

The role of optimism and religious coping in predicting nurses' burnout

ARTICLE INFO

Article Type
Research Article

authors

Toktam Sadat Jafar Tabatabaei^{1*}
Zahra Ghobadi²

How to cite this article

Toktam Sadat Jafar Tabatabaei, Zahra Ghobadi, The role of optimism and religious coping in predicting nurses' burnout, *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*, 2023:7(3): 58-64.

1. Assistant Professor, Birjand branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran (corresponding author).
2. PhD student, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran.

ABSTRACT

Purpose: Among the tensions that nurses face during their service, we can mention job burnout, which is influenced by several factors. Therefore, the present study was conducted with the aim of investigating the role of optimism and religious coping in predicting nurses' burnout.

Materials and methods: The present study was a correlational descriptive study. The research population included all the male and female nurses working in the first three months of 1401 at Imam Hossein Karaj Hospital (400 people), based on the table of Gorjesi and Morgan (1971), 196 were selected by stratified sampling method (male and female).. And they responded to the questionnaires of life orientation of Shier and Carver (1985), religious confrontation of Iranians, Irizar and Aguilar (2010) and job burnout of Maslach (1996). Data analysis was done using Pearson's correlation test and multiple regression with the help of SPSS version 24 software.

Findings: The results showed that the correlation between optimism and religious coping with job burnout was negative and significant ($p < 0.01$). Also, optimism and religious coping explain 38% of the variance of job burnout.

Conclusion: By using religious confrontations and having an optimistic attitude in the work environment of nurses, it is possible to target nursing actions, make it easier to bear work problems, and consequently, it can reduce their job burnout.

Keywords: Optimism, Religious Coping, Job burnout, Nurses.

* Correspondence:

Address:

Phone:

Email: tabatabaee@gmail.com

Article History

Received: 2023/01/06

Accepted: 2023/03/13

نقش خوش بینی و مقابله مذهبی در پیش بینی

فرسودگی شغلی پرستاران

تکتم سادات جعفر طباطبایی

استادیار، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران (نویسنده مسئول).

زهرا قیادی مهر*

دانشجوی دکتری، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران.

چکیده

هدف: فرسودگی شغلی از تنش های حرفه پرستاری است که تحت تأثیر عوامل متعددی است؛ بنابراین مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش خوش بینی و مقابله مذهبی در پیش بینی فرسودگی شغلی پرستاران انجام شد.

مواد و روش ها: پژوهش حاضر توصیفی همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی پرستاران زن و مرد مشغول به فعالیت در سه ماه نخست سال ۱۴۰۱ بیمارستان امام حسین کرج (۴۰۰ نفر) بودند که بر اساس جدول گرجسی و مورگان (۱۹۷۱) ۱۹۶ نفر به روش نمونه گیری طبقه ای انتخاب؛ و به پرسش نامه های جهت گیری زندگی شیر و کارور (۱۹۸۵)، مقابله مذهبی ایرانی آبیاری و آگیلار (۲۰۱۰) و فرسودگی شغلی ماسلاچ (۱۹۹۶) پاسخ دادند. تحلیل داده ها با آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام شد.

یافته ها: نتایج نشان داد همبستگی بین خوش بینی (۲۴۷/۰) و مقابله مذهبی (۵۶۹/۰) فرسودگی شغلی منفی و معنی دار بود (p < ۰/۰۱). همچنین داد خوش بینی و مقابله مذهبی ۳۸ درصد از واریانس فرسودگی شغلی را تبیین می کنند.

نتیجه گیری: با به کارگیری مقابله های مذهبی و داشتن نگرش خوش بینانه در محیط شغلی پرستاران، می توان فرسودگی شغلی آنان را کاهش داد.

واژگان کلیدی: خوش بینی، مقابله مذهبی، فرسودگی شغلی، پرستاران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۰/۱۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۲/۲۲

*نویسنده مسئول: tabatabaee@gmail.com

مقدمه

پرستاران به عنوان بزرگ ترین گروه از کارکنان سلامت، همواره با استرس های مزمن ناشی از پیچیدگی های محیط کاری، بارکاری نقش و تنش های زیاد، تعهد های سنگین کاری، چالش ها، عوامل محیطی و درونی و بیرونی سازمان روبرو هستند (۱) و در فرایند مراقبت از بیماران خستگی های جسمی و روانی زیادی را تحمل می کنند که در صورت عدم کنترل می تواند موجب آشفتگی در امر مراقبت و درمان بیماران شود (۲). استرس های مزمن پرستاران به تدریج منجر به تخلیه ذخایر عاطفی می شود که آن را فرسودگی می نامند (۳). فرسودگی شغلی به دلیل استرس طولانی مدت ایجاد شده و به عنوان سندرم خستگی هیجانی، مسخ شخصیت کاهش احساس کفایت شخصی تعریف می شود (۴) و حالت هیجانی و دیرپایی است که با خستگی جسمانی، تحلیل رفتن عاطفی و ضعف فرسودگی شناختی همراه است (۵). پژوهش های مختلف نشان می دهد میزان فرسودگی شغلی پرستاران ایران متوسط به بالا و از میزان استاندارد جهانی نیز بالاتر است، به طور مثال رضایی و همکاران در پژوهشی بر پایه ۲۱ مقاله انتخاب شده با ۴۱۸۰ پرستار شرکت کننده شیوع کلی فرسودگی شغلی را در پرستاران ۳۶ درصد گزارش کرده است (۶). فرسودگی باعث کاهش سلامت و بهزیستی روانشناختی آنان گردیده است (۷).

خوش بینی در رویارویی با مشکلات و تنش ها، نقش مهمی ایفا نموده و به عنوان یک عامل بالقوه قدرتمند در بهبود و سازگاری مؤثر است (۸). خوش بینی تمایل به انتخاب امیدوارانه ترین دیدگاه است و به یک آمادگی عاطفی و شناختی در خصوص اینکه چیزهای خوب در زندگی مهم تر از چیزهای بد است اشاره دارد (۹). خوش بینی را می توان به عنوان رویکرد مثبت نسبت به همه رویدادها و پدیده ها، یک نگرش مثبت یا انتظار برای مثبت ترین گزینه ها بدون انتخاب وقایع و پدیده های خاص بیان کرد که فرد در زندگی خود با آن روبرو می شود (۱۰). افراد خوش بین دیدگاه مثبت تری نسبت به زندگی دارند و بر جنبه های مثبت موقعیت ها و حوادث متمرکز می شوند. آن ها انتظارات مثبتی دارند و برای دستیابی به تحولات در آینده خوش بین ترند (۱۱). خوش بین ها بر این باورند که ناملازمات می توانند به شیوه موفقیت آمیزی اداره شوند، اما افراد بدبین انتظار بدبختی دارند (۱۲). پژوهش ها از رابطه بین خوش بینی با فرسودگی شغلی کارکنان آموزش و پرورش (۱۳)، با اهمال کاری در دانشجویان پرستاری (۱۴)، با کیفیت زندگی کاری پرستاران (۱۵) حکایت دارند. از سویی اهمیت راهکارهای مقابله ای و نقش مذهب به عنوان شاخص هایی در مواجهه با مشکلات و ناملازمات در مطالعات متعدد مورد تأکید قرار گرفته است (۱۶). مقابله های مذهبی شامل تلاش های فرد برای ادراک و رویارویی با تجارب تنش زای رخدادهای زندگی از طریق آموزه های دینی است (۱۷). مقابله مذهبی به دودسته مقابله مذهبی مثبت و مقابله مذهبی منفی تقسیم می شوند. مقابله مذهبی مثبت (گرایش به مذهب) که بیانگر حس معنویت، رابطه ایمن با خدا، باور به معناداری زندگی و ارتباط معنوی با دیگران است، این در حالی است که مقابله مذهبی منفی (روگردانی از مذهب) نمایانگر رابطه ایمن کمتر با خدا، دیدگاه بدبینانه و نامطمئن به دنیا و ستیزه جویی مذهبی در چالش برای

کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد (۲۴). در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد. مقیاس مقابله مذهبی ایرانی: این مقیاس ۱۴ سؤالی را آبیاری و آگیلار (۲۰۱۰) طراحی، که سه عامل مقابله‌های شناختی مذهبی مانند خواندن قرآن احادیث و اقامه نماز، عامل دوم دربرگیرنده دعا، توسل و توکل به خدا و عامل سوم شامل توسل به ائمه نذر و صدقه را بر اساس مقیاس لیکرت نه به‌هیچ‌وجه (نمره صفر) تا بله بیشتر اوقات (نمره ۳) می‌سنجد. دامنه نمرات بین ۴۲-۰ و نمرات بالاتر نشان‌دهنده مقابل مذهبی بهتر هست. آبیاری و آگیلار پایایی به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ گزارش کردند، این مقیاس با گرایش مذهبی درونی آلپورت دارای همبستگی مثبت و معنادار (۰/۴۹) و با جهت‌گیری بیرونی مذهبی آلپورت دارای همبستگی منفی است (۰/۲). ضریب آلفای مقابله‌های شناختی مذهبی، دعا توسل و توکل به خدا و عامل سوم توسل به ائمه نذر و صدقه هرکدام از عوامل به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۷۸ و ۰/۸۰ گزارش شده است (۲۵). در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه فرسودگی شغلی: این پرسشنامه ۲۲ سؤالی توسط ماسلاچ (۱۹۹۶) ساخته شده که سه بعد فرسودگی شغلی خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کاهش عملکرد شخصی را بر روی یک مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً موافقم (نمره یک) تا کاملاً مخالفم (نمره پنج) می‌سنجد، دامنه نمرات ۱۱۰-۲۲ هست و نمرات بالاتر نشان‌دهنده فرسودگی شغلی بالا است و بالعکس. ماسلاچ و همکاران، روایی محتوایی آن را تأیید و پایایی به روش ضریب آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۷۱ تا ۰/۹۰ گزارش نمودند (۲۶). در مطالعه شفییعی، روایی صوری پرسشنامه تأیید و پایایی آن به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ تأیید گردیده است (۲۷). در مطالعه حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

پس از دریافت مجوزهای مربوطه و رعایت اصول اخلاقی در پژوهش، با مراجعه به افراد نمونه انتخاب‌شده، محقق در بیمارستان حاضر شده و بعد از جلب نظر و توجیه آنان اقدام به توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها و پاسخنامه‌های مربوط در همان زمان و مکان نمود. در مدت سه ماه تمامی داده‌ها گردآوری شد (فروردین و اردیبهشت ۱۴۰۱). تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیروسون و رگرسیون چندگانه و با کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها

در جدول ۱. یافته‌های جمعیت شناختی مربوط به اعضای نمونه مورد مطالعه گزارش شده است.

جست‌وجوی معناست (۱۸). در مطالعات رابطه جهت‌گیری‌های مذهبی با فرسودگی شغلی مشاوران (۱۹) و فرسودگی مراقبتی در مراقبین خانوادگی (۲۰) تأیید شده است. همچنین نتایج مطالعات مختلف از تأثیرگذاری جهت‌گیری مذهبی در حساسیت اخلاقی پرستاران، عملکرد شغلی، امید به زندگی و سلامت روان و سلامت معنوی پرستاران حمایت می‌کند (۲۱).

فرسودگی شغلی به‌عنوان یک موضوع مهم و جزء لاینفک حرفه پرستاری نه‌تنها باعث کاهش کیفیت زندگی، بلکه اثری منفی بر کیفیت زندگی کاری افراد دارد (۲۲). لذا بررسی عوامل مؤثر برای کاهش فشار روانی و آرامش بخشیدن به آن‌ها مفید بوده و همواره ارزشمند است، از سویی نظر به اهمیت خوش‌بینی و نگاه مثبت موجود به معنویت و معنویت‌گرایی، انجام پژوهش در این حوزه می‌تواند بستر ساز پیشنهاد به کارگیری دانش علمی حوزه معنویت برای ارتقاء بهزیستی و کاهش تمایل به ترک شغل کارکنان شود. همچنین با توجه به خلأ پژوهشی در زمینه ارتباط متغیرهای مذکور موجب شد مطالعه حاضر باهدف نقش خوش‌بینی و مقابله مذهبی در پیش‌بینی فرسودگی شغلی پرستاران انجام شد و به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا خوش‌بینی و مقابله مذهبی در پیش‌بینی فرسودگی شغلی پرستاران نقش دارند؟

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی پرستاران زن و مرد مشغول به فعالیت در سه ماه نخست سال ۱۴۰۱ بیمارستان امام حسین کرج (۴۰۰ نفر) بودند که بر اساس جدول گرجسی و مورگان (۱۹۷۱) تعداد ۱۹۶ به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای (زن و مرد) انتخاب شدند. ملاک ورود شامل داشتن حداقل یک سال سابقه کار، رضایت برای شرکت در پژوهش، تکمیل پرسشنامه و داشتن سلامت روان بر اساس خود اظهاری بود و شرط خروج نیز مخدوش یا ناقص پر کردن پرسشنامه بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه‌های زیر بودند:

آزمون جهت‌گیری زندگی: این آزمون ۶ سؤالی توسط شیر و کارور (۱۹۸۵) ساخته شده که در طیف پنج‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (صفر) تا کاملاً موافقم (۴) نمره‌گذاری می‌شود، نمره‌گذاری برخی از عبارات‌ها به‌صورت معکوس انجام می‌شود، دامنه نمرات ۲۴-۰ هست و نمرات بالاتر به معنی خوش‌بینی بیشتر نسبت به زندگی است. شیر و کارور، در مطالعه‌ای بر روی هشت نمونه جمعیتی مختلف آلفای کرونباخ ۰/۵۷ تا ۰/۷۵ و ضرایب باز آزمایی ۰/۴۳ تا ۰/۶۹ را گزارش و روایی سازه به روش تحلیل عاملی آن را به تأیید نمودند (۲۳). در مطالعه کجباغ و همکاران، ضرایب روایی هم‌زمان بین این مقیاس با افسردگی و خود تسلط یابی به ترتیب ۰/۶۴۹ و ۰/۷۲۵ به‌دست آمده است و پایایی به روش آلفای

جدول ۱. یافته‌های جمعیت شناختی نمونه پژوهش

متغیر	تعداد	درصد
سن	۹۲	۴۷
دامنه	۵۹	۳۰
	۴۵	۲۳

۷۱	۱۳۹	زن	جنس
۲۹	۵۷	مرد	
۷۹/۶	۱۵۶	متاهل	تاهل
۲۰/۴	۳۰	مجرد	

در جدول ۲ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین و انحراف معیار به همراه ضریب همبستگی پیرسون گزارش شده است.

جدول ۲. یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵
۱- خوش بینی	۱۷/۸۴	۲/۷۵۵	۱				
۲- خواندن قرآن احادیث و اقامه نماز	۹/۲۲	۲/۳۴۸	**۰/۳۰۲	۱			
۳- دعا، توسل و توکل به خدا	۱۰/۱۰	۲/۰۱۷	**۰/۲۹۰	**۰/۶۲۶	۱		
۴- توسل به ائمه، نذر و صدقه	۸/۲۱	۱/۶۲۴	**۰/۲۴۷	**۰/۴۶۳	**۰/۵۶۹	۱	
۵- فرسودگی شغلی	۶۱/۳۳	۱۰/۰۹۴	**۰/۳۱۶	**۰/۴۸۴	**۰/۵۲۱	**۰/۵۳۲	۱

*معنی داری در سطح ۰/۰۵ **معنی داری در سطح ۰/۰۱

توجه به اینکه مقدار آن (۱/۷۹۶) در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می‌توان گفت پیش‌فرض استقلال باقی‌مانده‌ها رعایت شد. برای بررسی وجود هم خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از شاخص‌های تحمل و عامل تورم واریانس (VIF) استفاده شد که با توجه به نتایج به‌دست‌آمده انحرافی از مفروضه هم خطی چندگانه مشاهده نشد.

بر اساس نتایج جدول ۲ ضرایب همبستگی بین خوش‌بینی و مقابله مذهبی با فرسودگی شغلی منفی و معنی‌دار بود. منفی بودن ضرایب به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی و مقابله مذهبی با فرسودگی شغلی پرستاران ارتباط معکوس وجود دارد ($p < 0.01$). به‌منظور پیش‌بینی فرسودگی شغلی پرستاران از طریق خوش‌بینی و مقابله مذهبی، از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد. برای بررسی استقلال باقی‌مانده‌ها از آماره دوربین-واتسون استفاده شد. با

جدول ۳. تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی فرسودگی شغلی از طریق خوش‌بینی و مقابله مذهبی

مدل	B	SE	Beta	t	مقدار احتمال	R	مجدور R تعدیل شده	مقدار F	مقدار احتمال
ثابت	۱۰۲/۴۴۳	۴/۳۴۳		۲۳/۵۸۹	۰/۰۰۱	۰/۶۲۷	۰/۳۸۰	۳۰/۹۳۵	۰/۰۱
خوش‌بینی	-۰/۴۷۴	۰/۲۱۹	-۰/۱۲۹	-۲/۱۵۹	۰/۰۳۲				
خواندن قرآن احادیث و اقامه نماز	-۰/۷۷۵	۰/۳۱۹	-۰/۱۸۰	-۲/۴۳۲	۰/۰۱۶				
دعا، توسل و توکل به خدا	-۰/۹۹۱	۰/۳۹۷	-۰/۱۹۸	-۲/۴۹۶	۰/۰۱۳				
توسل به ائمه، نذر و صدقه	-۱/۸۹۰	۰/۴۳۳	-۰/۳۰۴	-۴/۳۶۰	۰/۰۰۱				

مقابله مذهبی، ۳۸ درصد از واریانس فرسودگی شغلی را تبیین می‌کنند. لذا نتیجه گرفته شد که خوش‌بینی و مقابله مذهبی به شکل منفی و معنی‌داری فرسودگی شغلی پرستاران را پیش‌بینی می‌کنند.

نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر باهدف بررسی نقش خوش‌بینی و مقابله مذهبی در پیش‌بینی فرسودگی شغلی پرستاران انجام شد. نتایج نشان داد رابطه خوش‌بینی با فرسودگی شغلی منفی و خوش‌بینی به شکل منفی و

در جدول ۳ مقدار F به‌دست‌آمده برای بررسی مدل رگرسیونی برابر با ۳۰/۹۳۵ بود که در سطح آلفای کوچک‌تر از ۰/۰۱ معنی‌دار بود که نشان داد خوش‌بینی و مقابله مذهبی می‌توانند تغییرات مربوط به فرسودگی شغلی را به خوبی تبیین کنند و نشان‌دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه‌شده بود. مقدار مجدور R تعدیل‌شده برابر با ۰/۳۸۰ به دست آمد که نشان داد خوش‌بینی و

فوق می‌توان گفت مذهب و مقابله مذهبی به‌وسیله فراهم کردن چارچوبی برای درک معنا و علت وقایع منفی و همچنین ارائه چشم‌اندازی امیدوارانه از زندگی می‌تواند سازگاری افراد با شرایط پر فشار را تحت تأثیر قرار دهد. در واقع التزام مذهبی، به‌مثابه سپر ضربه‌گیر در برابر تنش عمل نموده و پیامدهای زیان‌بار تنش مراقبتی را بر سلامت تعدیل می‌نماید؛ بر همین اساس مذهب و مقابله مذهبی به‌عنوان منابع ارتقادهنده سازگاری افراد برای مواجهه با عوامل فشارزای شغلی عمل می‌کنند (۳۱)؛ همچنین افرادی که خود را مذهبی‌تر می‌دانند حمایت تأیید و تشویق بیشتری از طرف دوستان و خانواده ادراک می‌نمایند و این پیوندهای اجتماعی معنوی می‌تواند با افزایش حس ایمنی و تعلق بر سلامت و بهزیستی آنان مؤثر است. از سویی افراد مذهبی دارای طرحواره‌های مذهبی هستند که می‌تواند آن‌ها را در پردازش شناختی تمام مسائل و ادوار زندگی از جمله شغل و حتی مرگ کمک کند. لذا می‌توان گفت که طرحواره‌های مذهبی می‌توانند هم بر ارزیابی ما از رویدادها و هم بر شیوه‌های رویارویی ما با وقایع و حتی بر چگونگی وقوع رویدادها اثر داشته باشند و افراد مذهبی با جهت‌گیری درونی دارای طرحواره‌هایی می‌باشند که نحوه ارزیابی آن‌ها را از رویدادهای ایجادکننده فرسودگی تحت تأثیر قرار می‌دهد به‌طوری‌که این افراد رویدادها را کمتر فرسودگی‌زا تلقی کرده و در نتیجه فرسودگی کمتری را تجربه می‌کنند (۱۹). از سویی دیگر می‌توان گفت که به‌کارگیری مهارت‌های مقابله‌ای مذهبی شامل خواندن قرآن و احادیث، اقامه نماز، دعا، توسل و توکل به خدا، توسل به ائمه، نذر و صدقه دادن از جمله باورهای مذهبی است که به‌کارگیری آن در زندگی فردی و شغلی مجذوب می‌شود که فرد نگاه امیدوارانه و هدفمندانه به زندگی داشته باشد و این نگرش خدا‌باورانه زمینه ارتقای سلامت و کاهش فشار روانی و در نتیجه کاهش فرسودگی شغلی را در محیط‌های کاری از جمله شغل پرستاران را فراهم می‌آورد.

از جمله محدودیت‌های مطالعه حاضر خود گزارشی پرسشنامه‌های پژوهش، محدود بودن نتایج به پرستاران بیمارستان و عدم کنترل متغیرهای جمعیت شناختی از جمله سن، جنس، سابقه بود، لذا پیشنهاد می‌شود که به انجام مطالعه در بیمارستان‌های دیگر شهرها همراه با کنترل نقش تعدیل‌کننده متغیرهای جمعیت شناختی به کمک مدل‌سازی معادلات ساختاری پرداخته شود. با توجه به نتایج پیشنهاد می‌شود با برگزاری دوره‌های آموزشی در راستای افزایش خوش‌بینی و مقابله‌های مذهبی به کاهش فرسودگی شغلی پرستاران کمک کرد. بنابراین مدیران و مسئولان با آگاهی از نتایج این تحقیق می‌توانند به‌عنوان یک منبع حمایتی، زمینه را برای کاهش فرسودگی شغلی و آسیب‌پذیری پرستاران فراهم کنند.

سپاسگزاری

پژوهشگران از تمامی پرستاران بیمارستان امام حسین کرج که در این پژوهش ما را یاری نموده‌اند، نهایت تشکر و قدردانی را می‌کنند. نویسندگان اعلام می‌نمایند که تضاد منافعی در این پژوهش وجود ندارد. ضمناً این پژوهش با حمایت مالی نویسندگان انجام شده است.

معنی‌داری فرسودگی شغلی پرستاران را پیش‌بینی می‌کند. منفی بودن ضرایب به‌دست‌آمده نشان می‌دهد که بین خوش‌بینی با فرسودگی شغلی پرستاران ارتباط معکوس وجود دارد، یعنی با افزایش میزان خوش‌بینی، فرسودگی شغلی کاهش می‌یابد. در زمینه یافته فوق با نتایج مطالعات پیشین پژوهشی به‌صورت مستقیم انجام‌نشده است، اما با نتایج مطالعات مشابه در این زمینه همسو است. به‌عنوان مثال نتایج مطالعه محسنی و همکاران (۱۳) نشان داد بین خوش‌بینی و فرسودگی شغلی کارکنان آموزش و پرورش همبستگی معکوس وجود دارد. در مطالعه‌ای دیگر نشان داده شد که بین زندگی خوشایند با فرسودگی شغلی پرستاران، همبستگی معنی‌داری وجود دارد (۲۸). مطالعه رهنما و همکاران (۱۵) نشان داد بین خوش‌بینی با خستگی و کیفیت زندگی کاری در پرستاران متأهل همبستگی معنی‌داری وجود دارد. در تبیین یافته فوق می‌توان گفت خوش‌بینی از لحاظ درون فردی به شخص کمک می‌کند که از لحاظ شناختی، هیجانی و فیزیولوژیکی بتواند بر مشکلات و تنیدگی‌های خود مسلط شود و همچنین به او کمک کند که مسئولیت افکار و رفتار خود را در تعارضات و کشمکش‌ها بپذیرد و در جهت تغییر آن‌ها تلاش می‌کند (۲۹). به‌عبارتی دیگر می‌توان گفت با توجه به این‌که افراد با خوش‌بینی بالا فعال‌تر و پرتلاش هستند و دست به برنامه‌ریزی می‌زنند، بنابراین به بهترین شکل ممکن موقعیت استرس‌زا را تغییر می‌دهند و این امر موجب می‌شود که افراد خوش‌بین کمتر در معرض خطرهای بعدی قرار گیرند و فشار ناشی از حوادث استرس‌زا نیز برای آن‌ها کمتر باشد. دستگاه ایمنی در افراد با خوش‌بینی بالا، عملکرد بهتری دارد و با بهره‌گیری از راهبردهای کنار آمدن مؤثرتر مانند ارزیابی مجدد و مسئله‌گشایی با فشارهای روانی بهتر کنار می‌آیند. از طرفی این افراد به نحو فعال از رویدادهای فشارزای زندگی پرهیز کرده و شبکه‌های حمایت اجتماعی بهتری را پیرامون خود می‌سازند. همچنین سبک‌های زیستی سالم‌تری دارند که آنان را از ابتلای به بیماری حفظ می‌کند و اگر هم بیمار شوند به توصیه‌های پزشکی بهتر عمل کرده و آن‌ها را با الگوهای رفتاری دنبال می‌کنند که بهبودی را سرعت می‌بخشد (۳۰). بنابراین بنا به دلایل مذکور ارتباط منفی بین خوش‌بینی و فرسودگی شغلی قابل توجیه است.

نتایج نشان داد رابطه بین مقابله مذهبی با فرسودگی شغلی منفی و مقابله مذهبی به شکل منفی و معنی‌داری فرسودگی شغلی پرستاران را پیش‌بینی می‌کند. به‌عبارتی دیگر می‌توان گفت با به‌کارگیری مقابله‌های مذهبی در محیط کاری می‌توان از فرسودگی شغلی کاسته شود. یافته فوق با نتایج مطالعات مشابه در این زمینه همسو است. به‌طور مثال یافته‌های مطالعه شریفی و فاتحی (۲۰)، نشان داد بین ابعاد مقابله مذهبی با افسردگی و فرسودگی مراقبتی در مراقبین خانوادگی، رابطه معنی‌داری وجود داشت. در مطالعه‌ای دیگر نتایج نشان داد بین جهت‌گیری مذهبی با فرسودگی شغلی مشاوران مدارس و مراکز مشاوره همبستگی معنی‌داری وجود دارد (۱۹). پژوهش سالاری و همکاران (۲۲) نشان داد که باورهای مذهبی و معنویت به‌عنوان مهم‌ترین عامل تطابق و ارزش‌های حاکم بر حرفه به‌عنوان پشتوانه قوی در کارها می‌توانند در فرایند سازگاری پرستاران با پیامدهای فرسودگی شغلی مؤثر باشند. در تبیین یافته

educational movies on the students' social competence. *Iranian Journal of Health Education and Health Promotion*. 2014;2(1):57-64. (Persian)

10. Kealy D, Ben-David S, Cox DW. Early parental support and meaning in life among young adults: The mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*. 2020;1-8.

11. Malinowski P, Lim HJ. Mindfulness at work: Positive affect, hope, and optimism mediate the relationship between dispositional mindfulness, work engagement, and well-being. *Mindfulness*. 2015;6(6):1250-62.

12. Imbs J, Mejean I. Elasticity optimism. *American Economic Journal: Macroeconomics*. 2015;7(3):43-83.

13. Mohseni S, Mirshekari L, Kahak F, Sanagoo A, Ahoe M. The Relationship between Optimism and Emotional Intelligence and Job Burnout Education Staff Zahedan. *Quarterly Journal of Health Breeze*. 2016;5(2):9-15. (Persian)

14. Khanbabayi gol M, Mirmazaheri R, Dorosti A. Relationship Between Procrastination and Optimism in Undergraduate Nursing Students of Medical Sciences Universities of Northwest Iran-1397. *2 Journal of Nursing Education*. 2018;7(4):48-54. (Persian)

15. Rahnama N, BakhtiyarPour S, Bavi S, Jayervand H, DashtBozorgi Z. Presentation a Model of Quality of Work Life Based on Job Stress and Optimism Mediated by Fatigue in Married Nurses in Ahvaz. *Journal of Health Promotion Management*. 2021;10(3):95-108. (Persian)

16. Jafari H, Marzband R, Esmaeili R, Mohammadpour r, Mirshafiei N. Investigating the Relationship between Religious Coping and Resilience in Emergency ward Nurses. *Journal of Nursing Education*. 2022;10(4):24-32. (Persian)

17. Nemati S, Imanzadeh A, Fouruhi N, Mahdavi M, Afshin h. The Relationship

References

1. Nogueira LdS, Sousa RMCd, Guedes EdS, Santos MAd, Turrini RNT, Cruz DdALMd. Burnout and nursing work environment in public health institutions. *Revista brasileira de enfermagem*. 2018;71:336-42.
2. Phillips C. Relationships between workload perception ,burnout, and intent to leave among medical–surgical nurses. *JBIEvidence Implementation*. 2020;18(2):265-73.
3. Kolagari S, Yazdi K, Sabzi Z, Vakili MA. Specific Questionnaire in Assessing Occupational Burnout among Nurses. *Tolooebehdasht*. 2021;20(5):1-14. (Persian)
4. Babaie E, Ghadimi M, Ahmadi A, Golestanibakht T. The role of resilience and coping styles in predicting burnout of corona nurses in private hospitals in Tehran. *Quarterly Journal of Nersing Management*. 2022;10(4):86-95. (Persian)
5. Eseadi C, Diale BM. Correlation of career satisfaction with burnout among Nigerian nurses. *International Medical Journal*. 2020;27(4):447-9. (Persian)
6. Rezaei S, Karami Matin B, Hajizadeh M, Soroush A, Nouri B. Prevalence of burnout among nurses in Iran: A systematic review and meta-analysis *International nursing review*. 2018;65(3):361-9. (Persian)
7. Ghavidel F, Pishgooie AH, Baniyaghoobi F, Moradi A, Alazmani Noodeh F. Comparison of Stress and Job Burnout of Nurses in the Wards of Patients with COVID-19 and non-COVID-19 in Aja Affiliated Hospitals *Military Medicine*. 2022;24(4):1221-30. (Persian)
8. Djian f, Malekiha M. The role of optimism in psychological well-being according to Islamic teachings and psychological studies. *Journal of Islamic Psychology*. 2022;7(15):69-87. (Persian)
9. Jafari Baghkheirati A, Kaveh MH. The effect of optimism training through

25. Abiary M, Aguilar ME. Psychometric properties of the Iranian religious coping scale. *Contemp Psychol*. 2010;93:81-93. (Persian)
26. Maslach C. Maslach burnout inventory-human services survey (MBI-HSS). MBI manual. 1996:192-8.
27. Shafeie M. A survey on job satisfaction in hospital employee of Esfahan medical university. *Homa Salamat bimonthly*. 2011;7(2):15-24. (Persian).
28. Rastjoo S, Zandvanian A. Predicting of job burnout of female nurses based on effort – reward imbalance and components of positive psychology. *Occupational Medicine Quarterly Journal*. 2021;13(2):29-39. (Persian)
29. Arab N, Rezai-Badafshani F, Rahimi M. [The mediating role of quality of work life between psychological capital and life satisfaction]. *Iranian Journal of Health Education & Promotion*. 2015; 3 (1) :49-58. (Persian).
30. Yavari Barhaghtalab E, Seirafi M, Kalthornia Golkar M. Structural Relations between Physical and Mental Health Based on Flourishing Mediated by Optimism in Nursing Students. *Iran Journal of Nursing*. 2020;33(126):28-43. (Persian)
31. Krok D. Value systems and religiosity as predictors of non-religious and religious coping with stress in early adulthood. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*. 2015;3:21-31.
- between Religious Coping Strategy, Resiliency and Marital Satisfaction. *Journal of Modern Psychological Researches*. 2019;14(53):317-31. (Persian)
18. Fallahchai SR, Moazen Jami A, Fallahi M. Parental Stress, Religious Coping and Dyadic Adjustment in Parents of Children with an Autism Spectrum Disorder. *Psychology of Exceptional Individuals*. 2017;7(27):115-33. (Persian)
19. Talebi M, Karami F, Givtaj H. The Relationship of Personality Types and Religious Orientation with Job Burnout of Counselors in Yazd Counseling Centers and Hospitals. *Industrial and Organizational Psychology Studies*. 2020;7(1):123-42. (Persian)
20. Sharifi M, Fatehizade M. Correlation between religious coping with depression and caregiver burnout in family caregivers. *Modern Care Journal*. 2012;9(4):1-12. (Persian)
21. Samadifard HR, Narimani M. The Relationship between Moral Identity, Spiritual Well-being and Religious Orientation with Job Adjustment among Nurses. *Pajouhan Scientific Journal*. 2018;17(1):1-8. (Persian)
22. Salaree MM, Nehrir B, Sirati Nir M. Spiritual Coping Strategies to Deal with Job Burnout among Military Nurses: A Qualitative Study. *Journal of Military Medicine*. 2021;23(6):472-81. (Persian)
23. Scheier MF, Carver CS. Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*. 1985;4(3):219.
24. Kajbaf MB, Oreyzi H, Khodabakhshi M. Standardization, reliability, and validity of optimism scale in esfahan and a survey of relationship between optimism, selfmastery, and depression. *Quarterly Journal of Psychological Studies*. 2006;2(1):51-7. (Persian).