

2- مهم بودن: وقتی شخص متوجه شود که اهمیت دارد و درزندگی دیگران مهم است، عزت نفس او بالا می رود.

3- پای بند به آداب و قوانین اجتماعی و اخلاقی .

4- موفقیت.

عزت نفس در اثر نیاز به نظر مثبت به وجود می آید و شامل برخورده گرم و محبت آمیز و احترام و صمیمیت و پذیرش و مهربانی است که از طرف محیط اجتماعی واولیاً خود تامین می گردد. بنابراین محیط اجتماعی در

رشد عزت نفس تاثیر بسزایی دارد و می‌توان آن را یکی از انگیزش‌های اجتماعی محسوب نمود. بنابراین مهم است که دانشجویان با چه نگرشی رشته ته صیلی خود را انتخاب می‌کنند. کارمندان چه نوع کاری بر می‌گزینند و اصولاً هر صاحب من چه بخشی از خدمات انسانی را بر عهده بگیرد.

بنابراین مساله‌ای که در این تحقیق بررسی می‌شود میزان عزت نفس کارمندان مجرد و متاهل بیمارستان حکیم است.

با توجه به اهمیت موضوع یعنی عزت نفس و نقشی که عزت نفس در زندگی و کار اذسان دارد باید به شنا سایی عواملی که موجب افزایش عزت نفس یا کاهش آن می‌شود پرداخت. این تحقیق با مقدمه و تعاریفی که از عزت نفس و مذکووهای ایجاد عزت نفس در صدد است که روشن کند چرا اعتماد به نفس کاهش می‌یابد، چه عواملی در ایجاد اعتماد به نفس موثرند؟ کدام دسته از کارمندان از اعتماد به نفس بالایی یا پایینی برخوردارند. آیا اعتماد به نفس مردان وزنان با هم متفاوت است؟ آیا بین افراد مجرد و متاهل از نظر میزان اعتماد به نفس تفاوت‌هایی وجود دارد یا نه تا از نتایج آن برای افزایش عزت نفس استفاده شود.

یکی از صفات شخصیتی که رفتار سازمانی یا رفتار در محیط کار را تحت تاثیر قرار می دهد عزت نفس است. در اهمیت عزت نفس همین بس که رضایت افراد از زندگی شدیدا به احساسات آنها در مورد میزان ارزش خویشتن بستگی دارد به طوری که هرگاه احساس کنند عزت نفس در معرض خطر قرار گرفته سعی میکنند با استفاده از انواع رفتارها و راهبردها احساس ارزشمندی خود را حفظ کنند و از خود دفاع کنند. عزت نفس با توانایی سازگاری افراد همراه است. کسانی که عزت نفس بالایی دارند در مقایسه با کسانی که از عزت نفس پایینی برخوردارند بهتر می توانند با موقعیت های مختلف سازگار شوند به عبارت دقیقتر افراد با درجه عزت نفس بالادر مقایسه با افراد با درجه عزت نفس پایین در موقعیت های مختلف کمتر اضطراب دارند، کمتر افسرده، هیجانی، پرخاشگرمی شوند. افرادی که عزت نفس ضعیفی دارند از احساس تندخویی، اختلال رفتاری و اندوه رنج می برند. همچنین این افراد از بیخوابی و سندروم های روانی تنی شکوه می کنند. عزت نفس مخصوصا در روابط متقابل اشخاص بهتر خودنمایی می کند. کسانی که نسبت به خود دید خوبی دارند، دیگران را نیز دوست دارند و ضعف های خود را بهتر می پذیرند، بهترین دوستان را به دست می آورند در واقع دارند و آنها را می پذیرند، بهترین دوستان را به دست می آورند در واقع

کسی که مثبت و راحت باشد کاری می کند که دیگران نیز در ارتباط با او مثبت و راحت می شوند. طبیعتاً دارند گان این ویژگی برای مردم بسیار جذاب می شوند و در نتیجه دیگران هم در محیط اجتماعی و هم در محیط کار دور او حلقه می زنند عزت نفس بر نوع کاری که شخص جستجو میکند اثر می گذارد باعث می شود کارهایی را بپذیرد که نیاز به خطر و رقابت زیادی دارد. عزت نفس بالا این اثر را نیز دارد که شخص به اعتقاد های دیگران نیز حساسیت نشان نمی دهد، برای خود هدفهای بالایی در نظر میگیرد و برای رسیدن به آنها تلاشهای طاقت فرسا انجام می دهد. عزت نفس تحت تاثیر عوامل موقعیتی نیز قرار می گیرد کسی که به دفعات متعدد شکست می خورد، عزت نفس خود را در حال کاهش احساس می کند اما کسی که چند موقعیت متعدد به دست می آورد، عزت نفس خود را در حال افزایش می بینند.

بیشتر صاحبنظران در ارزیابی بالینی و غیر بالینی خود از عزت نفس به عنوان یک نکته کلیدی که می تواند اغلب حوادث زندگی فرد را تحت تاثیر قرار دهد یاد می کنند و با افزایش آن در زمینه های دیگر فرد تغییر ایجاد می کنند. به اعتقاد روان شناسان، جامعه ای که افراد آن از عزت نفس بالایی برخوردار باشند در برابر انواع مسائل مشکلات زندگی، فشارهای

روانی، حوادث و بیماران روانی مقاوم و پایدار خواهند بود. و این امر شکوفایی استعدادهای نهفته، خلاقیت و پیشرفت‌های فرهنگی و اقتصادی و اجتماعی را به دنبال خواهد داشت.

3- میزان اعتماد به نفس در میان کارمندان متاهل بیشتر از کارمندان مجرد است.

4- میزان اعتماد به نفس در میان مردان مجرد بیشتر از زنان مجرد است.

5- میزان اعتماد به نفس در میان مردان متاهل بیشتر از زنان متاهل است.

6- میزان اعتماد به نفس با توجه به میزان تحصیلات کارمندان متفاوت است.

7- میزان اعتماد به نفس با توجه به سن کارمندان متفاوت است.

عزت نفس : تعریف نظری: منظور از عزت نفس ارزشیابی فرد درباره خود، قضاوت شخص در مورد ارزش خود است و ارزش واحترامی که شخص نسبت به خود قایل می شود. عزت نفس پایین از ارزیابی مداوم شخص نسبت به ارزشمندی خویشتن خود، عزت نفس نوعی قضاوت نسبت به ارزشمندی وجود است. این صفت در انسان حالت عمومی دارد و محدود و زودگذر نیست. (راجرز: 1960)

تعریف عملیاتی: منظور از عزت نفس در این تحقیق نمره‌ای است که آزمودنی پس از پاسخگویی به آزمون عزت نفس کوپر اسمیت به دست می‌آورند و

کارمند: افرادی که در سازمان مشغول به خدمت هستند و در این تحقیق منظور افرادی که در بیمارستان حکیم کار می‌کنند.

مجرد: افرادی که ازدواج نکرده اند و زندگی تشکیل نداده اند مجرد به حساب می‌آیند.

متاهل: افرادی که ازدواج کرده اند و دارای زن و فرزند و زندگی هستند در این تحقیق متاهل به حساب می‌آیند.

متغیرهای تحقیق: در این تحقیق عزت نفس متغیر مستقل و مجرد و متاهل بودن کارکنان متغیر وابسته است.

طرح تحقیق: این تحقیق از نوع تحقیق زمینه یابی است و با هدف بررسی میزان اعتمادبه نفس کارمندان مجرد و متاهل بیمارستان حکیم اجرا می‌شود و این تحقیق آزمایشی فرضیه‌های زیر را در نظر دارد:

- 1- میزان اعتماد به نفس در میان کارمندان متاهل بیشتر از کارمندان مجرد است.
- 2- میزان اعتمادبه نفس در میان مردان مجرد بیشتر از زنان مجرد است.

3- میزان اعتماد به نفس در میان مردان متأهل بیشتر از زنان متأهل است.

4- میزان اعتماد به نفس با توجه به میزان تحصیلات کارمندان متفاوت است.

5- میزان اعتماد به نفس به سن کارمندان متفاوت است.

کلیه کارمندان زن و مرد بیمارستان حکیم جامعه آماری این پژوهش هستند. نمونه‌ای به اندازه 98 نفر به صورت تصادفی ساده انتخاب که برای بررسی میزان اعتماد به نفس آنها از پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت استفاده می‌شود و در پایان نتایج از آمار توصیفی برای خصوصیات دموگرافیک آزمودنیها و برای تجزیه و تحلیل از آزمون α استفاده می‌شود.

-1

هدف اساسی پژوهش حاضر بررسی میزان اعتماد به نفس کارمندان مجرد و متأهل بیمارستان حکیم است که داده‌های حاصل از این پژوهش به دو

صورت تو صیفی واستنباطی مورد بررسی قرار گرفت. جدول و شاخصهای آماری حاصل از کل گروهها قسمت نخست فصل چهارم را تشکیل می دهند در این پژوهش نمونه ای به اندازه 98 نفر متشکل از 35 نفر مجرد و 63 نفر متاهل به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شد. اطلاعات مربوط به ذصوصیات دموگرافیک در ابتدای فصل چهارم ارائه شده است.

در بخش دوم فصل چهارم یافته های آماری مربوط به فرضیه ها وجود دارد که در این بخش برای آزمون فرضیه اول نمرات افراد مجرد و متاهل توسط آزمون ابرای گروههای مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. که با توجه به جدول شماره 7 بین گروهها تفاوت معنی داری وجود دارد وفرض صفر رد می شود پس با توجه به فرضیه اول نتیجه گرفته می شود که در این پژوهش میزان عزت نفس در میان افراد متاهل بیشتر از افراد مجرد است.

در بخش آزمون فرضیه دوم نمرات آزمودنیهای مجرد (زن و مرد) توسط آزمون ابرای گروههای مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت بین گروهها تفاوت معنی داری وجود ندارد وفرض صفر تایید می شود پس با توجه به فرضیه دوم نتیجه می شود که در این پژوهش میزان اعتماد به نفس در میان زنان مجرد و متاهل یکسان است. در بخش آزمون فرضیه سوم نمرات آزمودنیهای متاهل براساس جنس توسط آزمون ا مستقل مورد

تجزیه و تحلیل قرار گرفت پس با توجه به فرضیه سوم نتیجه گرفته می شود که در این پژوهش میزان اعتماد به نفس در میان مردان وزنان متأهل یکسان است در بخش آزمون فرضیه چهارم سن آزمودنیها توسط تحلیل واریانس یک طرفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت که بین گروهها از نظر سنی تفاوت معنی داری دیده شد پس با توجه به فرضیه چهارم میزان عزت نفس در میان کارمندان با توجه به سن آنها متفاوت است. در بخش آزمون فرضیه پنجم نمرات آزمودنیها براساس میزان تحصیلات توسط تحلیل واریانس یک طرفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت که بین گروهها تفاوت معنی داری وجود دارد وفرض صفر رد می شود.

همانطور که آزمون T-شان داد فرضیه فوق مورد تایید قرار نگرفت وبراساس سطح معنی داری آزمون مذکور با 95 درصد اطمینان میتوانیم ادعا کنیم که بین میانگین عزت نفس افراد شاغل و بیکار تفاوت معنی داری وجود ندارد که در فصل دوم پژوهش حاضر به آنها اشاره شده است. از جمله بررسی هارتلی (1980) که بین مدیران متوسط وارد شد و مدیران شاغل مورد ارزیابی قرار گرفت بطوریکه نتایج بدست آمده نشان می داد که عزت نفس در بین مدیران بیکار پایینتر نبوده و با مدت بیکاری طولانی تر کاهش نمی یابد. همچنین در بررسی جوشی و گراس (1985) تحت عنوان

(تاثیر مدت بیکاری بر روی عزت نفس افسردگی تنهایی و ارتباط عاطفی افراد) نتایج بدست آمده نشان می دهد که عزت نفس آزمودنیها باقی می ماند و آزمودنیها افسردگی نشده اند.

پیشنهادات و محدودیتهای تحقیق و ضمایم

محدودیت ها و پیشنهادات

در این تحقیق با توجه به این که سروکار ما با انسانها به عنوان موضوع تحقیق بود مشکلاتی وجود داشت که در ذیل به برخی از آنها اشاره می شود.

۱- همانطور که تاکنون مشاهده شده است انسانها در نشان دادن خصوصیات عاطفی خود خیلی محتاط عمل می کنند و دوست ندارند اسرار پنهانی خود را آشکار سازند در صورتی که انسانها در نشان دادن استعداد ها و هوش خویش این احتیاط را ندارند و پیشنهاد می شود که در تحقیقات آینده توضیحات

لازم در مورد آزمون و اهداف آزمون به آنها داده شود تا اطمینان لازم را

کسب کند و در دادن اطلاعات امتناع نکند.

2- محدودیت دیگر پژوهش تفاوت در سطح تحصیلات آزمودنیها و تفاوت

سنی آنها می باشد که پیشنهاد می شود در پژوهش‌های آینده آزمودنیها از

لحاظ تحصیلات و سن یکسان باشند و تفاوتی نداشته باشند.

3- از آنجایی که در این پژوهش از وسائل ارزیابی نوشتاری استفاده شده

است در پاسخگویی به آنها مستلزم داشتن سواد (حداقل پنجم ابتدایی) می

باشد، آزمودنیها از میان این گروه انتخاب شد و افراد بی سواد از نمونه

حذف شده اند و بنابراین تعمیم نتایج به گروه بی سواد تردید برانگیز است.

4- از آنجایی که آزمودنیهای با سطح تحصیلات بالاتراین آزمون را بهتر

درک می کردند و افراد با سطح تحصیلات پایین مشکلاتی در زمینه فهم

جملات داشتند توصیه می شود پژوهش‌هایی با توجه به سطح تحصیلات

متفاوت و اشخاص بی سواد صورت گیرد.

5- محدودیت دیگر این تحقیق نامشخص بودن وضعیت اقتصادی خانواده

و تاثیر آن بر عزت نفس می باشد که سعی می شود در پژوهش‌های آینده

وضعیت اقتصادی خانواده مورد توجه قرار گیرد.

6- دیگر این که همه متغیرهای مزاحم را که در بوجود آوردن و یا افزایش و کاهش عزت نفس موثر ند را نمی توان کنترل نمود که در پژوهش‌های آینده زمینه‌ای فراهم شود که متغیرهای مزاحم کم شوند ونتیجه تحقیق را تحت تأثیر قرار ندهند.

7- نامشخص بودن میزان تحصیلات پدر و مادر و تأثیر آن بر عزت نفس از محدودیت‌های دیگر تحقیق می باشد که در پژوهش‌های بعدی سعی می شود میزان تحصیلات پدر و مادر مد نظر قرار گیرند.

یکی از محدودیتهای پژوهش حاضر، حجم نمونه افراد دادشجوی شاغل می باشد. اگر چه روش نمونه گیری تصادفی ساده بود اما به دلیل محدودیت دسترسی به افراد دادشجوی شاغل امکان اینکه جامعه پژوهش و در نتیجه حجم نمونه مورد نظر از این مقدار بیشتر شود یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر را تشکیل می دهد که ممکن است تعمیم یافته‌های تحقیق را اندکی محافظه کارانه نماید. محدودیت دیگر پژوهش حاضر دسترسی به منابع و تحقیقات در زمینه موضوع پژوهش در ایران محدود بود.

فهرست منابع

۱. افروز، غلامعلی. (۱۳۶۳). روان‌شناسی و آموزش و پرورش کودکان استثنایی.

تهران: انتشارات وچاپ دانشگاه تهران

۲. براهانی، محمد تقی. (۱۳۶۳). انگیزش و هیجان. تهران: انتشارات چهر

3. براهنى، محمدتقى. (1368). زمینه روان‌شناسی. تهران: انتشارات رشد

4. بیا بازگرد، اس-ماعیل (1372). روش‌های افزایش عزت نفس در کودکان

و نوجوانان. تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مرربیان

5. پناهنده، الهه(1373).پایان نامه. (بررسی تاثیر برخود و والدین در عزت

نفس فرزندان)

6. پورافکاری، نصرت الله (1373). خلاصه روان پزشکی. تهران: انتشارات آزاد

7. حیدری، اکرم (1372). روان‌شناسی رشد و اختلالات رایج در

کودکان تهران: انتشارات انجمن اولیاء و مربیان

8. سیاسی، علی اکبر (1371). نظریه های شخصیت یا مکاتب روان

شناسی. تهران: انتشارات دانشگاه

9. شاملو، سعید(1368).بهدایت روانی. تهران: انتشارات چهر

10. طاهری، فرزانه، یا سایی، مهشید.(1370).فرهنگ تو صیفی اصطلاحات روان

شناسی. تهران: انتشارات طرح نو

11. اقدسی، محمد تقی(1370).بررسی مقایسه عزت نفس دانش آموزان

ورزشکار و غیر ورزشکار. دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس

12. پور شافعی، هادی(1370).پایان نامه کارشناسی ارشد، بررسی رابطه عزت

نفس با پیشرفت تحصیلی، دانشگاه تربیت معلم

13. منطقی، مرتضی(1372).روان شناسی تربیتی. تهران: انتشارات جهاد

دانشگاهی

14. مزلو، آبراهام، اچ(1369).اذگیزش و شخصیت. ترجمه محمد

رضوانی: انتشارات آستان قدس

15. هولتین، لوان، ترجمه: گیتی خوشدل.(1369).روان شناسی کمال. انتشارات

نشر نو:

16. منصور، محمود (1371). احساس کمتری. انتشارات: دانشگاه تهران

17. علیپور، پریون (1373). روش‌های تقویت عزت نفس در

نوجوانان. مشهد: انتشارات آستان قدس

18. قائمی، علی (1363). نشریه پیوند. انتشارات انجمن اولیاء و مریبان

19. مجلسی، ملامحمد باقر: بحار الانوار، جلد 17

20. فلسفی، محمد تقی (1362). گفتار فلسفی کودک از نظر وراثت

و تربیت. انتشارات: هیئت نشر معارف اسلامی

21. مطہری، مرتضی (1369). انسان کامل. انتشارات صدرا

22. مو سوی، سید غفور (1369). عزت نفس و سلامت روان. اصفهان: انتشارات

اردکان

23. دلاور، علی (1379). روش‌های آماری در روانشناسی و علوم تربیتی: انتشارات

دانشگاه پیام نور

24. ها شمی، جمال (1372). روان‌شناسی حرمت نفس. تهران: انتشارات شرکت

سهامی انتشار.