

تأثیر سبک زندگی سالم بر استرس شغلی در حسابداران بخش عمومی
(مطالعه موردی: کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان)

**The Effect of Healthy Lifestyle on Role Stress in Public Sector
Accountants (Case Study: Employees of Tax Office in Sistan &
Baluchestan)**

Z.Hajiha*, M.A.Zareei**

زهرا حاجیه‌ها*، محمد عارف زارعی**

Received: 2014/9/1

Accepted: 2014/11/26

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۹/۵

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۶/۱۰

Abstract

چکیده

The purpose of this study is the evaluation relationship among stress factors, job burnout, mental health and healthy lifestyle to analyse the effects of healthy lifestyle as a mechanism to encounter with negative effects of job stress on public sector accountants. Research group included Sistan and Baluchistan's tax organization staff's and for evaluating sample volume based on Kokran formula, 196 were selected as the statistical samples. Standard questionnaire of Jones et.al (2010) has been used to obtain data. In order to analyse information statistically, distribution tables, average, standard deviation and multivariable regression and correlation coefficient tests were applied to evaluate research hypotheses. Results showed that the job stress caused by burning out and induces from heavy job and its effects on physical health, has a negative effect on job outcomes. However, negative effects of job stress and too much burning out in public sector accountants, can be removed by a healthy lifestyle which influences mental health.

هدف این پژوهش، بررسی ارتباط بین عوامل استرس‌زا، فرسودگی شغلی، سلامت روان و سبک زندگی سالم به منظور واکاوی اثرات سبک زندگی سالم به عنوان مکانیزمی برای روبروشدن با اثرات منفی استرس شغلی در حسابداران بخش عمومی است. جامعه آماری تحقیق شامل کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان است که حجم نمونه بر اساس فرمول کوکران به تعداد ۱۹۶ انتخاب شده‌اند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استاندارد جونس و همکاران (۲۰۱۰) و همچنین برای تحلیل آماری داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره برای آزمون فرضیه‌های تحقیق استفاده شده است. نتایج تحقیق نشان داد که استرس شغلی که توسط خستگی زیاد ناشی از کار و اثرات آن روی سلامت روان در حسابداران بخش عمومی بوجود می‌آید را می‌توان توسط سبک زندگی سالم که بر روی سلامت روان اثر می‌گذارد، رفع نمود.

Key words: Healthy Lifestyle, Job Stress, Job Burn Out, Public Sector Accountants.

واژه‌های کلیدی: سبک زندگی سالم، استرس شغلی، حسابداران بخش عمومی، فرسودگی شغلی.

JEL Classification: H21

طبقه‌بندی موضوعی: H21

*Assistant Professor of Accounting University, Islamic Azad University, East Tehran Branch, Iran
**MS.in Accounting, Islamic Azad University, Zahedan Branch, Iran

*استادیار گروه حسابداری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران شرق
**کارشناس ارشد حسابداری، دانشگاه آزاد واحد زاهدان، نویسنده مسؤول:
arefzareei@gmail.com

مقدمه

منابع انسانی مهم‌ترین سرمایه‌های یک سازمان محسوب می‌شود که باید با صحت و سلامت در راستای تحقق رسالت و اهداف سازمان تلاش نمایند. در این راستا، برخورداری از تندرستی و نشاط می‌تواند شرایط را برای کار و فعالیت بهینه منابع انسانی سازمان فراهم آورد و آنها را در عرصه‌های مختلف زندگی اعم از کار حرفه‌ای و یا محیط خانوادگی موفق و کامیاب گرداند (مستحفظیان و همکاران، ۱۳۸۸).

تداوم و توسعه فعالیت‌های هر شغل همراه با عوامل مؤثر دیگر به سلامت شاغلان آن بستگی دارد اما اغلب مشاغل با نوعی مخاطره آسیب شناختی رویارویند. استرس یکی از آنهاست که در شغل حسابداری حرفه‌ای، همسان سایر مشاغل حرفه‌ای نمود بارزی دارد. بررسی‌ها در این زمینه نشان داده شیوع و میزان استرس در شغل حسابداری حرفه‌ای رو به افزایش است. گستره ابتلای شاغلان شغل‌های حرفه‌ای به استرس چنان است که استرس به عنوان جزئی از زندگی افراد حرفه‌ای و از جمله حسابداران حرفه‌ای، پذیرش نسبی یافته است. واقعیت این است که استرس حاصل مجموعه‌ای از عوامل است که تفکیک آنها از یکدیگر و یافتن میزان استرس افراد با یک عامل یا یک مجموعه عوامل مشخص ممکن است به آسانی امکان پذیر نباشد. لکن در صورت مشاهده استرس در میان تعداد زیادی از شاغلان یک شغل در صورت بررسی شرایط شغلی آنان تا اندازه‌ای می‌توان ارتباط شرایط شغل مفروض با استرس شاغلان آن شغل را کاوید و آشکار ساخت. از همین رو انجمن‌های حسابداری حرفه‌ای مطالعات را در این زمینه انجام داده‌اند (شلیله، ۱۳۸۸). سبک زندگی نخستین بار توسط وبر معرفی شد و آن را ابزار مهمی در مدل چند بعدی قشربندی اجتماعی قلمداد می‌کرد (اشتیاقی و مسلمی، ۱۳۸۹).

یکی از مهم‌ترین عوامل استرس‌زا در جامعه کنونی شغل می‌باشد. مؤسسه بین‌المللی ایمنی و سلامت شغلی، استرس شغلی را به صورت پاسخ مضر، جسمی و روحی تعریف می‌کنند که در زمانی رخ می‌دهد که نیازمندی‌های شغلی با توانایی‌ها، منابع حمایتی و نیازهای فرد شاغل همخوانی و هماهنگی نداشته باشد. در حالی که افراد حرفه‌ای بسیاری تا حد معمول با استرس مقابله می‌کنند،

به دلیل تعدد ویژگی‌های منحصر به فرد مرتبط با حرفه حسابداری، افراد شاغل در این حرفه با دشواری‌های زیادی مواجه می‌شوند، به عنوان مثال: زمان فصل پرکار حسابداران که معمولاً حسابداران با استرس بیش از حد رو به رو هستند و باعث تضاد بین کار و مسؤولیت‌های خانوادگی می‌گردد و زمان کمی برای هر گونه فعالیت در اوقات فراغت دارند (Jones et al. 2010).

جدول شماره ۱ نشان دهنده عوامل استرس‌زا و تشدید یا تعدیل‌کننده در شغل حسابداری حرفه‌ای محسوب می‌شوند.

استرس شغلی را می‌توان روی هم جمع شدن عوامل

جدول (۱). عوامل استرس‌زا و تشدید یا تعدیل‌کننده در شغل حسابداری حرفه‌ای (شلیله، ۱۳۸۸)

عوامل فشار روانی	
عوامل اصلی	عوامل تشدید یا تعدیل‌کننده
نبود تناسب بین انتظارات از فرد با قابلیت‌های تخصصی و تجربی وی	متغیرهای فرهنگی
وجود تبعیض جنسی در ساختار مردانه حرفه (در مورد زنان)	
وجود محدودیت و ابهام در پیشرفت شغلی	ساختار و ویژگی‌های سازمانی و نوع ارتباطات در محل کار
ساعات کار طولانی	شیوه زندگی بویژه عادت یا عادت نداشتن به ورزش و استفاده کردن یا نکردن از الگوی تغذیه سالم
نامتناسب بودن حجم کار و زمان پیش بینی شده برای انجام آن (به ویژه در فصل ارائه گزارش‌های حسابرسی و مالیاتی)	
ناسازگاری میان مسؤولیت‌های خانوادگی و شغلی (بیشتر در مورد زنان - مادران)	قلمرو فعالیت مؤسسه حسابرسی مثل مشاوره، حسابرسی سیستم یا مالیات
سطح بالای مسؤولیت و پاسخگویی	اندازه مؤسسه حسابرسی

اصلی فرسودگی شغلی بیان می‌کنند، وجه اشتراک تعاریف ارائه شده این است که تمامی متخصصان به نوعی فرسودگی شغلی را در ارتباط با استرس شغلی می‌دانند (امیری و همکاران، ۱۳۹۰).

لذا با توجه به مراتب فوق، این تحقیق بدنبال پاسخ به این سؤال است که: «آیا بین عوامل استرس‌زا، فرسودگی شغلی، سلامت روان و سبک زندگی سالم در حسابداران بخش عمومی ارتباط معناداری وجود دارد یا خیر؟»

مروری بر پیشینه پژوهش

Jamshid (۲۰۱۴)، در تحقیقی تحت عنوان مدیریت استرس در میان کارمندان بانک های بوفال به این نتیجه رسیدند که دلایل این استرس ساعات کار طولانی مدت، سیستم نادرست پاداش دهی، عدم وجود استقلال کاری، فرهنگ سازمانی، تضاد در نقش، عدم وجود حمایت از کارمندان و غیره است.

Jones et al (۲۰۱۰)، در تحقیقی تحت عنوان «سبک زندگی سالم به عنوان مکانیزم روبرو شدن با استرس شغلی در حسابداران» با استفاده از پرسشنامه، اطلاعات مورد نیاز را از حسابداران حرفه ای که در شرکت های بزرگ حسابداری آمریکا کار می کردند جمع آوری کرده و روابط معمول نقش عوامل استرس زا و سبک زندگی سالم روی نتایج کار با استفاده از یک مدل تحقیقی چند جانبه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که استرس شغلی که توسط خستگی زیاد ناشی از کار و اثرات آن روی سلامت فیزیکی بوجود می آید اثرات منفی روی نتایج کار دارد و با این حال اثرات منفی استرس شغلی و خستگی زیاد می تواند توسط سبک زندگی سالم که روی سلامت فیزیکی اثر می گذارد رفع شوند.

Fogarty et al (۲۰۰۸)، در تحقیقی به بررسی روابط میان انتظارات حرفه ای، استرس و کیفیت کار حسابداران حرفه ای در تایلند پرداختند و نتایج نشان داد که فشار و انتظارات حرفه ای ارتباط معناداری با استرس دارد علاوه بر این استرس رابطه معناداری با کیفیت شغل دارد.

Komar et al (۲۰۰۹)، با توجه به عدم وجود

استرس‌زا و وضعیت های مرتبط با شغل دانست که اکثر افراد نسبت به استرس‌زا بودن آن اتفاق نظر دارند. در پژوهش های زیادی عوامل استرس‌زا، سه گونه معرفی شده‌اند:

۱- ابهام وظیفه: وضعیت شغلی معینی که در آن پاره‌ای اطلاعات برای انجام شغل به طور نامطلوب، نارسا یا گمراه کننده‌اند.

۲- تداخل وظیفه: هنگامی اتفاق می‌افتد که پذیرش مجموعه‌ای از الزامات شغلی با پذیرش مجموعه‌ای دیگر در تضاد است (علی پور، ۱۳۹۰).

۳- کار اضافه: زمانی اتفاق می‌افتد که فرد برای انجام تمام کارهایی که بر عهده او است وقت کافی ندارد (Jones et al. 2010)

در این تحقیق هم بر اساس مدل جونز و همکاران، که در کشور آمریکا برای حسابداران بخش عمومی استفاده شده، این عوامل، استرس‌زا معرفی شده اند.

به عنوان مثال رعایت الزامات قانونی توسط حسابداران بخش عمومی می‌تواند موجب استرس در آنها شود. ماده ۲۷۰ و ۲۷۱ قانون مالیات‌های مستقیم در مورد مجازات مأموران متخلف مالیاتی بیان داشته است:

۱- هر گاه بعد از تشخیص مالیات و غیر قابل اعتراض بودن آن معلوم شود که مأموران مالیاتی و نمایندگان سازمان امور مالیاتی کشور عضو هیئت حل اختلاف مالیاتی از روی تعمد یا مسامحه بدون توجه به اسناد و مدارک مؤدی و بدون تحقیقات کافی مالیات مؤدی را کمتر یا بیشتر از میزان واقعی تشخیص داده‌اند، علاوه بر جبران خسارت وارده به میزانی که شورای عالی مالیاتی تعیین می‌نماید متخلف مجازات اداری حداقل سه ماه و حداکثر پنج سال انفصال از خدمات دولتی محکوم خواهد شد.

۲- در مواردی که مالیات مؤدیان بر اثر مسامحه و غفلت مأموران مالیاتی مشمول مرور زمان یا غیر قابل وصول گردد مقصر به موجب رأی هیئت عالی انتظامی از خدمات مالیاتی بر کنار و حسب مورد به مجازات متناسب مقرر در قانون رسیدگی به تخلفات اداری محکوم خواهد شد.

گروهی فرسودگی شغلی را با استرس شغلی یکی می‌دانند در حالی که برخی دیگر استرس شغلی را دلیل

مطالعه‌ای در مورد استرس شغلی حسابداران در کشور هند، بر آن شدند که مطالعه‌ای به همین منظور بر روی حسابداران شاغل در مراکز دولتی پایتخت انجام دهند و نتایج مطالعه آنها بیانگر سطوح بالای استرس شغلی در این گروه از کارمندان دولتی بود (خاتونی و همکاران، ۱۳۹۰).

قاسم‌زاده و همکاران (۱۳۹۲)، در تحقیقی تحت عنوان «بررسی ارتباط بین استرس و تعهد سازمانی کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان مازندران» به این نتیجه رسیدند که بین استرس و تعهد (هنجاری و عاطفی) کارکنان رابطه معنی‌داری وجود دارد و بین استرس و تعهد مستمر کارکنان رابطه معنی‌داری وجود ندارد.

محمدی‌پور و غلامی (۱۳۹۱)، در مقاله‌ای تحت عنوان «اثر فشارهای روانی و فرسودگی شغلی حساب‌برسان مستقل بر کیفیت گزارش‌های حسابرسی» به این نتیجه دست یافتند که اظهارنظر تحت استرس بالا و فرسودگی شغلی باعث اختلال در عملکرد حساب‌برسان می‌شود و اظهار نظر تحت استرس بالا و فرسودگی شغلی باعث اختلال در عملکرد حساب‌برسان می‌شود و اظهار نظر حرفه‌ای آنها را تحت تأثیر می‌گذارد.

اشتیاقی و مسلمی‌پطروودی (۱۳۸۹)، در مقاله‌ای تحت عنوان بررسی رابطه میان سبک زندگی و سلامتی به این نتیجه رسیدند که رابطه مثبت میان سبک زندگی و سلامت وجود دارد.

خاتونی و همکاران (۱۳۸۸)، در پژوهشی به بررسی استرس شغلی و عوامل مرتبط با آن در حسابداران دانشگاه علوم پزشکی قزوین پرداختند. یافته‌های پژوهش نشان داد که شدت استرس شغلی در اکثریت حسابداران در حد شدید می‌باشد. لذا با توجه به بررسی پیشینه پژوهش‌های انجام شده در خصوص عوامل استرس‌زا، فرسودگی شغلی، سلامت روان و سبک زندگی سالم، تحقیق حاضر به دنبال پوشش خلاء پژوهشی موجود در رابطه با تأثیر سبک زندگی سالم بر استرس شغلی در حسابداران بخش عمومی بین کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان می‌باشد.

ویسی و همکاران (۱۳۷۹)، در پژوهش به بررسی اثر

استرس شغلی بر خشنودی شغلی و سلامت روان، با توجه به اثرات تعدیل‌کننده متغیرهای سرسختی و حمایت اجتماعی در گروهی از کارکنان دانشگاه‌های علوم پزشکی تهران، ایران و شهید بهشتی پرداختند. نتایج نشان دادند که بین استرس شغلی و خشنودی شغلی کارکنان رابطه معنی‌دار و منفی وجود دارد و رابطه بین استرس شغلی و سلامت روان معنی‌دار و منفی بود. همبستگی بین خشنودی شغلی و سلامت روان معنی‌دار و مثبت بود. این بررسی همچنین نشان داد که در شرایط پر استرس افراد دارای سرسختی بالا بیش از افراد دارای سرسختی پایین، از خشنودی شغلی و سلامت روان برخوردارند. همچنین افراد دارای حمایت اجتماعی بالا بیش از افراد دارای حمایت اجتماعی پایین از خشنودی شغلی برخوردارند، اما از نظر سلامت روان تفاوتی میان آنها دیده نشد. این پژوهش نشان داد که حمایت اجتماعی و سرسختی با هم تعامل مثبت و معنی‌داری دارند و مردان بیش از زنان سرسختی از خود نشان می‌دهند.

لذا با توجه به مرور و بررسی پژوهش‌های انجام شده در این زمینه، این تحقیق به منظور پوشش خلاء تحقیقاتی موجود در ارتباط با عوامل استرس‌زا، فرسودگی شغلی، سلامت روان و سبک زندگی سالم در اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان ساختاربندی و مورد پژوهش قرار گرفته است. در این خصوص با توجه سؤال اصلی تحقیق که در بند مقدمه ذکر گردید، فرضیات زیر تبیین و مورد آزمون قرار خواهند گرفت:

- ۱- در حسابداران بخش عمومی بین عوامل استرس‌زا و فرسودگی شغلی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد.
- ۱-۱- در حسابداران بخش عمومی بین ابهام وظیفه و فرسودگی شغلی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد.
- ۱-۲- در حسابداران بخش عمومی بین تداخل وظیفه و فرسودگی شغلی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد.
- ۱-۳- در حسابداران بخش عمومی بین کار اضافه و فرسودگی شغلی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد.
- ۲- در حسابداران بخش عمومی بین فرسودگی شغلی و سلامت روان ارتباط منفی معناداری وجود دارد.

انتظار می رود شیوه زندگی سالم به عنوان مکانیسم برای مقابله مؤثر بر نتایج کار از طریق بهبود شور و نشاط و سلامت روانی به کار رود (Jones et al. 2010).

در این پژوهش برای جمع آوری اطلاعات، دو روش: کتابخانه‌ای و میدانی به کار برده شد. ابزار اصلی گردآوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه می‌باشد. پرسشنامه تحقیق حاضر پرسشنامه استاندارد مورد استفاده توسط وی می‌باشد.

در این تحقیق از متغیرهایی مانند سبک زندگی سالم، سلامت روان، استرس شغلی، فرسودگی شغلی، عملکرد شغلی، رضایت شغلی استفاده شده است.

تعریف متغیر های تحقیق

سبک زندگی سالم: سبک زندگی سالم راهی است که از خطر ابتلاء به بیماری‌های جدی و حتی مرگ زودرس جلوگیری می کند خوب است بدانید که همه بیماری‌ها نه تنها قابل پیشگیری هستند بلکه می‌توان از بخش عمده‌ای از مرگ و میرهای ناشی از بیماری‌های قلبی و عروقی و سرطان‌های ریه نیز پیشگیری کرد وقتی شیوه زندگی سالم باشد، این روش روی زندگی افراد خانواده و کودکان هم تأثیر گذاشته و در نهایت جامعه و خانواده سالم‌تر هستند و عمری طولانی‌تر خواهند داشت. سبک زندگی سالم به صورت حفظ برنامه نرمش فیزیکی منظم، رژیم غذایی متعادل، عادت خواب خوب و خوداری از مصرف بیش از حد الکل و دخانیات تعریف شده است.

سلامت روان: بهداشت روانی، به منزله توانایی حفظ و افزایش سلامت روانی است و سلامت روانی به سازش یافتگی بهینه شخصیت، نبود نسبی اختلال های روانی و احساس فاعلی سلامت اطلاق می‌شود. بر اساس پژوهش‌های انجام شده در دو دهه اخیر در قلمرو روانشناسی سلامت، این نکته آشکار شده است که گستره وسیعی از رفتارها می توانند به گونه ای مثبت یا منفی بر سلامت فرد مؤثر باشند (اسدی، ۱۳۸۲).

مهمتر آنکه، پذیرش یک سبک زندگی سالم، بسیار زود استقرار می‌یابد. آنچه زمینه ی بروز انحراف‌ها و اختلال‌ها روانی را فراهم می‌کند، سبک زندگی فرد و

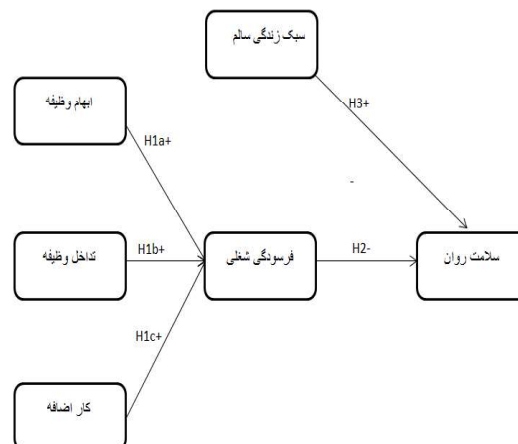
۳- در حسابداران بخش عمومی بین سبک زندگی سالم و سلامت روان ارتباط مثبت معناداری وجود دارد.

روش پژوهش

روش پژوهش و ابزار گردآوری اطلاعات

در این پژوهش از مدل Jones et al (۲۰۱۰) استفاده شده که به صورت زیر می‌باشد.

مدل تحقیق مسیر فرضیه‌ها را نشان می‌دهد. مدل فرض شده از پژوهش حسابداری فوگارتی در سال ۲۰۰۰ و پژوهش مدیریت دننا و گریفین در سال ۱۹۹۹ استخراج شده است. متغیر فرسودگی شغلی، به عنوان یک واسطه برای استرس شغلی حسابداران، از مدل فوگارتی و همکاران در سال ۲۰۰۰ و مداخله گر شیوه زندگی سالم به عنوان مکانیسم مقابله‌ای از مدل گریفین و دننا در سال ۱۹۹۹ گرفته شده است. هم برای اثرات مستقیم و هم برای اثرات غیر مستقیم متغیرهای برونزا، شامل عوامل استرس‌زای وظیفه (ابهام وظیفه، تداخل وظیفه و کار اضافه) و شیوه زندگی سالم آزمایش‌هایی انجام می‌شود. متغیرهای میانجی (فرسودگی شغلی، سرزندگی و سلامت روانی) نقشی دوگانه دارند، هم به عنوان پیش‌بینی و هم معیار و به گونه‌ای فرض شده‌اند که اثرات سببی متغیرهای برونزا را بر نتایج کار انتقال دهند. بنابراین، انتظار می‌رود متغیرهای عامل استرس‌زای وظیفه بر نتایج کار (رضایت شغلی، عملکرد شغلی، مقاصد گردش مالی) از طریق اثر خود روی فرسودگی شغلی و سلامت روانی تأثیر داشته باشند.



نمودار (۱). مدل تحقیق

ناتوانایی وی در مواجهه با مشکلات است.

استرس شغلی: استرس شغلی را می‌توان روی هم جمع شدن عامل‌های استرس‌زا و وضعیت‌های مرتبط با شغل دانست که اکثر افراد، نسبت به استرس‌زا بودن آن اتفاق نظر دارند. استرس شغلی را می‌توان کنش متقابل بین شرایط کار و ویژگی‌های فردی شاغل دانست، به گونه‌ای که خواست‌های محیط کار بیش از آن است که فرد بتواند از عهده آنها بر آید تعریف کرد.

فرسودگی شغلی: تقریباً در حدود بیست سال است که واژه فرسودگی شغلی در ادبیات روانشناسی به کار می‌رود و در حال حاضر فرسودگی شغلی به عنوان مشکل مهم اجتماعی و فردی شناخته شده است. در واقع ارتباط فرد با کارش و مشکلاتی که به دلیل آن خرسندی و نارضایتی ایجاد می‌شود به عنوان یک پدیده مهم در سال‌های اخیر شناخته شده است و استفاده از اصطلاح فرسودگی شغلی برای این پدیده از سال‌های ۱۹۷۰ میلادی در ایالات متحده متداول گشت. به خصوص در بین افرادی که به خدمات انسانی اشتغال داشتند. فرسودگی شغلی از اثر تجمعی عوامل استرس‌زای وظیفه (ابهام وظیفه، تداخل وظیفه، کار اضافه) بوجود می‌آید (Jones et al. 2010).

رضایت شغلی: رضایت شغلی نوعی نگرش فردی است که به طریق مختلف در موفقیت و رشد فرد و جامعه تأثیر می‌گذارد. یکی از اساسی‌ترین مسائل شغلی که متخصصان را به خود مشغول نموده است رضایت شغلی می‌باشد. رضایت شغلی به عنوان مهم‌ترین نگرش، برداشت انسان را نسبت به شغل و سازمان خود بیان می‌دارد. یک کارمند با رضایت شغلی بالا شغل خود را دوست دارد و برای آن ارزش قائل است و به طور کلی نگرش مثبت نسبت به آن شغل را دارد، بنابراین یک کارمند با میزان زیاد رضایت شغلی، نگرش مثبت به شغل و سازمان خود دارد و دیگری که میزان رضایت

شغلی او کم است نگرش منفی دارد.

عوامل استرس‌زا: عوامل استرس‌زا به سه بعد

تقسیم می‌شوند:

۱- ابهام وظیفه،

۲- تداخل وظیفه،

۳- کار اضافه.

هنگامی که فردی فاقد اطلاعات کافی برای به انجام رساندن نقش خود در سازمان باشد ممکن است ابهام وظیفه به وجود آید. تداخل وظیفه زمانی رخ می‌دهد که افراد با دو یا چند مجموعه از فشار و انتظارات باشند به طوری که تطابق با یکی باعث تطابق با دیگری مشکل یا غیرممکن گردد. کار اضافه زمانی رخ می‌دهد که کارمندی باید کار بیش از حد انجام دهد که در زمان معینی به سختی امکانپذیر باشد.

روایی و پایایی تحقیق

در تحقیق حاضر، از روش اعتبار یا روایی مفهومی (محتوایی) استفاده شده است. محقق با رجوع به نظر متخصصان و اساتید از روایی ابزار اندازه‌گیری خود، در سنجش متغیرهای تحقیق اطمینان حاصل نموده است. پایایی پرسشنامه، به روش آلفای کرونباخ برای متغیرهای پژوهش مطابق آنچه در جدول ۲ آمده است محاسبه و تأیید گردید.

جامعه و نمونه آماری

جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه کارکنان شاغل در اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان می‌باشد، گستره آن شامل رده‌های کارشناس، کارشناس ارشد، رئیس گروه، رئیس امور مالیاتی در سطح استان است، که در حال حاضر ۳۹۸ نفر در این اداره کل با پراکندگی ۱۵۶ نفر کارشناس مالیاتی، ۱۷۰ نفر کارشناس ارشد مالیاتی، ۵۳ نفر رئیس گروه

جدول (۲). مقدار ضریب آلفا برای تعیین پایایی

متغیرها	تداخل وظیفه	ابهام وظیفه	کار اضافه	فرسودگی شغلی	سلامت روان	سبک زندگی سالم
آلفا	۰/۷۹	۰/۸۰	۰/۷۷	۰/۸۵	۰/۷۷	۰/۸۶

مطابق جدول ۴ متغیر سبک زندگی سالم با میانگین ۳۱/۹۱ دارای بالاترین میانگین است. با توجه به نمونه انتخابی نتایج نشان دهنده این است که از لحاظ تداخل وظیفه (انحراف معیار=۱/۵۲) پراکندگی کمتری در پاسخ گویان نسبت به بقیه متغیرها در بین اعضای نمونه وجود دارد.

آزمون فرضیات

فرضیه اول: در حسابداران بخش عمومی بین عوامل استرسزا (ابهام وظیفه، تداخل وظیفه، کار اضافه) و فرسودگی شغلی ارتباط مثبت معناداری وجود دارد. (متغیر وابسته: فرسودگی شغلی و پیش بین: عوامل استرسزا)

برای تحلیل فرضیه اول از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون نرم افزار SPSS استفاده شده

مالیاتی، ۱۹ نفر رئیس امور مالیاتی مشغول به کار می باشند. از آنجایی که جامعه آماری در این پژوهش محدود است، جهت محاسبه حجم نمونه، به شرح زیر از فرمول کوکران برای جامعه محدود استفاده شده است. با توجه به فرمول استفاده شده، نمونه آماری این مطالعه، در مرحله مطالعه میدانی شامل ۱۹۶ نفر می باشد. برای تهیه نمونه مناسب از کارکنان اداره کل امور مالیاتی، از روش نمونه گیری چند مرحله ای به شرح جدول ۳ استفاده شده است.

یافته های پژوهش

در این قسمت برای شناخت بیشتر آماره های توصیفی متغیرهای به کار رفته در تحقیق شامل حجم نمونه، شاخص مرکزی میانگین و شاخص پراکندگی انحراف معیار را در جدول ۴ ارائه می شود.

جدول (۴). آمار توصیفی

متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف معیار
ابهام وظیفه	۱۹۶	۹,۴۷	۲,۹۹
تداخل وظیفه	۱۹۶	۴,۷۶	۱,۵۲
کار اضافه	۱۹۶	۴,۷۸	۱,۶۱
سبک زندگی سالم	۱۹۶	۳۱,۹۱	۳,۶۳
سلامت روان	۱۹۶	۲۱,۳۲	۲,۱۶
فرسودگی شغلی	۱۹۶	۱۵,۴۶	۴,۴۲

جدول (۳). توزیع گروه نمونه بر حسب پست سازمانی

پست سازمانی	تعداد کارکنان در جامعه آماری	نسبت کارکنان به کل جمعیت جامعه	تعداد نمونه آماری انتخاب شده
کارشناس مالیاتی	۱۵۶	۳۹.۳٪	۷۷
کارشناس ارشد مالیاتی	۱۷۰	۴۲.۷٪	۸۴
رئیس گروه مالیاتی	۵۳	۱۳.۳٪	۲۶
رئیس امور مالیاتی	۱۹	۴.۸٪	۹
جمع	۳۹۸	۱۰۰٪	۱۹۶

جدول (۵). نتایج ضریب همبستگی و رگرسیون عوامل استرسزا با فرسودگی شغلی

شاخص آماری	مقدار همبستگی	استاندارد Beta	t	مقدار p	R	R ²	R ² (adj)	دوربین واتسون
ثابت			۴.۲۷	۰.۰۰۰				
ابهام وظیفه	۰.۴۹۱	۰.۱۲۵	۲.۴۰	۰.۰۱		۰.۷۹۰	۰.۶۱۸	۲.۰۰۳
تداخل وظیفه	۰.۶۹۳	۰.۳۱۲	۴.۹۴	۰.۰۰۰				
کار اضافه	۰.۷۳۸	۰.۴۷۰	۷.۶۷	۰.۰۰۰				

است که در جدول ۵ آمده است.

سطح معناداری مربوط به ضریب همبستگی پیرسون بین فرسودگی شغلی با ابهام وظیفه، تداخل وظیفه و کار اضافه به ترتیب برابر ۰/۰۰۱، ۰/۰۰، ۰/۰۰ به دست آمد که می‌توان بیان داشت بر طبق آن بین فرسودگی شغلی و ابهام وظیفه، فرسودگی شغلی و تداخل وظیفه و فرسودگی و کار اضافه در سطح اطمینان ۰/۹۵، ۰/۹۹، ۰/۹۹ ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین ضریب تعیین رگرسیون چند متغیره بین فرسودگی شغلی و ابهام وظیفه، تداخل وظیفه و کار اضافه برابر ۰/۶۱ شده است که نشان دهنده خوبی برازش می‌باشد و آماره دوربین- واتسون نیز برابر ۲/۰۰۳ شد که بیانگر عدم وجود خود همبستگی بین باقیمانده‌های رگرسیون می‌باشد. بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان بیان داشت که بین فرسودگی شغلی و سلامت روان رابطه معنادار منفی وجود دارد و فرضیه دوم پژوهش رد نمی‌شود. می‌توان اظهار داشت که این نتیجه در راستای نتایج Jones et al (۲۰۱۰) و نتایج ویسی و همکاران (۱۳۷۹) است.

فرضیه دوم: در حسابداران بخش عمومی بین فرسودگی شغلی و سلامت روان ارتباط منفی معناداری وجود دارد. (متغیر وابسته: فرسودگی شغلی و پیش‌بین: سلامت روان)

برای تحلیل فرضیه اول آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون نرم‌افزار SPSS استفاده شده است که در جدول ۶ آمده است.

سطح معناداری مربوط به ضریب همبستگی پیرسون بین فرسودگی شغلی و سلامت روان برابر ۰/۰۰، به دست آمد که می‌توان بیان داشت بر طبق آن بین فرسودگی شغلی و سلامت روان، در سطح اطمینان ۰/۹۹ رابطه معنی‌دار وجود دارد، همچنین ضریب تعیین رگرسیون چند متغیره بین فرسودگی شغلی و سلامت روان برابر ۰/۹۳ شده است که نشان‌دهنده خوبی برازش می‌باشد و آماره دوربین- واتسون نیز برابر ۲/۱۱ شد که بیانگر عدم وجود خود همبستگی بین باقیمانده‌های رگرسیون می‌باشد.

بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان بیان داشت که بین فرسودگی شغلی و سلامت روان رابطه معنادار منفی وجود دارد و فرضیه دوم پژوهش رد نمی‌شود. می‌توان اظهار داشت که این نتیجه در راستای نتایج Jones et al (۲۰۱۰) و نتایج ویسی و همکاران (۱۳۷۹) است.

فرضیه سوم: در حسابداران بخش عمومی بین سبک زندگی سالم و سلامت روان ارتباط مثبت معناداری وجود دارد. (متغیر وابسته: سبک زندگی سالم و پیش‌بین: سلامت روان)

جدول (۶). نتایج ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون فرسودگی شغلی و سلامت روان

شاخص آماری	مقدار همبستگی	استاندارد Beta	t	مقدار p	R	R ²	R ² (adj)	دوربین واتسون
ثابت			۷۳.۰۱	۰.۰۰۰				
سلامت روان	۰.۹۶۵	۰.۹۶۵	۹۲.۵۰	۰.۰۰۰	۰.۹۶۵	۰.۹۳۰	۰.۹۳۰	۲.۱۱

جدول (۷). نتایج ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون سبک زندگی سالم و سلامت روان

شاخص آماری	مقدار همبستگی	استاندارد Beta	t	مقدار p	R	R ²	R ² (adj)	دوربین واتسون
ثابت			۸.۸۷	۰.۰۰۰				
سلامت روان	۰.۵۳۷	۰.۵۳۷	۸.۸۶	۰.۰۰۰	۰.۵۳۷	۰.۲۸۸	۰.۲۸۵	۱.۶۶

سبک زندگی سالم و سلامت روان وجود دارد. بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش باید راهکارهایی در جهت ورود متغیر سبک زندگی سالم برای خنثی کردن اثرات منفی فرسودگی شغلی ناشی از تجمع عوامل استرس‌زا بر سلامت روان حسابداران در زندگی آنان در نظر گرفته شود.

پیشنهادهای کاربردی

- ۱- دعوت از گروهی روانشناس و حسابدار حرفه‌ای جهت ریشه‌یابی عوامل استرس‌زا در حسابداران بخش عمومی و تلاش در جهت رفع آنان؛
- ۲- راه‌اندازی استفاده از نرم‌افزارهای مناسب حسابداری برای کاهش کار اضافه و تسریع کار؛
- ۳- تصویب بخشنامه‌ای مدون در مورد شرح وظایف مأموران مالیاتی به تفکیک پست سازمانی؛
- ۴- تخصیص بودجه‌ای جهت احداث سالن‌های ورزشی برای استفاده حسابداران بخش عمومی در ساعات غیر اداری و برقراری کلاس‌های آموزشی جهت آشنایی کارکنان با رفتارهای پر خطر مانند اعتیاد به مواد مخدر و الکل؛
- ۴- جابجایی چرخشی مأموران مالیاتی در حوزه‌هایی که مشمول مرور زمان نمی‌شوند مانند حوزه ارث، اجاریات، اطلاعات خدمات، مکانیزه املاک.

پیشنهادهای برای محققین آینده

از مهم‌ترین محدودیت‌های این تحقیق می‌توان به تکمیل شدن پرسشنامه توسط خود افراد اشاره کرد. اگرچه این روش در تحقیقات علوم انسانی روش رایجی است، اما ممکن است سبب برخی جهت‌گیری‌ها و اشتباهات در میان پاسخ‌دهندگان شود. از نظر محقق روش مصاحبه بر این روش ارجح بوده، اما به علت محدودیت زمانی این امر ممکن نبود. لذا بر این اساس پیشنهادی برای تحقیقات آتی می‌تواند به شرح زیر ارائه گردد:

بررسی تأثیر مدل‌های مختلف سبک زندگی بر عوامل استرس‌زا در حسابداران بخش عمومی و انتخاب مناسب‌ترین مدل.

برای تحلیل فرضیه سوم از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون نرم افزار SPSS استفاده شده است که در جدول ۷ آمده است.

سطح معناداری مربوط به ضریب همبستگی پیرسون بین سبک زندگی سالم با سلامت روان برابر ۰/۰۰۰ به دست آمد که می‌توان بیان داشت بر طبق آن بین سبک زندگی سالم و سلامت روان، در سطح اطمینان ۰/۹۹، رابطه معنی دار وجود دارد، همچنین ضریب تعیین رگرسیون چند متغیره بین سبک زندگی سالم و سلامت روان، برابر ۰/۲۸، شده است که نشان دهنده خوبی برازش می‌باشد و آماره دوربین-واتسون نیز به ترتیب برابر ۱/۶۶ شد که بیانگر عدم وجود خودهمبستگی بین باقیمانده‌های رگرسیون می‌باشد. بنابراین با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان بیان داشت که بین سبک زندگی سالم و سلامت روان، سبک زندگی سالم و زنده‌دلی رابطه مثبت معناداری وجود دارد و فرضیه سوم پژوهش رد نمی‌شود. لازم به توضیح است که نتایج این فرضیه همسو با نتایج Jones et al (۲۰۱۰) بدست آمد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این تحقیق بررسی تأثیر سبک زندگی سالم بر استرس شغلی در حسابداران بخش عمومی می‌باشد. جامعه آماری تحقیق کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان سیستان و بلوچستان ۳۹۸ نفر بودند که طبق برآورد نمونه‌گیری کوکران ۱۹۶ نفر آنها به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه استاندارد Jones et al (۲۰۱۰) استفاده شد. روایی آن از نوع محتوایی بوده و پایایی آن از طریق فرمول آلفای کرونباخ اندازه‌گیری شد. برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های همبستگی و رگرسیون چند متغیره استفاده شد.

با توجه به نتایج جدول‌های پنج و شش و هفت می‌توان اظهار داشت که تمامی فرضیه‌های تحقیق مورد تأیید قرار گرفتند و نتایج تحقیق نشان داد که ارتباط منفی معناداری بین عوامل استرس‌زا با فرسودگی شغلی و ارتباط منفی معنی‌داری بین فرسودگی شغلی و سلامت روان و همچنین ارتباط مثبت معناداری بین

منابع

- اسدی، جوانشیر. (۱۳۸۲). "بررسی رابطه هوش هیجانی با فرسودگی شغلی و سلامت روان کارکنان ایران خودرو". پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی.
- اشتیاقی، معصومه؛ مسلمی پطرودی، رقیه. (۱۳۸۹). "بررسی رابطه میان سبک زندگی و سلامتی". اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل مؤثر بر سلامت، دانشگاه تهران.
- امیری، مجتبی؛ اسدی، محمود رضا؛ ودلبری راغب، فاطمه. (۱۳۹۰). "مطالعه و بررسی رابطه میان رضایت شغلی و عملکرد مدیران شرکت سایپا". چهارمین کنفرانس توسعه منابع انسانی، تهران.
- باباجانی، جعفر. (۱۳۸۲). "مسئولیت پاسخگویی و تحولات حسابداری دولتی موضوع بیانیه شماره ۳۴ هیئت استانداردهای حسابداری دولتی". پژوهش نامه علوم انسانی و اجتماعی، ۳، (۸).
- خاتونی، مرضیه؛ ملاحسن، مریم؛ خوئینیها، سعید. (۱۳۹۰). "بررسی استرس شغلی و عوامل مرتبط با آن در حسابداران دانشگاه علوم پزشکی قزوین". فصلنامه سلامت کار ایران، ۲، ۶۶-۷۶.
- شلیله، محمد. (۱۳۸۸). "حسابداران حرفه ای مواظب باشند این شغل استرس زاست". مجله حسابرس، ۴۶، ۴۵-۵۳.
- علی پور، لطف اله. (۱۳۹۰). استرس شغلی و مدیریت آن. شماره ۱۵۷، تهران: انتشارات بانک ملی ایران.
- قاسم زاده، ابراهیم؛ ملکی، مهدی؛ نبی پور افروزی، مهدی؛ عباس زاده، سعید. (۱۳۹۲). "بررسی ارتباط بین استرس و تعهد سازمانی، کارکنان اداره کل امور مالیاتی استان آذربایجان". دومین همایش ملی بررسی راهکارهای ارتقای مباحث مدیریت، حسابداری و مهندسی صنایع در سازمان ها. دانشگاه آزاد واحد گچساران.
- محمدی پور، رحمت اله؛ غلامی، صفورا. (۱۳۹۱). "اثر فشارهای روانی و فرسودگی شغلی حسابرسان مستقل بر کیفیت گزارش های حسابرسی". کنفرانس ملی حسابداری، مدیریت مالی و سرمایه گذاری دانشگاه جامع علمی کاربردی گلستان.
- مستحفظیان، مینا؛ مظفری، سید امیر احمد؛ امیر تابش؛ علی محمد. (۱۳۸۸). "مقایسه سلامت عمومی و کیفیت زندگی کاری اعضای هیئت علمی فعال و غیر فعال در دانشگاه های آزاد اسلامی منطقه چهار". پژوهش در علوم ورزشی، ۴، (۲۵)، ۱۱۸-۱۲۵.
- ویسی، مختار؛ عاطف وحید، محمد کاظم؛ رضایی، منصور. (۱۳۷۹). "تأثیر استرس شغلی بر خشنودی شغلی و سلامت روان: اثر تعدیل کننده سرسختی و حمایت اجتماعی". مجله دانش و رفتار، ۶، (۳)، ۷۸.
- Danna, K. & Griffin, R. W. (1999). "Health and Well-being in the Workplace: A Review and Synthesis of the Literature". *Journal of Management*, 25 (3), 357-384.
- Fogarty, T. J., Jagdip, S., Gary, K. R. & Ronald, K. M. (2000). "Antecedents and Consequences of Burnout in Accounting: Beyond the Role Stress Model". *Behavioral Research in Accounting*, 12, 31-68.
- Jamshid, M. (2014). "Managing Stress Among Banking Sektore Employees in Bhopal". *International Journal of Multidisciplinary Research in Social & Management*, 2.
- Jones, C., Norman, S. & Wier, B. (2010). "Healthy Lifestyle as a Coping Mechanism for Role Stress in Public Accounting". *Behavioral Research in Accounting*, 1(22), 21-41.