

Effect of nurses empowerment on coping with job stresses

MR Sheikhi*

ME Sareechloo*

A Javadi**

M Moradi*

* Instructor of nursing & midwifery faculty, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

** Instructor of statistic, Qazvin University of Medical Sciences, Qazvin, Iran

*Abstract

Background: Job stress is one of the important subjects in organizational behavior. It could cause physiological and psychological disruptive effects on personnel leading to possible diverse effects on their well being.

Objective: To determine effect of nurses empowerment on coping with job stresses in Booali and Qods Hospitals.

Methods: This research was a quasi-experimental study in which 78 nurses were included using a simple randomized sampling. Data were collected by a questionnaire and analyzed by spss software.

Finding: Our data showed that the educational program caused a reduction in stress level from 43.6 ± 3.4 to 38.3 ± 3.2 and the difference was found to be significant when paired T-test used ($p < 0.001$).

Conclusion: Education of stress management could help nurses in coping with stress leading to reduction of unpleasant effects of stress on their health and professional performance, effectively.

Keywords: Hospital Nursing, Job Stress, Empowerment

Corresponding Address: Nursing and Midwifery Faculty, Qazvin University of Medical Sciences, Shahid Bahonar Blvd., Qazvin, Iran

Email: mm sheikhi1@yahoo.com

Tel: +98 281 3338034

Received: 2008/03/09

Accepted: 2008/09/11

تأثیر طرح توانمندسازی پرستاران در مقابله با تنش‌های شغلی در مراکز آموزشی-درمانی قدس و بوعلی سینای قزوین

محمد رضا شیخی* محمد ابراهیم ساریچلو* امیر جوادی** محمد مرادی*

* مربی و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی قزوین

** مربی و عضو هیأت علمی گروه آمار دانشگاه علوم پزشکی قزوین

Email: mm shekhi1@yahoo.com

آدرس مکاتبه: قزوین، بلوار شهید باهنر، دانشگاه علوم پزشکی، دانشکده پرستاری و مامایی، تلفن ۰۲۸۱-۳۳۳۸۰۳۴

تاریخ دریافت: ۸۶/۱۲/۱۹ تاریخ پذیرش: ۸۷/۶/۲۱

*چکیده

زمینه: تنش‌های شغلی یکی از مباحث مهم و مورد مطالعه در رفتار سازمانی است که می‌تواند برای کارکنان اثرات مخرب فیزیولوژیکی و روان‌شناختی در پی داشته باشد و بر تندرستی آنان اثر سوء بگذارد.

هدف: مطالعه به منظور تعیین اثر اجرای طرح توانمندسازی پرستاران در مقابله با تنش‌های شغلی در مراکز آموزشی-درمانی قدس و بوعلی سینای قزوین انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: این مطالعه به روش مداخله‌ای و با استفاده از مدل آزمایشی کلاسیک بر روی ۷۸ نفر از پرستاران شاغل در مراکز آموزشی-درمانی قدس و بوعلی سینای قزوین در سال ۱۳۸۴ انجام شد. نمونه‌گیری به روش تصادفی ساده از بین پرستاران هر دو مرکز انجام شد. داده‌ها با استفاده از پرسش‌نامه‌ای مشتمل بر دو بخش خصوصیات دموگرافیک و حرفه‌ای و بیست سؤال با مقیاس لیکرت درباره تنش شغلی، جمع‌آوری شدند. داده‌های قبل و بعد از مداخله با استفاده از آزمون تی زوج مورد تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: میزان تنش شغلی قبل از مداخله $43/6 \pm 3/4$ بود که پس از آموزش روش‌های مقابله با تنش به $38/3 \pm 3/2$ کاهش یافت و این اختلاف از نظر آماری معنی‌دار بود ($P < 0/001$).

نتیجه‌گیری: آموزش روش‌های مدیریت تنش و مقابله با آن می‌تواند به پرستاران کمک کند تا هنگام مواجهه با موقعیت‌های تنش‌زای شغلی از مهارت‌های فراگرفته شده استفاده نمایند و ضمن کاستن از تأثیر سوء آن بر سلامت جسمی و روانی، وظایف حرفه‌ای خود را به نحو کارآمدتری انجام دهند.

کلید واژه‌ها: پرستاران بیمارستان، تنش‌های شغلی، توانمندسازی

*مقدمه:

تجربه می‌کنند.^(۳) همچنین تنش شغلی از علل عمده انتقال و غیبت از کار است. طبق یک برآورد تقریبی در ایالات متحده آمریکا، مشکلات ناشی از کار سالانه ۷۵ تا ۹۰ میلیارد دلار یا حدود ۱۰ درصد تولید ناخالص ملی زیان به بار می‌آورد.^(۴) همچنین در آمریکا نیمی از مرگ و میرهای زودرس ناشی از تنش است که به بیماری‌های مختلف منجر می‌شود. در کشورهای اروپایی سالانه حدود ۱۰ میلیون نفر از بیماری‌های ناشی از کار رنج می‌برند.^(۴) به علاوه شایع‌ترین پیامد

پدیده تنش شغلی بخش اجتناب ناپذیر زندگی حرفه‌ای افراد را تشکیل می‌دهد.^(۱) تنش می‌تواند برای کارکنان اثرات مخرب فیزیولوژیکی و روان‌شناختی داشته باشند و در تندرستی آنان اثرات سوء بگذارد.^(۲) با توجه به اهمیت این موضوع اغلب پژوهش‌های ۳۰ سال اخیر در زمینه رفتار سازمانی و افزایش بهره‌وری به بررسی تنش شغلی اختصاص یافته‌اند. در میان مشاغل و حرفه‌های مختلف، شاغلین حرفه پرستاری به علت ناکافی بودن تعداد پرستاران، فشارهای روانی بیش‌تری را