

## بررسی رابطه بین مدیریت زمان و استرس شغلی با بهره‌وری مدیران دبیرستان‌های نواحی چهارگانه شهر شیراز

### نسترن روغنی

کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

#### چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی رابطه‌ی میان مدیریت زمان و استرس شغلی و بهره‌وری مدیران دبیرستان‌های شهر شیراز می‌باشد، جامعه آماری این پژوهش ۲۵۰ نفر از مدیران دبیرستان‌های شهر شیراز بودند که ۱۴۸ نفر به شیوه‌ی نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از سه پرسشنامه مدیریت زمان (دیوید لوئیس)، استرس شغلی (ردرینگ) و پرسشنامه بهره‌وری (اچیو) استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل اطلاعات بدست آمده از روش‌های آماری آزمون تی تک نمونه‌ای، ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه گام به گام استفاده شد و نتایج نشان داد: بین مدیریت زمان و استرس رابطه معکوس و معناداری وجود دارد. و نیز میان مدیریت زمان و بهره‌وری رابطه‌ی مستقیم و معناداری وجود دارد و نیز میان استرس شغلی و بهره‌وری رابطه‌ی معکوس و معناداری وجود دارد. بین مؤلفه‌های مدیریت زمان و بهره‌وری رابطه وجود دارد و همچنین مشخص شد متغیرهای استرس شغلی و مدیریت زمان پیش‌بینی کننده‌های بهره‌وری هستند و همچنین متغیرهای هدف‌گذاری، اولویت‌بندی اهداف و مدیریت ارتباطات پیش‌بینی کننده‌های بهره‌وری هستند. میانگین نمرات مدیریت زمان مدیران از میانگین فرضی بالاتر بوده است. میانگین نمرات بهره‌وری مدیران از میانگین فرضی بالاتر بوده است. میانگین نمرات استرس شغلی مدیران از میانگین فرضی بالاتر بوده است.

**واژه‌های کلیدی:** مدیریت زمان، استرس شغلی، بهره‌وری مدیران، شهر شیراز

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۷، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۲۵۰-۲۳۶