



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: محمد مه‌ری، ۱۳۹۶

## رابطه استرس شغلی با فرسودگی شغلی کارکنان شرکت ملی پست استان خراسان رضوی

بی‌تردید استرس شغلی تاثیر بسزایی بر جنبه‌های مختلف زندگی افراد شاغل می‌گذارد، از جمله این که باعث فرسودگی شغلی شده و این فرسودگی شغلی باعث ایجاد مشکلات متعدد جسمی و روانی می‌گردد. هدف این تحقیق ارائه یک مدل خاص جهت بررسی رابطه بین استرس شغلی با فرسودگی شغلی کارکنان شرکت ملی پست استان خراسان رضوی می‌باشد. روش تحقیق مورد استفاده توصیفی و پیمایشی است. جامعه آماری تحقیق، کارکنان اداره کل پست استان خراسان رضوی می‌باشد که با توجه به محدود بودن جامعه آماری (950 نفر)، حجم نمونه 274 نفر در نظر گرفته شده است (طبق جدول مورگان). روش نمونه‌گیری تحقیق، تصادفی ساده می‌باشد که طی چند روز مراجعه به اداره‌های مختلف اداره کل پست استان خراسان رضوی و توزیع پرسشنامه اقدام به جمع‌آوری نقطه نظرات کارکنان شده است. در تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از تحلیل واریانس فریدمن جهت رتبه‌بندی متغیرها و از ضریب همبستگی پیرسون جهت شدت و نوع رابطه بین متغیرها استفاده شده است. یافته‌های این پژوهش نشان داد که: بین عوامل نگرشی با فرسودگی شغلی کارکنان رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد. بین عوامل رفتاری با فرسودگی شغلی کارکنان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بین عوامل شناختی با فرسودگی شغلی کارکنان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بین عوامل جسمانی با فرسودگی شغلی کارکنان رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد و در نهایت بین استرس شغلی و فرسودگی شغلی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

کلیدواژه‌ها: استرس شغلی - فرسودگی شغلی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۵۹۵۲۰۱۵/۱۲۷۲۲

تاریخ دفاع: ۱۳۹۶/۰۶/۱۲

رشته‌ی تحصیلی: مدیریت اجرایی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر محمد قاسمی نامقی

### ***M.A. Thesis:***

The relationship between job stress and job burnout  
National e Razavi Khorasan Province

Work-related stress has Undoubtedly a considerable effect on the lives of people who are



working. One of these effects is exhaustion, which results in numerous physical and mental problems. The Purpose of the present study is to present a specific model to investigate the relationship between Work-related stress and exhaustion The subjects are the employees of Khorasan Razavi's Post company. The method is descriptive and survey-based. Due to the limited number of employees (950 people), The size of the sample was chosen to be 274 people (a according to Morgan's table). The Sampling method is simple random sampling. Several visits were paid to Various branches of the employees, questionnaires were distributed among the employees, and their viewpoints were collected. In data analysis, Friedman Variance analysis was used to vouch the variables, and Pearson correlation Coefficient was used to investigate the intensity and the type of the variables. The findings of the study show that there is a significant negative relationship between exhaustion and attitude-related factors. Also there is a significant positive relationship between exhaustion and physical factors was found to be significant and negative and physical factors was found to be significant and negative and this relationship for work-related stress was significant and positive.