

بررسی رابطه سلامت روانی معلمان با اثربخشی سازمانی مدارس

منیژه حسن زاده^۱، رقیه نجمی کرکان^۲، خدیجه بدلی کمانچ علیا^۳

تاریخ پذیرش: ۴ تیر ماه ۱۴۰۴

تاریخ دریافت: ۱ خرداد ماه ۱۴۰۴

چکیده

این تحقیق از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی است جامعه آماری آن را کلیه معلمان مدارس آذربایجان شرقی می باشد. روش نمونه گیری در این تحقیق به صورت نمونه گیری تصادفی طبقه ای و بر اساس فرمول کوکران ۳۸۴ نفر انتخاب گردید. ابزار گردآوری اطلاعات در این تحقیق، پرسشنامه سلامت روانی گلدبرگ و پرسشنامه اثربخشی سازمانی مدارس می باشد. پرسشنامه ها دارای روایی و پایایی مناسبی می باشد. روش تجزیه و تحلیل داده ها در این تحقیق، شامل آمار توصیفی و آمار استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) می باشد. نتایج تحقیق نشان می دهد که بین سلامت روانی معلمان و اثربخشی سازمانی مدارس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می دهد که سلامت روانی معلمان میتواند اثربخشی سازمانی مدارس را پیش بینی کند. این نتایج نشان می دهد که توجه به سلامت روانی معلمان می تواند در بهبود اثربخشی سازمانی مدارس موثر باشد. مدیران و سیاست گذاران آموزشی می توانند با برنامه ریزی برای ارتقای سلامت روانی معلمان، گام مثبتی در جهت بهبود اثربخشی سازمانی مدارس بردارند.

واژگان کلیدی: سلامت روانی، معلمان، اثربخشی سازمانی مدارس

۱-مقدمه

سلامت روانی کارکنان به‌ویژه در حرفه‌هایی که مستلزم تعاملات انسانی پیچیده و مواجهه با فشارها و چالش‌های روانی روزمره هستند، از اهمیت کلیدی برخوردار است. از جمله این مشاغل، معلمی قرار دارد که

^۱ گروه آموزش ابتدایی، وزارت آموزش و پرورش، اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی، تبریز، ایران

^۲ گروه آموزش ابتدایی، وزارت آموزش و پرورش، اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی، تبریز، ایران

^۳ گروه آموزش ابتدایی، وزارت آموزش و پرورش، اداره کل آموزش و پرورش استان آذربایجان شرقی، تبریز، ایران

علاوه بر مسئولیت آموزش و تدریس، به‌طور پیوسته با مسائل اجتماعی، عاطفی و رفتاری دانش‌آموزان سروکار دارد، که این عوامل می‌تواند سلامت روانی وی را تحت تأثیر قرار دهد. سلامت روانی معلمان به معنای توانایی آنان در حفظ تعادل هیجانی، مدیریت استرس شغلی، ایجاد روابط مثبت با دانش‌آموزان و همکاران، و برخورد مؤثر با چالش‌های محیط کار است (Spracklen, 2010; Mortensen & Howard, 2020). در سال‌های اخیر پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که سلامت روانی معلمان نه تنها بر کیفیت زندگی شغلی آنان تأثیر می‌گذارد، بلکه ارتباط مستقیمی با اثربخشی سازمانی مدارس نیز دارد. اثربخشی سازمانی به معنای توان مدرسه در دستیابی به اهداف آموزشی، مدیریت منابع انسانی، رضایت معلمان، بهبود تعاملات حرفه‌ای و ارتقای کیفیت تدریس است. همچنین سازمان‌هایی با معلمان که از روان سالم برخوردارند، به‌طور معمول از عملکرد بهتر، نوآوری و انعطاف‌پذیری بیشتری برخوردارند (OECD, 2020).

عوامل مختلفی می‌توانند بر سلامت روانی معلمان تأثیر بگذارند، از جمله فشارهای شغلی، حجم کار سنگین، تعاملات پیچیده با دانش‌آموزان، کمبود منابع حمایتی و نابرابری‌های فرهنگی-سازمانی (Fidan, 2025). سلامت روانی پایین می‌تواند منجر به فرسودگی شغلی، کاهش انگیزه و تعهد سازمانی، و در نهایت تأثیر منفی بر فرآیند یاددهی-یادگیری شود. برعکس، معلمان با سطح سلامت روانی بالاتر معمولاً توانایی بیشتری در مدیریت کلاس، خلق و خوی مثبت و تعامل مؤثر با دانش‌آموزان دارند و می‌توانند به اثربخشی بیشتری در مدرسه کمک کنند.

در حوزه آموزش، اثربخشی سازمانی نه تنها به نتایج تحصیلی دانش‌آموزان مرتبط است، بلکه بر کیفیت فرهنگ مدرسه، رضایت شغلی معلمان، همکاری میان کارکنان و انسجام سازمانی اثر می‌گذارد. سازمان‌هایی که سلامت روانی کارکنان‌شان را حمایت می‌کنند، بیشتر در ایجاد محیط‌های یادگیری مثبت و مشارکتی موفق بوده‌اند، که این امر خود سبب بهبود کیفیت آموزشی می‌شود (Collie, Bakker et al., 2007).

(Shapka & Perry, 2012)

اهمیت توجه به سلامت روانی معلمان در نظام‌های آموزشی با توجه به چالش‌های معاصر مانند افزایش بار کاری، تغییرات آموزشی، فشارهای ارزیابی عملکرد و نیاز به آموزش‌های چندمهارتی، بیش از پیش آشکار شده است. پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که سلامت روانی معلمان نه تنها به سلامت شخصی آنان مرتبط است، بلکه به‌طور مستقیم و غیرمستقیم بر مؤلفه‌های سازمانی مانند اثربخشی مدارس تأثیر می‌گذارد (Gámez-Genovart, 2025).

استان آذربایجان شرقی به‌عنوان یکی از استان‌های بزرگ ایران با تنوع فرهنگی و تعداد قابل توجه مدارس، نمادی مناسب برای بررسی رابطه بین سلامت روانی معلمان و اثربخشی سازمانی مدارس است. با توجه به فشارهای شغلی، انتظارات متعدد اجتماعی و نیاز به ارتقای کیفیت آموزش، بررسی این رابطه می‌تواند یافته‌های علمی-کاربردی ارزشمندی برای سیاست‌گذاران آموزشی، مدیران مدارس و متخصصان روان‌شناسی تربیتی فراهم سازد.

در نتیجه، این پژوهش تلاش می‌کند به این سوال کلیدی پاسخ دهد: آیا و تا چه میزان سلامت روانی معلمان بر اثربخشی سازمانی مدارس استان آذربایجان شرقی تأثیر دارد و این رابطه از چه سازوکارهایی عبور می‌کند؟ پاسخ به این سؤال می‌تواند بهبود راهبردهای مدیریتی و کلان‌سیاست‌های آموزشی را تسهیل کند.

۲- ادبیات نظری و پیشینه پژوهشی

۱- مفهوم سلامت روانی و نقش آن در محیط کار

سلامت روانی به عنوان یک مؤلفه اساسی از رفاه انسانی تعریف می‌شود که شامل توانایی فرد در مدیریت هیجانات، برخورد مؤثر با فشارها، ایجاد و حفظ روابط سازنده، و حفظ عملکرد شغلی است. سازمان‌های سالم برای رسیدن به اهداف خود باید از سلامت روانی کارکنان پشتیبانی کنند تا عملکرد فردی و سازمانی بهینه شود. در حرفه معلمی، سلامت روانی اهمیت دوچندان دارد، زیرا معلمان بخش عمده‌ای از وقت خود را در تعامل با دانش‌آموزان و همکاران می‌گذرانند و کیفیت این تعاملات می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای داشته باشد (OECD, 2020).

در پژوهش‌های روان‌شناسی سازمانی مشخص شده است که سلامت روانی کارکنان با میزان انگیزش، رضایت شغلی، مشارکت سازمانی و کاهش فرسودگی شغلی ارتباط دارد، و این عوامل در نهایت به بهبود اثربخشی سازمانی منجر می‌شود (Dreer, 2023). سلامت روانی معلمان نیز به عنوان یکی از مهم‌ترین پیش شرط‌ها برای ایجاد محیط آموزشی مؤثر مطرح شده است، زیرا معلمان سالم از نظر روانی احتمال بیشتری برای خلق تجارب یادگیری مثبت و حمایت عاطفی از دانش‌آموزان دارند.

۲. سلامت روانی معلمان: ابعاد و پیامدها

پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سلامت روانی معلمان دارای ابعاد چندگانه است که شامل کنترل استرس، رضایت شغلی، خوش‌بینی، تعادل هیجانی و توانایی مقابله با فشارهای کاری می‌باشد. معلمان با سلامت روانی پایین ممکن است تجربه بیشتری از اضطراب، افسردگی و خستگی شغلی داشته باشند که این موضوع می‌تواند به کاهش اثربخشی آموزشی منجر شود (اصل مرز و ایدی، ۲۰۲۵).

در مطالعه‌ای که سلامت روانی معلمان را مورد بررسی قرار داد، نشان داده شد که معلمان از فشارهای شغلی متعدد رنج می‌برند و این فشارها نقش مهمی در کیفیت تعاملات آموزشی دارند. سلامت روانی مثبت منجر به بهبود کیفیت تعاملات کلاسی، مدیریت رفتار دانش‌آموزان و رضایت شغلی می‌شود و این عوامل خود بخشی از اثربخشی سازمانی مدرسه به شمار می‌آیند. (Leila Ferghat, 2025)

۳. اثربخشی سازمانی مدارس: تعریف و مؤلفه‌ها

اثربخشی سازمانی در مدارس به معنای توانایی مدرسه در دستیابی به اهداف آموزشی، تعاملات مؤثر میان کارکنان، مدیریت منابع و بهبود مستمر فرآیندهای آموزشی است. مؤلفه‌هایی مانند عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، مشارکت فرهنگی-سازمانی، رضایت معلمان، و بهبود روش‌های مدیریتی بخشی از ساختار اثربخشی سازمانی به شمار می‌روند. (Collie, Shapka & Perry, 2012)

تحقیقات نشان داده‌اند که سازمان‌های آموزشی که به سلامت روانی کارکنان توجه بیشتری دارند، دارای محیط‌های یادگیری مثبت‌تر، روابط بین‌فردی قوی‌تر و نتایج بهتری در عملکرد دانش‌آموزان هستند، که همه این‌ها نمایانگر بالاتر بودن اثربخشی سازمانی است. (Gámez-Genovart, 2025)

۴. رابطه سلامت روانی معلمان با اثربخشی سازمانی

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که سلامت روانی معلمان با مؤلفه‌های اثربخشی سازمانی ارتباط معناداری دارد. معلمان با سلامت روانی بهتر معمولاً از توانمندی بیشتری برای انتقال مفاهیم، گوش دادن به نیازهای دانش‌آموزان، مدیریت کلاس و مشارکت فعال در فرآیندهای مدرسه برخوردارند. (OECD, 2020)

به‌طور خاص، سلامت روانی مثبت می‌تواند به افزایش انگیزش، رضایت شغلی و خودکارآمدی معلمان منجر شود، که همگی به بهبود اثربخشی مدرسه کمک می‌کنند. معلمان سالم‌تر معمولاً از توانایی مقاومت در برابر استرس کاری بیشتری برخوردارند، که این امر باعث می‌شود کیفیت تدریس و تعامل با دانش‌آموزان در سطوح بالاتری باقی بماند. (Dreer, 2023)

پژوهش‌های مرسوم دیگری بیان می‌کند که معلمان با سطح بالای رفاه ذهنی و روانی نه تنها احساس رضایت و تعلق سازمانی بیشتری دارند، بلکه توانایی مقابله با فشارهای سازمانی و بهبود عملکرد حرفه‌ای خویش را نیز افزایش می‌دهند، که این امر در نهایت به اثربخشی بالاتر سازمانی منجر می‌شود (Gámez-Genovart, 2025)

۳- روش تحقیق

روش تحقیق حاضر از نوع تحقیقات توصیفی-همبستگی است و در زمره تحقیقات کاربردی قرار می‌گیرد. جامعه آماری این تحقیق کلیه معلمان مدارس آذربایجان شرقی می‌باشد. روش نمونه‌گیری در این تحقیق به صورت نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و بر اساس فرمول کوکران ۳۸۴ نفر انتخاب گردید. ابزار گردآوری اطلاعات در این تحقیق، پرسشنامه سلامت روانی گلدبرگ^۱ و پرسشنامه اثربخشی سازمانی مدارس می‌باشد. پرسشنامه سلامت روانی گلدبرگ که توسط گلدبرگ در سال ۱۹۷۸ ساخته شد، دارای ۲۸ گویه است که چهار مولفه اضطراب، افسردگی، مشکلات اجتماعی و علائم جسمانی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این پرسشنامه دارای روایی و پایایی مناسبی می‌باشد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش‌های مختلف با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، بین ۰.۷۸ تا ۰.۹۱ گزارش شده است. همچنین، روایی سازه پرسشنامه سلامت روانی گلدبرگ توسط تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار گرفته است. پرسشنامه اثربخشی سازمانی مدارس نیز بر اساس مدل استاندارد اثربخشی سازمانی مدارس، دارای ۲۰ گویه می‌باشد که ابعاد مختلف اثربخشی سازمانی از جمله اهداف سازمانی، رضایت شغلی کارکنان، رضایت دانش‌آموزان، کیفیت خدمات آموزشی و ... را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. پایایی این پرسشنامه نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ۰.۸۵ گزارش شده است. برای تعیین روایی پرسشنامه اثربخشی سازمانی مدارس، از روایی صوری و سازه استفاده شد که نتایج نشان دهنده ی روایی مناسب پرسشنامه می‌باشد. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها در این تحقیق، شامل آمار توصیفی

^۱ GHQ-28

(فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه) می باشد. برای تجزیه و تحلیل داده ها، از نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ استفاده شد. در این تحقیق، سطح معنی داری آزمون ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. با توجه به محدودیت های تحقیق، نتایج به دست آمده از این مطالعه می تواند گامی در جهت درک رابطه بین سلامت روانی معلمان و اثربخشی سازمانی مدارس باشد و می تواند به مدیران و سیاست گذاران آموزشی در جهت بهبود اثربخشی سازمانی مدارس کمک کند.

۴- یافته های تحقیق

۴-۱- یافته های توصیفی متغیرها

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و ضریب آلفای کرونباخ متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	ضریب آلفای کرونباخ
سلامت روانی	۲۱.۱۴	۴.۵۶	۰.۹۲
اثربخشی سازمانی	۳۴.۵۶	۶.۲۳	۰.۸۸

میانگین سلامت روانی معلمان ۲۱.۱۴ با انحراف استاندارد ۴.۵۶ و میانگین اثربخشی سازمانی مدارس ۳۴.۵۶ با انحراف استاندارد ۶.۲۳ می باشد. ضریب آلفای کرونباخ برای سلامت روانی ۰.۹۲ و برای اثربخشی سازمانی ۰.۸۸ می باشد که نشان دهنده ی پایایی مناسب پرسشنامه ها می باشد.

۴-۲- یافته های استنباطی

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق

	سلامت روانی	اثربخ سازمانی
سلامت روانی	۱	۰.۶۷**
اثربخشی سازمانی	۰.۶۷**	۱

نتایج نشان می دهد که بین سلامت روانی معلمان و اثربخشی سازمانی مدارس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ($r=0.67, p<0.01$). این رابطه نشان می دهد که با افزایش سلامت روانی معلمان، اثربخشی سازمانی مدارس نیز افزایش می یابد.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه

متغیر پیش بین	ضریب رگرسیون	خطای استاندارد
سلامت روانی	۰.۵۶	۰.۱۲

نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می دهد که سلامت روانی معلمان می تواند اثربخشی سازمانی مدارس را پیش بینی کند ($\beta=0.56, p<0.001$). این نتایج نشان می دهد که با افزایش سلامت روانی معلمان، اثربخشی سازمانی مدارس نیز افزایش می یابد.

۵- نتیجه گیری و پیشنهادها

نتایج این تحقیق نشان می دهد که بین سلامت روانی معلمان و اثربخشی سازمانی مدارس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می دهد که سلامت روانی معلمان میتواند اثربخشی سازمانی مدارس را پیش بینی کند. این نتایج نشان می دهد که توجه به سلامت روانی معلمان می تواند در بهبود اثربخشی سازمانی مدارس موثر باشد. مدیران و سیاست گذاران آموزشی می توانند با برنامه ریزی برای ارتقای سلامت روانی معلمان، گام مثبتی در جهت بهبود اثربخشی سازمانی مدارس بردارند. پیشنهادات زیر برای موضوع به شرح زیر ارائه شده است:

- برگزاری دوره های آموزشی برای معلمان: برگزاری دوره های آموزشی برای معلمان می تواند به ارتقای سلامت روانی آنها کمک کند. این دوره ها می توانند شامل موضوعاتی مانند مدیریت استرس، تکنیک های آرامش، و مهارت های ارتباطی باشند.
- ایجاد فضاهای حمایتی برای معلمان: ایجاد فضاهای حمایتی برای معلمان می تواند به آنها کمک کند تا در مورد مشکلات خود صحبت کنند و از حمایت های لازم برخوردار شوند.
- ارتقای شرایط کاری معلمان: ارتقای شرایط کاری معلمان می تواند به کاهش استرس و افزایش سلامت روانی آنها کمک کند. این می تواند شامل بهبود حقوق و مزایا، کاهش حجم کار، و ایجاد محیط کاری مناسب باشد.
- برگزاری برنامه های تفریحی و ورزشی برای معلمان: برگزاری برنامه های تفریحی و ورزشی برای معلمان می تواند به ارتقای سلامت روانی و جسمانی آنها کمک کند.
- ایجاد سیستم حمایتی برای معلمان: ایجاد سیستم حمایتی برای معلمان می تواند به آنها کمک کند تا در مورد مشکلات خود صحبت کنند و از حمایت های لازم برخوردار شوند.

منابع

اصل مرز، ف.، ایدی، ش. (۱۴۰۱). بررسی عوامل مؤثر بر اضطراب و افسردگی حاکم در بین معلمان. جامعه شناسی آموزش و پرورش.

فرغت، ل.، (۱۴۰۴)، رابطه بین سلامت روان معلمان و اثربخشی فرآیند یاددهی-یادگیری در مدرسه، دومین کنفرانس بین المللی مطالعات نوین در روانشناسی، علوم تربیتی، علوم اجتماعی و آموزش و پرورش، تهران

Dreer, B. (2023). On the outcomes of teacher wellbeing: a systematic review. PMC Journal.

- Fidan, T. (2025). Organizational predictors of teachers' subjective well-being. SAGE Journals.
- Mortensen, M., & Howard, S. (2020). Teachers' mental health and well-being in education. ResearchGate.
- OECD (2020). Teachers' well-being: A framework for data collection and analysis. OECD Publishing.
- Spiess, M. et al. (2025). Exploring teacher well-being from perspectives of public-school teachers. Journal of Teacher Education and Educators.