

استرس شغلی در بین کارکنان مرکز کنترل ترافیک راه آهن

علی مظهری نیا^۱، حسن تبیبیان^۲، مریم صبوری^۳ و مریم فیروزی^۴

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، دانشگاه پیام نور سمنان، ali24m67@gmail.com

^۲ استاد دانشگاه سمنان، tebyanian.hassan@gmail.com

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، دانشگاه پیام نور گرمسار، Mrym.sb1996@gmail.com

^۴ دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت دولتی، دانشگاه پیام نور سمنان، Mary.frz74@gmail.com

رضایت از کار، رضایت از مدیریت و روابط حاکم، احساس امنیت شغلی، احساس مالکیت از جمله نیازهای روانی موثر در کیفیت روحی و روانی کارکنان است که وجود آنها موجب بهره وری و ارتقای تولید و کیفیت می گردد. این مطالعه برای بررسی استرس شغلی کارکنان شاغل در مرکز کنترل ترافیک راه آهن انجام شد. این مطالعه با هدف بررسی اینکه آیا سطح نظارت، سابقه و نوع قرارداد تأثیر قابل توجهی بر استرس شغلی دارد یا خیر. نمونه ای متشکل از ۳۰ کارمند انتخاب شد. از پرسشنامه استرس شغلی اوسیپو برای جمع آوری داده ها استفاده شد. داده ها با استفاده از تکنیک های آماری، میانگین، SD و آزمون t تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان می دهد که تفاوت معناداری بین کارکنان با سابقه بالا و کمتر از ده سال در استرس شغلی آنها وجود دارد، همچنین کارکنان با قرارداد دولتی نسبت به کارکنان با قرارداد شرکتی استرس شغلی کمتری دارند. در حالی که کارمندان با نظارت بیشتر و اپراتور دارای سطح استرس شغلی یکسانی هستند.

واژه های کلیدی: استرس شغلی، کارکنان راه آهن، نظارت، سابقه شغلی

۱- مقدمه

است که امروزه توجه به محیط های شغلی و شرایط کار کارکنان و کارگران امری است که به منظور بالا بردن کیفیت کار، حفظ سلامت و بهداشت کارکنان و به منظور بهره جویی بیشتر و بهتر از طول مدت سنوات کاری مورد توجه قرار گرفته است (سیلی، ۱۹۷۵). استرس شغلی بر سلامتی و عملکرد کارکنان یک سازمان تأثیر منفی می گذارد. استرس بر زندگی انسان ها از جمله کارمندان مضر است. طبق گفته براتان، استرس شغلی را می توان چنین تعریف می کند: پاسخ های مضر جسمی و عاطفی که در صورت عدم تطابق نیازهای شغلی با توانایی ها، منابع یا نیازهای کارمند رخ می دهد (بریتان، ۲۰۰۰). موارد ذاتی شغل شامل ساعات طولانی کار، اضافه کار، فشار زمان، کارهای دشوار، طاقت فرسا یا پیچیده، عدم وقفه و شرایط بد فیزیکی (فضای محدود، دمای نامناسب، شرایط نوری محدود یا نامناسب) از دلایل استرس شغلی محسوب می شوند (باکر و همکاران، ۲۰۱۳). استرس مربوط به کار در بین کارمندان راه آهن مربوط به عوامل استرس زای مهم شغلی (لرزش کل بدن، وضعیت نامناسب بدن، انجام وظایف طولانی مدت و شرایط محیط کار، سر و صدا و رفتارهای کارمندان) و عوامل استرس

استرس یکی از عمده ترین مسائل پزشکی و اجتماعی روز است. استرس در مفهوم عام آن عاملی است که همواره تعادل فیزیکی و روانی فرد را به هم زده و با ایجاد مشکلات روانی و مشکلات روانی کارآیی فرد را در ابعاد مختلف زندگی - شغلی، خانوادگی و اجتماعی کاهش می دهد. در روان شناسی استرس به معنی تحت فشار روحی و روانی قرار گرفتن تلقی شده است. در این حالت جسم و روان به تقاضاهای درونی و بیرونی با فشار پاسخ می دهند. استرس هنگامی رخ می دهد که فرد واکنش های خود را در مواجهه با محرک های درونی و بیرونی ناتوان ببیند که همانا پیامد آن از دست رفتن تعادل روانی فرد است. کار و پیشه به عنوان مهمترین عامل شکل دهنده هویت اجتماعی، منبع تامین کننده زندگی و شکل دهنده روابط اجتماعی، برای هر فرد تلقی می گردد. چرا که نه تنها افزایش مشکلات شخصی کارآیی فرد را در محیط کاری کاهش می دهد بلکه با ایجاد اختلال در روابط خانوادگی چرخ معیوبی را دامن خواهد زد. به همین دلیل