

The Relationship between Academic Burnout and Academic Self-Handicapping with Mediation of Emotional Intelligence

Article Info	Abstract
Authors: Shahrbanoo Yazdani ¹ Behrang Esmaeilshad ^{2*}	Purpose: The purpose was the investigation of relationship between academic burnout and academic self-handicapping with mediation of emotional intelligence . Methodology: The study is applied in terms of purpose. As for methodology is a descriptive and correlational. The statistical population consists of 105 physical education students of North Khorasan Islamic Azad University in Academic year 2016-17. Based on the Cochran's formula, 83 person were selected by stratified random sampling based on their degree. The Brosseau's academic burnout inventory (1997), Jones and Rodwell's academic self-handicapping questionnaire (1982), and Wizinger's Emotional Intelligence questionnaire (1998) were used. Data analysis was analyzed using structural equations and SPSS 21 and Pls 3 software .
Keywords: Educational Burnout, Academic Self-Handicapping, Emotional Intelligence	Finding: Findings showed that academic burnout and academic self-disability of students are moderate and emotional intelligence is desirable. Academic burnout has a positive relationship with academic self-handicapping, ie it has a positive effect on its increase. Emotional intelligence is negatively related to academic burnout and self-handicapping, ie it has a reduction effect.
Article History: Received: 2020-06-28 Accepted: 2022-03-19 Published: 2022-06-21	Conclusion: To reduce academic self- handicapping, students' emotional intelligence should be strengthened to reduce academic burnout.
Correspondence: Email: esmaeili@bojnourdiau.ac.ir	

1. PhD Student, Department of Educational Sciences, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran (Corresponding Author).

رابطه فرسودگی تحصیلی و خود ناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی

شهربانو یزدانی^۱، بهرنگ اسماعیلی شاد^{۲*}

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی بود. **روش:** پژوهش از لحاظ هدف، کاربردی و از لحاظ روش، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان شمالی در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ به تعداد ۱۰۵ نفر بودند. بر اساس فرمول کوکران ۸۳ نفر به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای بر اساس مقطع تحصیلی انتخاب شد. ابزار پژوهش عبارت از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران (۱۹۹۷)، پرسشنامه خود ناتوان سازی جونز و رودوالد (۱۹۸۲) و هوش عاطفی ویزینگر (۱۹۹۸) بود. تحلیل داده ها با استفاده از معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزار SPSS 21 و PLS 3 انجام شد. **یافته ها:** یافته ها نشان داد که فرسودگی تحصیلی و خود ناتوان سازی تحصیلی دانشجویان در حد متوسط و هوش عاطفی در حد مطلوب می باشد. فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت با خود ناتوان سازی تحصیلی دارد یعنی تاثیر مثبت بر افزایش آن دارد. هوش عاطفی با فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی رابطه منفی دارد یعنی بر کاهش آنها تاثیر دارد. **نتیجه گیری:** برای کاهش خودناتوان سازی تحصیلی باید به تقویت هوش عاطفی دانشجویان پرداخت تا از این طریق فرسودگی تحصیلی نیز کاهش یابد.

کلید واژه ها: فرسودگی تحصیلی، خودناتوان سازی تحصیلی، هوش عاطفی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

^۱ دانشجوی دکتری، گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران
^۲ استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران (نویسنده مسئول)

مقدمه

سالانه تعداد زیادی از متعلمان به علل گوناگون دچار شکست تحصیلی می شوند. این شکست به صورت پیامد منفی، به انتظار شکست در آینده و در نتیجه به کاهش انگیزه منجر شده و سبب می شود خود را ضعیف و ناتوان ببینند (یوردان و ترنر^۱؛ به نقل از حیدری و همکاران، ۱۳۹۱: ۴۴). رقابتهای تحصیلی فرد را به سمت معیارهایی می کشاند که ممکن است از سطح توانایی او بیشتر باشد، در نتیجه فرد هر کاری می کند تا در صورت عدم موفقیت بتواند دلیلی برای خود داشته باشد و رفتارهایی به کار می برد که هدف آن خلق موانعی برای انجام یک تکلیف دشوار و پیش بینی شکست باشد. در این صورت خود ناتوان سازی تحصیلی اتفاق می افتد. خود ناتوان سازی سازه ای است که اثرات منفی روی موفقیت تحصیلی دارد (حیدری، ۱۳۸۹: ۶). خودناتوان سازی می تواند در هر موقعیتی که توانایی فرد مورد تهدید قرار می گیرد، اتفاق بیفتد. کلاس های درس زمینه مناسبی را برای استفاده از رفتار خود ناتوان سازی فراهم می آورند و می توانند تأثیرات گوناگونی بر کیفیت عملکرد تحصیلی داشته باشند و رفتار، نگرش و احساسات آنها را در مقابل فشارهای شدید روانی تحت تأثیر قرار دهند (یوردان و میگلی^۲، ۲۰۰۱: ۱۲۴). خود ناتوان سازی^۳ می تواند به این سؤاها پاسخ دهد که چرا برخی از دانشجویان و دانش آموزان پیشرفت ندارند؟ افراد خود ناتوان ساز به دنبال شرایطی هستند که در آن نسبت دادن شکست به تواناییشان دشوار باشد و در جستجوی موقعیتهایی هستند که فقط موفقیتها بتوانند به خود ارتباط داده شوند. بنابراین خود ناتوان سازی راهبردی ناهنجار در نظر گرفته می شود که در کوتاه مدت تصور از خود را حفاظت می کند (مارتین و همکاران^۴، ۲۰۰۱: ۹۳). گادبویس و استورجن^۵ (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافته اند که خودناتوان سازی تحصیلی راهبردی پیشگیرانه و خود نظم دهنده است که برای مقابله با عملکرد ضعیف محتمل در تکالیف درسی استفاده می شود. وقتی دانشجویی بتواند از طریق خودناتوان سازی از نگرانی هایش درباره شکست و ارزیابی دیگران بکاهد، از این رفتار به طور مکرر استفاده کرده و در نتیجه عملکردهای موفقیت آمیز تحصیلی او را کاهش می دهد (بساک نژاد، ۱۳۸۸: ۸۰).

در اکثر مواقع به نظر می رسد که دانشجویان در مواجهات اجتماعی و تحصیلی خود، انگیزه کافی نداشته و در هنگام یأس و ناامیدی در شرایط بحرانی در انطباق سریع و ایجاد خلاقیت از توانایی لازم برخوردار نیستند، آنها علل شکست خود و ناموفق بودن خود را به عوامل بیرونی نسبت می دهند. بنابراین به خودناتوان سازی، تلاش اندک و تعهد پایین دچار می شوند و عملکرد مورد انتظار را ارائه نمی دهند و در پی شکستهای احتمالی ناشی از این باور و عدم پویایی به «فرسودگی در تحصیل» دچار می شوند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۳).

فرسودگی تحصیلی^۶ به احساس خستگی به خاطر تقاضای درسی، داشتن یک نگرش بدبینانه نسبت به دانشگاه و احساس بی کفایتی به عنوان یک دانشجو اطلاق می گردد (شائوفلی، پینتو و بیکر^۷، ۲۰۰۲: ۲۹۵). فرسودگی حاصل سندرم استرس مزمن مانند گرانباری نقش، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام وظایف محوله است (رستم اوغلی و خشنودنیای چماچایی، ۱۳۹۲: ۲۲). فرسودگی تحصیلی می تواند کلید فهم درک رفتارهای مختلف دانشجویان مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد و رابطه دانشجویان را با دانشگاه و همچنین شوق و اشتیاق آنان را به ادامه تحصیل تحت تاثیر قرار دهد (عظیمی، پیری و زوار، ۱۳۹۲: ۱۱۸). عظیمی و همکاران (۱۳۹۲) در تحقیق خود نشان دادند که بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی رابطه منفی معنی داری وجود دارد. قدم پور و همکاران (۱۳۹۵) نیز در پژوهش خود نشان دادند که بین فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانشجویان رابطه منفی و معنی داری وجود دارد. سالملا - آرو^۸ و همکاران (۲۰۰۸) به تین نتیجه دست یافتند که دانشجویانی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً علائمی مانند بی اشتیاقی نسبت به مطالب درسی،

1. Urdan & Turner

2. Urdan & Midgley

3. self-handicapping

4. Martin, Mars & Debus

5. Gadbois & Sturgeon

6. academic burnout

7. Schaufeli & Pinto & Bakker

8. Salmela Aro

3- Goleman

ناتوانی در ادامه حضور مستمر در کلاس درس، مشارکت نکردن در فعالیتهای کلاسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می کنند. در تحقیقی دیگر مشخص شد دانشجویانی که در طی تحصیل دچار فرسودگی می شوند، در آینده کمتر به وظایف شغلی مسلط بوده، از نتایج پژوهشهای انجام شده در حیطه شغلی کمتر استفاده می کنند و تمایل به ترک خدمت بالاتری بعد از اشتغال دارند (قدم پور و همکاران، ۱۳۹۵: ۶۲).

تحقیقات نشان می دهد که فرسودگی تحصیلی متأثر از مؤلفه های دیگر می باشد و بر اساس پژوهشهای انجام شده در مورد عوامل تأثیرگذار بر فرسودگی و خودناتوان سازی تحصیلی به هوش عاطفی^۱ اشاره شده است (منصوریان، ۱۳۹۵؛ معرفت و همکاران، ۱۳۹۰؛ باندو و همکاران، ۲۰۱۵). بر این اساس هوش عاطفی می تواند بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی نقش میانجی داشته باشد. گلمن (۲۰۰۷) بر این باور است که هرچند ضریب هوشی تعیین کننده پیشرفت علمی و موفقیت های حرفه ای است اما سهم آن در این گونه موفقیت ها کمتر از ۲۰ درصد است. ۸۰ درصد موفقیتها در گرو مهارت هایی است که هوش عاطفی را تشکیل می دهند (رمضانی و نظریان مادوانی، ۱۳۹۲: ۸۸). بزعم کلیری و همکاران^۲ (۲۰۱۸) هوش عاطفی با شناخت فرد از خود و دیگران، ارتباط با دیگران، سازگاری و انطباق با محیط پیرامون ارتباط دارد. هوش عاطفی مجموعه ای از ظرفیتهای، قابلیتها و مهارتهای غیر شناختی است که توانایی های فرد را در برخورد موفقیت آمیز با مقتضیات و فشارهای محیطی افزایش می دهد و موجب بروز رفتارهای سازگارانه می شود (ماتینگلی و کریگر^۳، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش توماس و همکاران (۲۰۱۷) حاکی از آن بود که هوش عاطفی با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنادار دارد.

معرفت و همکاران (۱۳۹۰) معتقدند بین ابعاد فرسودگی و هوش عاطفی رابطه منفی و معنادار وجود داد و هوش عاطفی بالا در دانشجویان باعث افزایش انگیزه آنها به تحصیل شده لذا می تواند باعث کاهش فرسودگی تحصیلی شود. به علاوه پژوهشها نشان می دهد خودناتوان سازی رفتاری ناسازگار تلقی می شود و هوش عاطفی نیز رابطه منفی و معناداری با ناسازگاری و رفتارهای ناهنجار دارد (براکت و همکاران^۴، ۲۰۰۴: ۱۳۸۷). بنابراین می توان چنین استنتاج کرد که هوش عاطفی می تواند نقش بسزایی در افزایش و یا کاهش استفاده از رفتار خودناتوان سازی داشته باشد چرا که هوش عاطفی ضمن کاهش استرس، محیطی به وجود می آورد که به حفظ سلامت جسمی و تندرستی بهتر کمک می کند. هوش عاطفی می تواند مزایای فراوانی از قبیل بهبود ارتباطات و کاهش تعارضات به دنبال داشته باشد و همچنین موجب افزایش چرخه نوآوری میان دانشجویان می شود که ایده های جدید را مطرح، ارتقا، بهبود و یا در نهایت اجرا می کنند (آقایار، ۱۳۸۶: ۱۷۱). نتایج یک پژوهش داخلی نشان داد هوش هیجانی قابلیت پیش بینی کیفیت زندگی دانشجویان را دارد (رمضانی و همکاران، ۱۳۹۲: ۸۵). با عنایت به نتایج پژوهشهای فوق الذکر، هوش عاطفی به عنوان متغیر میانجی در پژوهش حاضر مد نظر قرار گرفت.

برخی پژوهش های انجام شده در رابطه با متغیرهای پژوهش حاضر عبارتند از:

نتایج تحقیق منصورنیا و کریمی (۱۳۹۸) نشان داد بین فرسودگی تحصیلی با خود ناتوان سازی تحصیلی، رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد. بین فرسودگی تحصیلی با انگیزه پیشرفت، رابطه منفی و معنی دار وجود دارد. بین انگیزه پیشرفت و خودناتوان سازی تحصیلی با توجه به اثر میانجی گرانه فرسودگی تحصیلی رابطه وجود ندارد.

پیمانی فروشانی و عسکری (۱۳۹۷) به این نتیجه دست یافتند که هوش هیجانی با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنادار و با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معنادار داشت. میکائیلی و همکاران (۱۳۹۶) نشان دادند که میان ویژگیهای شخصیتی و راهبردهای مقابله با خود ناتوان سازی تحصیلی ارتباط معناداری وجود دارد. بر اساس رگرسیون چند متغیری، روان رنجور خوبی، باز بودن نسبت به تجربه و راهبرد مقابله ای هیجان مدار، به عنوان قوی ترین پیش بینهای خود ناتوان سازی تحصیلی بودند.

نتایج تحقیق صدوقی و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد که متغیرهای امید، تاب آوری و هوش هیجانی پیش بینی کننده منفی فرسودگی تحصیلی می باشند. یافته های نجفی و همکاران (۱۳۹۶) نشان داد که بین ابعاد خود ناتوان سازی و فرسودگی تحصیلی همبستگی معناداری وجود داشت.

۱. Emotional Intelligence

۲. Cleary, Visentin, West, Lopez & Kornhaber

۳. Mattingly & Kraiger

۴. Bracket & Mayer & Warner

حواسی (۱۳۹۶) و منصوریان (۱۳۹۵) به این نتیجه رسید که بین هوش هیجانی و فرسودگی تحصیلی ارتباط معکوس وجود دارد که در افراد با هوش هیجانی بیشتر میزان فرسودگی تحصیلی کمتر است. نادری و همکاران (۱۳۹۴) نشان دادند که متغیر به کارگیری هیجانها برای حل مشکلات، دارای بیشترین رابطه با متغیر ترکیبی حاصل از ابعاد فرسودگی تحصیلی است. سعیدی پور و همکاران (۱۳۹۴) به این نتیجه رسیدند که فرسودگی تحصیلی بر اساس خودناتوان سازی تحصیلی قابل تبیین است. سرانچه و همکاران (۱۳۹۳) در تحقیق خود نشان دادند که بعضی از افراد در سطوح بالای تحصیلی به علت داشتن یک نگرش منفی نسبت به تحصیل، دچار فرسودگی تحصیلی می شوند.

ذبیح الهی و همکاران (۱۳۹۱) نشان دادند از میان مولفه های هوش هیجانی، مولفه بکارگیری و بهره وری از هیجانها که به عنوان بهترین پیش بینی خودناتوان سازی به دست می آید. نتایج تحقیقات کیانپور قهفرخی و همکاران (۱۳۹۰) و همچنین معرفت و همکاران (۱۳۹۰) نیز نشان داد که رابطه منفی بین هوش هیجانی و مؤلفه های آن با فرسودگی تحصیلی وجود دارد. ماندوویا^۱ (۲۰۱۶) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافت که بین هوش عاطفی و فرسودگی تحصیلی رابطه معنادار منفی وجود دارد. بانددا^۱ و همکاران (۲۰۱۵) و همچنین جوشی، سریواستاوا و ریچادهوری^۲ (۲۰۱۲) به بررسی تأثیر هوش عاطفی بر عملکرد تحصیلی پرداختند و نتایج نشان داد که دانش آموزانی که از هوش عاطفی بالاتری برخوردار بودند موفقیت تحصیلی بیشتری دارند. بروس^۳ (۲۰۰۹) در پژوهش خود درباره شناسایی استرس و اجتناب از فرسودگی تحصیلی نتیجه گرفت که عوامل متعددی مانند نارسای حمایت اجتماعی، استرس بیش از اندازه و ویژگی های شخصیتی افراد می توانند باعث فرسودگی تحصیلی شوند. سالما-آرو و همکاران^۴ (۲۰۰۸) دریافتند که فرسودگی تحصیلی دانش آموزان اثر منفی معنی داری بر پیشرفت تحصیلی می گذارد. بودنیک^۳ (۲۰۰۳) ارتباط بین فرسودگی و هوش عاطفی را مورد مطالعه قرار داده و خاطر نشان ساخت که مؤلفه های فرسودگی در پیش بینی هوش عاطفی کارکنان اهمیت دارد.

با توجه به مشاهده مستقیم رفتار دانشجویان رشته تربیت بدنی، به نظر می رسد که اکثریت این دانشجویان در تعاملات تحصیلی خود، انگیزه کافی نداشته و به رویکردهای خودناتوان سازی روی می آورند تا شایستگی خود را نزد دیگران حفظ کنند. آنها بر این باورند که به دلیل فرصت های شغلی محدود، مدارک آکادمیک ارزش حرفه ای چندانی ندارد بنابراین دچار فرسودگی تحصیلی شده و به خودناتوان سازی و در پی آن، عملکرد ضعیف دچار می شوند. علیرغم اهمیت موضوع و لزوم مطالعه در باب متغیرهای برشمرده، تا کنون هیچ پژوهش داخلی یا خارجی به بررسی رابطه هم زمان فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی با نقش میانجی هوش عاطفی نپرداخته است، لذا پژوهش حاضر قصد دارد به این سوال پاسخ دهد که آیا بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی در دانشجویان تربیت بدنی رابطه ای وجود دارد؟

با عنایت به هدف تحقیق، فرضیات پژوهش عبارتند از:

۱- بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد رابطه وجود دارد.

۲- هوش عاطفی بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تاثیر دارد.

۳- هوش عاطفی بر خودناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی تاثیر دارد.

۴- فرسودگی تحصیلی بر خودناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی تاثیر دارد.

روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف، کاربردی محسوب می شود. پژوهش از نوع تحقیقات توصیفی است از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان رشته تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان شمالی، ورودی مهر ماه سال تحصیلی ۹۶-

1. Mandaviya

1- Banded

2. Joshi, Srivastava & Raychaudhuri

3. Bruce

4. Salmela-Aro & Savolainen & Holopainen

3- Budnik

۱۳۹۵ به تعداد ۱۰۵ نفر تشکیل می دهد که تعداد ۶۳ نفر در مقطع کارشناسی و تعداد ۴۲ نفر در مقطع کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل می باشند. تعداد نمونه بر اساس فرمول کوکران ۸۳ نفر برآورد گردید که از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای بر اساس مقطع تحصیلی استفاده گردید. نمونه آماری شامل ۴۸ پسر (۳۶/۵٪) و ۳۷ دختر (۴۳/۵٪) می باشد. به جهت احتمال افت آزمودنی ها، پرسشنامه ها بین ۹۰ نفر توزیع گردید که ۵ پرسشنامه عودت داده نشد و ۸۵ پرسشنامه (۵۸ نفر کارشناسی و ۲۷ نفر کارشناسی ارشد) جمع آوری گردید.

ابزار گردآوری داده ها عبارتند از:

۱- پرسشنامه خودناتوان سازی:

این پرسشنامه توسط جونز و رودالت (۱۹۸۲) ساخته شد و شامل ۲۳ گویه و سه خرده مقیاس خلق منفی (۹ گویه)، تلاش (۷ گویه)، عذر تراشی (۷ گویه) می باشد. حیدری، دهقانی و خدایانهی (۱۳۸۸) این آزمون را ترجمه کرده اند. این مقیاس گرایش افراد به خودناتوان سازی را با پاسخ های کاملاً موافق تا کاملاً مخالف می سنجد. در این مقیاس جمع نمره عامل خلق منفی با نمره معکوس شده عامل تلاش نشان دهنده خودناتوان سازی رفتاری و نمره عامل خلق منفی به علاوه نمره عامل عذر تراشی نشان دهنده خودناتوان سازی ادعایی است و جمع نمره دو عامل خلق منفی و عذر تراشی با نمره معکوس شده عامل تلاش نشان دهنده خودناتوان سازی کلی است.

عرب محبی شهری و همکاران (۱۳۹۵) پایایی این ابزار را ۰/۷۲ محاسبه نمود.

۲- پرسشنامه فرسودگی تحصیلی:

این پرسشنامه در سال ۱۹۹۷ توسط برسو^۱ و همکاران ساخته شد. پرسشنامه ۱۵ گویه دارد که سه حیطه خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می سنجد. حداکثر نمره پرسشنامه ۷۵ است (بیشترین فرسودگی تحصیلی)، میانگین ۴۵ و حداقل نمره ۱۵ (کمترین فرسودگی تحصیلی) است. پایایی پرسشنامه را برسو و همکاران (۱۹۹۷) بر اساس خرده مقیاسها، ۰/۷۰ برای خستگی تحصیلی، ۰/۸۲ برای بی علاقهگی تحصیلی و ۰/۷۵ برای ناکارآمدی تحصیلی گزارش کرده اند. عظیمی و همکاران (۱۳۹۲) پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بدست آوردند.

۳- پرسشنامه هوش عاطفی:

این پرسشنامه توسط ویزینگر^۲ (۱۹۹۸) ساخته شده که شامل ۲۵ گویه در طیف ۵ گانه لیکرت است. هر فرد می تواند نمره ای بین صفر تا ۱۲۵ بگیرد که نمره زیر ۵۰ نشان دهنده هوش عاطفی پایین، بین ۵۰ تا ۱۰۰ نشان دهنده هوش عاطفی متوسط و نمره ۱۰۰ به بالا نشان دهنده هوش عاطفی بالا است.

ملازمیان و همکاران (۱۳۹۱) پایایی این پرسشنامه را با آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آوردند.

در پژوهش حاضر، جهت سنجش روایی محتوایی پرسشنامه ها با روش تحلیل عامل تأییدی محاسبه شده و همچنین از نظرات ۱۰ نفر متخصص جهت تایید روایی صورتی و محتوایی استفاده گردید.

در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ برای پرسشنامه خود ناتوان سازی ۰/۸۴، فرسودگی تحصیلی ۰/۷۱ و هوش عاطفی ۰/۸۷ محاسبه گردید.

اعتبار ترکیبی سازه برای مولفه خود ناتوان سازی ۰/۷۹، فرسودگی تحصیلی ۰/۷۴ و هوش عاطفی ۰/۹۰ محاسبه گردید.

AVE برای مولفه خود ناتوان سازی ۰/۵۴۵، فرسودگی تحصیلی ۰/۵۱۳ و هوش عاطفی ۰/۶۶۵ محاسبه گردید.

در اعتبار ترکیبی سازه که مقدار بیشتر از ۰,۷ آن قابل قبول است و در این تحقیق این اعداد بیشتر از ۰,۷ است. اعدادی که در ستون (AVE) نوشته شده نشان دهنده اعتبار مناسب ابزارهای اندازه گیری است و مقدار مناسب آن باید بیشتر از ۰,۵ باشد و در این تحقیق این اعداد بیشتر از ۰,۵ است.

به جهت رعایت بی طرفی در پژوهش و رعایت حریم شخصی افراد، توزیع پرسشنامه ها بصورت بدون نام بوده است. در توصیف داده ها از آمار توصیفی مانند میانگین، انحراف معیار، کمینه و بیشینه استفاده شد. در آمار استنباطی از معادلات ساختاری با بهره گیری از نرم افزار spss ۲۱ و Smart Pls استفاده گردید.

¹aBreso

².Weisinger

یافته ها

در پژوهش حاضر ۳۷ نفر معادل ۴۳,۵ درصد از جمعیتی که به پرسشنامه‌ها پاسخ داده اند، دختر و ۴۸ نفر (۵۶,۵ درصد) مذکر بودند.

نتایج آمار توصیفی متغیرهای پژوهش و همچنین آزمون نرمالیت به شرح جدول ۱ می باشد:

جدول ۱. نتایج توصیف متغیرهای پژوهش و نرمالیت

شرح	میانگین	انحراف معیار	انحراف معیار	کمینه	بیشینه
خودناتوان سازی	۷۴,۹۵۲۹	۱۲,۱۶۶۴۱	۱۴۸,۰۲۲	۴۹,۰۰	۱۰۳,۰۰
فرسودگی تحصیلی	۳۶,۱۴۱۲	۹,۳۱۶۰۸	۸۶,۷۸۹	۱۵,۰۰	۵۷,۰۰
هوش عاطفی	۸۹,۵۶۴۷	۱۵,۱۶۳۷۵	۲۲۹,۹۳۹	۶۳,۰۰	۱۲۱,۰۰
آزمون کولموگروف-اسمیرنوف					
	آماره کولموگروف-اسمیرنوف	سطح معناداری			
خود ناتوان سازی	۱/۲۶۴	۰/۰۹۵			
فرسودگی تحصیلی	۰/۹۸۱	۰/۱۸۳			
هوش عاطفی	۱/۱۹۱	۰/۲۳۱			

چون مقدار سطح معنی داری (Sig) از مقدار خطا (α) بیشتر است، در نتیجه فرض نرمال بودن برقرار می باشد. برای تعیین تبیین روابط، روابط بین متغیرهای نهفته درونی و بیرونی مورد توجه قرار می گیرند. با توجه به اینکه بارهای عاملی باید بزرگتر از ۰,۳ باشد، مولفه هایی که بار عاملی کمتر از ۰,۳ دارند، باید حذف شوند و چون تمام بارهای عاملی مولفه ها بیشتر از ۰,۳ است و نیاز به حذف هیچ یک از آنها نیست. در ادامه به تبیین آماری فرضیات پژوهش پرداخته می شود.

جدول ۲. نتایج آزمون فرضیات

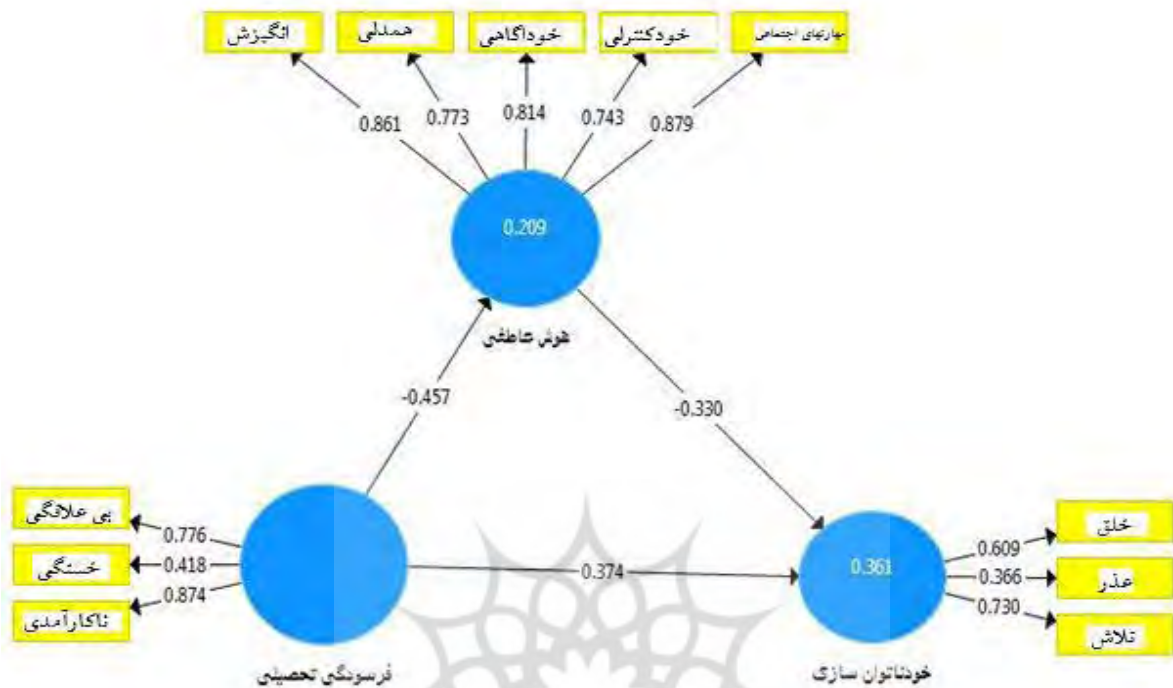
فرضیه	برآورد استاندارد	کمیت t	نتیجه آزمون
بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی رابطه وجود دارد.	۰/۱۵	۳/۱	تأیید
هوش عاطفی بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان تاثیر دارد.	-۰/۴۵۷	۲/۹۷	تأیید
هوش عاطفی بر خودناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تاثیر دارد.	-۰/۳۳۰	۱/۵۷	تأیید
فرسودگی تحصیلی بر خودناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تاثیر دارد.	۰/۳۷۴	۲/۶۱	تأیید

همان طور که نتایج نشان می دهد فرضیه اول تأیید می شود زیرا مقدار t بیشتر از ۲/۵۸ می باشد. در نتیجه بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان شمالی رابطه معناداری به میزان ۰,۱۵ ($-۰,۳۳۰ * -۰,۴۵۷$) وجود دارد.

همان طور که نتایج نشان می دهد فرضیه ۲ تأیید می شود زیرا مقدار t بیشتر از ۲/۵۸ می باشد. در نتیجه هوش عاطفی بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی به میزان $-۰/۴۵۷$ تاثیر دارد.

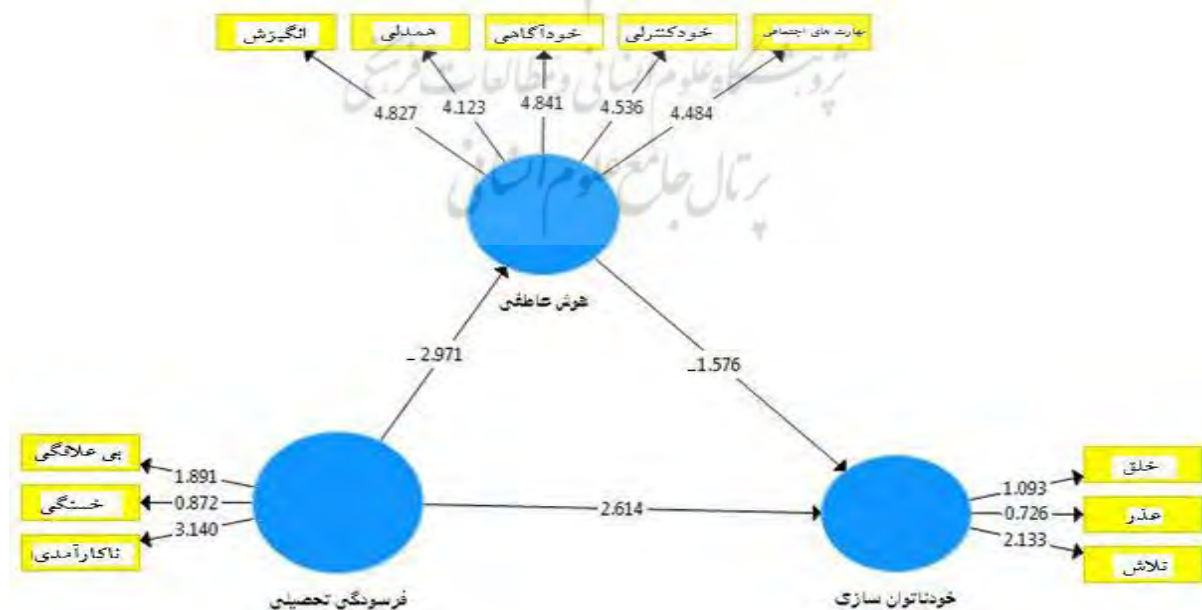
همان طور که نتایج نشان می‌دهد فرضیه ۳ تأیید می‌شود زیرا مقدار t بیشتر $1/54$ می‌باشد در نتیجه هوش عاطفی بر خود ناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی به میزان $0/330$ - تاثیر دارد.

همان طور که نتایج نشان می‌دهد فرضیه ۴ تأیید می‌شود زیرا مقدار t بیشتر $2/58$ می‌باشد. در نتیجه فرسودگی تحصیلی بر خودناتوان سازی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی به میزان $0/374$ تاثیر دارد.



شکل ۱. نمودار مدل معادلات ساختاری

جهت بررسی معنادار بودن رابطه بین متغیرها و بارهای عاملی از آماره آزمون t یا همان t -value نیز استفاده می‌شود چون معناداری در سطح خطای $0,05$ بررسی می‌شود بنابراین اگر میزان بارهای عاملی مشاهده شده با آزمون t -value از $1,96$ کوچکتر محاسبه شود، رابطه معنادار نیست.



شکل ۲. نمودار معناداری مدل معادلات ساختاری

جهت بررسی کیفیت مدل، اعتبار حشو یا افزونگی مدل بررسی شد. این شاخص ($Q^2 = 1 - SSE/SSO$) کیفیت اعتبار اشتراک مدل معادلات ساختاری را نشان می دهد و اعداد مثبت نشان دهنده اعتبار مدل می باشد. SSO برای خودناتوان سازی تحصیلی ۲۵۵/۰۰۰، فرسودگی تحصیلی ۲۵۵/۰۰۰ و هوش عاطفی ۴۲۵/۰۰۰؛ SSE برای خودناتوان سازی تحصیلی ۲۴۵/۴۲۴، فرسودگی تحصیلی ۲۵۵/۰۰۰ و هوش عاطفی ۳۵۲/۴۴۷؛ Q^2 برای خودناتوان سازی تحصیلی ۰/۰۵۴ و برای هوش عاطفی ۰/۱۱۸ محاسبه گردید.

نتیجه گیری

هدف از این مطالعه بررسی رابطه بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی با نقش میانجی هوش عاطفی در دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی استان خراسان شمالی می باشد. یافته ها نشان داد که هوش عاطفی بر فرسودگی تحصیلی تاثیر دارد که با نتایج تحقیق حواسی (۱۳۹۶)، صدوقی و همکاران (۱۳۹۶)، منصوریان (۱۳۹۵)، نادری و همکاران (۱۳۹۴)، کیانپور قهفرخی و همکاران (۱۳۹۰) و معرفت و همکاران (۱۳۹۰)، ماندواپا (۲۰۱۶)، باندو و همکاران (۲۰۱۵)، جوشی، سریواستاوا و ریچادهوری^۱ (۲۰۱۲) و بودنیک (۲۰۰۳) مطابقت دارد. پیمانی فروشانی و عسکری (۱۳۹۷) به این نتیجه دست یافتند که هوش هیجانی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معنادار دارد که همسو با نتایج تحقیق حاضر می باشد. نتایج پژوهش سرانچه و همکاران (۱۳۹۳) مبنی بر رابطه بین نگرش منفی نسبت به تحصیل و فرسودگی تحصیلی نیز با نتایج این تحقیق همسو می باشد. همچنین یافته ها نشان داد بین خودناتوان سازی تحصیلی و هوش عاطفی رابطه وجود دارد. این نتیجه با یافته های تحقیقات میکائیلی و همکاران (۱۳۹۶) که نشان دادند کمبود یا فقدان هوش عاطفی به عنوان قوی ترین پیش بین های خودناتوان سازی تحصیلی بودند، همخوانی دارد. همچنین نتایج تحقیق ذبیح الهی و همکاران (۱۳۹۱) مبنی بر رابطه بین هوش عاطفی و خودناتوان سازی با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد. تحقیق حاضر نشان داد که بین فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی رابطه وجود دارد که همسو با یافته های منصورنیا و کریمی (۱۳۹۸)، نجفی و همکاران (۱۳۹۶) و سعیدی پور و همکاران (۱۳۹۴) است. در جمع بندی نهایی می توان چنین تحلیل کرد که توجه به رفتارهای خودناتوان سازی و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان از اهمیت بسیاری برخوردار است. اگر دانشجویان خستگی هیجانی جدی داشته باشند، ناامید خواهند شد و احساس ضعف و ناتوانی در آنها ایجاد می شود، در نتیجه عملکرد نامطلوبی را از خود نشان خواهند داد. دانشجویان رشته های تربیت بدنی بدلیل شرکت در مسابقات و تمرینات ورزشی و مقابله با رقبای ورزشی، در صورتی که از قابلیت های روانشناختی مثبت مانند هوش عاطفی برخوردار نباشند و یا به رفتارهای خودناتوان ساز پناه ببرند، طبعاً در مواجهه با سختی و شکست های ورزشی، روحیه مبارزه جویی خود را از دست داده و از مسیر موفقیت دور خواهند شد. با عنایت به تأیید رابطه بین متغیرهای پژوهش، برای کاهش خودناتوان سازی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان باید بر هوش عاطفی تمرکز گردد چرا که دانشجویان اگر احساسات خود و دیگران را شناخته و مدیریت نمایند در محیط تحصیلی موفق تر عمل خواهند کرد. دانشجویان دارای هوش عاطفی بالا سعی می کنند از امکانات پیرامونشان در جهت نیل به موفقیت حداکثر استفاده را بنمایند. هوش عاطفی در دانشجویان، احساس عاطفی خوشایندی نسبت به دانشگاه، اساتید و دانشجویان دیگر ایجاد می نماید، در نتیجه با انگیزه، رضایت، تعهد و اعتماد به نفس بالاتری به تحصیل می پردازند بدین ترتیب خود را ضعیف و ناتوان نمی بینند، به شایستگی خود اطمینان دارند و برای رسیدن به هدف از هیچ تلاشی دریغ نمی کنند و در صورت احتمال شکست به دنبال بهانه ای نیستند و شکست را نه به عوامل بیرونی بلکه به عوامل درونی (کمبود تلاش یا راهبرد ضعیف یادگیری) نسبت می دهند، در نتیجه کمتر فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی را تجربه می کنند لذا نقش میانجی هوش عاطفی می تواند یک عامل اثر گذار و پیش بینی کننده فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی باشد.

¹. Joshi, Srivastava & Raychaudhuri

از جمله محدودیت پژوهش، روش جمع‌آوری اطلاعات می‌باشد که تنها شامل پرسشنامه است و از سایر روش‌های مصاحبه و مشاهده در جمع‌آوری اطلاعات میدانی استفاده نشده است. همچنین فقط از رویکرد کمی استفاده شد. با عنایت به نتایج تحقیق پیشنهاد می‌گردد مسئولین دانشگاهها موضوع فرسودگی تحصیلی و خودناتوان‌سازی تحصیلی دانشجویان را به طور جدی مورد توجه قرار دهند و برنامه ریزی مناسبی در قالب برنامه‌های بلندمدت برای کاهش آن تدارک ببینند و همچنین یک برنامه کوتاه مدت در قالب کارگاه‌هایی به منظور کاهش فرسودگی و خودناتوان‌سازی دانشجویان برگزار گردد تا شیوه مدیریت عواطف و کنترل عوامل استرس‌زا و عواملی که موجب فرسودگی می‌شود را به آنها آموخت. بر این اساس می‌بایست با اجرای آزمونهای شخصیت در محیط دانشگاه و شناخت حالات و عواطف روانشناختی دانشجویان رشته تربیت بدنی، آنها را از قرار گرفتن در معرض شرایط خودناتوان‌سازی یا عوامل تحصیلی که موجب فرسودگی می‌شود مصون نگاه داشت. همچنین از آنجایی که هوش عاطفی در دانشجویان ثابت نیست و می‌توان از طریق آموزش آن را بهبود داد، در راستای بهره‌مندی از حداکثر توانایی دانشجویان، دوره‌های آموزشی بهبود توانمندی فردی و اجتماعی (توسعه کنترل‌های عاطفی، تمرین یکدلی و توسعه مهارت شنود مؤثر، ارزیابی احساسات دیگران) را در دانشگاه برگزار کنند. رفتارهای حمایتی اساتید دانشگاه می‌تواند در کاهش فرسودگی تحصیلی نقش مؤثر داشته باشد. بعلاوه بهبود وضعیت عدالت آموزشی می‌تواند با کاهش فرسودگی و خودناتوان‌سازی تحصیلی همراه باشد. برای تحقق این منظور، مسئولان می‌توانند ضمن ایجاد امکانات یکسان در سطح دانشگاه برای کلیه دانشجویان با ایجاد کارگاه‌ها و برنامه‌های آموزشی مناسب، به تغییر باورها و دیدگاه مبادرت کنند.



References

- Aghayar S, Sharifi Daramadi P. (2007). Organizational Emotional Quotient, Tehran: Sepahan [Persian]
- Arab Mohebi Shahrabi A, Pakdaman S, Heidari M. (2017). The Relationship between Self-Handicapping and Unstable Self-Esteem: The Mediating Role of Fear of Negative Evaluation, *Developmental psychology*, 13(50): 143-155 [Persian] [Link]
- Azimi M, Piri M, Zavvar T. (2013). Relationship of academic burnout and self-regulated learning with academic performance of high school students, *Research in Curriculum Planning*, 10(38): 116-128 [Persian] [Link]
- Basaknezhad S. (2009). The relationship between self-esteem, perfectionism and narcissism with self-disability in a group of students, *Psychology*, 13(1): 69-84 [Persian] [Link]
- Bracket MA, Mayer JD & Warner R. M. (2004). Emotional intelligence and its relation to everyday behavior. *Personality and Individual Differences*, 36, 1387-1420.
- Bruce S. P. (2009). Recognizing Stress and Avoiding Burnout. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*. 1 (1): 57-64. [Link]
- Budnik M F. (2003). Emotional intelligence and burnout: influence on the intent of staff nurses to leave nursing; University of Phoenix. [Link]
- Cleary M, Visentin D, West S & et al. (2018). Promoting emotional intelligence and resilience in undergraduate nursing students: An integrative review. *Nurse Education Today*, 68, 112-120. [Link]
- Gadbois SA & Sturgeon R. D. (2011). Academic self-handicapping: Relationships with learning specific and general self-perceptions and academic performance over time. *British Journal of Educational Psychology*, 81: 207-222.
- Ghadampour E, Farhadi A, Naghibeiranvand F. (2016). The relationship among academic burnout, academic engagement and performance of students of Lorestan University of Medical Sciences; 8 (2):60-68 [Persian] [Link]
- Goleman, D. (2007). *Social Intelligence*, N.Y. Bantam Books.
- Havasi Z. (2017). The Role of Spiritual Intelligence and Emotional Intelligence in Predicting Students' Burnout, 3rd National Conference on Educational Science and Technology of Social Sciences and Psychology, Iran [Persian] [Link]
- Heidari M. (2010). Investigating the place of self-handicapping in the structural model of predicting academic success. Unpublished doctoral dissertation, Shahid Beheshti University of Tehran [Persian]
- Heidari S, Maktabi GH & Shehni Yailagh M. (2012). The Comparison of Attribution Styles and Self-handicapping of Successful and Unsuccessful Female High School Students in Ahvaz, Controlling for Intelligence, *Journal of Psychological Achievements*, 19(1): 43-62 [Persian] [Link]
- Joshi SV, Srivastava K & Raychaudhuri A. (2012). A descriptive study of emotional intelligence and academic performance of MBBS students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 2061-2067.
- Mandaviya M. (2016). Emotional intelligence and academic burnout: An academic sector. *International Journal of Science and Research*, 5(10), 391-396.
- Mansoorian Z (2016). The Relationship between Academic Burnout in Medical Students of Arak University of Medical Sciences with Emotional Intelligence and Coping Strategies. Unpublished professional doctoral dissertation, Arak University of Medical Sciences [Persian]
- Mansournia S., Karimi K. (2020). The relationship between academic achievement and self-handicapping due to mediating effect of academic burnout among university students, *Scientific Journal of Rehabilitation Medicine*, Articles in Press [Persian] [Link]

- Marefat D, Farid Fathi A, Majdani S & et al. (2011). Relationship between emotional intelligence and academic burnout in undergraduate physical education students of Tabriz University, Sixth National Conference of Physical Education and Sports Science Students of Iran; Tehran [Persian] [Link]
- Martin AJ, Marsh HW & Debus RL. (2001). Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective. *Journal of Educational Psychology*, 93: 87–10
- Mattingly V & Kraiger K. (2019). Can emotional intelligence be trained? A meta-analytical investigation. *Human Resource Management Review*, 29(2): 140-155. [Link]
- Mikaeeli N, Prviz Pourzoor P, Bazdar F & et al. (2017). Relationship Between Personality Characteristics and Academic Self-Handicapping Strategies For Coping With School Girls, *Journal of Educational Psychology Studies*, 14(25): 89-104 [Persian] [Link]
- Mohammadi M, Keshavarzi F, Heidari E. (2014). Presenting a causal model of the quality of the university environment, academic and social cohesion and academic burnout of students. *Psychological methods and models*, 4(16):11-28 [Persian] [Link]
- Molazemian M H, Saidi M, Karimi H. (2012). Relationship between nurse managers' emotional intelligence and their transformational leadership styles. 1(2): 63-69 [Persian] [Link]
- Naderi N, Bashlideh K, Mousavi F & et al. (2015). Investigating the role of emotional intelligence in predicting academic burnout; The first national conference on strategies for the development and promotion of educational sciences, psychology, counseling and education in Iran; Tehran [Link]
- Najafi A, Rahmanifar J, Tanhaye Rashvanloo F. (2017). Academic self-esteem, self-disability and academic burnout in students, 6th Congress of the Iranian Psychological Association, Tehran [Persian]
- Peymani Foroshani R, Askari P. (2019). The Relationship between Exam Anxiety and Emotional Intelligence with Academic Performance and Academic Burnout in Students of Islamic Azad University, Ahvaz Branch, *Journal of Educational leadership & administration*, 12(4): 59-73 [Persian] [Link]
- Ramezani A., Nazarian madavani Abbas. (2013). Program StudRelationship between Student's Emotional Intelligence, Fitness and Life Quality, *Applied research in sport management*, 2(1): 85-98 [Persian] [Link]
- Rostamogli Z, Khoshnoodnia Chomachaei B. (2013). Comparing academic conscience and academic burnout in students with and without learning disabilities, *Journal of Learning Disabilities*, 2(3): 18-37 [Persian] [http://jld.uma.ac.ir/article_125.html]
- Sadooghi M, Tamannaefar MR, Naseri J. (2017). The relationship between resilience, hope and emotional intelligence with academic burnout in students, *Learn & instruction study*, 9(1): 50-67 [Persian] [Link]
- Saeedipour P, Ghiaseddin M, Tanhaye Reshvanloo F. (2015). Dimensions of Self-handicapping and academic burnout in female students, *Contemporary psychology*, Special issue 10: 783-785 [Persian] [Link]
- Salmela-Aro K, Kiuru N, Pietikäinen E & Jokela J. (2008) Does School Matter? The Role of School Context in Adolescents' School- Related Burnout. *European Psychologist*, 13 (1): 12–23. [Link]
- Saranche M, Maktabi GH, Haji Yakhchali A. (2014). Casual Relationship of Personality Characteristics with Academic Burnout Mediating Academic Self-efficacy and Perceived Academic Stress in Students, *Psychological methods and models*, 5(17): 75-92 [Persian] [Link]
- Schaufeli WB, Martinez I, Pinto AM & et al. (2002). Burnout and engagement in university students: A crossnational study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33: 464–481.

- Thomas CL, Cassady JC & Heller ML. (2017). The influence of emotional intelligence, cognitive test anxiety, and coping strategies on undergraduate academic performance. *Learning and Individual Differences*, 55, 40-48. [Link]
- Tohidpour T. (2011). The relationship between emotional intelligence and self-efficacy with academic burnout in graduate students of Shahid Chamran University of Ahvaz. Unpublished master's thesis; Shahid Chamran University [Persian]
- Urdu T., & Midgley C. (2001). Academic self-handicapping: What we know, what more there is to learn? *Educational Psychology Review*, 13: 115–138 [Link]
- Weisinger H. (1998). *emotional intelligence at Work: the untapped edge for success*. Sanfrancisco, CA Lossey –Bass.
- Zabihollahi K, Gholamali Lavasani M, Ejei J. (2013). Relationship among Perceived Parenting Styles, EQ and Self-Handicapping, *Journal of Psychology*, 16(3): 339-354 [Persian] [Link]

