



رابطه خودکارآمدی با سرسختی روان‌شناختی و افسردگی در معلمان شهر تهران

مهسا محمدی^۱، وحیده فدایی نژاد^۲، صفورا صادقی مزیدی^۳، سعید مهدوی^۴

۱- دانش آموخته کارشناسی ارشد برنامه ریزی درسی دانشگاه بوعلی سینا همدان، ایران

۲- دانش آموخته کارشناسی ارشد علوم تربیتی- دانشگاه آزاد علوم تحقیقات تهران، ایران

۳- دانش آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران، ایران

۴- دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران، ایران

چکیده

پژوهش حاضر به دنبال تعیین رابطه خودکارآمدی با سرسختی روان‌شناختی و افسردگی در معلمان شهر تهران بوده است. جامعه آماری کلیه معلمان متوسطه اول شاغل در شهر تهران بودند. حجم نمونه شامل ۱۰۰ نفر که به صورت در دسترس انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌های خودکارآمدی معلمان و افسردگی فرم کوتاه بک و سرسختی روان‌شناختی اهواز پاسخ دادند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و آمار استنباطی (همبستگی) استفاده گردید. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین خودکارآمدی با سرسختی روان‌شناختی با مقدار $r = 0/44$ در سطح $\alpha = 0/01$ رابطه معنادار وجود دارد و این رابطه به طور مثبت است و بین خودکارآمدی با افسردگی با مقدار $r = -0/24$ در سطح $\alpha = 0/05$ رابطه معنادار است و این رابطه به طور منفی است. نتایج حاصل بیانگر این مطلب است که خودکارآمدی در معلمان باعث ارتقا سطح عملکرد آنها در موقعیت‌های آموزشی و پرورشی شده و این بهبود فعالیت مانع ایجاد افسردگی و فرسودگی شغلی می‌شود. معلمان دارای ویژگی سرسختی روان‌شناختی در پیشبرد اهداف خود پیگیری بیشتری داشته و برای رسیدن به اهداف شغلی خود تلاش بیشتری دارند و این زمینه لازم برای ارتقا خودکارآمدی را در آنها فراهم می‌آورد؛ بنابراین با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان نتیجه گرفت که معلمانی که کارآمدی بالاتری دارند دارای ویژگی سرسختی روان‌شناختی بالاتر و خلق افسرده کمتری هستند.

واژگان کلیدی: خودکارآمدی، سرسختی روان‌شناختی، افسردگی