

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش گروهی شفقت خود بر فرسودگی شغلی و رضایت شغلی معلمان

محل انتشار:

مجله روش ها و مدل های روان شناختی، دوره 9، شماره 31 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسنده:

سید احمد هاشمی - دانشیار گروه برنامه ریزی درسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد لامرد، لامرد، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش گروهی شفقت خود بر فرسودگی شغلی و رضایت شغلی معلمان شهر لامرد انجام شد. پژوهش از نوع نیمه تجربی با پیش آزمون پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل معلمانی بود که در آموزش و پرورش شهرستان لامرد مشغول به کار در سال ۱۳۹۶ بودند. بعد از غربالگری اولیه آزمون فرسودگی شغلی مازلاچ ۳۰ نفر از کارکنان که دارای ۱.۵ نمره انحراف معیار بالای میانگین بودند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گماشته شدند. همه کارکنان بعد از مداخله به پرسشنامه فرسودگی شغلی مازلاچ، رضایت شغلی برایفیلد و روث، مقیاس رضایت معلم لیم هو و تانگ آو (۲۰۰۶) پاسخ گفتند. گروه آزمایش تحت مداخله آموزش گروهی متمرکز بر خود شفقت ورزی براساس نظریه گیلبرت ۲۰۰۹ به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکردند. داده ها با استفاده از روش تحلیل واریانس چند متغیری برای نمرات تفاضلی (پیش آزمون از پس آزمون) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در کل نتیجه این پژوهش نشانگر این بود که برنامه آموزش گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی تاثیر معنی داری در کاهش مشکلات مربوط به فرسودگی شغلی کارکنان و افزایش مثبتی در نمرات رضایت شغلی کارکنان شرکت کننده در این برنامه ها دارد. نتایج حاکی از اثربخشی آموزش گروهی شفقت خود در کارکنان دارای فرسودگی شغلی بود.

کلمات کلیدی:

شفقت خود، رضایت شغلی، فرسودگی شغلی، معلمان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1913951>

