



تعارض متقابل کار - خانواده در سلامت عمومی پرستاران

مؤلفین: علی عزیزی قادیکلانی (کارشناسی ارشد پرستاری داخلی و جراحی)

ارشدان تقی زاده فیروز جانی (کارشناسی ارشد پرستاری داخلی و جراحی)

ابوالفضل اسفندیاریان خوراسگانی (کارشناسی ارشد پرستاری داخلی و جراحی)



انتشارات آریا

زمستان ۹۷

سرشناسه	: عزیزی قادیکلایی، علی، ۱۳۷۱-
عنوان و نام پدیدآور	: تعارض متقابل کار خانواده در سلامت عمومی پرستاران/ علی عزیزی قادیکلایی، ایمان تقی زاده فیروزجانی، ابوالفضل اعتباریان خوراسگانی.
مشخصات نشر	: تهران: آریا دانش، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۰۶ ص.: جدول، نمودار.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۵۴-۹۳-۲
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: پرستاران -- ایران -- رضایت از کار -- نمونه پژوهی
موضوع	: Nurses -- Iran -- Job satisfaction -- Case studies
موضوع	: پرستاران -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی
موضوع	: Nurses -- Iran -- Mental health -- Case studies
موضوع	: ایران -- کارمندان و کارکنان -- جابهجایی -- نمونه پژوهی
موضوع	: Iran -- Officials and employees -- Turnover -- Case studies
شناسه افزوده	: رونده فیروزجانی، ایمان، ۱۳۶۹-
شناسه افزوده	: اعتباریان خوراسگانی، ابوالفضل، ۱۳۷۰-
رده بندی کنگره	: ۹۷ ت ۴ع / ۸۲ RT
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۳۶
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۵۷۷۱

هر گونه تکثیر کامل یا قسمتی از کتاب بدون اجازه پدید برنده یا ناشر خلاف قانون، شرع و اخلاق است. موارد تخلف را به دفتر مرکزی "انتشارات آریا دانش" گزارش فرمید.

📖 نام کتاب: تعارض متقابل کار-خانواده در سلامت عمومی پرستاران

✉ مولفین: علی عزیزی قادیکلایی (ariyadanesh.aa@gmail.com)، ایمان تقی زاده فیروزجانی و ابوالفضل اعتباریان خوراسگانی

✉ ناشر: آریا دانش

✉ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

✉ صفحه آرا: سمیرا زند

✉ نوبت: اول زمستان ۹۷

✉ شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۵۴-۹۳-۲

✉ قیمت: ۲۲۰۰۰ تومان

مرکز پخش: تهران، میدان انقلاب، خیابان آزادی، خیابان بهزاد، پلاک ۳۲ واحد ۱۴ تلفن ۸۸۵۶۲۲۷۳

www.ariyadanesh.ir

حق چاپ جهت مولفین و ناشر محفوظ است.

فهرست

۷	 پیشگفتار
۱۱	 فصل اول: سلامت عمومی
۱۲	 مقدمه
۱۴	 سلامت روان
۱۵	 مفهوم سلامت روان
۱۵	 الف) سلامت روانی به معنای رفتار بهنجار (عادی)
۱۶	 ب) سلامت روانی به معنای الگوهای ایده کامل
۱۶	 ج) سلامت روانی به معنای کفایت
۱۷	 د) سلامت روانی به معنای فقدان بیماری
۱۸	 تعاریف سلامت روان
۲۲	 تعریف سلامت روان در فرهنگهای مختلف
۲۳	 اصول سلامت روانی
۲۴	 الف) احترام به شخصیت خود و دیگران
۲۴	 ب) شناخت محدودیت های خود و دیگران
۲۴	 ج) پی بردن به علل رفتار
۲۴	 د) درک اینکه رفتار، تابع تمامیت فرد است
۲۵	 ه) شناسایی احتیاجات اولیه ای که سبب ایجاد رفتار و اعمال انسان می گردد
۲۵	 نظریات سلامت روانی
۲۶	 نظریه ای انسان بالغ یا الگوی پیشنهادی آلپورت

- ۲۶..... نظریه انسان با کنش کامل یا الگوی پیشنهادی راجرز
- ۲۷..... نظریه انسان بارور یا مولد یا الگوی پیشنهادی فروم
- ۲۷..... نظریه انسان خواستار تحقق خویشتن یا الگوی پیشنهادی مزلو
- ۲۸..... نظریه انسان فردیت یافته یا الگوی پیشنهادی یونگ
- ۲۸..... نظریه انسان از خود فرا رونده یا الگوی پیشنهادی فرانکل
- ۲۸..... نظریه انسان این مکانی و این زمانی، الگوی پیشنهادی پرلز
- ۲۹..... نظریه انسان غیر محدود، الگوی پیشنهادی دایر
- ۳۰..... نمودار مولفه سلامت با تغییرات جزئی در منابع مختلف
- ۳۰..... تعریف سلامت فیزیکی، با سلامت جسمی
- ۳۲..... تعریف سلامت ذهنی
- ۳۲..... تعریف سلامت عاطفی و هیجانی
- ۳۳..... تعریف سلامت محیط زندگی
- ۳۴..... سلامت اجتماعی
- ۳۴..... سلامت معنوی
- ۳۵..... سلامت شغلی
- ۳۵..... سلامت روانی محیط کار
- ۳۶..... تعریف بهداشت روانی در محیط کار
- ۳۷..... اصول بهداشت روانی در سازمان
- ۳۸..... عوامل محیطی مؤثر بر سلامت کارکنان
- ۳۸..... روشنایی و نور محیط کار

۳۸		عامل سر و صدایی محیط کار در سلامت کارکنان
۳۹		درجه حرارت و رطوبت محیط کار در سلامت کارکنان
۳۹		سایر عوامل در محیط کاری بر سلامت کارکنان
۴۰		استرس در کار
۴۱		تعادل میان کار و زندگی
۴۳		راه های کاهش استرس در محیط کار
۴۴		سلامت در حرفه پرستاری
۴۷		فصل دوم: تعارض کار-خانواده
۴۸		تعریف تعارض کار- خانواده
۴۸		زمینه های مورد بحث در رابطه با تعارض کار و خانواده
۵۲		انواع تعارض کار- خانواده
۵۲		انواع تعارض کار- خانواده از نظر گرینهاوس و بیون
۶۵		مدل های مبتنی بر تقاضاها و انتظارات
۷۹		فصل سوم: تعارضات کار- خانواده و سلامت در پرستاران

تعارض خانواده- کار زمانی اتفاق می افتد که وظایف و مسئولیت های خانوادگی، مانع از انجام درست و به موقع تکالیف شغلی می گردد و در هر دو مورد تداخل نقش زمانی رخ می دهد که درخواست های متفاوت نقش های شغلی و خانوادگی انجام درست و به موقع آن ها را دشوار می سازد. از طرفی تعارض متقابل کار- خانواده به سه دسته تقسیم می شوند: تعارض بر پایه زمان^۱، وقتی ایجاد می شود که در مقدار زمان صرف شده در یک حوزه مثل کار، به دلیل روبرو شدن با نیاز های غرض دیگر مثل خانواده اختلال به وجود می آید. تعارض بر پایه فشار^۲، زمانی رخ می نماید که ملکه یک نقش به دلیل استرس زا بودن نقش مقابل کاهش یابد. مثل خستگی حین کار به دنبال بر خابی و یا مراقبت از کودک و مسئولیت های منزل و تعارض بر پایه رفتار^۳، مشکلات رفتاری است که در نتیجه جابجایی بین نقش ها ایجاد می شود.

سلامت پرستاران به دلایل متعددی نسبت به سایر مردم جامعه در معرض خطر بیشتری است. سازمان بهداشت جهانی پس از مطالعه بر روی مشاغل پر تنش اعلام کرد که از ۱۳۰ شغل مورد بررسی، پرستاران رتبه ۲۷ را در مراجعه به پزشک و خطر مشکلات مربوط به سلامت کسب کرده اند. به علاوه مطالعات نشان دهنده بروز مشکلات مختلف روحی، به خصوص افسردگی و اضطراب در پرستاران می باشد. کار طولانی با بیماران بدحال، ایفای نقش حمایتی در ارتباط با بیماران سالخورده و ارائه مراقبت های ویژه به بیماران خاص، به خصوص پرستاران زن را با توجه به ویژگی حساس بودنشان مستعد ابتلاء به انواع اختلالات روحی و روانی می کند. از دیگر مسائل، مشکلات جسمی پرستاران می باشد که به علت

^۱ -time based conflict

^۲ -strain based conflict

^۳ - behavior based conflict

شرایط فیزیکی کار پرستاری، این افراد با آن مواجه می شوند. به طوری که کمردرد شایع ترین مشکل جسمی بیش از نیمی از زنان پرستار می باشد که باعث می شود حدود ۱۸ درصد از آن ها کار خود را ترک کنند و یا به مشاغل دیگر روی بیاورند. همچنین اختلالات خواب و ریتم های بیولوژیک از جمله مشکلاتی است که به وفور در میان این قشر یافت می شود.

گوستافسن^۴ نیز در مطالعه خود، کیفیت خواب و سلامتی زنان را در ارتباط با شرایط کاری پرستاری بر روی ۱۶۰ نمونه مورد مطالعه قرار داد و نتیجه گرفت که ۴۵ درصد از پرستاران، خواب ناکافی ۲۰ درصد مشکلات گوارشی و ۶۲ درصد از درد کمر و مفاصل شکایت داشتند و ۳۵ درصد از آن ها دچار فرسودگی شغلی بودند. در این میان، یکی از مهم ترین علل ایجاد کننده اختلال در سلامت پرستاران که کمتر به آن پرداخته شده، تعارض کار با خانواده^۵ و خانواده با کار است^۶ که می توانند تاثیرات مهمی بر عملکرد پرستاران داشته باشند. نتایج مطالعات بر روی نانه تعارض نقش در کار و خانواده اشخاص متناقض است. عده ای از پژوهشگران معتقدند که ایذای نقش های متعدد برای اشخاص سودمند است و سبب حفظ جایگاه اجتماعی و احساس مفید بودن می شود. در حالی که برخی دیگر مدعی هستند، تعدد نقش ها می تواند سلامت اشخاص را به خطر اندازد. به طور کلی پیدایش و افزایش خانواده هایی که در آن زن و شوهر هر دو شاغل و دارای درآمد هستند، از تحولات اجتماعی هر کشور است. این حالت از زندگی خانوادگی به رغم بهره مندی از فواید ترکیب نقش، به دلیل نادیده گرفتن تقسیم سنتی کار در خانواده و نیز پذیرش تعیباتی تعهدات بیشتر و جدیدتر، با فشارهایی مواجه است. یکی از این فشارها، تعارض متقابل کار و خانواده است که اگر مدیریت نشود، می تواند پیامدهایی ناخواسته بر کارکردهای خانواده و نیز سلامت روانی و اجتماعی اعضای آن داشته باشد. برای پرستاران مانند دیگر اقشار جامعه کار و پیشه به عنوان مهم ترین عامل شکل دهنده هویت اجتماعی، منبع تامین کننده خانواده و شکل دهنده روابط اجتماعی تلقی می شود؛ به همین دلیل است که امروزه توجه به محیط های شغلی و

^۴ -Gostafsen

^۵ -work-Home conflict

^۶ -home-Work conflict

شرایط کار کارکنان امری است که به منظور بالا بردن کیفیت کار، حفظ سلامت و بهداشت کارکنان و همچنین بهره‌وری بیشتر و بهتر از طول مدت سنوات کاری مورد توجه قرار می‌گیرد. با وجود تمام اثرات مثبتی که کار و درآمد حاصل از آن روی زندگی هر انسانی دارد، مفهوم کار به شکل نامحسوسی در طول زمان تغییر کرده و روابط اجتماعی و خانوادگی انسان‌ها را در معرض تغییراتی گسترده قرار داده و نهایتاً سبب به وجود آمدن مشکلاتی برای افراد گردیده است.

روش بلا اسپنله^۳، تعارض نقش‌ها^۴ را محصول از دست رفتن شرایط تعادل نقش‌ها در جامعه می‌دانند. ایرکرامپی و همکاران^۵ سه معنی جداگانه برای تعارض نقش در نظر می‌گیرند؛ در معنای اول تعارض نقش حاصل انتظارات ناسازگار دو یا تعداد بیشتری از نقش‌هایی است که فرد ایفاء آن‌ها را به طور هم‌زمان برعهده دارد. در معنای دوم تعارض نتیجه اختلاف در تعریف نقش مشخص هر سوی فرد و سایر شرکای نقش است و در معنای سوم تعارض ناشی از انتظارات متعارض نقش‌های مرتبط با یک نقش کانونی است. بنابراین هر گاه فرد در وضعیتی قرار بگیرد که مجبور به قضاوت بین دو زمان دو نقش شود که تکالیفی متداخل بر عهده اش می‌گذارند، تعارض نقش ایجاد شده است.

تعارض متقابل کار- خانواده مشکلی برای پرستاران و پرستاری محسوب می‌شود. بسیاری از پرستاران امروزه با چالش متعادل سازی نقش‌های شخصی و خانوادگی خود روبرو هستند. هنوز دقیقاً مشخص نیست که چگونه و چه تعداد از پرستاران را تجربه می‌کنند و کدام یک از ابعاد آن می‌تواند تاثیر بیشتری بر عملکرد پرستاران داشته باشد. اما نتایج مطالعات، شیوع و تکرار بالای این پدیده را نشان می‌دهد که می‌تواند علتی برای ترک خدمت پرستاران باشد. کریز واکز^۶ و همکاران در مطالعه خود بر روی پرستاران آمریکایی می‌نویسند که تعارض کار و خانواده ممکن است منجر به ترک حرفه و تشدید بحران کمبود

^۳ -Bella&Spennie

^۴ -role conflict

^۵ -Abarcrampy&etal

^۶ -Grzywacz et al

پرستار گردد. به اعتقاد آنان پرستاران به دلیل شرایط شغلی از جمله پایین بودن حمایت سازمانی، تعداد نوبت های کاری، سختی کار، ساعات کاری طولانی و غیره بیشتر در معرض تعارض ناشی از کار و خانواده قرار دارند و هر ساله تعداد زیادی از پرستاران در آمریکا به دلیل عدم رضایت شغلی، کارشان را ترک می کنند که این امر علاوه بر اتلاف هزینه های صرف شده جهت آموزش آنان، موجب از دست دادن مهارت ها، تخصص و منابع نیز می شود.

به دلیل پیچیدگی و چند وجهی بودن موضوع تعادل بین کار و خانواده و تحقیقات اندک در این مورد، اغلب در درک و تفسیر آن مشکلاتی به وجود می آید. بر اثر همین برداشت نادرست است که بسیاری از افراد کار و خانواده را به دو امر کاملاً جدا از هم تقسیم می کنند که منافع یک طرف به ضرر طرف مقابل تمام می شود و منجر به تعارض کار - خانواده می گردد.