

اثربخشی مشاوره گروهی شناختی- رفتاری با محوریت روانشناسی مثبت گرا بر رضایت شغلی معلمان

محمد دربا (دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانه دانشگاه تهران)

محمد حسن آسایش (استادیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران)

علی علیمردادی (دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانه دانشگاه تهران)

چکیده

رضایت شغلی از ارکان ضروری و ارزشمند ارتقای سلامتی و رضایت زندگی به شمار می‌رود، به طوری که رضایت شغلی و رضایت از زندگی به طور متوسط و مثبتی با یکدیگر مرتبط می‌باشند. بدین منظور پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مشاوره گروهی شناختی- رفتاری با محوریت روانشناسی مثبت گرا بر رضایت شغلی معلمان صورت گرفت. روش پژوهش، آزمایشی و در چارچوب طرح شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل کلیه معلمان ابتدایی شهرستان بوکان در جریان سال تحصیلی ۹۸-۹۷ بود که از بین آن‌ها ۱۶ معلم مرد داوطلب از بین دو مدرسه انتخاب گردید و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه رضایت شغلی مینه سوتا (MSQ) بود که قبل و بعد از مداخله بر روی گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. برنامه مداخلاتی بر اساس رویکرد شناختی- رفتاری با تأکید بر روانشناسی مثبت تنظیم شد و در طی ۱۰ جلسه گروهی و مدت زمان ۹۰ دقیقه برای گروه آزمایش اجرا شد اما روی گروه گواه مداخله‌ای صورت نگرفت. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها نشان داد که بین میانگین نمرات آزمودنی‌ها در ۴ تا از زیر مقیاس‌های آزمون رضایت شغلی مینه سوتا (نوع شغل، فرصت‌های پیشرفت، جو سازمانی و سبک رهبری) بین مراحل پیش آزمون و پس آزمون تفاوت معناداری وجود دارد، اما بین ۲ خرده مقیاس (نظام پرداخت، شرایط فیزیکی) در سطح ۰/۰۱ تفاوت معناداری دیده نشد. نتایج حاکی از آن است که در مجموع فنون شناختی- رفتاری با محوریت روانشناسی مثبت بر رضایت شغلی معلمان اثربخش بوده است. از جمله دلایل اثربخشی این پژوهش بکارگیری فنون حل مسئله، مثبت نگری، تغییر رفتار، بازسازی شناختی، ذهن آگاهی و سبک زندگی عاشقانه بود؛ در حالی که نظام پرداخت و شرایط فیزیکی از عوامل دیگری همچون شرایط پرداخت و عوامل فیزیکی بیشتر تأثیر می‌پذیرد.

کلید واژه‌ها: شناختی- رفتاری، رضایت شغلی، معلمان، روانشناسی مثبت

مقدمه