

عنوان مقاله:

تاثیر آموزش شادکامی در دوران اپیدمی کووید-۱۹ بر کاهش فرسودگی شغلی اعضای هیات علمی گروه های تربیت بدنی

محل انتشار:

نشریه رفتار حرکتی و روان شناسی ورزشی ایران، دوره ۱، شماره ۲ (سال: ۱۴۰۰)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۱۳

نویسندگان:

بهمن ولینژاد - Assistant Professor, Department of Physical Education, Faculty of Physical Education, Islamic Azad University, Miyaneh Branch, Miyaneh, Iran

محمد خسروی - MSc, Department of Physical Education, Education, Nobaran, Iran

محمدباقر فرقانی اوزرودی - MSc, Department of Physical Education, Education, Babol, Iran

خلاصه مقاله:

هدف از انجام پژوهش حاضر تاثیر آموزش شادکامی در دوران اپیدمی کووید-۱۹ بر فرسودگی شغلی اعضای هیات علمی گروه های تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی استان زنجان بود. جامعه آماری پژوهش حاضر اعضای هیات علمی مرد با سابقه بالای ۱۵ سال دانشگاه آزاد اسلامی استان زنجان بودند که از میان آنها ۴۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس و هدفمند، به عنوان آزمودنی انتخاب شده و بطور تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و کنترل جای داده شدند، سپس آموزش گروهی شادکامی بر اساس پروتکل آموزش شادکامی به روش شناختی- رفتاری فوردایس در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای و به صورت گروهی و در هر هفته یک بار به صورت آنلاین اجرا گردید. قبل و بعد از اعمال مداخله میزان فرسودگی شغلی آزمودنی ها، با استفاده از پرسشنامه فرسودگی شغلی مسلش و جکسون مورد سنجش قرار گرفت. از آزمون تی مستقل و تی زوجی برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شد. یافته ها نشان داد آموزش شادکامی به شیوه فوردایس بر بعد خستگی عاطفی، مسخ شخصیت، احساس کفایت شخصی و همچنین ابعاد کلی فرسودگی شغلی اعضای هیات علمی گروه های تربیت بدنی تاثیر معناداری دارد. نتایج پژوهش نشان داد آموزش شادکامی به روش شناختی- رفتاری فوردایس باعث کاهش فرسودگی شغلی اعضای هیات علمی گروه های تربیت بدنی در تمام ابعاد آن می شود.

کلمات کلیدی:

Fordyce Happiness, burnout, Faculty Members, COVID-۱۹ Epidemic

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1529476>

