

پژوهش‌های فیزیولوژی و مدیریت در ورزش

دوره ۱۲، شماره ۲، تابستان ۱۳۹۹

ص ص : ۱۸۰-۱۶۹

## بررسی نقش بار کاری بر بروز فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران ورزشی

علی صفرپور<sup>۱</sup> - ابراهیم علی دوست قهفرخی<sup>۲\*</sup> - فرشته قاسمی<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشگاه تهران، ۲. دانشیار گروه مدیریت ورزشی، دانشگاه تهران، ۳. کارشناس

ارشد مدیریت ورزشی، دانشگاه تهران

(تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۲/۳۱، تاریخ تصویب: ۱۳۹۷/۰۶/۱۸)

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی وضعیت فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران ورزشی کشور و همچنین مطالعه نقش بار کاری بر روی بروز فرسودگی شغلی انجام پذیرفت. روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع پیمایشی بود که به صورت میدانی انجام پذیرفت. این مطالعه در زمستان ۱۳۹۶، و در بین جامعه روزنامه‌نگاران ورزشی شامل نویسندگان، کارمندان دفتری، ویراستاران و عکاسان ورزشی صورت پذیرفت. به منظور جمع‌آوری اطلاعات، از ابزار پرسشنامه استفاده شد. در این پژوهش از نسخه عمومی فرسودگی شغلی ماسلاش (MBI-GS) و دو زیرمقیاس اصلی این ابزار یعنی فرسودگی عاطفی و بدینی برای سنجش فرسودگی روزنامه‌نگاران ورزشی استفاده شد. همچنین برای سنجش بار کاری روزنامه‌نگاران ورزشی، از پرسشنامه لیو و لو (۲۰۱۸)، استفاده شد. به منظور سنجش پایایی ابزار پژوهش از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که برای پرسشنامه فرسودگی ۰/۸۵ و برای پرسشنامه بار کاری ۰/۸۹ به دست آمد. به علاوه، روایی ابزار مورد استفاده در پژوهش نیز توسط پنج تن از استادان مدیریت ورزشی دانشگاه تأیید شد. در نهایت، تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از پرسشنامه‌های برگشت داده شده (۲۸۷ پرسشنامه)، با بهره‌گیری از نسخه ۲۲ نرم‌افزار SPSS و Lisrel 8.50 صورت پذیرفت. نتایج نشان داد که روزنامه‌نگاران ورزشی کشور به لحاظ فرسودگی در سطح متوسطی قرار دارند و در بین روزنامه‌نگاران، ویراستاران دارای فرسودگی بالاتری هستند. همچنین بار کاری تأثیر مثبت و مستقیمی بر فرسودگی عاطفی داشت، اما تأثیر معناداری بر بدینی نداشت.

### واژه‌های کلیدی

بار کاری، بدینی، روزنامه‌نگاران، فرسودگی.

## مقدمه

تعیین‌شده توسط روزنامه، فشار در جهت تولید خبرهای خوب، دستمزد کم، رقابت رسانه‌ای، ساعات طولانی کار و دور بودن از خانواده و ورود فناوری‌های جدید ذکر می‌کند (۶). بنابراین، فرسودگی از مشکلات جدی برای سازمان‌ها، کارکنان و اشخاص تلقی می‌شود که در صورت نداشتن شناخت و برنامه‌ریزی صحیح برای آن می‌تواند بر کارایی، کیفیت، رضایت شغلی و عملکرد کاری کارکنان تأثیر داشته باشد (۸، ۷). به همین دلیل در دهه‌های اخیر محققان علائق چشمگیری به مطالعه در خصوص علل و عوامل تأثیرگذار بر روی فرسودگی از خود نشان داده‌اند و مطالعه بر روی فرسودگی گسترش سریعی حوزه‌های مطالعاتی گوناگون داشته است (۹).

همان‌طور که ذکر شد، روزنامه‌نگاری به‌عنوان یک صنعت، متحمل تغییرات فراوانی شده و روزبه‌روز در حال تکامل است. در نتیجه سازمان‌های رسانه‌ای، مجبور به کاهش هزینه‌های خود از طریق کم کردن کارکنان خود هستند که این به معنای افزایش حجم کاری و ساعات کاری طولانی‌تر و غیرمعمول برای روزنامه‌نگاران است (۱۰). از طرفی، براساس مدل منابع و تقاضاهای شغلی، منابع شغلی و تقاضاهای شغلی می‌توانند بر روی سطوح انگیزشی و سلامتی کارمندان تأثیر بگذارند (۱۱)؛ بدین‌صورت که تقاضاهای شغلی مفرط و بیش‌ازاندازه می‌توانند سبب بروز فرسودگی شغلی شوند و منابع شغلی مثبت توان تعدیل تأثیرات تقاضاهای شغلی و بالاتر رفتن درگیری شخص با شغل خود را دارند (۱۲). از این‌رو افزایش فزاینده شکل‌گیری کارهای متقابل رسانه‌ای در سال‌های اخیر، خبرنگاران را مجبور کرده است که علاوه بر وظایف و مسئولیت‌های خود، نیازها و تقاضاهای بیشتری را در شغل خود پاسخگو باشند که این به معنای افزایش حجم و میزان

محیط گسترده و جذاب ورزشی، همواره نیازهای فراوانی را در بین اعضای جامعه و طرفداران رشته‌های ورزشی گوناگون در جهت تولید اخبار به‌روز و متناسب ایجاد کرده است که در این بین وظیفه روزنامه‌نگاران ورزشی، تولید اخبار واقعی و باکیفیت و در عین حال مطابق با خواسته‌های مخاطبان است (۱). اگرچه ممکن است یک روزنامه‌نگار ورزشی به‌عنوان بخشی از جنبه‌های جانبی و تخیلی ورزشی یا بخشی از جامعه ورزشی در نظر گرفته شود، اما خواسته‌های کاری شبانه، کار در آخر هفته و روزهای تعطیل، دور بودن از خانواده، ساعات کاری ۵۰ ساعته در هفته و انتقاد از جانب طرفداران تأثیرات روحی خود را بر روی آنها می‌گذارد (۲). البته این مسائل در کنار رقابت با تلویزیون‌های ۲۴ ساعته، رسانه‌های رادیویی و اینترنتی، کاهش بودجه‌ها، کاهش کارکنان و افزایش حیطه‌های ورزشی است که تقاضاهای زیادی را برای پوشش خبری ایجاد می‌کنند (۳). بنابراین، تمامی این شرایط می‌تواند احتمال بروز فرسودگی را در بین روزنامه‌نگاران ورزشی افزایش دهد. با این حال، فرسودگی شغلی به‌طور ناگهانی و از محیط کار یا خانه ایجاد نمی‌شود. استرس اصلی‌ترین منبع فرسودگی است و عوامل استرس‌زا موجبات بروز فرسودگی می‌شوند (۴).

مجله فوربس<sup>۴</sup> در سال ۲۰۱۷، روزنامه‌نگاران را در رتبه ششم از بین ۱۰ شغل پراسترس دنیا رده‌بندی کرد (۵). بنابراین کاملاً واضح است که روزنامه‌نگاران از مشکلات سلامتی مرتبط با استرس رنج می‌برند و با درجات بالایی از استرس در شغل خود مواجه‌اند که آنها را مستعد فرسودگی می‌کند. گلود<sup>۵</sup> (۱۹۸۳)، عوامل مرتبط با استرس و فرسودگی روزنامه‌نگاران را شامل فرا رسیدن ضرب‌الاجل

4. Forbes  
5. Gloede

1. Sport Journalists  
2. Job Burnout  
3. Stress

آمریکایی انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که ویراستاران متنی درجات بالایی از فرسودگی را نسبت به نویسندگان دارا هستند (۱۷). بعدها ریناردی<sup>۶</sup> (۲۰۰۶)، با مطالعه بر روی روزنامه‌نگاران ورزشی، به این نتیجه رسید که ویراستاران ورزشی نسبت به نویسندگان فرسودگی بیشتری دارند (۱۸). ریناردی (۲۰۰۸) در مطالعه‌ای دیگر به این نتیجه رسید که ویراستاران ورزشی دارای سطوح متوسطی از خستگی عاطفی و بدبینی‌اند (۳). همچنین ریناردی (۲۰۱۱)، با مطالعه روزنامه‌نویسان آمریکایی، به این نتیجه رسید که آنها دارای سطوح متوسط خستگی عاطفی و سطح بالایی از بدبینی‌اند (۲). به‌علاوه، در پژوهش میرزاخانیان (۱۳۹۳)، در بررسی عوامل مؤثر بر رضایت شغلی روزنامه‌نگاران، ۲۵ درصد از آنها، دارای سطوح پایین رضایت بودند و علاوه بر این احساس امنیت شغلی در بین روزنامه‌نگاران بسیار کم بود (۱۹). ریناردی (۲۰۰۸)، بیان کرد که سردبیران ورزشی درجات بالایی از تعارضات کار - زندگی را تجربه می‌کنند. وی بیان داشت که بار کاری زیاد با تجربه فرسودگی در آنها ارتباط دارد (۳). پژوهش مشابهی که بر روی روزنامه‌نگاران رادیو و تلویزیون با درجات بالای اضافه کار و فشار کاری صورت گرفته بود نیز رابطه معناداری با سطوح فرسودگی در آنها داشت (۲۰). پژوهش‌های مشابهی توسط لیو و لو<sup>۷</sup> (۲۰۱۸)، جونگ و کیم (۲۰۱۲)، و کوک و بانکس (۱۹۹۳) صورت پذیرفته که نشان‌دهنده بروز فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران با افزایش بار کاری است (۱۶، ۱۷، ۱). در بین پژوهش‌های داخلی، پژوهش عسگری و همکاران (۱۳۹۵)، در خصوص رابطه بار کاری با فرسودگی شغلی در جامعه پرستاران، بار کاری را دارای رابطه معنادار با سه بعد فرسودگی گزارش کرد که

کاری است که روزنامه‌نگار باید در مدت مشخص انجام دهد (۱۳).

در این زمینه، مفهوم بار کاری<sup>۱</sup> به‌عنوان یکی از اصلی‌ترین بخش‌های تقاضای شغلی که نشان‌دهنده میزان کار مورد انتظار از یک شخص است، مورد توجه قرار می‌گیرد (۱۴). زمانی که کارهای زیادی در زمان محدود برای انجام وجود داشته باشد، بار کاری بسیار افزایش می‌یابد و کارمند احساس خستگی خواهد کرد که استمرار آن می‌تواند سبب بروز فرسودگی شود (۱). نتایج مطالعه جیرکیان و هینونن<sup>۲</sup> (۲۰۱۲)، بر روی روزنامه‌نگاران فنلاند نشان داد که ۴۵ درصد آنها زمانی که حجم کاری خود را افزایش می‌دهند، تحت فشار قرار می‌گیرند. همچنین این مطالعه نشان داد که حدود ۷۰ درصد روزنامه‌نگاران احساس می‌کنند که مشکل جدی موجود در محل کار، عجله و افزایش فشار زمانی است (۱۵). وانگ<sup>۳</sup> (۲۰۱۳) نیز خاطر نشان می‌کند که بار کاری بر روی روزنامه‌نگاران نسبت به گذشته بیشتر شده است و سردبیران از آنها انتظار مهارت‌های چندگانه برای پوشش اخبار را دارند که شامل مهارت‌های گزارش‌دهی چندرسانه‌ای، طراحی گرافیک، گزارش اخبار به‌روز و به‌کارگیری رسانه‌های اجتماعی است (۱۳). بدین ترتیب، بار کاری سنگین، استرس بیشتری را برای روزنامه‌نگاران به‌همراه خواهد داشت که تداوم این استرس‌ها در نهایت به فرسودگی منجر خواهد شد (۱۰).

مطالعات درباره فرسودگی کارکنان بی‌شمار است، اما بنا به نظر جونگ و کیم<sup>۴</sup> (۲۰۱۲)، مطالعه بر روی فرسودگی روزنامه‌نگاران بسیار محدود است (۱۶). شاید بتوان اولین پژوهش صورت‌پذیرفته در این زمینه را مطالعه کوک و بانکس<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) دانست که بر روی ژورنالیست‌های

5. Cook & Banks  
6. Reinardy  
7. Liu & Lu

1. Workload  
2. Jyrkiäinen & Heinonen  
3. Wang  
4. Jung & Kim

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر به لحاظ ماهیت، توصیفی (و از نوع پیمایشی<sup>۲</sup> است. همچنین تحقیق کنونی از لحاظ هدف، کاربردی<sup>۳</sup> است که به صورت میدانی انجام پذیرفته است. این مطالعه در زمستان ۱۳۹۶، و در بین جامعه روزنامه‌نگاران ورزشی شامل نویسندگان، کارمندان دفتری، ویراستاران و عکاسان ورزشی صورت پذیرفت. بدین منظور و با توجه به اینکه اطلاعات دقیقی از روزنامه‌نگاران ورزشی کشور در دست نبود، نمونه‌گیری به صورت هدفمند انجام پذیرفت. در نهایت از تعداد حدود ۳۵۰ پرسشنامه<sup>۴</sup> پخش شده، ۳۰۴ پرسشنامه برگشت داده شد که ۲۸۷ پرسشنامه برای انجام کارهای آماری استفاده شد (نرخ برگشت: ۸۲ درصد). به منظور جمع‌آوری اطلاعات، از ابزار پرسشنامه استفاده شد. با توجه به اینکه در بیشتر کارهای پژوهشی صورت‌گرفته در زمینه سنجش فرسودگی روزنامه‌نگاران، از یکی از دو نسخه فرسودگی ماسلاش<sup>۴</sup> استفاده شده، در این پژوهش نیز از نسخه عمومی فرسودگی شغلی ماسلاش (MBI-GS) و دو زیرمقیاس اصلی این ابزار یعنی فرسودگی عاطفی و بدبینی برای سنجش فرسودگی روزنامه‌نگاران ورزشی استفاده شده است. شافلی و باکر<sup>۵</sup> (۲۰۰۴)، در مطالعه خود با تحلیل عاملی بر روی مؤلفه‌ها، به این نتیجه رسیدند که این دو مؤلفه (فرسودگی عاطفی و بدبینی) بیشترین واریانس را در خصوص فرسودگی تبیین می‌کنند (۲۴). علاوه بر این در پژوهش لاشینگر و فیدا<sup>۶</sup> (۲۰۱۴)، که بر روی ژورنالیست‌های ورزشی انجام گرفته بود، این دو مؤلفه به عنوان مؤلفه‌های اصلی استفاده شده بودند (۸). همچنین به منظور سنجش بار کاری روزنامه‌نگاران ورزشی، از پرسشنامه ليو و لو (۲۰۱۸)، استفاده شده است. این

بیشترین میزان همبستگی آن با بعد خستگی عاطفی بود. بشلیده و همکاران (۱۳۹۲) نیز در پژوهش خود رابطه معناداری را بین فرسودگی و بار کاری پرستاران زن گزارش کردند. همچنین در تنها پژوهش داخلی صورت‌پذیرفته بر روی روزنامه‌نگاران ورزشی، مرادی و همکاران (۱۳۹۱)، رابطه معنادار منفی بین استرس و رضایت شغلی روزنامه‌نگاران ورزشی مشاهده کردند. علاوه بر این آنها محدوده نقش و بار کاری را به عنوان مهم‌ترین عوامل استرس‌زا در بین روزنامه‌نگاران ورزشی شناسایی کردند (۲۱-۲۳).

به طور کلی، امروزه روزنامه‌نگاران در محیطی صنعتی و سازمانی قرار گرفته‌اند که دارای زمینه‌های افزایش یافته در رقابت، تغییرات مداوم در فناوری و نقش‌های کاری، محدودیت منابع و ضرب‌الاجل‌های کاری همیشگی است. نتیجه این خواسته‌ها سبب شده است که روزنامه‌نگاران توانایی خود را برای انجام مراقبت‌های اولیه از خود و ایجاد تعادل در کار و زندگی کاهش داده‌اند و پیامدهای روان‌شناختی کار آنها تشدید یافته است (۱۰). نکته دیگر اما، محیط پویا و در حال تغییر ورزش است که با توجه به گستردگی حیطه‌های زیرنفوذ خود و خیل عظیم مخاطبان و از طرفی حمایت‌های کم صورت‌گرفته از آن، نیازمند صرف انرژی و وقت بیشتری برای تولید اخبار است که همه این عوامل بار کاری بیشتری را بر روزنامه‌نگاران ورزشی تحمیل می‌کند. از این رو با توجه به مطالب بیان‌شده، پژوهش حاضر به منظور بررسی نقش بار کاری بر روی فرسودگی روزنامه‌نگاران ورزشی به مرحله اجرا درآمد.

4. Maslach burnout Inventory  
5. Schaufeli & Bakker  
6. Laschinger & Fida

1. Descriptive  
2. Survey  
3. Practical

پرسشنامه شامل چهار گویه است که براساس طیف هفت‌گزینه‌ای لیکرت و از ۱ (هرگز) تا ۷ (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. به‌منظور سنجش پایایی ابزار پژوهش از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که برای پرسشنامه فرسودگی ۰/۸۵ و برای پرسشنامه بار کاری ۰/۸۹ به‌دست آمد. به‌علاوه، روایی ابزار مورد استفاده در پژوهش توسط پنج تن از استادان مدیریت ورزشی دانشگاه تأیید شد. در نهایت، تجزیه‌وتحلیل اطلاعات در دو بعد توصیفی (فراوانی، درصدها و میانگین) و استنباطی (آزمون اسپیرمن و مدل‌سازی ساختاری) و با بهره‌گیری از نسخه ۲۲ نرم‌افزار SPSS و Lisrel 8.50 صورت پذیرفت.

### یافته‌های پژوهش

یافته‌های جمعیت‌شناختی به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر نشان داد که ۶۹/۶۸ درصد افراد شرکت‌کننده در این پژوهش مردان و ۳۰/۳۱ درصد نیز زنان بودند. همچنین ۳۴/۸۴ درصد افراد مجرد و ۶۵/۱۵ درصد نیز متأهل بودند؛ بیشترین دامنه سنی مربوط به افراد ۳۵ تا ۴۰ ساله بود (۳۴/۳ درصد) و به لحاظ سابقه کاری نیز اکثریت دارای سابقه کاری بیشتر از ۱۵ سال بودند (۳۲/۲ درصد).

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و وضعیت توزیع فرسودگی در بین گروه‌های روزنامه‌نگاران ورزشی

مشاغل روزنامه‌نگاران	میانگین $\pm$ انحراف استاندارد	فرسودگی عاطفی	بدبینی
روزنامه‌نگاران ورزشی	Mean (n=287) sd	۲/۴۰ ۱/۱۴	۲/۰۳ ۱/۳۲
نویسندگان ورزشی	Mean (n=57) sd	۲/۳۴ ۱/۱۲	۱/۹۶ ۰/۹۴
ویراستاران ورزشی	Mean (n=60) sd	۲/۸۷ ۱/۴۵	۲/۴۷ ۱/۲۱
کارمندان دفتری روزنامه	Mean (n=87) sd	۲/۱۹ ۱/۰۱	۱/۸۲ ۰/۶۵
عکاسان ورزشی	Mean (n=83) sd	۲/۲۱ ۰/۸۷	۱/۸۸ ۱/۱۲

فرسودگی عاطفی: بیشتر از ۳/۲ فرسودگی بالا؛ مابین ۲/۰۱ و ۳/۱۹، فرسودگی متوسط؛ کمتر از ۲، فرسودگی پایین بدبینی: بیشتر از ۲/۲ فرسودگی بالا، مابین ۱/۰۱ و ۲/۱۹، فرسودگی متوسط؛ کمتر از ۱ فرسودگی پایین

متوسط قرار داشتند، ولی به لحاظ مؤلفه بدبینی (۲/۱  $\pm$  ۴۷/۲۱) بالاتر از حد متوسط بودند. کارمندان دفتری نیز به لحاظ ابعاد فرسودگی، میانگین کمتری را در هر دو مؤلفه کسب کردند.

براساس نتایج به‌دست‌آمده (جدول ۱)، روزنامه‌نگاران ورزشی به لحاظ فرسودگی عاطفی (۲/۴۰  $\pm$  ۱/۱۴) و بدبینی (۲/۱  $\pm$  ۰۳/۳۲)، در حد متوسط قرار داشتند. در میان گروه‌های مورد مطالعه روزنامه‌نگاری نیز، ویراستاران ورزشی، به لحاظ فرسودگی عاطفی (۲/۱  $\pm$  ۸۷/۴۵) در حد

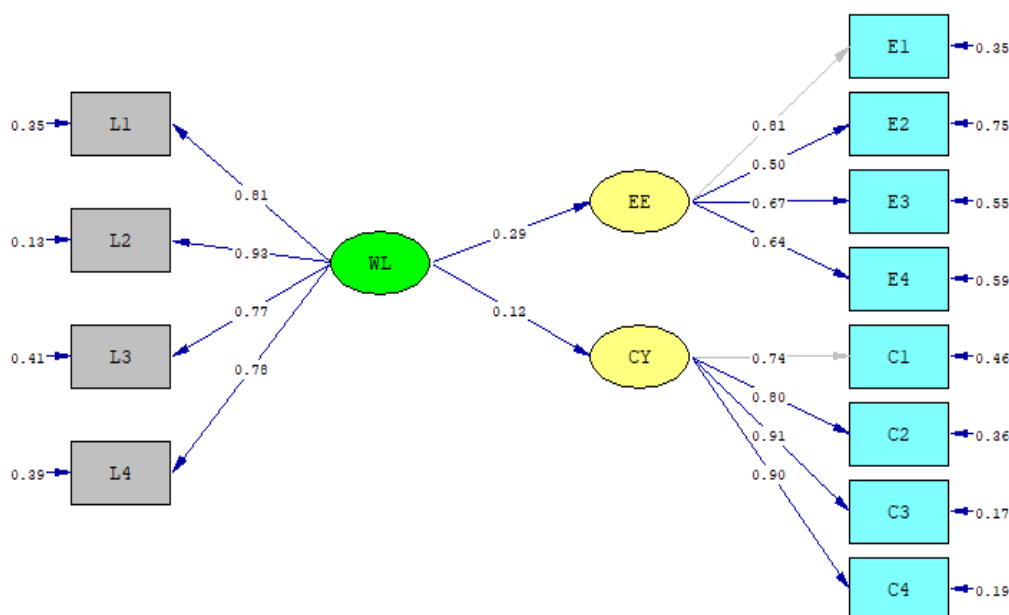
جدول ۲. آزمون همبستگی متغیرهای مستقل و وابسته پژوهش

متغیرها	فرسودگی عاطفی	بدبینی
بار کاری	۰/۳۱۰**	۰/۱۶۸**

\*\* سطح معناداری کمتر از ۰/۰۱

میزان همبستگی بین بار کاری و فرسودگی عاطفی ( $r=0/310$ ) بود. همچنین در پژوهش حاضر به منظور بررسی میزان تأثیر بار کاری بر روی فرسودگی روزنامه‌نگاران ورزشی از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد، که شکل‌های ۱ و ۲ اجرای مدل تحقیق را به ترتیب در دو حالت ضریب اثر (Standard Solution) و میزان ارزش تی (T-Value) نشان داده است.

برای بررسی همبستگی بین بار کاری و فرسودگی عاطفی و بدینی از آزمون همبستگی اسپیرمن با توجه به غیرنرمال بودن داده‌های پژوهش استفاده شد. نتایج به دست آمده از بررسی همبستگی بین متغیرهای پژوهش (جدول ۲) نشان داد که بین متغیر مستقل پژوهش (بار کاری) با متغیرهای وابسته (فرسودگی عاطفی و بدینی) رابطه مثبت و معنادار وجود دارد؛ بدین ترتیب که بیشترین



Chi-Square=175.43, df=52, P-value=0.00000, RMSEA=0.091

شکل ۱. مدل معادلات ساختاری پژوهش در حالت ضریب اثر (Standard Solution)

شدند (شکل ۲) که با توجه به اینکه آماره  $t$  بالاتر از مثبت یا منفی  $1/96$  برای فرسودگی عاطفی قرار دارد. بنابراین رابطه موجود بین این دو متغیر به لحاظ آماری معنادار است. اما بار کاری تأثیر معناداری بر بدینی نداشت.

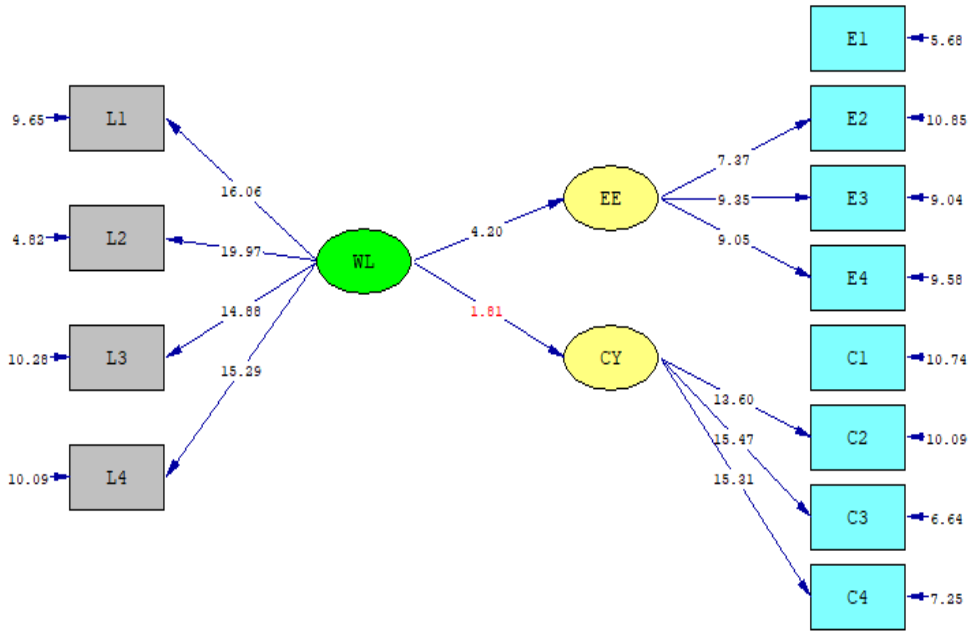
بررسی ضریب بتا در تحلیل مسیر و مدل ساختاری نشان می‌دهد که متغیر بار کاری دارای تأثیر مثبت و معنادار با فرسودگی عاطفی است. همچنین با بررسی T-Value برای مدل مذکور، معناداری بارهای عاملی و روابط علی در این پژوهش بررسی

جدول ۳. شاخص نیکویی برازش الگوی آزمون شده پژوهش

RMSEA	PNFI	NNFI	CFI	AGFI	GFI	شاخص‌های برازش
۰/۰۹۱	۰/۷۱	۰/۹۱	۰/۹۳	۰/۸۶	۰/۹۱	مقادیر پژوهش

عددی بین یک و صفر هستند و هرچه مقدار آنها به یک نزدیک‌تر و از ۰/۵ بیشتر باشد، نشان‌دهنده برآزش خوب و کامل است. جدول ۳، شاخص‌های نیکویی برآزش الگوی آزمون‌شده پژوهش را نشان می‌دهد.

گام دوم و اصلی مدل‌سازی و تحلیل مسیر، تعیین شاخص‌های برآزندگی مدل و برآزش مدل است. از این رو شاخص‌های به‌دست‌آمده در لیزرل همگی نشان‌دهنده کیفیت برآزش مدل هستند. به این معنا که این شاخص‌ها،



Chi-Square=175.43, df=52, P-value=0.00000, RMSEA=0.091

شکل ۲. مدل معادلات ساختاری پژوهش در حالت سطح معناداری (T-Value)

کاری توانسته فرسودگی عاطفی را به‌طور معنادار پیش‌بینی کند. نتایج حاصل از بررسی یافته‌های پژوهش در جدول ۴ ارائه شده است.

با توجه به رعایت تمامی شاخص‌ها می‌توان نتیجه گرفت که مدل به لحاظ برآزش وضعیت مطلوب و مناسبی دارد، از طرفی با توجه به معناداری آزمون t-test، تنها بار

جدول ۴. نتایج آزمون‌های آماری فرضیات تحقیق

روابط مدل مفهومی	ضریب مسیر	t آماره	نتیجه
تأثیر بار کاری بر روی مؤلفه خستگی ذهنی	۰/۲۹	۴/۲۰	تأیید
تأثیر بار کاری بر روی مسخ شخصیت	۰/۱۲	۱/۸۱	عدم تأیید

است و در ایران کاری با این مضمون و بر روی این جامعه صورت نپذیرفته است، به همین دلیل پژوهشگر بر آن شد تا پژوهش خود را در این زمینه صورت دهد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که روزنامه‌نگاران ورزشی حد متوسطی از فرسودگی را در دو مؤلفه فرسودگی عاطفی و بدبینی دارا هستند. پژوهش‌های مشابه انجام‌گرفته بر

### بحث و نتیجه‌گیری

در این مطالعه میزان فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران ورزشی و متغیر اصلی تأثیرگذار بر فرسودگی شغلی یعنی بار کاری بررسی شد. اگرچه فرسودگی شغلی در صدها مطالعه و در بین حرفه‌های گوناگون بررسی شده، تحقیقات انجام‌گرفته بر روی روزنامه‌نگاران ورزشی بسیار محدود

روی روزنامه‌نگاران در کشورهای مختلف، نشان‌دهنده سطوح متوسط فرسودگی عاطفی و سطح بالای بدبینی است. پژوهش‌های لیو و لو (۲۰۱۸)، جونگ و کیم (۲۰۱۲) و ریناردی (۲۰۱۱) از این دست پژوهش‌ها هستند (۱۶، ۲، ۱). از این‌رو در پژوهش حاضر به لحاظ متوسط بودن مؤلفه بدبینی با دیگر پژوهش‌ها همخوانی وجود نداشت. به‌طور کلی، روزنامه‌نگاران نیز مانند بیشتر کارکنان سازمان‌ها که سال‌های متعددی در محل خاصی کار خود را انجام می‌دهند، همکاران یکسانی دارند و اکثریت به‌طور منظم وظایف یکسانی را انجام می‌دهند؛ وضعیت تقریباً مشابهی را تجربه می‌کنند و این در حالی است که آنها توانایی خارج شدن از محل کار را برخوردارند و همیشه با چیزی جدید روبه‌رو می‌شوند و آن را پوشش می‌دهند، ولی با این همه باز هم بروز فرسودگی شغلی اجتناب‌ناپذیر است. ریناردی (۲۰۰۶)، در این خصوص بیان می‌کند که فرسودگی شغلی کمتر در شغل و حرفه‌ای که کارکنان بازخورد مستقیم از شغل خود دریافت می‌کنند یا در میان افرادی که به‌صراحت می‌دانند خودشان چقدر خوب عمل می‌کنند، گزارش می‌شود (۱۸). بر این اساس، روزنامه‌نگاران که همه‌روزه بازخوردهای مستقیمی از همکاران، مدیران و مردم دریافت می‌کنند، توانایی پیشگیری از دچار شدن به فرسودگی بالا را در شغل خود کسب می‌کنند (۱۸). در خصوص اختلاف نتایج پژوهش حاضر با پژوهش‌های دیگر، می‌توان به شافلی و ون‌دینردوک (۱۹۹۵) استناد کرد که بیان می‌کنند هنگام تفسیر نتایج به‌دست‌آمده از فرسودگی باید بسیار محتاط بود، زیرا این نتایج ممکن است به‌دلیل تفاوت‌های اجتماعی و فرهنگی از کشوری به کشور دیگر متفاوت باشد و نقاط و زمینه‌های احساس فرسودگی کاملاً متفاوت باشد و نوع درگیری افراد با فرسودگی نیز ممکن است به همین دلیل گوناگون باشد (۲۷).

نتیجه دیگر پژوهش نشان داد که ویراستاران ورزشی فرسودگی عاطفی در حد متوسط دارند، ولی در مؤلفه بدبینی حد بالایی از آن را دارا هستند. نتایج پژوهش‌های مشابه انجام‌گرفته بر روی ویراستاران روزنامه‌های ورزشی، نشان‌دهنده بالا بودن فرسودگی در بین ویراستاران نسبت به سایر گروه‌هاست. کوک و بانکس (۱۹۹۳)، در پژوهش بر روی ویراستاران روزنامه‌ها، میزان بالای فرسودگی را در بین این گروه گزارش کردند (۱۷). ریناردی (۲۰۰۶)، در مطالعه خود روی جامعه ویراستاران ورزشی، فرسودگی شغلی بالاتر از حد متوسط را برای آنها گزارش کرد (۱۸)، ولی در مطالعه‌ای دیگر (۲۰۰۸) بر روی روزنامه‌نگاران ورزشی و با استفاده از مقیاس ماسلاش، ویراستاران ورزشی را دارای سطوح متوسط فرسودگی عاطفی و بدبینی گزارش کرد (۳). به اعتقاد جونگ و کیم (۲۰۱۲)، بحران‌های روزنامه‌نگاری محدود به کشورهای پیشرفته یا آمریکا نمی‌شود و کشورهای درحال توسعه نیز در مسیر تلاش برای تغییر ساختار سنتی به شکل تجاری، در حوزه روزنامه‌نگاری و رسانه‌ای خود با این بحران‌ها مواجه می‌شوند که سبب به‌وجود آمدن استرس بسیار زیادی در بین روزنامه‌نگاران می‌شود و پیامد آن بروز فرسودگی و نهایت ترک شغل است (۱۶). گونزالز (۲۰۱۵)، در پژوهش خود عوامل مؤثر بر فرسودگی را کم بودن دستمزد، کار کردن در روزهای تعطیل و دور بودن از خانواده و دوستان، نیاز به تطبیق خود با فناوری‌های جدید و عدم حمایت از سمت مدیریت سازمان بیان می‌کند (۲۸). علاوه بر این، ریناردی (۲۰۰۸)، بیان می‌کند که نویسندگان و ویراستاران ورزشی اغلب به‌صورت عمومی و خصوصی برای مطالبی که نوشته‌اند، گاهی پیام‌های تهدیدآمیز دریافت می‌کنند که با ظهور نامه‌های الکترونیکی، تعداد این پیام‌ها بسیار زیادتر شده است (۳).



چالش‌های منفی ناشی از روزنامه‌نگاری ورزشی وجود داشته باشد تا بتواند روزنامه‌نگاران را در شرایط دشوار یاری کند (۱۶).

نتیجه اصلی پژوهش حاضر، نشان‌دهنده نقش بار کاری بر روی فرسودگی عاطفی در بین روزنامه‌نگاران ورزشی است. اما در این بین بار کاری تأثیر معناداری بر روی بدبینی روزنامه‌نگاران ورزشی نداشت. نتایج مطالعات انجام گرفته در این حوزه نشان‌دهنده تأثیر بار کاری بر روی فرسودگی روزنامه‌نگاران و ژورنالیست‌هاست. ریناردی (۲۰۰۸) و ریناردی (۲۰۱۳)، در مطالعات خود بار کاری بالا را از نشانه‌های بروز فرسودگی گزارش می‌کند. وی همچنین در تحقیق خود، گزارش کرد که بار کاری تأثیر مثبت و مستقیم بر روی فرسودگی عاطفی دارد ( $\beta=0/294$ )، اما بار کاری بر روی بدبینی تأثیری نداشت (۳). جونگ و کیم (۲۰۱۲)، در پژوهشی دیگر بر روی روزنامه‌نگاران کره‌ای، بار کاری را به‌عنوان یکی از عوامل محیطی تأثیرگذار بر روی روزنامه‌نگاران، دارای تأثیر و رابطه مثبت با فرسودگی گزارش کردند (۱۶). در پژوهش لیو و لو (۲۰۱۸) بر روی گزارشگران، بار کاری بر روی فرسودگی عاطفی و بدبینی دارای تأثیر مستقیم و مثبت بود، اما تأثیر بار کاری بر روی فرسودگی عاطفی بیشتر گزارش شده است (۱). کوک و بانکس (۱۹۹۳) نیز در بخشی از پژوهش خود به تأثیر بار کاری بر روی فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران اشاره کرده‌اند (۱۷). عسگری و همکاران (۱۳۹۵) و بشلیده و همکاران (۱۳۹۲) نیز در پژوهش خود در جامعه‌ای متفاوت و بر روی پرستاران، بار کاری را عاملی مؤثر بر بروز فرسودگی شغلی گزارش کردند (۲۱، ۲۲). به‌طور کلی، اگرچه هر روزنامه‌نگار مسیری متفاوت برای ایفای نقش خود در رسانه‌های گوناگون دارد، یک موضوع مشترک در همه این راه‌ها، بار کاری در حال رشد روزنامه‌نگاران است (۲۹). این موضوع در نتیجه نیازها و تقاضاهای کاری بیشتر برای کارکنان و

معمولاً کار کردن به‌عنوان ویرایشگر اولین گام به‌منظور پیشرفت حرفه‌ای روزنامه‌نگار است (۱۰). از ویرایشگر کپی که مسئول مرتب کردن نوشته‌های خبرنگار است تا سردبیر اجرایی که جزئیات باید مورد تأیید او قرار بگیرد. کار کردن به‌عنوان ویرایشگر این فرصت را به شخص می‌دهد تا آخرین فردی باشد که در خصوص نحوه چاپ و نمایش مطالب نظر می‌دهد (۱۸). از طرفی، کار کردن به‌عنوان ویرایشگر (به‌خصوص ویراستاران متن) ممکن است بسیار خسته‌کننده باشد. روزنامه‌نگارانی که در گذشته مشغول گزارش اخبار اتفاق افتاده در بیرون بودند، الآن باید تمام طول روز خود را پشت میز سپری کنند که این کار برای برخی بسیار زجرآور خواهد بود (۱۵). به‌علاوه، گاهی ویراستاران متهم به استفاده بدون اجازه از مطالب نوشته‌شده توسط دیگران هستند که چالش دیگری را برای آنها به‌همراه دارد (۱). بنابراین همان‌گونه که پژوهش‌های مشابه گذشته نیز نشان داده‌اند، با توجه به شرایط کاری حاکم بر شغل ویراستاران، آنها استرس بیشتری را دریافت می‌کنند که نتیجه آن بالاتر بودن فرسودگی شغلی نسبت به دیگران است. به‌طور کلی، با توجه به گستره وسیعی از تیپ‌های شخصیتی که مردم می‌توانند داشته باشند، راهی مطلق برای جلوگیری از فرسودگی وجود ندارد (۴). بنابراین، هر شخص ویژگی‌هایی منحصر به فرد و راهی برای پیشبرد موقعیت خود دارد. پس ممکن است آنچه بر یک فرد تأثیر می‌گذارد، بر دیگران اثری نداشته باشد. از سوی دیگر، فرسودگی می‌تواند به بدتر شدن کیفیت کار منجر شود و با جابه‌جایی شغلی، غیبت، روحیه پایین، ایجاد اضطراب شخصی از جمله خستگی فیزیکی، بی‌خوابی و مشکلات خانوادگی و خانوادگی همراه شود (۱۸). به اعتقاد جونگ و کیم (۲۰۱۲)، عنصر اصلی برای کمک به جلوگیری از افتادن در حالت فرسودگی، تعادل است؛ بدین‌صورت که تلفیقی از منابع مثبت موجود در شغل، برای تکمیل

محیط همراه با استرس برای آنهاست. مطالعات گذشته در مورد روزنامه‌نگاران، تقاضای افزایش تولید را در نتیجه همگرایی همراه با کاهش بودجه در فعالیتهای خبری سبب ایجاد فشارهای جدید دانسته‌اند (۲۸). با توجه به عوامل مؤثر بر میزان فرسودگی شغلی، شرایط کاری مطلوب مانند ساعات کاری مناسب و حمایت سازمانی برای یک فرهنگ کاری مستقل و نوآورانه باید پذیرفته شود. به‌طور خاص، اضافه کار با از بین بردن ظرفیت افراد برای رفع خواسته‌های کاری موجب خستگی می‌شود. نقطه کلیدی در این زمینه زمانی اتفاق می‌افتد که کارکنان قادر به بهبود خواسته‌های کاری خود نیستند و فرصت کمی برای استراحت و بهبودی وجود دارد که سبب انباشته شدن این خستگی‌ها بر روی هم می‌گردد و در پی آن فرسودگی شدید در فرد ظاهر می‌شود که احتمال ترک شغل را در وی افزایش می‌دهد (۱۶). با این حال، فرسودگی عاطفی جزء ضروری فرسودگی شغلی است و یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد که بار کاری بیشتر، می‌تواند سبب افزایش این نوع فرسودگی در بین روزنامه‌نگاران شود. بنابراین، مدیران منابع انسانی باید تلاش‌های ویژه‌ای را برای حل مشکلات فرسودگی عاطفی در میان روزنامه‌نگاران ورزشی کشور انجام دهند.

نتایج تحقیقات قبلی ریناردی (۲۰۰۶) نیز نشان می‌دهد که روزنامه‌نگاران ورزشی در حال حاضر تحت فشار و فرسودگی قرار گرفته‌اند (۱۸)، بنابراین همان‌طور که فشارهای کاری و تقاضاها افزایش می‌یابد، روزنامه‌نگاران نیز به سمت فرسودگی می‌روند و این امر نیازمند توجهات جدی‌تری است. از طرفی در سال‌های اخیر، توسعه سریع ارتباطات دیجیتال و همگرایی رسانه‌ها، ساختار سازمان‌های

خبری و روند تولید اخبار را تغییر داده است (۱). تولید اخبار در موقعیت‌های روزمره از سطوح تکی به چندگانه تغییر یافته و در ارائه گزارش‌ها استفاده از مواد چندرسانه‌ای (به‌طور مثال، تصویر، ویدئو، شکل و متن)، بخشی از خواسته‌های کاری شده است (۲۵). به همین دلیل، روزنامه‌نگاران علاوه بر ارائه گزارش به‌صورت متن، اغلب نیازمند گرفتن عکس، فیلم‌برداری و ویرایش فیلم‌ها برای گزارش‌های خود هستند (۲۶) که همه این عوامل در نهایت موجب افزایش بار کاری و تمایل بیشتر برای فرسودگی شغلی شده است (۲). در این زمینه، جانگ و کیم (۲۰۱۲) خاطر نشان می‌کنند که فرسودگی به‌عنوان عامل اصلی نیت ترک شغل کارمندان در محیط‌های مختلف سازمانی در نظر گرفته می‌شود و توجه به روند و میزان آن در بین کارمندان برای آینده سازمان بسیار حائز اهمیت است (۱۶). بنابراین به‌طور کلی، پژوهش حاضر ابعاد جدیدتری از پدیده فرسودگی را در بین روزنامه‌نگاران ورزشی کشور آشکار کرد که در برخی موارد مطابق با نتایج پژوهش‌های انجام گرفته در کشورهای دیگر بود و در برخی موارد مخالف آنها بود که با توجه به اختلاف‌های فرهنگی و اجتماعی موجود این تفاوت‌ها طبیعی به‌نظر می‌رسد. بنابراین، پژوهشگران در پژوهش‌های آتی خود باید زمینه‌های فرهنگی و ملی هویتی را نیز تحت کنترل خود داشته باشند. علاوه بر این، نتایج این مطالعه می‌تواند به‌صورت کاملاً عملکردی به‌منزله راهنمایی برای مدیران منابع انسانی استفاده شود تا راهبردهای داخلی را برای افزایش رضایت شغلی و کاهش فرسودگی، به‌خصوص خستگی عاطفی در محیط کار، به کار برند.

## منابع و مآخذ

1. Liu H-L, Lo V-h. An integrated model of workload, autonomy, burnout, job satisfaction, and turnover intention among Taiwanese reporters. *Asian Journal of Communication*. 2018;28(2):153-69.
2. Reinardy S. Newspaper journalism in crisis: Burnout on the rise, eroding young journalists' career commitment. *Journalism*. 2011;12(1):33-50.
3. Reindary S. Survey measures burnout in newspaper sports editors. *Newspaper Research Journal*. 2008;29(2):40-54.
4. Maslach C, Jackson S, Leiter M. *Maslach Burnout Inventory Manual*, 3rd edn. Mountain View, CA: CPP. Inc; 1996.
5. Forbes. The Most Stressful jobs in 2017.
6. Gloede B. Stress has a significant presence in newsrooms. *Editor and Publisher* (November 12, 1983). 1983;12:13.
7. Peterson U, Demerouti E, Bergström G, Samuelsson M, Åsberg M, Nygren Å. Burnout and physical and mental health among Swedish healthcare workers. *Journal of advanced nursing*. 2008;62(1):84-95.
8. Laschinger HKS, Fida R. A time-lagged analysis of the effect of authentic leadership on workplace bullying, burnout, and occupational turnover intentions. *European Journal of Work and Organizational Psychology*. 2014;23(5):739-53.
9. Leiter MP, Bakker AB, Maslach C. *Burnout at work: A psychological perspective*: Psychology Press; 2014.
10. MacDonald JB, Saliba AJ, Hodgins G, Ovington LA. Burnout in Journalists: A systematic literature review. *Burnout Research*. 2016;3(2):34-44.
11. Demerouti E, Bakker AB, Nachreiner F, Schaufeli WB. The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied psychology*. ۴۹۹:(۳)۸۶;۲۰۰۱ .
12. Day A, Leiter MP. *The good and the bad of working relationships. Burnout at work A psychological perspective* Psychological Press, London. 2014:56-79.
13. Wang WC. The wage level of Taiwanese journalists under the transformation of technology: The status quo and possible solutions from a critical political economy perspective. *Chinese Journal of Communication Research*. 2013;23:73-123.
14. van Veldhoven M. Quantitative job demands. An introduction to contemporary work psychology. 2014:11. ۴۳-۷
15. Jyrkiäinen J, Heinonen A. *Finnish journalists: The quest for quality amidst new pressures*. Routledge New York; 2012. p. 171-86.
16. Jung J, Kim Y. Causes of newspaper firm employee burnout in Korea and its impact on organizational commitment and turnover intention. *The International Journal of Human Resource Management*. 2012;23(17):3636-51.
17. Cook BB, Banks SR. Predictors of job burnout in reporters and copy editors. *Journalism Quarterly*. 1993;70(1):108-17.

18. Reinardy S. It's gametime: The Maslach Burnout Inventory measures burnout of sports journalists. *Journalism & Mass Communication Quarterly*. 2006;83(2):397-412.
19. Mirzakhani A. Investigating factors affecting job satisfaction of journalists as a citizen's right to study: the newspaper Tehran Social Incident and Social Affairs Section. The first national media conference, communication and citizen education. 2015:1-14 (in persian).
20. Reinardy S. Depleted resources causing burnout for layoff survivors. *Newspaper Research Journal*. 2013;34(3):6-21.
21. Asgari H, khalkhali H, Mohebbi I. Analytical study of the relationship between workload and burnout dimensions in nurses of intensive care units. *Journal of Urmia Nursing and Midwifery Faculty*. 2016;14(1):30-8 (in persian).
22. Bashlideh K, Darvishi M, Karayi A. Investigating the role of mediator of work-family conflict in the relationship between conflict between employees and workplace with burnout in female nurses in Ahvaz teaching hospitals. *Family counseling and psychotherapy*. 2013;1:16-26 (in persian).
23. Moradi M, Godarzi M, Sarreshtedari M, Jaberi A. The relationship between job satisfaction and sports journalists. *research in sport management*. 2013;3(1):20-36 (in persian).
24. Schaufeli WB, Bakker AB. Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement :A multi-sample study. *Journal of organizational Behavior*. 2004;25(3):293-315.
25. Smith LK, Tanner AH, Duhe SF. Convergence concerns in local television: Conflicting views from the newsroom. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*. 2007;51(4):555-74.
26. García Avilés JA, Meier K, Kaltenbrunner A, Carvajal M, Kraus D. Newsroom integration in Austria, Spain and Germany: Models of media convergence. *Journalism Practice*. 2009;3(3):285-303.
27. Schaufeli W, Dierendonck D. van (2000). UBOS Utrechtse Burnout Schaal: Handleiding [Utrecht Burnout Scale: Manual].
28. Gonzalez E. There's no crying in sports journalism: a qualitative study on reporter burnout. University of Missouri--Columbia; 2015.
29. McGuire J, Murray R. New work demands create inequity for sports journalists. *Newspaper Research Journal*. 2016;37(1):58-69.

## Investigating the Role of Workload in Sport Journalists' Burnout

Ali Safarpour<sup>1</sup> - Ebrahim Alidoust Ghahfarokhi<sup>\*2</sup> - Fereshteh Ghasemi<sup>3</sup>

1. Ph.D. Student of Sport Management, University of Tehran 2. Associate Professor, Department of Sport Management, University of Tehran 3. MSc of Sport Management, University of Tehran  
(Received: 2018/5/21; Accepted: 2018/9/9)

### Abstract

The present study was conducted to investigate burnout condition among Iranian sport journalists and to study the role of workload on job burnout. The method of this study was a descriptive survey which was carried out as a field. The study was conducted in the winter of 2018 among the population of sport journalists including writers, office staff, editors and sport photographers. Questionnaires were used to collect data: the general version of Maslach's Burnout Inventory (MBI-GS) and its two main subscales of emotional burnout and cynicism were used to measure the burnout of sport journalists. Also, Liu and Lu (2018) questionnaire was used to measure the workload of sport journalists. Cronbach's alpha coefficient was used to measure the reliability of the questionnaires: for burnout questionnaire (0.85) and for workload questionnaire (0.89). In addition, the validity of the instruments used in the study was confirmed by 5 sport management professors. Finally, data were analyzed using the completed questionnaires (287 questionnaires) with SPSS version 22 and Lisrel 8.50. The results of the study showed that Iranian sport journalists had moderate burnout. Also, editors felt higher levels of burnout among journalists. Finally, workload had a positive and direct effect on emotional burnout, but this effect was not significant on cynicism.

### Keywords

Workload, Cynicism, Journalists, Burnout.

---

\* Corresponding Author: Email: e.alidoust@ut.ac.ir, Tel: +982188351741