





دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

پایان نامه جهت دریافت مدرک کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

رابطه تاب‌آوری و فرسودگی شغلی با واسطه‌گری سلامت روان معلمان کودکان کم‌توان ذهنی

استاد راهنما

جناب آقای دکتر حمیدرضا آقامحمدیان شعرباف

استاد مشاور

جناب آقای نادر باقری

پژوهشگر

مرضیه حسینی

تیر ماه ۱۳۹۸



کد کار برگ: F-R231-01/21 شماره

بازگویی: ...

صورت جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد آقای احانم مرضیه حسینی به شماره دانشجویی ۹۵۱۳۳۴۰۰۵۷ رشته روانشناسی
گرایش عمومی

در ساعت ۱۰:۳۰ روز یکشنبه مورخ ۱۳۹۸/۴/۳۰ در محل دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد و با عنوان
رابطه تاب آوری و فرسودگی شغلی با واسطه کرمی سلامت روان معلمان کودکان کم توان ذهنی
با حضور امضاکنندگان ذیل برگزار گردید و بر اساس کیفیت پایان نامه و دستاورد های آن، ارائه دفاعیه و نحوه پاسخ به سؤالات، رای نهایی
بیات داوران به شرح ذیل اعلام گردید:

نمره پایان نامه به عدد: ۱۹/۲۵ به حروف: نوزده و دو دهم و صد که پانزده نامده: عالی

استاد(ان) راهنما و مشاور:

- ۱- استاد راهنما: دکتر حمیدرضا آقا محمدیان شهرباف، استاذ گروه روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد
- ۲- استاد مشاور: آقای نادر باقری، مربی گروه روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد

بیات داوران:

- ۱- داور: دکتر علی غنایی، دانشیار گروه روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد
 - ۲- داور: محمد سعید عبد خدایی، دانشیار گروه روان شناسی دانشگاه فردوسی مشهد
- نماینده تحصیلات تکمیلی:
- مدیر گروه:
- معاون پژوهش و فناوری دانشکده:

اظهارنامه (مربوط به انتشار رساله/ پایان نامه)

اینجانب مرضیه حسینی دانشجوی کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی عمومی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی نویسنده پایان‌نامه « رابطه تاب‌آوری و فرسودگی شغلی با واسطه‌گری سلامت روان معلمان کودکان کم‌توان ذهنی » با راهنمایی آقای دکتر حمیدرضا آقامحمدیان شعرفاف متعهد می‌شوم: تحقیقات در این پایان‌نامه توسط اینجانب انجام گردیده و از صحت و اصالت برخوردار است. در استفاده از نتایج تحقیق‌های محققان دیگر به مرجع مورد استفاده استناد گردیده است.

- مطالب مندرج در پایان‌نامه تاکنون توسط خود و یا فرد دیگری برای دریافت هیچ نوع مدرک یا امتیازی در هیچ جا ارائه نگردیده است.
- کلیه حقوق معنوی این اثر متعلق به دانشگاه فردوسی مشهد می‌باشد و مقالات مستخرج با نام "دانشگاه فردوسی مشهد" و یا «Ferdowsi University of Mashhad» به چاپ خواهد رسید.
- حقوق معنوی تمام افرادی که در به دست آمدن نتایج اصلی پایان‌نامه تاثیرگذار بوده‌اند در مقالات مستخرج از رساله رعایت گردیده است.
- در کلیه فازهای انجام این پایان‌نامه، در مواردی که از موجود زنده (یا بافت‌های آنها) استفاده گردیده است ضوابط و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.
- در کلیه فازهای انجام این پایان‌نامه، در مواردی که به حوزه اطلاعات شخصی افراد دسترسی یافته یا استفاده گردیده است، اصل رازداری، ضوابط و اصول اخلاق انسانی رعایت گردیده است.

تاریخ

امضای دانشجو

قدردانی و سپاس

سپاس خداوند را که زبان قلم را یارای سپاس او نیست.

به پایان رسیدن تحقیق حاضر پس از لطف و عنایت خدای بزرگ، مرمون یاری عزیزانی است که گریانه بذر عنایت برفشاندند و ذکر نامشان را نه به جبران زحمات بی دینشان بلکه اظهار مراتب قدردانیم از آن بزرگواران بر خود واجب میدانم.

میدانم.

نهایت سپاس نثار:

استاد ارجمندی بزرگوارم جناب آقای دکتر حمیدرضا آقا محمدیان شهرباف که همواره با راهنمایی‌های خالصانه‌ی خود مریاری نموده‌اند و بانگته‌های دلاویز و گفته‌های بلند، صحیفه‌های سخن را علم پرور نمودند و همواره راهنما و راهنمای نگارنده در اتمام و اكمال

پایان نامه بوده‌اند

و

همچنین از جناب آقای نادر باقری که به عنوان استاد مشاور قبول زحمت فرموده‌اند و از راهنمایی‌های ایشان نیز استفاده کرده‌ام و نیز از کلیه کسانی که در نگارش این تحقیق یاریگر بنده بوده‌اند کمال تشکر و قدردانی دارم.

تقدیم بامهربه

پدر و مادر عزیزم که اقیانوسی از صداقت و مهربانی اند و عشق با آنها بودن به زندگی ام امید می بخشد

همسرفداکارم که سرچشمه زلال عشق و فداکاری و دریای بیکران ایثار است

و فرزند دلبندم فاطمه

و خواهر و برادرهای عزیزم

و تقدیم به همه کسانی که در رشد و بالندگی ام سهم بوده اند آنها که به من آموختند می آموزند و خواهند آموخت

فهرست مطالب

۱	چکیده
۲	فصل اول: مقدمه تحقیق
۲	بیان مسأله
۶	سؤال تحقیق
۶	فرضیه های تحقیق
۶	تعاریف عملیاتی متغیرهای تحقیق
۷	فصل دوم: گستره نظری و پیشینه تحقیق
۷	موضع گیری های نظری در خصوص سلامت روان معلم های کودکان کم توان ذهنی
۷	معلم کودکان کم توان ذهنی
۸	وظایف معلم کودکان کم توان ذهنی
۹	تعریف کم توانی ذهنی
۱۱	تعریف سلامت روانی
۱۳	عوامل موثر بر سلامت روان
۱۴	نظریه های سلامت روانی
۱۶	ابعاد سلامت
۱۸	موضع گیری های نظری در خصوص فرسودگی شغلی معلم های کودکان کم توان ذهنی
۱۹	تعاریف فرسودگی شغلی
۱۹	علل پیدایش فرسودگی شغلی
۲۰	رویکردهای مختلف نسبت به فرسودگی شغلی
۲۴	فازهای فرسودگی شغلی
۲۵	نشانه های فرسودگی شغلی
۲۵	فرسودگی شغلی معلم های
۲۶	شیوه های درمان و پیشگیری از فرسودگی شغلی
۲۷	موضع گیری نظری در خصوص تاب آوری معلم های کودکان کم توان ذهنی
۲۹	ویژگی های افراد تاب آور
۳۰	عوامل ارتقای تاب آوری
۳۳	مدل های تاب آوری
۳۳	مدل جبرانی
۳۴	مدل چالش
۳۴	مدل زیستی روانی معنوی

۳۶	مدل توسعه تاب‌آوری
۳۷	جمع‌بندی
۳۹	فصل سوم: روش تحقیق
۳۹	طرح تحقیق
۳۹	جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه‌گیری
۳۹	ابزار گردآوری داده‌ها
۳۹	پرسشنامه فرسودگی شغلی (برای معلم‌های)
۴۰	پرسشنامه سلامت روان GHQ
۴۱	پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)
۴۲	روش اجرای تحقیق
۴۳	روش تجزیه و آنالیز داده‌های تحقیق
۴۳	فصل چهارم: یافته‌های تحقیق
۴۳	بررسی ویژگی‌های جمعیت‌شناختی
۴۷	بررسی توصیفی داده‌ها
۴۸	بررسی استنباطی فرضیه‌ها
۵۹	یافته‌های اضافی
۶۲	فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری
۶۳	بحث و نتیجه‌گیری
۶۷	آنالیز یافته‌های اضافی
۶۸	نتیجه‌گیری نهایی
۶۹	محدودیت‌های تحقیق
۶۹	پیشنهاد‌های تحقیقی
۷۰	پیشنهاد‌های کاربردی
۷۱	منابع
۸۰	پیوست‌ها
۸۱	پیوست الف
۸۱	پرسشنامه سلامت روانی
۸۳	پیوست ب
۸۳	پرسشنامه فرسودگی شغلی
۸۴	پیوست ج
۸۴	پرسشنامه تاب‌آوری
۸۵	چکیده انگلیسی

فهرست جدول‌ها

جدول (۴-۱) توزیع آزمودنی‌ها برحسب جنسیت.....	۴۳
نمودار (۴-۱) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت جنسیت.....	۴۴
جدول (۴-۲) توزیع آزمودنی‌ها برحسب سوابق شغلی.....	۴۴
نمودار (۴-۲) توزیع آزمودنی‌ها برحسب سابقه شغلی.....	۴۴
جدول (۴-۳) توزیع آزمودنی‌ها برحسب مدرک تحصیلی.....	۴۵
نمودار (۴-۳) توزیع آزمودنی‌ها برحسب مدرک تحصیلی.....	۴۵
جدول (۴-۴) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت تأهل.....	۴۵
نمودار (۴-۴) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت تأهل.....	۴۶
جدول (۴-۵) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت استخدامی.....	۴۶
نمودار (۴-۵) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت استخدامی.....	۴۶
جدول (۴-۶) توزیع آزمودنی‌ها برحسب رشته تحصیلی.....	۴۷
نمودار (۴-۶) توزیع آزمودنی‌ها برحسب وضعیت رشته تحصیلی.....	۴۷
جدول (۴-۷) بررسی میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای تحقیقی و خرده معیارهای آن‌ها.....	۴۸
جدول (۴-۸) نتایج حاصل از آزمون کالموگروف اسمیرنوف معیارهای تحقیق.....	۴۹
جدول (۴-۹) نتایج ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای تحقیق و خرده معیارهای آن‌ها.....	۵۰
جدول (۴-۱۰) شاخصهای نیکویی برازش برای فرضیه تحقیق.....	۵۷
جدول (۴-۱۱) مقادیر ضرایب مسیر برآورده گردیده در الگوی آنالیز مسیر و سطح معناداری آنها.....	۵۸
جدول (۴-۱۲) نتایج حاصل از آزمون آماری رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی سلامت روان از طریق مؤلفه‌های تاب‌آوری.....	۶۰
جدول (۴-۱۳) ضرایب رگرسیون استاندارد گردیده مؤلفه‌های تاب‌آوری برای پیش‌بینی سلامت روان.....	۶۰
جدول (۴-۱۴) نتایج حاصل از آزمون آماری رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی فرسودگی شغلی از طریق مؤلفه‌های سلامت روان.....	۶۱
جدول (۴-۱۵) ضرایب رگرسیون استاندارد گردیده مؤلفه‌های سلامت روان برای پیش‌بینی فرسودگی شغلی.....	۶۲

فهرست شکل ها

شکل (۱-۲) مدل جبرانی.....	۳۳
شکل (۲-۲) مدل چالش.....	34
شکل (۳-۲) مدل مفهومی تحقیق.....	۳۸
شکل (۱-۴) ضرایب مسیر و مقادیر معناداری آنها در الگوی پیشنهادی.....	۵۹

چکیده

هدف تحقیق حاضر بررسی رابطه تاب‌آوری و فرسودگی شغلی با واسطه‌گری سلامت روان در معلم‌های کودکان کم‌توان ذهنی است. روش این تحقیق، توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه آماری متشکل کلیه معلم‌های شاغل در حوزه کودکان کم‌توان ذهنی مدارس شهر مشهد در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ است که از این میان، تعداد ۱۴۸ نفر به‌عنوان نمونه بر طبق جدول مورگان تعیین و به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های فرسودگی شغلی مسلس و جکسون (۱۹۸۵)، معیار تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ استفاده گردید. برای تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون به منظور بررسی رابطه بین متغیرها استفاده شد که نشان داد بین تاب‌آوری و فرسودگی شغلی رابطه منفی و معنادار و بین سلامت روان و فرسودگی شغلی رابطه منفی و معنادار و نیز بین تاب‌آوری و سلامت روان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین نتایج حاصل از تحلیل مسیر نشان داد که سلامت روان می‌تواند رابطه بین تاب‌آوری و فرسودگی شغلی را در معلمان کودکان کم‌توان ذهنی پیش‌بینی کند. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت با توجه به دشواری‌ها و چالش‌های کار با کودکان کم‌توان ذهنی و نقشی که سلامت روان در کاهش فرسودگی شغلی و نیز افزایش تاب‌آوری در معلم‌های کودکان کم‌توان ذهنی ایفا می‌کند، می‌توان از طریق فراهم نمودن زمینه‌های رشد، ارتقا و آموزش راهبردهای افزایش سلامت روان و تاب‌آوری در آموزش و پرورش استثنایی، گام مؤثری در کاهش فرسودگی شغلی معلمان کودکان کم‌توان ذهنی برداشت.

واژگان کلیدی: تاب‌آوری، فرسودگی شغلی، سلامت روان، معلمان کودکان کم‌توان ذهنی.

فصل اول: مقدمه تحقیق

در این فصل ابتدا در بیان مسأله به مباحثی مربوط به سلامت روان معلم های کودکان کم توان ذهنی و شرایط کاری آن ها و در ادامه به فرسودگی شغلی حاصل از این شرایط و متغیر تاب آوری برای کاهش این مشکلات پرداخته می شود. و سپس سؤال و فرضیه های تحقیق بیان می شود و در پایان نیز تعریف عملیاتی متغیرهای تحقیق بیان می گردد.

بیان مسأله

امروزه آموزش و پرورش به عنوان یک نهاد اجتماعی که وظیفه تعلیم و تربیت افراد جامعه را برده دارد از سوی آحاد جامعه اعم از مردم، مسئولین و اندیشمندان مورد توجه و تاکید قرار گرفته است و همگی براین باور هستند که رشد و توسعه یک کشور به پرورش انسان های آگاه و برخوردار از مسئولیت بستگی دارد چیزی که در ادبیات توسعه به عنوان توسعه انسانی مطرح است بنابراین نقش آموزش و پرورش در ساختن انسان های آگاه و پویا بر هیچ صاحب نظری پوشیده نیست، در واقع آموزش و پرورش رکن طبقی جوامع انسانی محسوب می شود که رسالت آن، ایجاد تغییرات مطلوب در دیدها، شناختها و در نهایت، رفتار انسان ها است و شایسته است معلم های به عنوان کسانی که نقطه آغاز هر تحول آموزشی و پرورش، بیشترین نقش را عهده دار هستند و به عنوان کسانی که جان و دل نونهالان در اختیار آنها است، مورد عنایت و توجه بیشتری قرار گیرند (آرمند، ۱۳۹۷).

تعلیم و تربیت امری وقت گیر، پرتمر و در عین حال دشوار است. که این مسئله به ویژه در آموزش و پرورش استثنایی مطرح می باشد چرا که معلم های سازمان آموزش و پرورش استثنایی به علت شرایط خاص آموزشی که در آن قرار می گیرند، وظایفی دشوارتر و به تبع آن، دچار آسیب پذیری بیشتری می شوند. (کاو، ۲۰۱۴) از طرفی تدریس در مدارس استثنایی و سر و کار داشتن با دانش آموزانی که دارای نیازهای یادگیری و آموزشی پیچیده ای هستند منبعی از استرس را برای معلم های ایجاد می کند و نیازمند میزان زیادی از انطباقات برای مواجهه با آن هستند (بوجوت و پوپاروچ، پالومارس، دین و کاپ ۲۰۱۷).

معلم های دانش آموزان کم توان ذهنی که یکی از ارکان اصلی آموزش و پرورش استثنایی به شمار می روند، وظیفه ای سنگین در برخورد با این کودکان دارند، زیرا کودکان کم توان ذهنی، از نظر رشد و تحول هوشی محدودیت دارند. آنها هم زمان نقایصی در زمینه های مهارت های انطباقی (مانند ارتباط متقابل، مراقبت از خود، زندگی خانوادگی، خودگردانی، عملکرد تحصیلی) نشان می دهند. این کودکان، مهارت های سازگاران و نیز سازش نیافته ای را نیز مورد استفاده قرار می دهند و در برقراری ارتباط، مراقبت از خود و مهارت های اجتماعی دچار اختلال هستند (آزادیان بجنوردی، ۱۳۹۰). این دانش آموزان در شرایطی، متفاوت با آموزش عادی و به وسیله نیروهای تخصصی چندگانه ای آموزش داده می شوند که این معلم های نیز باید رفتارهای نامطلوب و ناسازگار بچه ها را تحمل کرده و انعطاف پذیر باشند (غباری بناب و نقدی، ۱۳۹۶). همچنین معلم های به علت فعالیتهای زیاد و مشکلاتی که در مدرسه با مدیر، والدین و همکاران روبه رو می شوند و نیز بخاطر وقت فراوانی که در مدرسه برای کنترل رفتارهای ناسازگار دانش آموزان صرف می کنند، دائماً در اضطراب و تنش بسر می برند، مگر با روش های علمی و تأثیرگذار مقابله ای بتوانند فشارهای ناشی از محیط مدرسه را تحت کنترل خود در آورند. علاوه

براین، مشکلات محیط اجتماع و تأمین ضروریات زندگی نیز فشار و تنش معلم های را بیشتر کرده است (محرابی زاده هنرمند، آتش افروز، شهنی ییلاق و رضایی، ۱۳۹۲).

لذا با توجه به حساسیت اداره آموزش و پرورش برای اجرای موفقیت آمیز هر فعالیت آموزشی علاوه بر منابع مالی و وسایل و فناوری، وجود نیروی انسانی سالم و متعهد نقش طبقی و مهمی را ایفا می کند (محمدی، ۲۰۰۷). اولین قدم در جهت رسیدن به کادر آموزشی موفق در آموزش و پرورش استثنایی درک عواملی است که بر کیفیت فعالیت معلم های تاثیرگذار است. یکی از این عوامل سلامت روان^۱ است زیرا رابطه مستقیمی بین سلامت روان افراد و عملکرد فردی و شغلی وجود دارد و در صورتی که به امر سلامت روانی معلم های توجه بیشتری شود، اثربخشی تأثیرگذارتر و بهتری در آموزش و پرورش استثنایی خواهند داشت (رهبر، خانزاده، رهبر، ۱۳۹۵). به عبارت دیگر تعهد کاری و واکنش عاطفی فرد نسبت به کار و همچنین بالا بودن سلامت روانی قابلیت کار را بالا می برد (محمدی، ۲۰۰۷).

سلامت روان یکی از ابعاد مهم و تاثیر گذار در سلامتی است و طبق تعریف سازمان بهداشت جهانی، سلامت روان در درون مفهوم کلی سلامتی که همان توانایی کامل برای ایفای نقش های اجتماعی روانی و جسمی و نه وجود بیماری و عقب ماندگی است قرار می گیرد (یوسفی و محمدخانی، ۱۳۹۲). یکی از مهمترین شاخص های سازمان سالم، سلامت روان کارکنان در محیط کار می باشد و بر این طبق محیط کار سالم، محیطی است که ضمن تأمین سلامت جسمانی، سلامت روانی کارکنان نیز در آن تأمین و فراهم شود. بر این طبق موجینسکی^۲ ۲۰۱۲ (به نقل از بهادری، ۱۳۹۳)، بیان می کند که محیط کار سالم، محیطی است که در آن شرایط لازم برای تأمین سلامت روانی کارکنان ایجاد شود. در واقع اگر سلامت روان کارکنان در محیط کار در سطح بالایی باشد، با استفاده از منابع موجود می توان استعدادهای بالقوه ی اعضا را در زمان مناسب و با صرف حداقل هزینه ها به عمل تبدیل کرد و از آنها برای افزایش بهره وری سازمانی استفاده نمود و با افزایش مداوم سلامت روان کارکنان، هزینه های سازمان کاهش و بهره وری افزایش خواهد یافت.

نتایج تحقیق در زمینه مقایسه سلامت روانی معلم های با دیگر گروه های شغلی گویای آن است که، خستگی مزمن، اختلالات روانی، افسردگی و اضطراب در معلم های نسبت به دیگر گروه های شغلی بیشتر است (مطلبی و کیانی، ۱۳۹۶).

بنابراین در چنین مشاغلی که در آنها ارتباط انسانی مطرح است تنیدگی بیشتری را به همراه دارد. احساس ناشی از فشار و تنش ها، اثرات آسیب زای بیشتری را بر جای می گذارد که یکی از آنها فرسودگی شغلی^۳ می باشد. موضوع فرسودگی شغلی معلم های بحث ویژه ای است که در حوزه اشتغال در آموزش کودکان کم توان ذهنی موقعیت را پیچیده تر می سازد (حسینی، ۱۳۹۷).

واژه ی فرسودگی شغلی را اولین بار روان پزشکی به نام فرویدنبرگ^۴ (۱۹۷۴) بیان کرد و آن را به صورت ایجاد دید و احساس منفی در مقابل فشارها و تنش های شدید روانی مرتبط با اشتغال فردی تعریف کرد. این حالت بیشتر برای افرادی به وجود می آید که ساعات زیادی از طول روز را در ارتباط تنگاتنگ با سایر افراد می گذرانند و پس از مدتی فرسوده می شوند. بعد از ابداع شدن این واژه تلاش های زیادی برای توصیف دقیق تر این واژه صورت گرفت. اما در حال حاضر بهترین توصیف که مورد قبول قرار گرفته و در نوشته ها رواج پیدا کرده است رویکرد چند وجهی از فرسودگی شغلی است که مسلسل و

- 1 mental health
- 2 Mocheynsky
- 3 job burnout
- 4 Frudenberg

جکسون^۱ آن را ارائه کرده اند که بر طبق نظر آنها سندرم فرسودگی شغلی با سه بعد که عبارت‌اند از خستگی عاطفی^۲، مسخ شخصیت^۳ و کاهش احساس موفقیت فردی^۴ مشخص می‌شود. (وات زا و را برستا^۵، ۲۰۱۱ و مونتا^۶، ۲۰۱۱).

ازتوپین، اوجاری، وانانن، کالیمو و جاپینن^۷ (۲۰۰۵) فرسودگی شغلی را حالتی از خستگی هیجانی می‌دانند که از ترکیب شدن عواملی مانند میهم بودن نقش، فشار کاری، محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محوله به وجود می‌آید. اما از میان سه بعد مشخص گردیده، نشانه مهم فرسودگی شغلی، خستگی عاطفی است که به صورت احساس تنش و تخلیه‌ی منابع عاطفی مشخص می‌گردد (کیگار^۸، ۲۰۱۰؛ به نقل از زینعلی پور، زارعی و عبدی، ۲۰۱۴ و آدرینسینز^۹ ۲۰۱۵) اما بعد مسخ شخصیت به معنای دید بدبینانه و منفی نسبت به دیگران و بعد کاهش احساس کفایت یا موفقیت فردی به معنای کم شدن توان انجام موفقیت‌آمیز وظیفه در انجام کار یا مسئولیت در ارتباط با دیگران و دید و ارزیابی منفی نسبت به اعمال خود می‌باشد. در ادامه این سندرم فرد قادر به عملکرد مناسب در محیط کار خود نیست، کارایی او پایین می‌آید و از نظر روانی او دچار اختلال می‌شود، (باکر، دمریوت و سنزورگل^{۱۰} ۲۰۱۴) به نقل از بیگلری^{۱۱}، ۱۳۹۴) به همین دلیل فرسودگی عارضه‌ای نیست که بتوان به راحتی از کنار آن عبور کرد.

امروزه محققان و متخصصان مباحث نیروی انسانی به این نکته ناکید دارند که نیروی انسانی واجد شرایط و ماهر، عامل با ارزش و سرمایه‌ای مهم در جهت رشد، تعالی و رسیدن به اهداف سازمان‌ها و کشورها است (بیگلری^{۱۱}، ۱۳۹۴) اما خطرات روانی از فشار یا استرس شغلی در همه محیط‌های کاری از جمله در محیط مدارس وجود دارد مسلش، با بررسی تاثیر استرس‌ها بر سلامت روانی معلم‌های، بیان می‌کند که استرس‌ها و تنش‌های شغلی باعث شکل‌گیری نگرانی‌ها، غیبت از کار می‌گردد که نیز به دنبال خود، بیماری‌های جسمانی و روانی چون افسردگی، اضطراب، گرایش به مواد مخدر و در نهایت خستگی مزمن را برای افراد به همراه می‌آورد (وات زا و را برستا^{۱۱}، ۲۰۱۱ و مونتا^{۱۲}، ۲۰۱۱). در همین راستا گروهی فرسودگی شغلی را با استرس شغلی هم معنا می‌دانند (مونتا^{۱۳}، ۲۰۱۱؛ به نقل محرابی زاده هنرمند و همکاران^{۱۳}، ۱۳۹۲).

بررسی‌ها نشان داده است که در میان مشاغل پرخطر، معلم‌های سطوح بالایی از فرسودگی شغلی را نشان می‌دهند. فرسودگی شغلی در معلم‌های استثنایی که دارای دانش آموزان با نیازهای خاص و مشکلات بیشتری می‌باشند مسئله را جدی‌تر کرده، که در چنین شرایطی هم دانش آموزان از شرایط موجود کلاسی و معلم خود متضرر و بی‌حوصله می‌شوند و هم معلم از شغل خود رضایتی به دست نمی‌آورد (طباطبایی نسب و محمودی^{۱۴}، ۱۳۹۴). در همین راستا ملاین و همکاران^{۱۳} (۲۰۱۷) در تحقیق خود نشان داد که محیط مدرسه بر رضایت و فرسودگی شغلی معلم‌های و چگونگی خودکارایی و کارایی جمعی در مدیریت رفتاری معلم‌های و مدیران تاثیر می‌گذارد.

ازسویی دیگر در چنین شرایطی، فرسودگی شغلی موجب آنالیز رفتن و کاهش رفتارهای عاطفی - هیجانی، دیدهای منفی و بدبینانه معلم‌های از کار و حرفه خود و نیز باعث بیماری‌های روان‌تنی و در نهایت به عدم کارآمدی و احساس بی‌کفایتی در آنان می‌گردد (سعیدیان^{۱۵}، ۱۳۹۲).

- 1 Maslach & Jackson
- 2 emotional Exhaustion
- 3 depersonalization
- 4 personal accomplishment
- 5 Vatsa & Robersona
- 6 Moneta
- 7 Tapin, Ojarri, Vaananen, Kalimo & Jappinen
- 8 KiKas
- 9 Adriaenssens
- 10 Bakker, Demerouti & sanzvergel
- 11 Vatsa & Robersona
- 12 Moneta
- 13 Malinen

از میان دیگر عوامل تاثیر گذار بر سلامت روانی، عامل مهمی که در ده سال اخیر توجه بسیاری از متخصصان را بخود جلب کرده است تاب‌آوری^۱ است. تاب‌آوری برحسب صلاحیت شخصی، تحمل استرس، پذیرش تغییر و باور تأثیرات شهودی تعریف می‌شود (کانر و دیویدسون^۲، ۲۰۰۳).

تاب‌آوری توانایی افراد در سازگاری تأثیرگذار با محیط، علیرغم قرار داشتن در معرض عوامل خطرآفرین. عوامل خطرآفرین متشکل شرایط و موقعیت‌های منفی هستند که با پیامدهای منفی و مشکلات رفتاری مرتبط می‌شوند (گومز^۳، مک لارن^۴، ۲۰۰۶). تاب‌آوری یکی از موضوعات مهم در روانشناسی مثبت بوده و جایگاه مهمی در حوزه‌های روانشناسی تحول، روانشناسی خانواده و سلامت روانی دارد (کمپل سلیز^۵ و همکاران، ۲۰۰۶، به نقل از حسینی ۱۳۹۷). افراد تاب‌آور می‌توانند انعطاف‌پذیری بیشتری در مقابل شرایط آسیب‌زا داشته باشند و خود را در برابر این شرایط حفاظت می‌کنند. فردی که دارای ویژگی تاب‌آوری است چاره‌جو و انعطاف‌پذیر بوده، مطابق تغییرات محیطی خود را سازگار می‌کند و بعد از برطرف شدن عوامل فشارزا به سرعت به حالت بهبود و اولیه بازمی‌گردد، این گروه از افراد به‌طور خلاقانه رابطه قدیمی شرایط ناگوار-آسیب‌روانی را فراموش نموده و با تغییر ساختاری جدید از شرایط پرمخاطره، رشد و خودشکوفایی را جایگزین می‌نمایند (زوست^۶، ۲۰۱۰، به نقل از حسینی ۱۳۹۷).

تاب‌آوری به‌عنوان فرآیند پویای انطباق مثبت باتجربه‌های سخت و دشوار، یک مهارت لازم و ضروری برای معلم‌های و به‌خصوص معلم‌های مدارس استثنایی هست، با توجه به شرایط خاص آموزشی در مدارس استثنایی، مواجه شدن معلم‌های با حجم زیاد کار و پیچیدگی آن در کلاس درس، روبه‌رو شدن با سختی‌ها و دشواری‌های آموزش یادگیری و اینکه معلم‌های این مدارس به‌عنوان الگویی برای بروز دادن رفتار تاب‌آمرانه برای دانش‌آموزان محسوب می‌شوند، داشتن سبک رفتاری تاب‌آمرانه می‌تواند به‌عنوان عامل مهمی برای برخورد‌های درست و منطقی این معلم‌های تلقی شود (کیخا و کیرازی^۷، ۱۳۹۶).

از سویی دیگر ولف^۷ (۲۰۱۴) در زمینه تأثیر مثبت تاب‌آوری بر سلامت روان بر ویژگی‌های طبقی افراد تاب‌آور که سلامت روان را ارتقا می‌بخشد، مانند توان اجتماعی، توانمندی در حل مسئله، خودگردانی و احساس هدفمندی و باور به آینده روشن تأکید دارد. پور سردار، عباسپور، عبدی زرین و سنگری (۱۳۹۱) نیز در تحقیقی باهدف بررسی تأثیر تاب‌آوری بر سلامت روان و رضایت از زندگی گروهی از شاغلین آموزش و پرورش نشان دادند که تاب‌آوری بر سلامت روانی تأثیر دارد. و همچنین تاب‌آوری به‌واسطه افزایش سطح سلامت روانی، رضایت از زندگی را در پی دارد.

بنابراین بررسی سلامت روان معلم‌های کودکان کم‌توان ذهنی به‌عنوان عاملی، در تمام عرصه‌های زندگی از جمله زندگی فردی، اجتماعی و شغلی حائز اهمیت است چرا که معلم‌های مدارس کم‌توان ذهنی با دانش‌آموزان دارای نقص‌ها و کمبودهای بالا در ارتباط هستند و این عوامل کار آنها را دشوار کرده و فشار و تنش زیادی را برای آنها ایجاد می‌کند بنابراین می‌بایست از سلامت روان مطلوبی تری نیز برخوردار باشند تا بتوانند به اهداف آموزشی و تربیتی خود دست یابند، مسلماً معلم‌هایی که از سلامت روان و میزان تاب‌آوری مناسبی برخوردار باشند در برابر مشکلات و چالش‌های کاری مقاوم‌تر و در انتخاب شیوه تدریس و عملکرد آموزشی، موفقیت بهتری خواهند داشت. لذا این تحقیق به دنبال پاسخگویی

-
- 1 resiliency
 - 2 Conner, K.,M. and Davidson
 - 3 Gomes R
 - 4 McLaren SO
 - 5 Campbell-Sills
 - 6 Zust
 - 7 Wolf

به این سؤال است که آیا سلامت روان می‌تواند رابطه تاب‌آوری و فرسودگی شغلی را در معلم های کودکان کم‌توان ذهنی پیش‌بینی کند؟

سؤال پژوهش

آیا سلامت روان می‌تواند رابطه تاب‌آوری و فرسودگی شغلی را در معلم های کودکان کم‌توان ذهنی پیش‌بینی کند؟

فرضیه های پژوهش

- ۱- بین تاب‌آوری و فرسودگی شغلی معلم های کودکان کم‌توان ذهنی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
- ۲- بین سلامت روان و فرسودگی شغلی معلم های کودکان کم‌توان ذهنی رابطه منفی و معنادار وجود دارد.
- ۳- بین تاب‌آوری و سلامت روان معلم های کودکان کم‌توان ذهنی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

تعاریف عملیاتی متغیرهای پژوهش

سلامت روان: نمره‌ای که فرد از پاسخگویی به پرسشنامه ۲۸ سؤالی سلامتی روان گلدبرگ^۱ (GHQ^۲) به دست می‌آورد. با توجه به شیوه نمره دهی معکوس در این پرسشنامه، می‌توان گفت که هرچه قدر فرد نمره پایین‌تر در این پرسشنامه کسب کند از سلامت روان بیشتری برخوردار هست و متقابلاً نمره بالا نشانگر سلامت روان پایین افراد است (پیوست الف).

فرسودگی شغلی: در این تحقیق فرسودگی شغلی میزان نمره‌ای است که فرد از پرسشنامه فرسودگی شغلی ۲۲ سؤالی مسلس و جکسون (MBI^۳) (برای معلم های) به دست می‌آورد. این پرسشنامه، دارای سه خرده معیار که متشکل، خستگی هیجانی (۹گویه)، کار آیی فردی (۸گویه) و مسخ شخصیت (۵گویه) می‌گردد؛ و نمره فرسودگی شغلی از جمع سه خرده معیار خستگی هیجانی و مسخ شخصیت با علامت مثبت و کار آیی فردی با علامت منفی به دست می‌آید (پیوست ب).

تاب‌آوری: در این تحقیق تاب‌آوری میزان نمره‌ای است که فرد از پرسشنامه تاب‌آوری ۲۵ سؤالی کانر و دیویدسون^۴ (۲۰۰۳) به دست می‌آورد (پیوست ج).

-
- 1 Goldberg
 - 2 General Health Questionnaire
 - 3 Maslach burnout inventory
 - 4 Conner. K. M & Davidson resilience scale

فصل دوم: گستره نظری و پیشینه تحقیق

چارچوب کلی مطالب ارائه گردیده در این فصل به این صورت می‌باشد که ابتدا درباره سلامت روان معلم های کودکان کم توان ذهنی و شرایط کاری آنها مطالبی بیان می‌گردد و سپس تعریف و نظریه‌های مربوط به متغیرهای تحقیق به ترتیب فرسودگی شغلی، تاب‌آوری بیان می‌گردد و در هر قسمتی که بحث نظری متغیر مورد نظر ارائه می‌گردد، تحقیق های داخلی و خارجی مربوطه نیز عنوان می‌گردد و سپس در پایان یک جمع بندی کلی از مطالب فصل ارائه گردیده و مدل مفهومی تحقیق حاضر نیز بیان می‌گردد.

موضع گیری‌های نظری در خصوص سلامت روان معلم های کودکان کم توان ذهنی

پیشرفت و بالندگی هر جامعه مرهون آموزش و پرورش آن جامعه است. و پویایی و بالندگی آموزش و پرورش نیز وابسته به کیفیت عملکرد معلم های آن جامعه است. با توجه به نقش محوری معلم در سازندگی جامعه شاید بتوان این طور بیان کرد که شغل معلمی مهمترین شغلی است که شالوده سایر مشاغل موجود در جامعه می‌باشد. بدون وجود معلم های دلسوز و زحمتکش، دستیابی به پیشرفت و ترقی کشور و تصور یک افق روشن و اطمینان بخش و امیدوار کننده تقریباً غیر ممکن است. به طور کلی معلم های کودکان کم توان ذهنی، در یک نگاه کلی و جامع، جزئی از جامعه وسیع سازمان آموزش و پرورش استثنایی هستند، با این تفاوت که درگیر شدن در کار آموزش و پرورش دانش آموزان کم توان ذهنی دارای مشکلات و معضلاتی است که در کار با دانش آموزان عادی این شکل از مشکلات یا اصلاً وجود ندارد و یا کمتر به چشم می‌خورد، لذا توجه به سلامت روان معلم هایی که در کار با کودکان کم توان ذهنی هستند همواره باید مورد تأکید و توجه مسئولین مربوط قرار گیرد (زارعی، ۱۳۸۸)

معلم کودکان کم توان ذهنی

یکی از گروه های شاغل در حوزه کودکان استثنایی که در جامعه امروز کمتر مورد توجه و تحقیق قرار گرفته است معلمین کودکان کم توان ذهنی می‌باشند. به نظر می‌رسد محیط کاری این گروه از افراد جامعه به دلیل سروکار داشتن با گروهی از بچه ها که از انواع مشکلات متفاوت در رنج هستند پر از تنش و فشارهای روحی گوناگون می‌باشد که آنها را در معرض آسیب پذیری بیشتری نسبت به سایر معلم های جامعه قرار می‌دهد. (اردبیلی، ۱۳۹۵)

اما در کل می‌توان گفت کار و برخورد با دانش آموزان اعم از عادی و کم توان ذهنی و کنترل آنها کاری است بسیار ظریف و نیاز به دانش تخصصی برای ارتباط و برخورد مفید و موثر با آنها دارد. بنابراین اگر چه معلم های دانش آموزان عادی به طور اعم و دانش آموزان کم توان ذهنی به طور اخص جزئی از مجموعه معلم های سازمان آموزش و پرورش کشور به شمار می‌روند، ولی با یک نگاه ظریف و موشکافانه می‌توان بین آنها و معلم های عادی از نظر ویژگی های کاری و مهارت ها و توانائی های شخصی و آموزشی تفاوت های بسیاری مشاهده کرد (خسروی، ۱۳۹۱).

بنابراین از تفاوت های موجود در دو گروه معلمین مدارس عادی و معلمین مدارس کم توان ذهنی به طور خلاصه می‌توان به موارد زیر اشاره کرد.

- استرس ها و تنش های زیاد ناشی از محیط کار و ارتباط با دانش آموزان کم توان ذهنی که تفاوت های فردی زیادی با هم دارند، فرد را در معرض استرس و فشارهای زیادی قرار می دهد.

- به دلیل پیشرفت کند تحصیلی دانش آموزان، علی رغم تلاش زیاد برای پیشرفت این گروه و باز فرایند فراموشی خیلی زود و نیاز به تمرین و تکرار زیاد موارد آموزشی برای آنها، معلم های را دچار نوعی سرخوردگی، احساس بیهودگی و عدم لذت از محیط کاری میکند و این احساس را ایجاد می کند که شغل مفیدی ندارند.

- نوع دید جامعه و اطرافیان به دلیل عدم آگاهی جامعه به کودکان کم توان ذهنی و به تبع به معلمین آنها باعث سرخوردگی و شرم از اظهار وجود در گروهی از این معلم های می شود و به نظر می رسد لفظ استثنایی عواطف و احساسات آنها را تحت الشعاع قرار می دهد.

- حقوق و مزایای نه چندان مناسب با شغل این چینی و سخت می تواند بی رغبتی و کم انگیزی در اشتغال در این حوزه استثنایی را موجب شود (آزادیان بجنوردی، ۱۳۹۰).

وظایف معلم کودکان کم توان ذهنی

وظایف معلم کودکان کم توان ذهنی عبارتند از:

- آموزش دروس متناسب با توانایی ها و نیازهای دانش آموزان خاص
- تلاش برای شناخت و کشف توانایی ها و استعدادها بالقوه دانش آموزان خاص
- ایجاد ارتباط نزدیک و دوستی با دانش آموزان کم توان یا ناتوان
- کمک به افزایش اعتماد به نفس، کسب استقلال و بهبود کارایی و توانایی های این کودکان
- استفاده از ابزارهای کمک آموزشی و تغییر در آنها متناسب با فهم این کودکان و استفاده از روش های آموزشی و تمرین های متنوع در کلاس

- همکاری با دیگر متخصصان مانند پزشکان، گفتار درمان ها و یا روانشناسان آموزشی
- صحبت با والدین بچه ها در خصوص روند پیشرفت فرزندانشان و راهنمایی آنها برای انجام تمرینات و کار در خانه به منظور کمک به پیشرفت آموزشی کلاسی (مهرابی هنرمند و همکاران، ۱۳۹۲).

کودکان کم توان ذهنی مانند همه بچه های کشور، حق یادگیری و پرورش توانمندی ها و استعدادهای خود را دارند که بار اصلی این وظیفه بر دوش معلم های آنها می باشد. معلم کودکان کم توان ذهنی به دانش آموزانی که مشکل یا ناتوانی دارند، آموزش می دهند. این آموزش می تواند به صورت گروهی و یا فردی صورت بگیرد (ریگی، حسین آبادی، ۱۳۹۱).

این معلم های برای آموزش کودکان خاص معمولا آنها را بر مبنای تفاوت های ارتباطی، حسی، رفتاری، جسمانی و... طبقه بندی می کنند و بر طبق آن برنامه ریزی آموزشی انجام می دهند. آموزش به این افراد در مقایسه با همسالان آنها سخت تر است. شغل معلمی در ابتدا به عنوان شغلی عادی و آسان در نظر گرفته گردیده بود. اما امروزه خصوصا در آموزش و پرورش استثنایی، معلمی شغلی تخصصی در نظر گرفته میشود که عوامل متعددی از قبیل تفاوت های فردی دانش آموزان و نیازهای متعدد یادگیری آنها، تعهد، لزوم پاسخگویی به والدین و مدیران و تغییرات سریع عقاید و انتظارات متفاوت از معلم کار آموزش با این کودکان را حساس ساخته است. (ندرلو و یغمایی، ۱۳۹۳).

تعریف کم توانی ذهنی

کم توانی ذهنی^۱ یکی از اختلالات عصبی تحولی است که در طول دوره رشدی قبل از هجده سالگی شروع و آسیب های متفاوتی را برای کودک، خانواده و جامعه به همراه دارد. مطابق با آخرین تعریف انجمن عقب ماندگی ذهنی آمریکا^۲ کم توانی ذهنی به آن سطح از عملکرد هوشی اطلاق میشود که به میزان زیاد از متوسط پایین تر بوده و با نقایصی در رفتار سازشی در دوره رشد همراه است. که در واقع این تعریف بر دو عامل مهم متکی است: که یکی هوش است و دیگری رفتار سازشی است. با این حساب، تشخیص آموزشی از کم توانی ذهنی بر ویژگی های کودک و نیز توقعات محیط اجتماعی متکی می باشد (حجتی نیا، ۱۳۹۲). این اختلال با معیارهایی از قبیل آسیب در زمینه کارکردهای ذهنی که استدلال، حل مسئله، برنامه ریزی، تفکر انتزاعی، قضاوت، یادگیری، تجربه و فهمیدن عملی همراه است و نیز عملکرد انطباقی (مفهومی، اجتماعی، یا عملی)، تشخیص داده میشود (شالوک، بورثویک-دافی، برادلی بونتینک، ۲۰۰۹).

طیف زیادی از پیشینه تحقیقی حکایت از این امر دارد که کم توانی ذهنی مشکلات زیادی را برای فرد به همراه دارد. همچنین وجود مشکلات اضطرابی (گرین، برکویتس و بیکر^۴، ۲۰۱۵)، افسردگی (هرمانز، بیکن و اونهایس^۵، ۲۰۱۳) و عزت نفس پایین در بین این گروه از کودکان کم توان ذهنی گزارش گردیده است. همچنین تحقیقگران دیگری نیز در تحقیقات خود به این نتیجه رسیده اند که حتی والدین دانش آموزان کم توان ذهنی نسبت به والدین کودکان عادی و سایر دانش آموزان با نیازهای ویژه بار روانی و مشکلات و تنش های روانشناختی زیادی را به دوش می کشند (اوشودی^۶ و همکاران، ۲۰۱۴) و به تبع در زندگی زناشویی از رضایت کمتری نسبت به دیگر والدین برخوردارند (کوک، لانگ و وانگ^۷، ۲۰۱۴؛ رایبسون و نیس^۸، ۲۰۱۵؛ غباری بناب و نقدی، ۱۳۹۶).

دانش آموزان کم توان ذهنی مشکلات رفتاری بیشتر، تعاملات منفی والد-کودک بیشتر و مشکلات تنظیم هیجانی و رفتاری بالاتری را نسبت به دیگر همسالان دارای رشد طبیعی خود تجربه می کنند که همه این عوامل یاد گردیده باعث مشکلات سازگاری در مدرسه و نیز شکل گیری ارتباط نامناسب با معلم های و مربیان در مدرسه می گردد، و به دنبال این امر باعث کاهش فرصت برای برقراری ارتباط مناسب و نیز در کل باعث کسب دیدگاه منفی نسبت به مدرسه و معلم می گردد (مکاینتری^۹ و همکاران، ۲۰۰۶؛ بار^{۱۰}، ۲۰۱۳).

محققان معتقدند که کیفیت رابطه ای که بین مربیان و دانش آموزان کم توان ذهنی در مقطع دبستانی شکل می گیرد، پیش بینی کننده سازگاری، کفایت و مسئولیت اجتماعی، دید مثبت نسبت به مدرسه، مشارکت و عملکرد تحصیلی بهتر در آینده و نیز در مقاطع بالاتر برای دانش آموزان است از این رو ارتباط بین تعاملی مثبت بین معلم و دانش آموز و توانمندسازی دانش آموزان برای یادگیری و کیفیت زندگی بیشتر نیز در تحقیق های اخیر ثابت گردیده است. (بیدل-براون^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۶).

کاوسس^{۱۲} (۲۰۰۷) در مطالعه خود نشان داد که در میان مشغله های پرخطر، معلمان سطوح بالایی از استرس

1 intellectual disability

2 American Association on Intellectual and Developmental Disabilities

3 Schalock, Borthwick-Duffy, Bradley & Buntinx

4 Green, Berkovits & Baker

5 Hermans, Beekman & Evenhuis

6 Oshodi

7 Kwok, Leung & Wong

8 Robinson & Neece

9 McIntyre

10 Barr

11 . Beadle-Brown

12 Cavses

شغلی را تحمل می کنند و این امر در میان معلمان استثنایی که دارای دانش آموزان خاص و مشکلات بیشتری هستند مسئله را وخیم تر کرده، که در چنین حالتی هم دانش آموزان از بی حوصلگی معلم آزرده خاطر می شوند و هم شغل معلم برایش نارضایت کننده به نظر می رسد.

اما با افزایش برنامه های نوآورانه و اصلاح استانداردهای آموزشی حجم کار معلم های و در نتیجه تنش ها و فشار های شغلی آنان افزایش یافته است و از معلم های انتظار می رود در قبال فشارهای بیشتری نیز پاسخگو باشند (پنلی^۱، ۲۰۰۸). اولین قدم در جهت رسیدن به کادر آموزشی موفق در هر سازمانی درک عواملی است که بر کیفیت فعالیت عوامل آن تاثیر گذار است. بنابر این لازم است آموزش و پرورش استثنایی به عوامل تاثیرگذار در کیفیت شغلی معلم های خود بیشتر توجه نشان دهد (تیموری، ۱۳۹۳).

در تحقیق های صورت گرفته، نتایج تحقیق غباری بناب و نقدی (۱۳۹۶) نشان داد که بیشترین مشکلات معلم های دانش آموزان کم توان ذهنی، مربوط می گردد به مشکلات نظام آموزشی، عدم هماهنگی نظام آموزشی و توانبخشی، تعداد زیاد دانش آموزان و وجود اختلالات مختلف در دانش آموزان یک کلاس و نیز تأثیراتی که بر زندگی شخصی می گذارد مانند ترس از فرزندآوری و ارتباط نامناسب با خانواده می باشد که این عوامل یاد گردیده می تواند به صورت مثبت و یا منفی بر زندگی شغلی و حرفه ای معلم های کودکان کم توان ذهنی تاثیر گذار باشد.

اما با طور کلی نتایج تحقیق های دیگران در رابطه با تجربیات و شرایط معلم هایی که با کودکان کم توان ذهنی کار می کنند که به تبع می تواند روی سلامت روان معلم های تاثیر بگذارد را می توان در چند مقوله مهم خلاصه کرد. مورد اول تغییر در باورهای معلم های است، معلم های معمولاً از قبل تصویری در مورد توانمندی های دانش آموزان و مدرسه دارند که با ورود به مدرسه این دیدگاه ها و تصورات تغییر می یابد. این تغییر باورها که با عنوان باورهای غیرمنطقی از آن یاد می گردد، در تحقیقی توسط برزگر، گنجی و شیرجهانی (۱۳۹۵) بر روی معلم های مدارس استثنایی و عادی مقطع دبستان شهر یزد انجام گرفت نشان داد که بین باورهای غیرمنطقی معلم های مدارس استثنایی و عادی تفاوت وجود دارد و این باورهای غیرمنطقی متشکل انتظار بیش از حد از خود، تمایل به سرزنش و اجتناب از مشکلات می شد که در معلم های استثنایی بیشتر دیده شد.

مقوله مهم دیگر، تجربه معلم های در عدم هماهنگی در ارائه خدمات بود که به طبع با دشواری ها و مشکلات زیادی همراه است. معلم های بیان کردند علی رغم تلاش ها که در جهت یادگیری دانش آموزان می کنند، پیشرفتی نمی بینند، احساس بیهودگی و افسردگی می کنند. تحقیقگران دیگر نیز این یافته را اثبات کرده اند و معتقدند معلم های دانش آموزان کم توان در مقایسه با معلم های دانش آموزان عادی در رضایت شغلی تفاوت معنی داری دارند (رهبر کرباسدهی و همکاران، ۱۳۹۵) برخی از معلم های به ویژه اگر از پیش به تعلیم و تربیت کودک ناتوان اشتغال نداشته اند ممکن است خود را به نوعی برای مشکل ها و فراگیری کودک ناتوان مقصر پنداشته و از دست نیافتن به راهی جهت کمک به او، خود را سرزنش نمایند (اردبیلی، ۱۳۹۵). علاوه بر این معلم های معتقد هستند که هماهنگی بین برنامه های آموزشی و توانبخشی مدرسه نیست، تعداد دانش آموزان کلاس ها زیاد است و نیز دارای اختلالات مختلفی همراه با تفاوت های فردی زیادی هستند که همه این موارد موجب ایجاد ارتباط نامناسب معلم و دانش آموز می گردد (ریگی حسی آبادی، ۱۳۹۱). تحقیقگران دیگر نیز به این نتیجه رسیده اند که این عوامل زمینه را برای فرسودگی و تنیدگی شغلی (مهرابی زاده هنرمند و همکاران، ۱۳۹۲) و نیز کاهش کیفیت زندگی شغلی (مرزوقی و همکاران، ۱۳۹۲) فراهم می کند.

همچنین تجربه مربیگری دانش آموزان کم توان ذهنی تأثیرات مثبت و منفی بر زندگی شخصی معلم های گذاشته است. در شرایطی که حتی والدین دانش آموزان کم توان ذهنی تحت شرایط دشواری قرار دارند و بار روانی و مشکلات