

## نقش نشخوار فکری، همدلی عاطفی و ذهن آگاهی در پیش‌بینی کیفیت زندگی کاری پرستاران

متین یوسفی مریدانی<sup>۱</sup>، حسین فلاحیان<sup>۲</sup>، مرجان میرزایی جولادی<sup>۳</sup>، دکتر سجاد بشرپور<sup>۴</sup>

۱. کارشناس ارشد روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۲. مربی، دانشگاه آزاد اسلامی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرند، تبریز، ایران. (نویسنده مسئول)
۳. کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۴. دانشیار، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره دوم، شماره هشتم، زمستان ۱۳۹۹، صفحات ۵۰-۳۴

### چکیده

کیفیت بالای زندگی کاری از عوامل اساسی توانمندسازی منابع انسانی موردنیاز سیستم مراقبت بهداشتی شناخته شده است. از آنجاکه پرستاران جزء بسیار مهم سیستم مراقبت درمانی کشور محسوب می‌شوند، لذا مطالعه حاضر به بررسی نقش نشخوار فکری، همدلی عاطفی و ذهن آگاهی در پیش‌بینی کیفیت زندگی کاری پرستاران پرداخته است. تحقیق حاضر یک مطالعه توصیفی - همبستگی و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه پرستاران شاغل در بیمارستان‌های شهر تبریز در سال ۱۳۹۷ و حجم نمونه شامل ۱۵۰ نفر پرستار بود که با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس پاسخ‌های نشخواری (نولن هوکسما و مورو، ۱۹۹۱)، مقیاس همدلی عاطفی (مهرابیان و اپستاین، ۱۹۷۲)، پرسشنامه مهارت‌های ذهن آگاهی (کتتاک، ۲۰۰۴) و پرسشنامه کیفیت زندگی کاری (والتون، ۱۹۷۳) استفاده شد و داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد کیفیت زندگی کاری پرستاران با متغیرهای ذهن آگاهی و همدلی عاطفی رابطه معنی‌دار ( $P < 0/01$ ) دارد، ولی با متغیر نشخوار فکری رابطه معنی‌داری ندارد. نتایج رگرسیون نیز نشان داد که متغیرهای ذهن آگاهی و همدلی عاطفی در مجموع ۸٪ از واریانس کیفیت زندگی کاری پرستاران را توجیه می‌کنند. نظر به اینکه پرستاران نقش مهمی در بهبود و ارتقاء سلامت افراد جامعه دارند بهبود کیفیت زندگی کاری پرستاران را توجیه می‌کنند. نظر به اینکه پرستاران نقش مهمی در بهبود و ارتقاء سلامت افراد جامعه دارند بهبود کیفیت زندگی کاری آن‌ها از طریق فاکتورهای روانی، به‌خصوص همدلی عاطفی و ذهن آگاهی که در این مطالعه رابطه معنی‌داری با این متغیر حاصل شد، به‌عنوان یک اولویت بهداشتی مطرح می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: نشخوار فکری، همدلی عاطفی، ذهن آگاهی، کیفیت زندگی کاری، پرستاران.