

Research Paper

Survey of Relationship Between Health Promoting Lifestyle and Job Satisfaction in Male Nurses in Ahwaz City: A Descriptive Study

*Nahid Hossein Abbasi¹ , Maryam Agha Amiri¹ 

Citation Hossein Abbasi N, Agha Amiri M. Survey of Relationship Between Health Promoting Lifestyle and Job Satisfaction in Male Nurses in Ahwaz: A Descriptive Study. Iran Journal of Nursing. 2022; 34(134):74-87. <http://dx.doi.org/10.32598/ijn.34.6.6>

doi <http://dx.doi.org/10.32598/ijn.34.6.6>



Received: 11 Oct 2020

Accepted: 20 Feb 2022

Available Online: 01 Mar 2022

ABSTRACT

Background & Aims Due to many professional concerns such as shift stress and job injuries in nursing, male nurses do not pay much attention to their health-promoting lifestyle. Due to the above factors, work-life quality decreases and leads to job dissatisfaction and related consequences such as stress, anxiety, and depression. This study aimed to determine the relationship between a health-promoting lifestyle and job satisfaction in male nurses.

Materials & Methods The present cross-sectional study was a descriptive correlational study. The study population included all male nurses in Ahwaz City working in educational and medical centers. Finally, 108 male nurses were enrolled in the study from May 2019 to September 2019 by the available sampling method. Data were collected through a questionnaire consisting of three parts: 1) Demographic characteristics, 2) Health-promoting Lifestyle Questionnaire, and 3) Minnesota Satisfaction Questionnaire. Data were analyzed using SPSS software v. 22.

Results The results of the study showed that most male nurses (55.6%) have a bachelor's degree (84.2%), have 1 to 5 years of work experience (68.5%), and are in the age group of 26-35 years (46/2%). The health-promoting lifestyle variable Mean±SD score was 162.16±23.4 at the excellent level, and the job satisfaction Mean±SD score was 56.43±7.98 at the moderate level. There was a significant relationship between some areas of lifestyle promoting health and job satisfaction.

Conclusion The health-promoting lifestyle score of male nurses in this study was good but not favorable in physical activity and stress management. Also, the average score of job satisfaction and areas of opportunities for advancement and leadership style were significant. Therefore, supporting nursing managers in implementing health habits such as facilitating and supporting healthy lifestyle choices and creating positive environmental changes leads to increased health-promoting lifestyles, job satisfaction, and reduced disability of male nurses.

Keywords:

Health promotion, lifestyle, Job satisfaction, Men's health

1. Department of Nursing and Midwifery, Ahwaz Branch, Islamic Azad University, Ahwaz, Iran.

*** Corresponding Author:**

Nahid Hossein Abbasi

Address: Department of Nursing and Midwifery, Ahwaz Branch, Islamic Azad University, Ahwaz, Iran.

Tel: +98 (912) 3389565

E-Mail: nahid.habbasi@gmail.com

Extended Abstract

1. Introduction

One of the causes of diseases in people is an inappropriate lifestyle, and lifestyle modification in its general sense can be one of the best ways to prevent the occurrence of various diseases and promote health in people. On the other hand, a health-promoting lifestyle is one of the most critical determinants of health promotion. More than half of the Quality of Life (QoL) depends on the lifestyle and behaviors of people. Behaviors such as nutrition, physical activity, health response, stress management, interactions, and spiritual growth are components of a promotional lifestyle. Recent studies on public health show that health-promoting lifestyles positively affect nurses' health and QoL.

Paying attention to the health and well-being of nursing staff leads to maintaining nurses in the workplace and providing safe and quality services by them to clients. On the other hand, an inappropriate work environment is the leading cause of erosion and the tendency to leave the profession in nurses. An inadequate work environment causes physical and mental fatigue, job stress, health problems, and family disputes. These factors lead to problems in all aspects of health, especially occupational health in nurses.

One of the threats to occupational health, especially in male nurses, is job stress and subsequent job dissatisfaction. Job satisfaction is an individual attitude towards the job and is one of the essential factors in job success that increases efficiency, creativity, and a sense of personal satisfaction. Some studies indicate that job satisfaction is associated with overall happiness, health, and longer life expectancy. Given the need for male nurses worldwide in health care, and due to many professional concerns such as shift stress and job injuries in nursing, it seems that male nurses do not pay too much attention to your health-promoting lifestyle. Due to the above factors, the quality of work-life in them decreases and leads to job dissatisfaction and its consequences such as stress, anxiety, and depression. The existence of the above problems can threaten all aspects of health in Nurses. Therefore, this study was conducted to determine the relationship between male nurses' health-promoting lifestyles and job satisfaction.

2. Method

The present cross-sectional study was a descriptive correlational study. The study population included all male nurses in Ahwaz City working in educational and medical

centers. All public and private hospitals and nursing schools in Ahwaz City in 4 North, South, West, and East regions were selected, and sampling was done from the above centers by available methods. Finally, out of 580 people in the study population, 108 male nurses were enrolled in the study from May 2019 to September 2019.

Data were collected through a questionnaire consisting of three parts: 1) Demographic characteristics, 2) Health Promoting Lifestyle Questionnaire, and 3) Minnesota Satisfaction Questionnaire. The demographic characteristics questionnaire included age, marital status, level of education, work experience, smoking, Body Mass Index (BMI), and family health. To determine BMI, height was measured using a tape measure while the back, the shoulders, hips, and back of the legs were in contact with the wall. From data collection and questionnaire encryption, data were analyzed at a descriptive and inferential level using SPSS software v. 22. At the descriptive level, the Mean \pm SD was used. Pearson correlation coefficient and one-way analysis of variance (ANOVA) were used. In this study, a significant level for Statistical tests was considered less than 0.05. This study was part of a project approved by the Islamic Azad University of Ahwaz.

3. Results

The results of the study showed that most of the male nurses (55.6%) had a bachelor's degree (84.2%) and had 1-5 years of work experience (68.5%). Most nurses were 26-35 years (46.2%), and the lowest age group was over 45 years (3.7%). In this study, male nurses' prevalence of overweight and obesity was 24.1%. There was a significant relationship between nurses' job satisfaction and BMI ($P=0.020$). Based on the study results, a meaningful relationship was found between age and body mass index of male nurses. Most obese people were in the age group of 36-45 years (young) ($P=0.013$).

The variable Mean \pm SD score of health-promoting lifestyle in male nurses in this study was 162.76 \pm 23.4, which seems reasonable. The highest score in this field was related to spiritual growth (38.28), and the lowest was related to physical activity (18.83). Also, the job satisfaction score of male nurses (56.43 \pm 7/98) at the average level and the lowest score related to this area were opportunities for advancement (8.28), and the highest was the content of the job (13.04). Although there was no significant relationship between health-promoting lifestyle and job satisfaction in this study ($p=0.660$), there was a meaningful relationship between some areas of health-promoting lifestyle and job satisfaction.

4. Conclusion

The health-promoting lifestyle score of male nurses in this study was good but was not favorable in physical activity and stress management. Also, the average score of job satisfaction and poor scores in development opportunities and related leadership styles were significant. Therefore, the support of nursing managers in implementing skills development programs to meet health challenges and promote health in the workplace should include strategies that improve the physical, mental, spiritual, occupational, emotional, and social health of nursing staff, especially men. Implementing strategies for healthy habits such as facilitating and supporting healthy lifestyle choices and creating positive environmental changes for occupational health for nurses leads to increased lifestyles that promote health and job satisfaction and reduce the disability of male nurses.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

This study has been done in compliance with all ethical standards (Code: .IR.IAU.Ahvaz.REC. 1398.006) registered in Islamic Azad University, Ahvaz Branch.

Funding

This article is extracted from the results of a research project entitled "Study of the relationship between health-promoting lifestyle, job satisfaction and some demographic characteristics in male nurses" and is funded by the Islamic Azad University of Ahvaz.

Authors' contributions

Conceptualization, supervision and methodology: Nahid Hossein Abbasi; Writing and drafting design and editing: Nahid Hossein Abbasi, Maryam Agha Amiri; Data collection: Nahid Hossein Abbasi, Maryam Agha Amiri, Students of Ahvaz Branch Student Research Committee: Teymouri and Andisheh; Data Analysis, Ferdows Hezbavi.

Conflict of interest

According to the authors, this article has no conflict of interest.

Acknowledgments

The researchers thank the research officials of the Azad University and the male nurses who participated in this study.

مقاله پژوهشی

ارتباط سبک زندگی ارتقادهنده سلامت با رضایت شغلی پرستاران مرد شهر اهواز: یک مطالعه توصیفی

*ناهید حسین عباسی^۱، مریم آقامیری^{۱ب}

چکیده

تاریخ دریافت: ۲۰ مهر ۱۳۹۹
تاریخ پذیرش: ۰۱ اسفند ۱۴۰۰
تاریخ انتشار: ۱۰ اسفند ۱۴۰۰

مقدمه: به دلیل وجود بسیاری از دغدغه‌های حرفه‌ای مانند تنش‌های نوبت کاری و آسیب‌های شغلی در پرستاری، پرستاران مرد توجه زیادی به سبک زندگی ارتقادهنده سلامت خود ندارند. ممکن است به دلیل عوامل فوق، کیفیت زندگی کاری در آن‌ها کاهش یابد و زمینه‌ساز عدم رضایت شغلی و پیامدهای مربوط به آن مانند استرس، اضطراب و افسردگی شود. هدف این مطالعه تعیین ارتباط سبک زندگی ارتقادهنده سلامت با رضایت شغلی در پرستاران مرد است.

روش بررسی: مطالعه مقطعی حاضر از نوع همبستگی توصیفی است. جامعه پژوهش حاضر شامل تمامی پرستاران مرد شهر اهواز بود که در مراکز آموزشی درمانی مشغول به کار بودند. ۱۰۸ پرستار مرد از اردیبهشت ۱۳۹۸ تا شهریور ۱۳۹۸ به روش نمونه‌گیری در دسترس وارد مطالعه شدند. داده‌ها از طریق پرسش‌نامه‌ای متشکل از ۳ قسمت: ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی، ۲. پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و ۳. پرسش‌نامه رضایت شغلی مینه‌سوتا جمع‌آوری شد. پس از جمع‌آوری اطلاعات، داده‌ها در سطح توصیفی و استنباطی با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج مطالعه حاضر نشان داد بیشتر پرستاران مرد مجرد (۵۵/۶ درصد)، دارای مدرک لیسانس (۸۴/۲ درصد)، دارای ۱ تا ۵ سال سابقه کار (۶۸/۵ درصد) و در گروه سنی ۲۶-۳۵ سال (۴۶/۲ درصد) بودند. نمره متغیر سبک زندگی ارتقادهنده سلامت $76 \pm 22/4$ / ۱۶۲ در سطح خوب و نمره رضایت شغلی $56/43 \pm 7/98$ در سطح متوسط بود. میان برخی از حیطه‌های سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی ارتباط معناداری مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: نمره سبک زندگی ارتقادهنده سلامت پرستاران مرد این مطالعه در حد خوبی بود، اما در حیطه‌های فعالیت فیزیکی و مدیریت استرس وضعیت مطلوب نبود. همچنین نمره متوسط رضایت شغلی و حیطه‌های فرصت‌های پیشرفت و سبک رهبری قابل توجه بود. بنابراین، حمایت مدیران پرستاری در اجرای راهکارهای عادات بهداشتی مانند تسهیل و حمایت از انتخاب سبک زندگی سالم و ایجاد تغییرات مثبت محیطی منجر به افزایش سبک زندگی ارتقادهنده سلامت، رضایت شغلی و کاهش ناتوانی پرستاران مرد می‌شود.

کلیدواژه‌ها:

ارتقاء بهداشت، سبک زندگی، رضایت شغلی، سلامت مردان

۱. گروه پرستاری و مامایی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

* نویسنده مسئول:

ناهید حسین عباسی

نشانی: اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اهواز، گروه پرستاری و مامایی.

تلفن: ۳۳۸۹۵۶۵ (۹۱۲) ۹۸+

رایانامه: nahid.habbasi@gmail.com

مقدمه

سلامت مردان به طور قابل ملاحظه‌ای وجود ندارد [۸].

بنابر نتایج مطالعه‌ای، خطرات تهدیدکننده سلامتی در مردان بی‌شمار است و عادات و رفتارهای نادرست سبک زندگی مانند مصرف سیگار، الکل و اعتیاد نزد مردان در مقایسه با زنان بیشتر است. این در حالی است که مردان در مقایسه با زنان کمتر از خدمات سلامتی برخوردار می‌شوند که این موضوع منجر به ایجاد عوارض جسمی، روانی، روحی و اجتماعی و پیشرفت و وخامت آسیب سلامتی در مردان شده که در سلامت خانواده و جامعه نیز تأثیر خواهد داشت [۳]. یکی از تهدیدکننده‌های سلامت به‌ویژه در پرستاران مرد استرس شغلی و در پی آن فقدان رضایت شغلی است که دارای ابعاد و عوامل گوناگونی می‌باشد. رضایت شغلی حالتی عاطفی و مثبت حاصل از ارزیابی شغل یا تجارب شغلی توسط افراد است [۹]. بر این اساس اگر افراد از شغلشان راضی باشند نه تنها منجر به افزایش مهارت‌ها و ترقی و بهبود کیفیت زندگی کاری در آن‌ها می‌شود، بلکه سطح سلامتی افراد نیز افزایش می‌یابد [۱۰].

حرفه پرستاری به دلیل نیاز به مهارت و تمرکز بالا در انجام کار، کار تیمی نیرومند و ارائه مراقبت با کیفیت به مددجویان، همواره رضایت شغلی زیادی را می‌طلبد. در واقع، باید به تمامی ابعاد سلامتی به‌ویژه سلامت شغلی و به دنبال آن رضایت شغلی پرستاران توجه کرد تا مراقبتی با کیفیت از سوی پرستاران به مددجویان ارائه شود [۹]. نتایج یافته‌ها در ایران نشان می‌دهد بهبود حقوق و دستمزد، افزایش فرصت‌های پیشرفت و بهینه‌سازی شرایط محیط کار می‌تواند رضایت شغلی کارکنان را افزایش دهد [۱۱]. هالکومب^۱ و همکاران در یک مطالعه مروری، احترام از جانب مددجویان و مدیران پرستاری، احساس تعلق داشتن به محیط کار، استقلال و کیفیت زندگی کاری را از عوامل اصلی رضایت شغلی در پرستاران بیان کردند [۱۲]. از سوی دیگر، فقدان رضایت شغلی بروز مشکلات روانی را در پی دارد، به گونه‌ای که بستر تجاربی مانند خستگی عاطفی، افزایش سطوح اضطراب، استرس و افسردگی را برای افراد مهیا می‌سازد [۱۳].

پرستاران به‌عنوان اولین پاسخ‌دهندگان، تأمین‌کنندگان و رهبران تیم سلامت همواره نقش مهمی را در آموزش سبک زندگی سالم به خانواده‌های خود، جوامع و مددجویان بر عهده دارند. لازم نیست نیل به این مهم، برخورداری از سبک زندگی ارتقادهنده سلامت نزد پرستاران است. مسئولیت‌پذیری پرستاران در حفظ و ارتقاء سلامت خود، منجر به ارائه خدمات ایمن و اثربخش به مددجویان و در نتیجه سلامت جامعه می‌شود [۱۴]. مطابق یافته‌های مطالعه‌ای در ایران، رفتارهای ارتقادهنده سلامت نزد پرستاران در سطح متوسط بود [۱۵]. از سوی دیگر، ایفای نقش پرستاران در زمینه مراقبت ایمن از مددجویان با عواملی چون

سلامتی یک وضعیت نسبی، مطلوب و قابل دستیابی است که در آن فرد می‌تواند از نظر جسمی، روانی، اجتماعی، اقتصادی، عاطفی و شغلی طیف گسترده‌ای از توانایی‌های منحصر به فرد خود را در تعامل با محیطی که در آن زندگی می‌کند به فعلیت در بیاورد. به عبارت دیگر، سلامتی نه تنها منجر به افزایش توانایی‌های فرد، خانواده و جامعه در تعامل با محیط می‌شود، بلکه زمینه توسعه پایدار جوامع را فراهم می‌سازد [۱]. از سوی دیگر، مردان و سلامت آنان به‌عنوان سرمایه اجتماعی یکی از متغیرهای مهم تأثیرگذار در بهزیستی و سلامت جامعه محسوب می‌شود. تعریف سلامت مردان ترکیبی از رفاه جسمی، روانی، فرهنگی، اجتماعی و محیطی است که توسط مردان تجربه می‌شود [۲]. بنابراین، لازمه برخورداری جامعه از مردان شایسته، توانا و سالم به‌عنوان یک حرکت و رویکرد مهم سلامت جامعه همواره مطرح می‌باشد؛ به طوری که ارتقاء سلامت مردان به‌عنوان سرپرست خانواده و نیروی انسانی مولد و سالم مهم‌ترین سرمایه هر جامعه محسوب می‌شود [۳]. ارتقاء سلامت مفهومی است که به بررسی عوامل زیستی، روانی و اجتماعی که افراد را احاطه کرده می‌پردازد و عوامل چند بعدی و پیچیده‌ای که افراد برای نیل به سلامت با آن‌ها در ارتباط هستند را به تصویر می‌کشد. ارتقاء سلامت یا میل به افزایش سلامتی و رسیدن به بهترین سطح بهداشت، پیشگام طرح افراد سالم برای تمامی ملت‌ها می‌باشد [۴].

سبک زندگی یکی از مهم‌ترین عوامل ارتقاء سلامت است که با توسعه و تعدیل رفتارهای ارتقادهنده سلامتی و توانمند ساختن افراد در کنترل سلامتی خود منجر به افزایش پیشرفت وضعیت سلامتی فرد و جامعه می‌شود [۵]. نتایج مطالعات نمایانگر آن است که نوع رفتار و سبک زندگی می‌تواند تأثیر مهمی بر سلامت افراد داشته باشد. نوع تغذیه، فعالیت جسمی، اوقات فراغت و ارتباط با خانواده، دوستان، همکاران و مددجویان نمادهایی از این مقوله می‌باشند [۶]. امروزه دغدغه و چالش اصلی فقط زنده ماندن نیست، بلکه زندگی با کیفیت برتر است که این مهم از طریق سبک زندگی ارتقادهنده سلامت قابل دستیابی است [۷]. با وجود آنکه مقوله سبک زندگی ارتقادهنده سلامت مردان در سال‌های اخیر یک اولویت اصلی در تمامی کشورها در نظر گرفته می‌شود، نتایج محدود مطالعات انجام شده نمایانگر آن است که اجرای رفتارهای ارتقادهنده سلامت توسط مردان در بستر تحولات اجتماعی حاضر مانند پیشرفت تکنولوژی، مشکلات اقتصادی و دغدغه‌های مربوط به کیفیت زندگی کاری دارای کاستی‌های چند بعدی است [۲]. به عبارت دیگر، براساس دانسته‌های موجود، موضوع سبک زندگی ارتقادهنده سلامت مردان هنوز به‌صورت ایستا باقی مانده است، به طوری که نتایج مطالعه ارزیابی سیاست‌ها و برنامه‌ریزی‌های سلامتی از ۱۱ سازمان بهداشت از جمله سازمان بهداشت جهانی نشان داد پوشش این برنامه‌ها برای تمرکز بر پیش‌گیری و مراقبت

1. Halcomb

بدون نام خواهد بود. زمان تکمیل پرسش‌نامه‌ها به ازای هر فرد مورد مطالعه به‌طور متوسط ۱۵ دقیقه بود. مشکلاتی نیز در حال اجرای طرح برای پژوهشگران وجود داشت مانند عدم تمایل به تکمیل پرسش‌نامه‌ها و دشواری اندازه‌گیری قد و وزن نمونه‌ها و شلوغی بخش و حجم کاری بالا که تلاش شد در هنگام وقت آزاد و استراحت افراد انجام شود.

روش گردآوری داده‌ها به‌صورت خودگزارش‌دهی و نوع ابزار، پرسش‌نامه بود. برای جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه که شامل ۱. پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی، ۲. پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت^۲ و ۳. پرسش‌نامه رضایت شغلی مینه‌سوتا^۳ استفاده شد. پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی شامل، سن، وضعیت تأهل، سطح تحصیلات، سابقه کار، استعمال دخانیات، توجه به سلامت خانواده و اندازه‌گیری شاخص توده بدنی^۴ بود. پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت بر اساس الگوی سبک زندگی ارتقاء سلامت والکر^۵ و همکاران بود. این الگو برای تعیین این که افراد تا چه حد رفتارهای ارتقادهنده سلامتی را انجام می‌دهند، ارائه شده است [۱۸]. این پرسش‌نامه حاوی ۵۲ سؤال است که پاسخ‌گو بعد از خواندن هر سؤال براساس مقیاس لیکرت یکی از ۴ گزینه را انتخاب می‌کند. سؤال‌های این پرسش‌نامه در ۶ حیطه طبقه‌بندی شده است که شامل مسئولیت‌پذیری (پذیرش مسئولیت سلامت خود، ۱۲ سؤال)، فعالیت فیزیکی (اندازه‌گیری الگوهای منظم انجام ورزش و تمرینات بدنی، ۷ سؤال)، تغذیه (ارزیابی الگوهای غذایی و انتخاب‌های تغذیه‌ای، ۹ سؤال)، رشد معنوی (ارزیابی میزان رشد معنوی، ۱۱ سؤال)، مدیریت استرس (اندازه‌گیری توانایی مقابله با استرس، ۸ سؤال) و روابط بین فردی (مشخص‌کننده ارتباط اثربخش، ۵ سؤال) بود. هر سؤال ۴ پاسخ داشته که به‌صورت هرگز (۱ امتیاز)، گاهی اوقات (۲ امتیاز)، معمولاً (۳ امتیاز) و همیشه (۴ امتیاز) نمره‌دهی شده است. با محاسبه میانگین پاسخ‌های فرد به همه ۵۲ مورد، نمره‌ای برای سبک زندگی کلی ارتقادهنده سلامت به دست می‌آید. ۶ نمره خرده مقیاس به‌طور مشابه با محاسبه میانگین پاسخ به موارد خرده مقیاس به دست می‌آید. محدوده نمره کلی سبک زندگی ارتقادهنده سلامت از ۵۲ تا ۲۰۸ توسط جواب به تمام ۵۲ سؤال می‌باشد. هر چه امتیاز کلی سبک ارتقادهنده سلامت به عدد ۲۰۸ نزدیک‌تر باشد، فرد دارای سبک زندگی ارتقادهنده سلامت بهتری است. به‌طور کلی، نمره بیشتر از ۱۳۰، بیشتر از متوسط است و کمتر از ۱۳۰، کمتر از متوسط است. والکر و همکاران پایایی این پرسش‌نامه را ۹۴ درصد برآورد کردند [۱۸]. پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در ایران توسط محمدی زیدی و همکاران مورد تأیید قرار گرفته و پایایی آن برای

شایستگی، مهارت، رضایت شغلی و برخورداری از سلامتی و رفاه و شاد بودن پرستاران همراه است [۱۶]. به نظر می‌رسد پرستاران به دلیل دغدغه‌های حرفه‌ای توجه زیادی به سبک زندگی ارتقادهنده سلامت خود نداشته باشند و با اینکه همیشه در مراقبت و ارتقا سلامت بیماران نقش پویایی دارند، انجام رفتارهای ارتقادهنده سلامت خود را در اولویت قرار نمی‌دهند [۱۷].

مطالعه‌ای که به‌طور مستقل ارتباط میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در پرستاران مرد را مورد بررسی قرار دهد، یافت نشد. با توجه به اینکه دو متغیر سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی دو مفهوم مهم در سلامتی و حرفه پرستاری بوده و اثرات متقابلی بر کیفیت خدمات پرستاری و سلامت افراد جامعه دارند، یکی از ابعاد سلامتی، سلامت شغلی ناشی از رضایت شغلی است. با بررسی و شناسایی عوامل مربوط به رضایت شغلی و سبک زندگی ارتقادهنده سلامت پرستاران مرد می‌توان از بروز مشکلات مربوط به تمامی ابعاد سلامتی از جمله سلامت شغلی این افراد پیش‌گیری کرد. این مطالعه با هدف تعیین ارتباط سبک زندگی ارتقادهنده سلامت با رضایت شغلی در پرستاران مرد انجام شد.

روش بررسی

این پژوهش یک مطالعه مقطعی از نوع همبستگی توصیفی می‌باشد که در آن ارتباط سبک زندگی ارتقادهنده سلامت با رضایت شغلی در پرستاران مرد را مورد بررسی قرار داده است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی پرستاران مرد شهر اهواز بود (حدود ۵۸۰ نفر) که در مراکز آموزشی درمانی مشغول به کار بودند. براین اساس، تمامی بیمارستان‌های دولتی و خصوصی و دانشکده‌های پرستاری شهر اهواز در ۴ منطقه شمالی، جنوبی، غربی و شرقی انتخاب شده‌اند. از مراکز فوق نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام شد. پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه‌ها و حذف پرسش‌نامه‌های ناقص و تکمیل نشده، در مجموع ۱۰۸ پرسش‌نامه از اردیبهشت تا شهریور ۱۳۹۸ مورد تحلیل نهایی قرار گرفت (تعداد ۶۱ نفر از بیمارستان‌های دولتی، ۱۸ نفر از بیمارستان‌های خصوصی، ۲۳ نفر در دانشکده پرستاری علوم پزشکی و ۶ نفر در دانشکده پرستاری آزاد اسلامی). معیار ورود به مطالعه، داشتن حداقل یک سال سابقه حضور در بیمارستان و علاقمندی افراد موردنظر برای شرکت در مطالعه بود. در رابطه با رضایت‌نامه، در ابتدا رضایت شفاهی و سپس رضایت‌نامه کتبی نیز از پرستاران دریافت شد.

برای رعایت اخلاق در پژوهش قبل از توزیع پرسش‌نامه، توضیحات لازم درباره چگونگی انجام مطالعه و نحوه پاسخگویی سؤالات به نمونه‌ها داده و تأکید شد که از حق کناره‌گیری از انجام تحقیق و عدم پاسخ‌دهی به سؤالات برخوردار هستند. به تمامی افراد اطمینان داده شد که تمام اطلاعات به‌صورت محرمانه و

2. Health Promoting Life Style
3. Minnesota Satisfaction Questionnaire
4. Body Mass Index
5. Walker

جدول ۱. شاخص‌های عددی سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در پرستاران مرد مورد پژوهش بر حسب مشخصات جمعیت‌شناختی

متغیر	طبقه‌بندی	تعداد (درصد)	سبک زندگی ارتقادهنده سلامت		رضایت شغلی	
			نتیجه آزمون	میانگین \pm انحراف معیار	نتیجه آزمون	میانگین \pm انحراف معیار
سن (سال)	۲۵-۱۸	۴۴(۴۰/۷)	$F=1/86$ $df=3$ $P=0/140$	$60/22 \pm 5/10$	$F=1/87$ $df=3$ $P=0/140$	$150/71 \pm 6/25$
	۲۵-۲۶	۵۰(۴۶/۲)		$61/14 \pm 7/25$		$152/60 \pm 4/11$
	۲۵-۳۶	۱۰(۹/۲۶)		$58/09 \pm 4/1$		$139/10 \pm 4/6$
	۴۵ به بالا	۴(۲/۷۰)		$57/04 \pm 6/18$		$151/20 \pm 9/01$
وضعیت تأهل	مجرد	۶۰(۵۵/۶)	$t=-0/66$ $df=106$ $P=0/940$	$59/49 \pm 6/10$	$t=-0/99$ $df=106$ $P=0/940$	$153/30 \pm 10/4$
	متاهل	۴۸(۴۴/۴)		$60/61 \pm 8/1$		$139/23 \pm 8/25$
تحصیلات	کارشناسی	۹۱(۸۴/۲)	$F=2/37$ $df=2$ $P=0/090$	$61/45 \pm 9/02$	$F=2/92$ $df=2$ $P=0/590$	$154/10 \pm 6/18$
	کارشناسی ارشد	۱۴(۱۳)		$60/47 \pm 8/7$		$150/22 \pm 7/7$
	دکتری	۲(۲/۸)		$58/33 \pm 7/6$		$152/23 \pm 7/3$
سابقه کار (سال)	۵-۱	۷۴(۶۸/۵۲)	$F=1/99$ $df=3$ $P=0/080$	$58/77 \pm 4/2$	$F=1/61$ $df=3$ $P=0/170$	$156/63 \pm 9/02$
	۱۰-۶	۱۷(۱۵/۷۴)		$60/79 \pm 5/1$		$154/23 \pm 7/5$
	۲۰-۱۱	۱۲(۱۱/۱۱)		$61/39 \pm 6/18$		$152/11 \pm 10/33$
	بالای ۲۰	۵(۴/۶۳)		$63/30 \pm 6/5$		$150/14 \pm 5/5$
توجه به سلامت خانواده	خوب	۵۶(۵۱/۳)	$F=1/96$ $df=2$ $P=0/820$	$62/17 \pm 7/5$	$F=0/81$ $df=2$ $P=0/920$	$152/15 \pm 11/79$
	متوسط	۴۴(۴۲)		$60/19 \pm 8/8$		$151/22 \pm 10/8$
	کم	۵(۴/۷)		$59/55 \pm 9/05$		$152/26 \pm 10/4$
مصرف سیگار	بلی	۲۰(۱۸/۷)	$t=1/066$ $df=106$ $P=0/09$	$60/33 \pm 6/4$	$t=2/24$ $df=106$ $P=0/390$	$151/32 \pm 9/47$
	خیر	۸۸(۸۱/۳)		$59/06 \pm 7/1$		$150/26 \pm 9/05$
شاخص توده بدنی	کاهش وزن	۲(۱/۸۵)	$F=6/77$ $df=2$ $P=0/02$	$51/2 \pm 5/3$	$F=2/16$ $df=2$ $P=0/410$	$148/14 \pm 6/02$
	طبیعی	۸۱(۷۵)		$70/1 \pm 4/25$		$160/23 \pm 9/9$
	افزایش وزن	۲۵(۲۳/۱۵)		$56/5 \pm 8/01$		$151/32 \pm 10/1$

نشریه پرستاری ایران

کرونباخ پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت بر روی نمونه‌های متشکل از ۲۵ نفر از افراد در این مطالعه، مورد ارزیابی قرار گرفت و ۹۰ درصد از ثبات درونی مناسبی برخوردار بود.

برای سنجش وضعیت رضایت شغلی در پرستاران مرد از پرسش‌نامه رضایت از مینه سوتا^۶ طراحی شده توسط ویس^۷ و همکاران استفاده شد. این پرسش‌نامه براساس سازگاری بین مهارت‌های افراد و عوامل محرک موجود در محیط کار ساخته شده است [۲۲]. نسخه فارسی این پرسش‌نامه از ۱۹ گویه و

حیطه‌های رشد معنوی ۶۴ درصد، پذیرش مسئولیت سلامت خود ۸۶ درصد، روابط بین فردی ۷۵ درصد، مدیریت استرس ۹۱ درصد، فعالیت بدنی ۷۹ درصد، تغذیه ۸۱ درصد و برای کل پرسش‌نامه ۸۲ درصد گزارش شده است [۱۹]. پرسش‌نامه سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت با برخورداری از قابلیت اطمینان و روایی در سطح داخلی و بین‌المللی به‌طور گسترده به‌عنوان ابزاری معنادار برای ارزیابی سبک ارتقادهنده سلامت محسوب می‌شود، به‌طوری که روایی و پایایی این پرسش‌نامه در کشورهایی چون پرتغال، اسپانیا، ایتالیا، ژاپن، چین، ایران و عربستان سعودی در سطح مناسبی محاسبه شده است [۲۰، ۲۱]. ضریب آلفای

6. Minnesota Satisfaction Questionnaire

7. Weiss

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیر سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و حیطة های آن در پرستاران مرد مورد مطالعه در شهر اهواز

سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و ابعاد آن	دامنه	میانگین \pm انحراف معیار	کمینه	بیشینه	P
پذیرش مسئولیت سلامت خود	۱۲-۴۸	۳۶/۳۶ \pm ۸/۲۸	۱۲	۳۷	۰/۵۶۰
فعالیت بدنی	۷-۲۸	۱۵/۱۸ \pm ۵/۶۰	۷	۲۷	< ۰/۰۰۰
تفذیه	۹-۳۶	۱۷/۲۸ \pm ۵/۷۶	۹	۳۵	۰/۰۳۰
رشد معنوی	۱۱-۴۴	۲۸/۳۸ \pm ۶/۷۱	۱۱	۵۵	< ۰/۰۰۰
مدیریت استرس	۸-۳۲	۲۰/۲۳ \pm ۵/۲۸	۹	۳۲	۰/۷۰۰
روابط بین فردی	۵-۲۰	۱۵/۱۶ \pm ۳/۲۵	۷	۱۹	< ۰/۰۰۰
سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت (کل)	۵۲-۲۰۸	۱۶۲/۷۶ \pm ۲۳/۲۴	۵۵	۲۰۰	< ۰/۰۰۰

نشریه پرستاری ایران

لاکاتامیتو^۸ و همکاران روایی و پایایی پرسش نامه رضایت شغلی مینه سوتا را (۸۱ درصد) برآورد کردند [۲۴]. روایی و پایایی نسخه فارسی پرسش نامه رضایت شغلی مینه سوتا هم در کشور ایران در سطح بالایی گزارش شد (۰/۸۷) [۲۵]. در مطالعه حاضر نیز ضریب الفای کرونباخ پرسش نامه رضایت شغلی مینه سوتا بر روی ۲۵ نفر از پرستاران مرد مورد بررسی قرار گرفت و ۸۵ درصد محاسبه شد. برای تعیین میزان نمایه توده بدنی، قد افراد در وضعیتی که نقاط پشت سر، کتف، باسن و پشت پا با دیوار تماس داشت، توسط متر نواری اندازه گیری شد. همچنین با استفاده از وزنه استاندارد، وزن آنان ثبت شد. در نهایت، نمایه توده بدنی از تقسیم وزن به توان دوم قد محاسبه شد.

پس از جمع آوری داده ها و کد گذاری پرسش نامه ها، داده ها وارد نسخه ۲۲ نرم افزار SPSS شد. سپس در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی تحلیل شدند. برای توصیف سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت، رضایت شغلی و مشخصات فردی از آمار توصیفی شامل توزیع فراوانی همچنین شاخص های پراکندگی از قبیل میانگین و

۶ خرده مقیاس نظام پرداخت (۳ سؤال، رضایت از عدالت در حقوق و امکانات رفاهی)، نوع شغل (۴ سؤال، تناسب با شغل، احساس خشنودی و لذت از کار، احساس استقلال و آزادی در کار)، فرصت های پیشرفت (۳ سؤال، امکان پیشرفت و ترقی شغلی بر اساس لیاقت، فرصت پیشرفت برابر)، جو سازمانی (۲ سؤال، احساس روحیه تعاون و اعتماد و همکاری)، سبک رهبری (۴ سؤال، نوع ارتباط مدیر با کارمند، دخالت کارکنان در تصمیم گیری و همدلی و اعتماد میان مدیر و کارمند) و شرایط فیزیکی (۳ سؤال، مناسب بودن فضای فیزیکی، دکوراسیون و تجهیزات و سیستم گرمایش و سرمایش محل کار) تشکیل شده است. پاسخگو بعد از خواندن هر سؤال براساس مقیاس لیکرت یکی از ۵ گزینه کاملاً مخالفم (۱ امتیاز)، مخالفم (۲ امتیاز)، نظری ندارم (نه موافق و نه مخالف (۳ امتیاز)، موافقم (۴ امتیاز) و کاملاً موافقم (۵ امتیاز) را انتخاب می کند. محدوده نمره کلی رضایت شغلی از ۱۹ تا ۹۵ توسط جواب به تمام ۱۹ سوال می باشد. نمره بالاتر حاکی از رضایت شغلی بیشتر است [۲۳].

8. Lakatamitou

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار متغیر رضایت شغلی و حیطة های آن در پرستاران مرد مورد مطالعه در شهر اهواز

رضایت شغلی و ابعاد آن	دامنه	کمینه	بیشینه	میانگین \pm انحراف معیار	P
نظام پرداخت	۳-۱۵	۳	۱۲	۸/۹۳ \pm ۱/۷۴	۰/۸۰۰
نوع شغل	۴-۲۰	۴	۱۹	۱۳/۰۴ \pm ۲/۳۲	< ۰/۰۰۰
فرصت های پیشرفت	۳-۱۵	۳	۱۵	۸/۲۸ \pm ۲/۴۹	< ۰/۰۰۰
جو سازمانی	۲-۱۰	۲	۸	۶/۰۲ \pm ۱/۱۴	۰/۸۰۰
سبک رهبری	۴-۲۰	۴	۱۹	۱۱/۱۲ \pm ۲/۹۲	< ۰/۰۰۰
شرایط فیزیکی	۳-۱۵	۵	۱۵	۹/۲۱ \pm ۱/۸۹	۰/۳۴۰
رضایت شغلی (کل)	۱۹-۵۹	۲۵	۵۸	۵۶/۴۳ \pm ۷/۹۸	< ۰/۰۰۰

نشریه پرستاری ایران

جدول ۴. ارتباط بین متغیرهای سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در پرستاران مرد مورد مطالعه در شهر اهواز

رضایت شغلی	شرایط فیزیکی	سبک رهبری	جو سازمانی	فرصت‌های پیشرفت	نوع شغل	نظام پرداخت	رضایت شغلی	سبک زندگی ارتقادهنده سلامت
-۰/۰۶	-۰/۱۱	-۰/۱۱	۰/۰۶	-۰/۰۷	۰/۱۰	-۰/۱۱	ضریب	پذیرش مسئولیت سلامت خود
۰/۵۵	۰/۱۱۰	۰/۲۷	۰/۴۹	۰/۴۳	۰/۲۸	۰/۱۱۰	معداری	
-۰/۱۳	-۰/۰۶	-۰/۰۸	۰/۰۰	-۰/۱۲	۰/۰۵	-۰/۰۵	ضریب	فعالیت بدنی
۰/۱۹	۰/۵۰	۰/۴۲	۰/۹۶	۰/۲۱	۰/۵۹	۰/۵۹	معداری	
۰/۰۵	-۰/۰۱	-۰/۱۳	۰/۲۲	-۰/۱۲	۰/۲۱	۰/۲۲	ضریب	تغذیه
۰/۵۹	۰/۹۲	۰/۱۸	۰/۰۲	۰/۲۳	۰/۰۳	۰/۰۳	معداری	
۰/۳۴	۰/۱۶	۰/۱۷	۰/۱۷	۰/۱۴	۰/۴۹	۰/۳۳	ضریب	رشد معنوی
<۰/۰۰۱	۰/۱۰	۰/۰۸	۰/۰۸	۰/۱۵	<۰/۰۰۱	<۰/۰۰۱	معداری	
۰/۰۷	۰/۰۰	-۰/۰۴	-۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۲۶	۰/۲۶	ضریب	مدیریت استرس
۰/۴۶	۰/۹۷	۰/۶۳	۰/۶۹	۰/۷۷	۰/۰۱	۰/۰۰۱	معداری	
۰/۱۷	۰/۰۰	-۰/۰۵	۰/۳۳	-۰/۰۶	۰/۴۶	-۰/۰۵	ضریب	روابط بین فردی
۰/۰۸	۰/۹۳	۰/۵۸	<۰/۰۰۱	۰/۵۳	<۰/۰۰۱	۰/۵۸	معداری	
۰/۰۴	-۰/۰۱	-۰/۱۰	۰/۲۶	-۰/۱۲	۰/۳۴	۰/۳۴	ضریب	سبک زندگی ارتقادهنده سلامت
۰/۶۶	۰/۸۶	۰/۳۲	۰/۰۱	۰/۲۶	<۰/۰۰۱	<۰/۰۰۱	معداری	

نشریه پرستاری ایران

واریانس یک طرفه استفاده شد. بر اساس جدول شماره ۱، مقدار P در متغیرهای سن (۰/۱۴۰)، وضعیت تأهل (۰/۹۴۰)، تحصیلات (۰/۵۹۰)، سابقه کار (۰/۱۷۰)، توجه به سلامت خانواده (۰/۹۲۰) و مصرف سیگار (۰/۳۹۰) بیشتر از ۰/۰۵۰ بود. بنابراین، بین سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی با متغیرهای فوق در بین پرستاران مرد ارتباطی وجود نداشت. در جدول شماره ۱، تنها ارتباط بین رضایت شغلی و شاخص توده بدنی معنادار شد ($P=۰/۰۲$).

بر اساس جدول شماره ۲، میانگین پذیرش مسئولیت سلامت خود $۳۶/۳۶ \pm ۸/۲۸$ ، فعالیت بدنی $۱۵/۱۸ \pm ۵/۶۰$ ، تغذیه $۱۷/۲۸ \pm ۵/۷۶$ ، رشد معنوی $۲۸/۳۸ \pm ۶/۷۱$ ، مدیریت استرس $۲۰/۲۳ \pm ۵/۲۸$ و روابط بین فردی $۱۵/۱۶ \pm ۳/۲۵$ بودند. بدین ترتیب، اساس میانگین سبک زندگی ارتقادهنده سلامت $۱۶۲/۷۶ \pm ۲۳/۴$ بود.

بر اساس جدول شماره ۳، میانگین رضایت شغلی پرستاران مرد $۵۶/۴۳ \pm ۷/۹۸$ بود. میانگین نظام پرداخت $۸/۹۴ \pm ۱/۷۴$ ، نوع شغل $۱۳/۰۴ \pm ۲/۳۲$ ، فرصت‌های پیشرفت $۸/۲۸ \pm ۲/۴۹$ ، جو سازمانی $۰/۰۲ \pm ۱/۱۴$ ، سبک رهبری $۱۱/۱۲ \pm ۲/۹۲$ و شرایط فیزیکی $۹/۲۱ \pm ۱/۸۹$ بودند.

انحراف معیار استفاده شد. برای تعیین ارتباط میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت با رضایت شغلی نخست از آزمون‌های تی مستقل، ضریب همبستگی پیرسون و آنالیز واریانس یک طرفه استفاده شد. برای بررسی ارتباط بین مشخصات جمعیت‌شناختی با سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی، ابتدا برای برابری واریانس‌ها از آزمون لوین و تی دو نمونه‌ای استفاده شد. سطح معناداری برای آزمون‌های آماری کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

مطابق با جدول شماره ۱، نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های به دست آمده از قسمت پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی پرستاران مرد شاغل در مراکز آموزشی و درمانی شهر اهواز نشان داد بیشتر پرستاران مرد مجرد (۵۵/۶ درصد)، با مدرک کارشناسی (۸۴/۲ درصد) و دارای سابقه کار ۱-۵ سال (۶۸/۵ درصد) بودند. بیشترین گروه سنی در سنین ۳۵ تا ۲۶ سال (۴۶/۲ درصد) و کمترین گروه سنی بالای ۴۵ سال (۳/۷ درصد) بودند.

برای بررسی ارتباط میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی و مشخصات جمعیت‌شناختی افراد از تحلیل

و فردی سوق می‌دهد و موجبات ایفای عملکرد شایسته و ارائه سطح بالای کیفیت مراقبت‌های پرستاری و افزایش رضایت شغلی آنان را فراهم می‌سازد. می‌توان ادعا کرد سطح خوب رشد معنوی در پرستاران، ارتباط آنان را با مددجویان و اعضای تیم سلامت در میسر مناسب هموار می‌کند.

در این مطالعه بین حیطة مدیریت استرس مربوط به سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و حیطة نظام پرداخت مربوط به رضایت شغلی نیز ارتباط معناداری وجود داشت. عوامل استرس‌زای بسیاری در حرفه پرستاری وجود دارد که سلامت پرستاران را در معرض خطر قرار می‌دهد. با توجه به ارزش کار پرستاران و اهمیت ارتقاء سلامت آنان و تأثیر استرس بر کیفیت ارائه مراقبت‌های پرستاری، مدیریت استرس یکی از راهکارهای رویارویی با عوامل تنش‌زا در محیط کار محسوب می‌شود [۳۰]. نتایج مطالعه دالکرانی و دیمیتریادیس^{۱۰} در یونان بیان می‌کند نموده‌های اجتماعی شغل، ویژگی‌های شغل و محیط کار از مهم‌ترین عواملی هستند که می‌توانند به‌طور مثبت بر رضایت شغلی افراد تأثیر بگذارند. این در حالی است که براساس یافته‌های آنان ارتقاء و پاداش جزء عوامل مهم نمی‌باشند [۳۱]. گمان می‌شود نمره میانگین متوسط نظام پرداخت و نمره ضعیف مدیریت استرس در پرستاران مرد این مطالعه منجر برهم زدن تعادل روان‌شناختی و نارضایتی شغلی در آنان می‌شد.

چالش بهبود اثربخشی سازمانی از طریق نوآوری، نقش محوری در اعمال سازمان دارد که این مهم توسط جو سازمانی متحقق می‌شود. در واقع، جو سازمانی جنبه کیفی روابط بین افراد در یک سازمان تعریف می‌شود [۳۲]. بین حیطة روابط بین فردی مربوط به سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و حیطة جو سازمانی مربوط به رضایت شغلی در پرستاران مرد این مطالعه ارتباط معناداری وجود داشت. نتایج مطالعه بربروگلو^{۱۱} در قبرس نشان داد جو سازمانی مثبت به‌عنوان عامل مهم نه تنها منجر به افزایش تعهد و نگرش کارکنان به اهداف سازمان می‌شود، بلکه موجب ایجاد روابط اثربخش و افزایش عملکرد شغلی در افراد نیز می‌شود [۳۳]. موسوی و شاه‌حسینی نیز در مطالعه خود به ارتباط میان جو سازمانی و رضایت شغلی کارکنان در شیراز اشاره کردند [۳۴].

میان روابط بین فردی حیطة سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و نوع شغل حیطة رضایت شغلی در این مطالعه ارتباط وجود داشت. در مطالعه پاکسوی^{۱۲} و همکاران نیز بین مهارت‌های ارتباطی و رضایت و تعهد شغلی رابطه معنادار مشاهده شد [۳۵]. به نظر می‌رسد میانگین نمره خوب نوع شغل در حیطة رضایت شغلی پرستاران مرد این مطالعه، شرایطی را فراهم آورده که این افراد شغل خود را با ارزش تلقی نموده و علاقه درونی نسبت به آن

همان‌گونه که در جدول شماره ۴ مشخص است بین تغذیه و نظام پرداخت ($P=0/03$)، نوع شغل ($P=0/03$) و جو سازمانی ($P=0/02$)، ارتباط معناداری وجود دارد. بین رشد معنوی و نظام پرداخت ($P<0/001$)، نوع شغل ($P<0/001$) و رضایت شغلی ($P<0/001$) ارتباط معناداری وجود دارد. بین مدیریت استرس و نظام پرداخت ($P<0/001$) و نوع شغل ($P<0/001$) ارتباط معناداری وجود دارد. بین روابط فردی و نوع شغل ($P<0/001$) و جو سازمانی ($P<0/001$) ارتباط معناداری وجود دارد. همچنین بین سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و نظام پرداخت ($P<0/001$)، نوع شغل ($P<0/001$) و همچنین جو سازمانی ($P=0/01$) ارتباط معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

براساس نتایج مطالعه حاضر، میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در پرستاران مرد ارتباط مشاهده نشد. میان برخی از حیطة‌های سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی پرستاران مرد ارتباط وجود داشت، به‌طوری که بین حیطة‌های تغذیه و نوع شغل ارتباط معناداری وجود داشت. عادات غذایی مناسب با پیش‌گیری از بیماری‌ها و افزایش طول عمر به‌عنوان یکی از بهترین سرمایه‌گذاری‌های ارتقاء سلامت توسط افراد محسوب می‌شود. تغذیه مناسب موجب افزایش کارایی از طریق افزایش انرژی و هوشیاری و افزایش ایمنی و به دنبال آن کاهش غیبت، افزایش خواب و تمرکز و بهبود بهداشت روان و شادمانی در کارکنان می‌شود. به‌عبارت دیگر، تغییرات مثبت در رژیم غذایی منجر به افزایش توانایی‌های شناختی و عملکرد بهتر ذهن در افراد می‌شود [۲۶]. نتایج مطالعه آپربنس و باریرا^۹ در پرتغال نشان داد تغذیه مناسب در پرستاران منجر به افزایش عملکرد و سازماندهی بهتر آنان در هنگام ارائه خدمات پرستاری به بیماران شده بود [۲۷].

براساس نتایج مطالعه حاضر، ارتباط معناداری میان حیطة رشد معنوی مربوط سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در افراد مشاهده شد. رشد معنوی ابعاد مختلف زندگی را با یکدیگر هماهنگ کرده و کارکرد روانی و سازگاری را تقویت می‌کند. رضایت شغلی به دنبال ماهیت شغل در افراد می‌تواند تحت تأثیر عوامل رشد معنوی و حیطة‌های شغلی قرار گیرد [۲۸]. قلی‌پور و همکاران در شهر تبریز نیز به ارتباط میان رضایت شغلی و سلامت معنوی پرستاران در مطالعه خود اشاره کردند [۲۹]. در پاسخ به یافته فوق می‌توان گفت رشد معنوی در پرستاران مرد منجر به افزایش هماهنگی کارکردهای سازگاری و توانایی جسمی و روانی در آنان می‌شود که در پی آن رضایت شغلی را نیز افزایش می‌دهد. در واقع، وضعیت خوب رشد معنوی در پرستاران مرد به‌عنوان نیروی قدرتمندی، آنان را به حفظ ارزش‌های اخلاقی

10.Dalkrani & Dimitriadis
11.Berberoglu
12.Paksoy

9.Aperibense & Barreira

پرستاران مرد ۲۳/۱۵ درصد بود. همچنین میانگین سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در افراد با وزن طبیعی، بالاتر از افراد لاغر و افراد دارای اضافه وزن بود. نتایج مطالعه روبروک^{۱۵} و همکاران در هلند نشان دادند سبک زندگی ارتقادهنده سلامت کارکنان با افزایش وزن و چاقی و عوارض مربوط به آن مانند درخواست استعلاجی و کاهش کارایی در آنان ارتباط دارد [۴۰]. در این مطالعه، بیشتر پرستاران مرد با بالا جوان بودند. این در حالی است که براساس نتایج مطالعه مقطعی فراگیر آقاعلی نژاد و همکاران در ایران، بالاترین میزان شیوع چاقی در رده سنی بالای ۵۰ سال گزارش شده بود [۴۱]. به نظر می‌رسد روند فزاینده شیوع چاقی در ایران به قشر پرستاران جوان نیز رسیده است.

براساس نتایج مطالعه حاضر، نمره متغیر رضایت شغلی در پرستاران مرد در این مطالعه $56/43 \pm 7/98$ برآورد شد. همسو با یافته فوق، نتایج مطالعه قلی‌پور و همکاران میانگین نمره رضایت شغلی در پرستاران را در حد متوسط گزارش کردند [۲۹]. با فراهم کردن بستر سبک رهبری مناسب و فرصت‌های شغلی توسط مدیران پرستاری نه تنها مشارکت و رفاه پرستاران افزایش می‌یابد، بلکه حس رضایت شغلی و ماندگاری در آنان نیز ایجاد می‌شود.

این مطالعه در مورد ارتباط میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی در پرستاران مرد بود. با توجه به اینکه بیشتر شرکت‌کنندگان تازه استخدام شده و دارای مدرک تحصیلی کارشناسی بودند. بنابراین، وضعیت پرستاران مردی که تحصیلات و سابقه کار بالاتر داشتند و افرادی که ترک کار کردند، مطالعه نشده است. همچنین کم بودن تعداد پرستاران مرد در شهر اهواز از محدودیت‌های دیگر این مطالعه بود. با این حال، یافته‌های این مطالعه می‌تواند پایه ارزشمندی برای سلامت پرستاران مرد باشد.

براساس نتایج مطالعه حاضر، وضعیت سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در حد خوب و رضایت شغلی در حد متوسط بود. در کل ارتباط معناداری میان دو متغیر سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و رضایت شغلی یافت نشد، اما میان برخی از حیطه‌های دو متغیر فوق ارتباط معناداری وجود داشت. با توجه به نمره میانگین پایین فعالیت فیزیکی و مدیریت استرس مربوط به حیطه سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در پرستاران مرد، ضروری است سیاست‌گذاران سلامت توجه ویژه‌ای در اجرای راهبردهایی برای عادات سلامتی توسط تسهیل‌سازی و حمایت انتخاب سبک زندگی سالم و تغییرات محیطی همچون برگزاری دوره‌های منظم آموزش و مهارت‌های اصول مدیریت استرس به پیش‌گیری از تهدید سلامت شغلی و به تبع آن ارتقاء تمامی ابعاد سلامت پرستاران مرد توجه کنند. با وجود نمره پایین میانگین فرصت‌های پیشرفت و سبک رهبری مربوط به حیطه رضایت

داشته باشند. این احساس منجر به پیامدهای مطلوب و مثبتی بر روابط بین فردی آنان شده بود.

براساس نتایج مطالعه حاضر، نمره متغیر سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در پرستاران مرد $162/76 \pm 23/4$ در سطح خوب بود. این در حالی است که نتایج مطالعه حیدری و همکاران در شهر بروجن، سبک زندگی ارتقادهنده سلامت پرستاران را در حد متوسط ارزیابی کردند [۳۶]. حیطه فعالیت بدنی و مدیریت استرس حداقل امتیاز و حیطه رشد معنوی و روابط بین فردی، حداکثر امتیاز را به خود اختصاص داد. در یافته مطالعه ماک^{۱۳} و همکاران در چین، بالاترین عملکرد دانشجویان پرستاری در حیطه روابط بین فردی و کمترین آن در حیطه فعالیت فیزیکی گزارش شد [۳۷]. با توجه به نمره پایین فعالیت فیزیکی و مدیریت استرس در پرستاران مرد این مطالعه، اصلاح راهکارهای رفتاری سبک زندگی مانند یادگیری مهارت‌های روبرویی با استرس در این افراد احساس می‌شود.

میان سبک زندگی ارتقادهنده سلامت و وضعیت تأهل پرستاران مرد این مطالعه ارتباطی یافت نشد. نتایج پژوهش افشانی و همکاران در شهر یزد در این زمینه نشان داد میانگین سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در بین افراد متأهل بیشتر از مجرد بود [۳۸]. این در حالی است که بر خلاف شواهد فوق، در مطالعه حاضر با وجود تعداد بیشتر افراد مجرد در مقایسه با افراد متأهل، میانگین نمره سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در پرستاران خوب بود. در تبیین یافته فوق می‌توان گفت عملکرد پرستاران مرد مجرد این مطالعه به اجرای برخی از رفتارهای ارتقادهنده سبک زندگی سلامت مانند رشد معنوی، روابط بین فردی و تغذیه در وضعیت خوبی قرار دارد.

در مطالعه حاضر نیز ارتباط معناداری بین متغیر توجه به سلامت خانواده و سبک زندگی ارتقادهنده سلامت در پرستاران مرد وجود نداشت ($P=0/92$). تشویق پرستاران مرد به مشارکت در توسعه برنامه‌های بهداشتی می‌تواند به‌عنوان یک راهکار و فرصت مناسبی برای حساس‌سازی مردان در مورد اهمیت به سلامت خود و خانواده باشد. همسو با این یافته، گانل و دری^{۱۴} در غنا در مطالعه خود دریافتند مردان نه تنها به رفتارهای ارتقادهنده سلامت خود توجه چندانی نشان نمی‌دهند، بلکه نسبت به رفتارهای ارتقادهنده سلامت شریک زندگی و خانواده خود نیز بی‌تفاوت می‌باشند [۳۹]. با توجه به یافته مطالعه حاضر، تشویق مردان به مشارکت در توسعه برنامه‌های بهداشتی می‌تواند به‌عنوان یک راهکار و فرصت مناسبی برای حساس‌سازی مردان در مورد اهمیت به سلامت خود و خانواده باشد.

مطابق نتایج این مطالعه، میزان شیوع اضافه وزن و چاقی در

13.Mak
14.Ganle & Dery

15.Robroek

شغلی در افراد مورد پژوهش، مدیران پرستاری باید فرصتی برای ارتقاء و غنای شغلی پرستاران برای افزایش انگیزه و رضایت شغلی در پرستاران فراهم کنند. بنابر نمره میانگین متوسط رضایت شغلی در پرستاران مرد مورد مطالعه حاضر، پیشنهاد می‌شود مطالعات آتی به بررسی مبسوط‌تر حیطه‌های رضایت شغلی به‌ویژه شرایط فیزیکی و تأثیر آن بر سلامت شغلی افراد توجه شود.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این مطالعه با رعایت تمام موازین اخلاقی انجام شده است و با کد اخلاق ۱۳۹۸.۰۰۶. No.IR.IAU.Ahvaz.REC. در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز ثبت شده است.

حامی مالی

این مقاله از نتایج طرح پژوهشی تحت عنوان «بررسی ارتباط سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت، رضایت شغلی و برخی از مشخصات جمعیت‌شناختی در پرستاران مرد» استخراج شده و هزینه آن توسط دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز تأمین شده است.

مشارکت نویسندگان

مفهوم‌پردازی، نظارت و روش‌شناسی: ناهید حسین عباسی؛ نگارش و پیش‌نویس طرح و ویرایش: ناهید حسین عباسی، مریم آقا امیری؛ جمع‌آوری داده: ناهید حسین عباسی، مریم آقا امیری، دانشجویان عضو کمیته تحقیقات دانشجویی واحد اهواز: تیموری و اندیشه؛ تحلیل داده‌ها، فردوس حزباوی؛ تأمین مالی منابع: دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از مسئولین پژوهشی دانشگاه آزاد و پرستاران مرد شرکت‌کننده در این پژوهش تشکر و تقدیر می‌کنند.

References

- [1] Svalastog AL, Donev D, Jahren Kristoffersen N, Gajovic S. Concepts and definitions of health and health-related values in the knowledge landscapes of the digital society. *Croat Med J*. 2017; 58(6):431-5. [DOI:10.3325/cmj.2017.58.431] [PMID] [PMCID]
- [2] Bardehle D, Dinges M, White A. What is men's health? A definition. *J Men's Health*. 2017; 13(2):40-52. <https://eprints.leedsbeckett.ac.uk/id/eprint/7100/>
- [3] Baker P. Men's health: A global problem requiring global solution. *Trend Urol Men's Health*. 2016; 7(3):11-14. [DOI:10.1002/tre.519]
- [4] Scriven A. Promoting health: A practical guide. Amsterdam: Elsevier; 2010. <https://books.google.com/books?id=TIS3TbxZ13cC&printsec=frontcover&dq=Promoting+Health:+A+a=false>
- [5] Pender NJ, Murdaugh CL, Parsons MA. Health promotion in nursing practice. New Jersey: Prentice Hall; 2002. <https://books.google.com/books?id=jVJqAAAAMAAJ&q=Health+pro>
- [6] Al-Nakeeb Y, Lyons M, Dodd LJ, Al-Nuaim A. An investigation into the lifestyle, health habits and risk factors of young adults. *Int J Environ Res public health*. 2015; 12(4): 380-94. [DOI:10.3390/ijerph120404380] [PMID] [PMCID]
- [7] Li Y, Pan A, Wang DD, Liu X, Dhana K, Franco OH, et al. Impact of healthy lifestyle factors on life expectancies in the US population. *Circulation*. 2018; 138(4):345-55. [DOI:10.1161/CIRCULATIONAHA.117.032047] [PMID] [PMCID]
- [8] European Union. The state of men's health in Europe. Maas-tricht: European Union; 2011. <https://www.mhfi.org/men-shealtheurope.pdf>
- [9] Mirzabeigi G, Salemi S, Sanjari M, Shirazi F, Heidari S, Maleki S. [Job satisfaction among Iranian Nurses (Persian)]. *J Hayat*. 2009; 15(1):49-59. <http://hayat.tums.ac.ir/article-1-129-en.html>
- [10] Dahaei SH, Abulali K. [The study of effectiveness of life skills training in increasing general health, job satisfaction and reducing job stress in Tehran metropolitan military personal (Persian)]. *J Police Med*. 2016; 15(1):31-46. <http://jpmid.ir/article-1-299-en.pdf>
- [11] Etemadinezhad S, Esmaili Naft Chali N, Yazdani Charati J. [Evaluation of job satisfaction and related factors among employees of one of the banks in Mazandaran province (Persian)]. *J Health Res Community*. 2018; 3(4):12-20. <http://jhc.mazums.ac.ir/article-1-259-en.pdf>
- [12] Halcomb E, Smyth E, McInnes S. Job satisfaction and career intentions of registered nurses in primary health care: An integrative review. *BMC Fam Pract*. 2018; 19(1):136. [DOI:10.1186/s12875-018-0819-1] [PMID] [PMCID]
- [13] Li WW, Xie G. Personality and job satisfaction among Chinese health practitioners: The mediating role of professional quality of life. *Health Psychol Open*. 2020; 7(2):2055102920965053. [DOI:10.1177/2055102920965053] [PMID] [PMCID]
- [14] Kelly M, Wills J, Jester R, Speller V. Should nurses be role models for healthy lifestyles? Results from a modified Delphi study. *J Adv Nurs*. 2017; 73(3):665-78. [DOI:10.1111/jan.13173] [PMID]
- [15] Montazeri N, Kianipour N, Nazari B, Ziapour A, Bakhshi S. Health promoting behaviors among university students: A case-sectional study of Kermanshah university of medical sciences. *Int J Pediatr*. 2017; 5(6):5091-99. [DOI:10.22038/ijp.2017.8631]
- [16] Salmond SW, Echevarria M. Healthcare transformation and changing roles for nursing. *Orthop Nurs*. 2018;36(1): 12-25. [DOI:10.1097/NOR.0000000000000308] [PMID] [PMCID]
- [17] Braga VAS, Jesus MCP, Conz CA, Tavares RE, Silva MHD, Merighi MAB. Nursing interventions with people with obesity in primary health care: An integrative review. *Rev Esc Enferm USP*. 2017; 51(1):e03293. [DOI:10.1590/s1980-220x2017019203293] [PMID]
- [18] Walker SN, Sechrist KR, Pender NJ. The health-promoting lifestyle profile: Development and psychometric characteristics. *Nurs Res*. 1987; 36(2): 76-81. [DOI:10.1097/00006199-198703000-00002] [PMID]
- [19] Mohammadi Zeidi I, Pakpour Hajiagha A, Mohammadi Zeidi B. [Reliability and validity of Persian version of the health-promoting lifestyle profile (Persian)]. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2012; 21(1):102-13. https://jmums.mazums.ac.ir/browse.php?a_id=955&sid=1&slc_lang=en
- [20] Kuan G, Kueh Y C, Abdullahand N, Tai ELM. Psychometric properties of the health-promoting lifestyle profile II: Cross-cultural validation of the Malay language version. *BMC Public Health*. 2019; 19(751):2-10. [DOI:10.1186/s12889-019-7109-2] [PMID] [PMCID]
- [21] Rathnayake N, Alwis G, Lenora J, Lekamwasam S. Applicability of health promoting lifestyle profile-II for postmenopausal women in Sri Lanka; A validation study. *Health Qual Life Outcomes*. 2020; 18(1):1-6. [DOI:10.1186/s12955-020-01371-7]
- [22] Weiss DJ, Dawis RV, England GW, Lofquist LH. Minnesota studies in vocational rehabilitation: Manual for the minnesota satisfaction questionnaire. Minneapolis: University of Minnesota; 1967. https://vpr.psych.umn.edu/sites/vpr.umn.edu/files/files/monograph_xxii_-_manual_for_the_mn_satisfaction_questionnaire.pdf
- [23] Azadi R, Eydi H. [The effects of social capital and job satisfaction on employee performance with organizational commitment mediation role (case study, youth and sports ministry) (Persian)]. *J Organ Behav Manage*. 2015; 2(8):11-24. https://fmss.journals.pnu.ac.ir/article_2346_abf8769d37d032dc67d9faf37bc5b30a.pdf?lang=en
- [24] Lakatamitou I, Lambrinou E, Kyriakou M, Paikousis L & Middleton N. The Greek versions of the team steps teamwork perceptions questionnaire and Minnesota satisfaction questionnaire "short form". *BMC Health Serv Res*. 2020; 20(1):587. [DOI:10.1186/s12913-020-05451-8] [PMID] [PMCID]
- [25] Gholami Fesharaki M, Talebiyan D, Aghamiri Z, Mohammadian M. [Reliability and validity of "job satisfaction survey" questionnaire in military health care workers (Persian)]. *J Mil Med*. 2013(4):241-6. <http://militarymedj.ir/article-1-895-en.html>

- [26] Farhud, DD. Impact of lifestyle on health. *Iran J Public Health*. 2015; 44(11):1442-4. [PMID] [PMCID]
- [27] Aperibense PG, Barreira Ide A. Connections among nursing, nutrition and social work, pioneering female careers in the healthcare area. *Rev Esc Enferm USP*. 2008; 42(3):474-82. [DOI:10.1590/S0080-62342008000300009] [PMID]
- [28] Sadat Hoseini A, Razaghi N, Khosro panah AH, Dehghan Nayeri N. Concept analysis of spiritual health. *J Relig Health*. 2017; 58(1):1025-49. [DOI:10.1007/s10943-017-0522-x] [PMID]
- [29] Golipoor Khanmiri S, Khodaei A, Shirazi M, Naziri K. [Evaluation of association between nurses' spiritual well-being and job satisfaction in educational-therapeutic center shohadaye Tabriz (Persian)]. *Iran J Med Ethics Hist Med*. 2018; 11(1):220-30. <http://ijme.tums.ac.ir/article-1-6004-en.html>
- [30] Sarafis P, Rousaki E, Tsounis A, Malliarou M, Lahana L, Bamidis P et al. The impact of occupational stress on nurses' caring behaviors and their health related quality of life. *BMC Nurs*. 2016; 15(56). [DOI:10.1186/s12912-016-0178-y] [PMID] [PMCID]
- [31] Dalkrani M, Dimitriadis E. The effect of job satisfaction on employee commitment. *Int J Bus Econ Scie Appl Res*. 2018; 11(3):16-23. http://ijbesar.teiimt.gr/docs/volume11_issue3/02_The_Effect_of_Job_Satisfaction_on_Employee_Commitment.pdf
- [32] Glisson C. The role of organizational culture and climate in innovation and effectiveness. *Hum Serv Organ Manag Leadersh Gov*. 2015; 39(4):245-50. [DOI:10.1080/23303131.2015.1087770] [PMID] [PMCID]
- [33] Berberoglu A. Impact of organizational climate on organizational commitment and perceived organizational performance: Empirical evidence from public hospitals. *BMC Health Serv Res*. 2018; 18(1):399 [DOI:10.1186/s12913-018-3149-z] [PMID] [PMCID]
- [34] Mousavi SZ, Shah Hosseini M. [The relationship between organizational climate and job satisfaction with mental health of Shiraz university staff in 2014 (Persian)]. *Poult Sci J*. 2016; 14(2):17-23. <http://psj.umsha.ac.ir/article-1-195-fa.pdf>
- [35] Paksoy M, Soyer F, Calik F. The impact of managerial communication skills on the levels of job satisfaction and job commitment. *J Hum Sci*. 2017; 14(1): 642-52. [DOI:10.14687/jhs.v14i1.4259]
- [36] Heidari M, Borjian MB, Borujeni MG, Shirvani M. Relationship of lifestyle with academic achievement in nursing students. *J Clin Diagn Res*. 2017; 11(3):JC1-JC3. [DOI:10.7860/JCDR/2017/24536.9501] [PMID] [PMCID]
- [37] Mak YW, Kao AHF, Tam LWY, Tse VWC, Tse DTH, Leung DYP. Health-promoting lifestyle and quality of life among Chinese nursing students. *Prim Health Care Res Dev*. 2018; 19(6):629-36. [DOI:10.1017/S1463423618000208] [PMID] [PMCID]
- [38] Afshani SAR, Rasulinejad SP, Kavyani M, Samiei HR. [The Investigation into the relationship between Islamic Life style and social health among people of yazd city (Persian)]. *Biquarterly J Stud Islam Psychol*. 2014; 8(14):83-103. http://islamicpsy.rihu.ac.ir/article_891_2bf503c6ef60ff85ab7fc42485100f38.pdf
- [39] Ganle JK, Dery I. What men don't know can hurt women's health: A qualitative study of the barriers to and opportunities for men's involvement in maternal healthcare in Ghana. *Reprod Health*. 2015; 12(93). [DOI:10.1186/s12978-015-0083-y] [PMID] [PMCID]
- [40] Robroek SJW, van den Berg TIJ, Plat JF, Burdorf A. The role of obesity and lifestyle behaviours in a productive workforce. *J Occup Environ Med*. 2011; 68(2):134-9. [DOI:10.1136/oem.2010.055962] [PMID]
- [41] Aghaalinejad H, Gharakhanlou R, Farzad B, Bayati M. [Norma of anthropometric, body composition measures and prevalence of overweight and obesity in urban population of Iran (Persian)]. *J Shahrekord Univ Med Sci*. 2014; 15(6):18-27. <http://78.39.35.44/article-1-1361-en.html>