

ارتباط حمایت اجتماعی با راهبردهای مقابله با استرس در پرستاران بخش روانپزشکی

*دکتر شهلا اکوچکیان (MD)^۱ - دکتر حمیدرضا روح‌افزا (MD)^۱ - مهندس اکبر حسن‌زاده (MS)^۲ - دکتر حمیده محمدشریفی (MD)^۱

*نویسنده مسئول: اصفهان، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، بیمارستان نور، مرکز تحقیقات علوم رفتاری

پست الکترونیک: Akuchekian@med.mui.ac.ir

تاریخ دریافت مقاله: ۸۷/۴/۲۰ تاریخ پذیرش: ۸۷/۹/۲۸

چکیده

مقدمه: استرس شغلی منشأ بسیاری از مشکلات روانشناختی و جسمانی برای فرد شاغل است. پرستاران سطح بالایی از استرس را بخاطر نوع کار خود تجربه می‌کنند. آنچه بر واکنش افراد در مقابل استرس اثر می‌گذارد شیوه‌های مقابله با استرس می‌باشد. حمایت اجتماعی عامل حفاظت‌کننده و اثرگذار بر شیوه‌های مقابله با استرس می‌باشد.

هدف: بررسی راهبردهای مقابله با استرس و ارتباط آن با حمایت اجتماعی در پرستاران.

مواد و روش‌ها: مطالعه حاضر مطالعه‌ای توصیفی تحلیلی بر روی ۴۷ نفر پرسنل پرستاری بخش‌های روانپزشکی بیمارستان‌های آموزشی اصفهان انجام گرفته است. چک لیست روشهای مقابله با استرس (CS-R (Coping Scale-Revised) و پرسشنامه حمایت اجتماعی ساراتوز و پرسشنامه محقق ساخته اطلاعات دموگرافیک تکمیل گردید. از روشهای آماری t-student، همبستگی پیرسون و اسپیرمن جهت تجزیه و تحلیل آماری استفاده شد.

نتایج: میانگین سنی ۳۹/۹ سال و میانگین نمره حمایت اجتماعی افراد مورد مطالعه ۱۰/۵۹±۲/۲۴ بوده است. بین نمره حمایت اجتماعی و سن و سنوات خدمت ارتباط معکوس و معنی‌دار و بین نمره حمایت اجتماعی و تحصیلات ارتباط مستقیم و معنی‌دار مشاهده گردید. مجردها نیز بطور معنی‌داری حمایت اجتماعی بالاتری دریافت می‌کردند. ضمناً بین حمایت اجتماعی و روشهای مقابله با استرس (حمایت اجتماعی - عاطفی) ارتباط مستقیم و با روشهای مقابله با استرس (پذیرش و تفکر آرومندانه) ارتباط معکوس و معنی‌دار وجود داشت.

نتیجه‌گیری: هرچه حمایت اجتماعی بیشتر باشد استفاده از روشهای مؤثر مقابله با استرس افزایش و استفاده از روشهای غیر مؤثر کاهش می‌یابد. با توجه به افزایش توانایی فرد در مقابله با استرس در صورت حمایت اجتماعی، در شغل‌های بسیار حساس و پر استرسی همچون پرستاری، توجه به افزایش حمایت اجتماعی در قالب بهبود مدیریت پرستاری، ارتباطات اداری و تأمین اجتماعی بیشتر و بهتر برای پرسنل پرستاری می‌تواند مفید باشد.

کلید واژه‌ها: استرس / بیمارستان‌های روانی / پرستاران / حمایت اجتماعی

مجله دانشگاه علوم پزشکی گیلان، دوره هجدهم شماره ۶۹، صفحات: ۴۱-۴۶

مقدمه

نوع خدمات پرستاری، مراقبت‌های پرستاری، ارتباط با بیماران بدحال و ارتباط درون سازمانی، منابع شناخته شده استرس در پرستاران است (۵). پرستاری در بخش‌های روانپزشکی نیز به علت نوع بیماران و مشکل در برقراری ارتباط با بیماران روانی و کنترل آنها جزء مشاغل پر استرس محسوب می‌شوند (۱). مکانیسم‌های بکار رفته در مقابله با استرس و میزان حمایت اجتماعی و عامل مهم تعیین‌کننده میزان تحلیل هیجانی و کاهش کارآیی فرد هستند (۶).

در مطالعه استرس و بررسی آثار ناشی از آن گفته می‌شود شیوه‌های مقابله با استرس در نوع پاسخ به آن مهم‌تر از ماهیت خود استرس است. هرچه در مواجهه با استرس شیوه‌های مناسب‌تری بکار گرفته شود آسیب ناشی از آن کمتر خواهد بود (۷).

بی‌تردید استرس شغلی تأثیر بسزایی بر جنبه‌های مختلف زندگی افراد شاغل می‌گذارد. این تأثیر می‌تواند مثبت یا منفی ارزیابی شود و در برخی موقعیت‌ها به عنوان عامل انگیزش در بهبود عملکرد افراد مؤثر باشد (۱). در مواردی دیگر، استرس شغلی به شکل بیماری‌های روحی و روانی از جمله فرسودگی (Burn out)، افسردگی، اضطراب و از بعد جسمی به صورت بیماری‌های روان تنی (پسیکو سوماتیک) از جمله بیماری رگ‌های کرونر، پرفشاری خون و ... بروز می‌کند (۲). نارضایتی شغلی نیز از پیامدهای استرس شغلی محسوب می‌شود و از نظر اقتصادی و اجتماعی برای فرد هزینه‌هایی در بر خواهد داشت (۳ و ۴).

شاغلانی همچون پرستاران میزان بالایی از استرس را تجربه می‌کنند. مشکلاتی چون فشار کار، نوبت‌های کاری،