

رابطه استرس ادراک شده، کمال‌گرایی و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانشجویان

استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی غیرمستقیم و از طریق حمایت اجتماعی است.
کلیدواژه‌ها: کمال‌گرایی، حمایت اجتماعی، عملکرد تحصیلی، فرسودگی تحصیلی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۳/۰۷/۱۱

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۴/۰۴/۲۰

* نویسنده مسئول: seyed_mehdi_pourseyed@yahoo.com

سیدمهدی پورسید * MSc

گروه روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

محمدمسعود متولی MSc

گروه روان‌شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

سیدرضا پورسید MSc

گروه روان‌شناسی کودکان استثنایی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

زهرا پراهیمی MSc

گروه روان‌شناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد اصفهان، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

چکیده

اهداف: فرسودگی تحصیلی از مهم‌ترین مباحث قابل پژوهش در دانشگاه‌ها است و تشخیص متغیرهای پیش‌بینی‌کننده آن بسیار حایز اهمیت است. هدف این تحقیق، تعیین رابطه مستقیم و غیرمستقیم استرس ادراک شده، کمال‌گرایی و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان بود.

ابزار و روش‌ها: در این پژوهش غیرآزمایشی با طرح همبستگی، ۲۰۰ دانشجوی مقطع علوم پایه رشته پزشکی عمومی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار پژوهش، مقیاس استرس ادراک شده و پرسش‌نامه‌های کمال‌گرایی، حمایت اجتماعی فیلیپس و فرسودگی تحصیلی بود. تحلیل داده‌ها با نرم‌افزارهای SPSS 20 و AMOS 16 انجام شد. برای ارزیابی مدل پیشنهادی، روش ضریب همبستگی و تحلیل مسیر مورد استفاده قرار گرفت.

یافته‌ها: میانگین نمرات دانشجویان در استرس ادراک شده $25/46 \pm 6/13$ ، در کمال‌گرایی سازگاران $22/74 \pm 5/07$ ، در کمال‌گرایی ناسازگاران $17/22 \pm 5/61$ ، در حمایت اجتماعی $18/54 \pm 3/76$ ، در فرسودگی تحصیلی $40/70 \pm 10/29$ و در عملکرد تحصیلی $16/10 \pm 1/40$ بود. ضرایب همبستگی بین همه شاخص‌ها به جز رابطه کمال‌گرایی ناسازگاران با عملکرد تحصیلی، معنی‌دار بود. اثر استاندارد استرس ادراک شده به فرسودگی تحصیلی از طریق حمایت اجتماعی معنی‌دار نبود ($p=0/292$) و اثر استاندارد استرس ادراک شده به عملکرد تحصیلی از طریق حمایت اجتماعی معنی‌دار بود ($p=0/046$).

نتیجه‌گیری: استرس ادراک شده با حمایت اجتماعی رابطه مستقیم منفی و با فرسودگی تحصیلی رابطه مستقیم مثبت دارد. حمایت اجتماعی این دانشجویان نیز با عملکرد تحصیلی رابطه مستقیم مثبت دارد. رابطه کمال‌گرایی ناسازگاران با فرسودگی تحصیلی و همچنین رابطه کمال‌گرایی سازگاران با عملکرد تحصیلی مستقیم مثبت است. رابطه

دوماهنامه علمی - پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی

مقدمه

فراگیران در محیط‌های آموزشی در دستیابی به اهداف آموزشی خود با چالش‌های متعددی روبه‌رو می‌شوند. وقتی چنین چالش‌هایی منفی در نظر گرفته شوند، اثر زیان‌باری روی انگیزش، عملکرد تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی فراگیران خواهند داشت. به عبارتی دیگر، در حالی که حضور در دانشگاه برای بسیاری از دانشجویان تجربه‌های خوشایندی به همراه دارد، برای برخی دیگر از دانشجویان، تکالیف تحصیلی مانند آزمون‌ها، مقاله‌ها، ارایه مطالب و غیره منجر به فرسودگی تحصیلی دانشجویان خواهد شد. مکان‌های آموزشی به‌عنوان محل کار یادگیرندگان محسوب می‌شوند؛ هر چند یادگیرندگان در موقعیت‌های آموزشی به‌عنوان کارمند کار نمی‌کنند، اما از دیدگاه روان‌شناختی، فعالیت‌های آموزشی و درسی آنها را می‌توان به‌عنوان یک "کار" در نظر گرفت [۱]. فرسودگی در آغاز به‌عنوان یک اختلال مرتبط با شغل مشاهده شد، اما آموزشگاه هم جایی است که فراگیران در آن کارمند به‌حساب می‌آیند. آنها در زمان‌های معینی در کلاس حاضر می‌شوند و تکالیفی را برای گذراندن آزمون و نمره‌گرفتن انجام می‌دهند [۲]. فرسودگی تحصیلی به‌گونه‌ای زیان‌آور بر تعهد شناختی، علاقه‌مندی به مطالب درسی، مشارکت در فعالیت‌های کلاسی، احساس معنی در امور تحصیلی و احساس توانایی در فراگیری مطالب درسی تأثیر می‌گذارد و میزان این متغیر ناخواسته طی دوران دانشجویی افزایش می‌یابد [۳]. فرسودگی تحصیلی در دانشجویان به‌معنی ایجاد احساس خستگی نسبت به انجام تکالیف درسی و مطالعه، داشتن نگرش بدبینانه نسبت به تحصیل و مطالب درسی و احساس بی‌کفایتی تحصیلی است [۴]. در واقع، پاسخ و واکنش منفی نسبت به استرس‌های حاد و شدیدی است که در آن اغلب به‌دلیل خواسته‌های زیاد و خارج از توانی که از افراد می‌شود، احساس خستگی هیجانی و جسمانی در آنها ایجاد می‌کند [۵].

دانشجویان دچار شده به فرسودگی تحصیلی، انگیزه‌ای برای شرکت در فعالیت‌های کلاسی ندارند و ویژگی‌های رفتاری مانند غایب‌شدن، تاخیر در حضور در کلاس و ترک زودهنگام کلاس را از خود نشان می‌دهند. به‌علاوه، آنها در کلاس به مطالب درسی گوش نداده و در فعالیت‌های کلاسی گروهی شرکت نمی‌کنند. آنها اغلب برای کلاس و استاد احترامی قایل نبوده و برای عملکرد ضعیف

تحت تاثیر قرار می‌دهد، ب) فرسودگی تحصیلی می‌تواند میزان علاقه و اشتیاق دانشجویان را به ادامه تحصیل تحت تاثیر قرار دهد و ج) فرسودگی تحصیلی می‌تواند یک ابزار مهم و اساسی برای فهم اعمال گوناگون دانشجویان، مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد [۱۲]. بنا به این نکته اساسی، تشخیص متغیرهای پیش‌بینی‌کننده فرسودگی تحصیلی یکی از موضوع‌های اساسی در این زمینه است. بنابراین در این پژوهش قصد داریم رابطه مستقیم و غیرمستقیم استرس ادراک شده، کمال‌گرایی سازگاران و ناسازگاران و حمایت اجتماعی را با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی تعیین کنیم.

طبق نتیجه پژوهشی، استرس با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌دار دارد [۱۳]. همتی‌راد و سپاه‌منصور در پژوهشی که در مورد رابطه بین استرس و حمایت اجتماعی در دانشجویان انجام داده‌اند، به این نتیجه رسیده‌اند که حمایت اجتماعی در کاهش میزان استرس دانشجویان موثر است [۱۴]. علاوه بر این، بین کمال‌گرایی ناسازگاران با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد [۱۵]. نتایج پژوهشی دیگر در دانشجویان رشته پزشکی نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی یکی از مهم‌ترین عوامل تاثیرگذار بر عملکرد تحصیلی است [۱۶]. همچنین بین کمال‌گرایی مثبت و فرسودگی شغلی یک رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد، ولی بین کمال‌گرایی منفی و فرسودگی شغلی رابطه معنی‌دار وجود ندارد [۱۷]. در پژوهشی دیگر در مورد ارتباط فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دختر این نتیجه حاصل شده است که بین فرسودگی تحصیلی و زیرمقیاس‌های آن با عملکرد تحصیلی رابطه معنی‌داری وجود دارد [۱۸]. در پژوهشی که در مورد رابطه فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دوره متوسطه انجام شده، این نتیجه به‌دست آمده است که بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد [۱۹]. در یک پژوهش در مورد رابطه کمال‌گرایی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان این نتیجه حاصل شده است که کمال‌گرایی مثبت به‌طور منفی و معنی‌دار و کمال‌گرایی منفی به‌طور مثبت و معنی‌دار پیش‌بین فرسودگی تحصیلی است [۲۰].

در پژوهشی که در مورد دانشجویان انجام شده، این نتیجه به‌دست آمده است که کمال‌گرایی سازگاران با موفقیت علمی رابطه مثبت دارد [۲۱]. علاوه بر این، طبق یافته‌های پژوهش دیگر، کمال‌گرایی سازگاران و ناسازگاران با عملکرد تحصیلی به ترتیب یک رابطه مثبت و منفی دارد [۲۲]. یانگ در پژوهش خود به این نتیجه رسیده است که حمایت اجتماعی یک رابطه منفی و معنی‌دار با فرسودگی تحصیلی و یک رابطه مثبت و معنی‌دار با عملکرد تحصیلی دارد [۲۳]. آلیسون در مطالعه خود به این نتیجه رسیده است که کمال‌گرایی مثبت رابطه مثبت و معنی‌دار و کمال‌گرایی منفی رابطه منفی و معنی‌دار با عملکرد تحصیلی دانشجویان دارد [۲۴]. علاوه

تحصیلی خود بهانه‌تراشی می‌کنند. بنابراین حس مسئولیت‌پذیری و پاسخگویی در برابر عملکرد ضعیف خود در این افراد وجود ندارد [۶]. فرسودگی تحصیلی در موقعیت‌های آموزشی به‌عنوان احساس خستگی به‌دلیل تقاضاها و الزامات تحصیل (خستگی)، داشتن حسی بدبینانه و بدون علاقه نسبت به مطالب و تکالیف درسی (بی‌علاقگی) و نیز احساس پیشرفت شخصی ضعیف در امور درسی و تحصیلی (خودکارآمدی شخصی کاهش‌یافته) تعریف می‌شود [۷]. یکی از متغیرهای مهم اثرگذار بر فرسودگی و عملکرد تحصیلی که در این پژوهش به آن توجه شده است، کمال‌گرایی است. تحقیقات اخیر درباره کمال‌گرایی به این سازه همانند یک سازه چندبعدی می‌نگرند که شامل کمال‌گرایی سازگاران و کمال‌گرایی ناسازگاران است. کمال‌گرایی سازگاران شامل یک معیار بالای واقع‌گرایانه فردی، نظم و سازمان‌دهی و آرزوی بی‌نظیر بودن است. در مقابل، کمال‌گرایی ناسازگاران شامل معیارهای بالای غیرواقعی، نگرانی مفرط در مورد اشتباهات و ادراک عدم هماهنگی بین عملکرد و معیارهای فردی است. به‌طور کلی، کمال‌گرایی سازگاران با بهزیستی روان‌شناختی و عملکرد تحصیلی و شغلی مناسب مرتبط است، ولی کمال‌گرایی ناسازگاران با پریشانی، عزت نفس پایین و نشانه‌های بیماری ذهنی مرتبط است [۸].

یکی دیگر از متغیرهای اثرگذار بر فرسودگی و عملکرد تحصیلی، حمایت اجتماعی است. منظور از حمایت اجتماعی، قابلیت و کیفیت ارتباط با دیگران است که منابعی را در مواقع مورد نیاز فراهم می‌کند. طرح اندیشمند، حمایت اجتماعی را به‌عنوان "بی‌بردن فرد به اینکه از طرف دیگران به اعتقادات و احساسات او اهمیت داده و به‌عنوان یک شخص ارزشمند در نظر گرفته می‌شود" تعریف کرد [۹].

یکی دیگر از متغیرهای تاثیرگذار بر فرسودگی و عملکرد تحصیلی، استرس ادراک شده است. استرس ادراک شده عبارت است از واکنش بدن به تغییری که مستلزم سازگاری یا پاسخ جسمی، ذهنی یا هیجانی است. استرس می‌تواند به‌وسیله یک عامل یا محرک تنش‌زا ایجاد شود. سروکار داشتن با یک بیماری خطرناک یا مراقبت از فردی که علت یک استرس بزرگ است، می‌تواند ایجادکننده استرس باشد [۱۰]. فرسودگی هنگامی اتفاق می‌افتد که یک فرد برای یک دوره زمانی طولانی استرس را تجربه کند [۱۱].

نومن اعتقاد دارد که مبحث فرسودگی تحصیلی یکی از مهم‌ترین مباحث قابل پژوهش در دانشگاه‌ها است [۱۲]. نومن بر این باور است که برای فرسودگی تحصیلی دلایل مختلفی وجود دارد که مهم‌ترین آنها عبارتند از: الف) فرسودگی تحصیلی ارتباط دانشجویان را با دانشگاه و دانشکده تحت تاثیر قرار می‌دهد. به‌عنوان مثال فرسودگی تحصیلی تعهد دانشجویان را به دانشگاه و میزان همکاری آنها را در فعالیت‌های علمی بعد از اتمام تحصیل

بر این، در پژوهشی دیگر نتیجه حاصل این است که بین استرس ادراک شده با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنی دار و با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنی دار وجود دارد [۲۵].

در پژوهشی که در دانشجویان چینی صورت گرفته، این نتیجه حاصل شده است که کمال‌گرایی ناسازگارانه، فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. در حالی که کمال‌گرایی سازگارانه، عملکرد تحصیلی مطلوب را پیش‌بینی می‌کند [۷]. نتایج پژوهشی دیگر در دانشجویان پرستاری حاکی از این است که دانشجویانی که استرس زیادی را تجربه می‌کنند سطوح زیادتری از بیماری روان‌شناختی و فرسودگی تحصیلی را تجربه می‌کنند [۲۶]. بروس در پژوهش خود عنوان می‌کند که عوامل متعددی مانند نارسایی حمایت اجتماعی، استرس بیش از اندازه و ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌توانند باعث فرسودگی تحصیلی شوند [۱۱]. بین کمال‌گرایی ناسازگارانه و فرسودگی یک رابطه مثبت و بین کمال‌گرایی سازگارانه و فرسودگی یک رابطه منفی وجود دارد [۲۷]. در نهایت، همیل در پژوهش خود به این نتیجه رسیده است که حمایت همسالان در بهبود عملکرد تحصیلی و کاهش فرسودگی تحصیلی نقش تعیین کننده‌ای دارد، چون تأثیری عمیق بر رفتار روزمره دانشجو می‌گذارد [۲۸].

با توجه به اینکه در پژوهش‌های داخلی بیشتر به بررسی عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی پرداخته شده و همچنین با توجه به اینکه پژوهش‌های خارجی به رابطه متغیرهای درونی و بیرونی موثر بر فرسودگی و عملکرد تحصیلی پرداخته‌اند، در این پژوهش متغیرهای درونی یعنی کمال‌گرایی و استرس ادراک شده و متغیر بیرونی یعنی حمایت اجتماعی مورد توجه قرار می‌گیرند. بنابراین هدف اصلی این پژوهش، تعیین رابطه مستقیم و غیرمستقیم استرس ادراک شده، کمال‌گرایی و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان مقطع علوم پایه رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز بود.

ابزار و روش‌ها

پژوهش حاضر دارای طرح همبستگی از نوع تحلیل مسیر است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مقطع علوم پایه رشته پزشکی عمومی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ به تعداد ۳۰۳ نفر (۱۸۵ دانشجوی دختر و ۱۱۸ دانشجوی پسر) بود. روش نمونه‌گیری به صورت تصادفی طبقه‌ای بود که با توجه به نسبت تعداد دانشجو در هر جنسیت و در هر یک از پنج ترم مقطع علوم پایه رشته پزشکی، نمونه‌ای به تعداد ۲۰۰ دانشجو براساس جدول برآورد نمونه مورگان به صورت تصادفی انتخاب شدند.

به منظور جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز، از ابزارهای زیر استفاده شد:

(۱) پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی (ABI): در پژوهش‌های قبلی برای سنجش فرسودگی تحصیلی از پرسش‌نامه فرسودگی شغلی با

ایجاد کمی تغییر استفاده شده است [۲۹]. این پرسش‌نامه سه حیطه فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. عزیزی پایایی این پرسش‌نامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی تحصیلی ۰/۷۷، برای بی‌علاقگی تحصیلی ۰/۸۲، برای ناکارآمدی تحصیلی ۰/۶۶ و برای کل پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی ۰/۸۵ محاسبه کرده است [۲۸]. نعامی [۲۹] ضرایب روایی پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی را از طریق همبسته‌کردن آن با پرسش‌نامه فشارزاهای دانشجویی (پولادی ری شهری) [۳۰] به دست آورده است که برای سه حیطه به ترتیب برابر ۰/۳۸، ۰/۴۲ و ۰/۴۵ محاسبه شده که در سطح $p < 0/01$ معنی دار است. در پژوهش حاضر برای محاسبه پایایی پرسش‌نامه فوق از ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که به ترتیب مقادیر ۰/۸۶ و ۰/۸۰ به دست آمد. همچنین ضرایب روایی سازه این پرسش‌نامه با استفاده از محاسبه همبستگی ساده با یک سؤال ملاک محقق ساخته ۰/۵۱ محاسبه شد که در سطح $p < 0/05$ معنی دار بود.

(۲) پرسش‌نامه کمال‌گرایی مثبت و منفی (PI): کمال‌گرایی مثبت و منفی از طریق پرسش‌نامه کمال‌گرایی (مثبت و منفی) که توسط استابر و همکاران [۳۱] طراحی شده، ارزیابی شد. لازم به ذکر است با توجه به اینکه آزمودنی‌های پژوهش دانشجویان بودند و این پرسش‌نامه در مدرسه اجرا شده بود، تغییراتی جزئی در ماده‌های آن صورت گرفت. این پرسش‌نامه شامل دو بخش "تلاش برای به کمال رسیدن" و "واکنش‌های منفی نسبت به ناکامل بودن" است. استابر و همکاران ضرایب پایایی این پرسش‌نامه را از طریق روش آلفای کرونباخ برای دو بخش "تلاش برای به کمال رسیدن" و "واکنش‌های منفی نسبت به ناکامل بودن" به ترتیب ۰/۶۸ و ۰/۷۷ محاسبه کرده‌اند [۳۱]. بهروزی و همکاران ضرایب پایایی این پرسش‌نامه را از طریق روش آلفای کرونباخ برای دو بخش آن به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۰ محاسبه کرده است [۳۲]. در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف برای کمال‌گرایی مثبت به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۸۲ و برای کمال‌گرایی منفی به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۷۸ به دست آمد. ضرایب روایی سازه این پرسش‌نامه با استفاده از محاسبه همبستگی ساده با یک سؤال ملاک محقق ساخته ۰/۴۹ و ۰/۵۳ محاسبه شد که در سطح $p < 0/05$ معنی دار بود.

(۳) پرسش‌نامه حمایت اجتماعی فیلیپس (PSSI): این پرسش‌نامه توسط وکس و همکاران [۳۳] در سال ۱۹۸۶ تهیه شده است. این مقیاس دارای ۲۳ ماده است که سه حیطه خانواده، دوستان و سایرین را شامل می‌شود. همچنین حداقل و حداکثر نمره بین صفر و ۲۳ متغیر است و بالا بودن نمره در این پرسش‌نامه بیانگر حمایت اجتماعی بالاتر و پایین بودن نمره بیانگر حمایت اجتماعی پایین‌تر است. مشاک [۳۳] ضرایب پایایی این پرسش‌نامه را با دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۰ محاسبه کرده

فضیله‌های مبنی بر اثرات غیرمستقیم متغیرها نیز از روش بوت‌استرپ استفاده شد.

یافته‌ها

۱۲۰ نفر از آزمودنی‌ها (۶۰٪) دختر و ۱۷۸ نفر (۸۹٪) مجرد بودند. میانگین نمرات دانشجویان در استرس ادراک شده $25/46 \pm 6/13$ (بیشترین ۴۱ و کمترین ۹)، در کمال‌گرایی سازگارانه $22/74 \pm 5/07$ (بیشترین ۳۰ و کمترین ۷)، در کمال‌گرایی ناسازگارانه $17/22 \pm 5/61$ (بیشترین ۳۰ و کمترین ۶)، در حمایت اجتماعی $18/54 \pm 3/76$ (بیشترین ۲۳ و کمترین ۱)، در فرسودگی تحصیلی $40/70 \pm 10/29$ (بیشترین ۶۹ و کمترین ۱۹) و در عملکرد تحصیلی $16/10 \pm 1/40$ (بیشترین ۱۹/۴۰ و کمترین ۷/۵۰) بود. به‌جز رابطه کمال‌گرایی ناسازگارانه با عملکرد تحصیلی، کلیه ضرایب همبستگی به‌دست‌آمده بین متغیرهای پژوهش معنی‌دار بودند (جدول ۱).

جدول ۱) ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

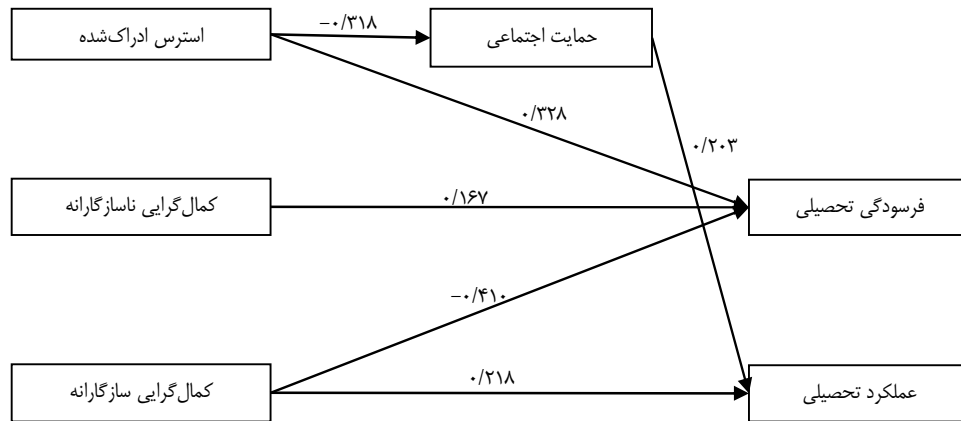
متغیرها	کمال‌گرایی کمال‌گرایی حمایت فرسودگی عملکرد	کمال‌گرایی ناسازگارانه اجتماعی تحصیلی	کمال‌گرایی ناسازگارانه حمایت اجتماعی فرسودگی تحصیلی	
استرس ادراک شده	۰/۲۲۳**	۰/۴۲۶**	-۰/۳۱۸**	۰/۴۹**
کمال‌گرایی سازگارانه	-	۰/۲۳**	۰/۱۵۸*	-۰/۴۴۷**
کمال‌گرایی ناسازگارانه	-	-	-۰/۲۴**	۰/۲۱۵**
حمایت اجتماعی	-	-	-	-۰/۲۶۵**
فرسودگی تحصیلی	-	-	-	-۰/۱۴۷*

* $p < 0/05$ و ** $p < 0/01$

با وجود اینکه مقادیر برخی شاخص‌های برازندگی مانند نیکویی برازش، برازندگی هنجار شده و برازندگی تطبیقی حاکی از برازش نسبتاً خوب الگوی اولیه با داده‌ها بود، اما بعضی از شاخص‌ها مانند نسبت مجذور کای به درجه آزادی، جذر میانگین مجذورات خطای تقریب، برازندگی توکر-لويس و نیکویی برازندگی تطبیقی، نیاز به بهبود الگوی اصلی را نشان دادند. مقدار شاخص مجذور کای کمتر از ۲ بیانگر برازش عالی مدل بود. همچنین شاخص برازندگی افزایشی و شاخص برازندگی مقایسه‌ای نزدیک به یک به‌دست آمد که بیانگر برازش بهتر مدل بود. شاخص ریشه خطای تقریب میانگین مجذورات نیز مبین برازش عالی مدل بود (نمودار ۱). اثر استاندارد استرس ادراک شده به فرسودگی تحصیلی از طریق حمایت اجتماعی معنی‌دار نبود ($p=0/292$) و اثر استاندارد استرس ادراک شده به عملکرد تحصیلی از طریق حمایت اجتماعی معنی‌دار بود ($p=0/046$).

است و برای تعیین روایی این پرسش‌نامه نمره کل آزمون و آزمون اضطراب اجتماعی را همبسته کرد و ضریب همبستگی $0/17$ - به‌دست آمد. در پژوهش حاضر ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف برای پرسش‌نامه حمایت اجتماعی فیلیس به ترتیب مقادیر $0/75$ و $0/75$ به‌دست آمد. همچنین ضرایب روایی سازه این پرسش‌نامه با استفاده از محاسبه همبستگی ساده با یک سؤال ملاک محقق ساخته $0/51$ محاسبه شد که در سطح $p < 0/05$ معنی‌دار بود. (۴) مقیاس استرس ادراک شده (PSS): این مقیاس در سال ۱۹۸۳ توسط کوهن و همکاران [۳۴] تهیه شده و دارای سه نسخه ۴، ۱۰ و ۱۴ ماده‌ای است که در پژوهش حاضر از نسخه ۱۴ ماده‌ای استفاده شد. این مقیاس برای سنجش استرس عمومی درک شده در یک ماه گذشته به‌کار می‌رود و افکار و احساسات درباره حوادث استرس‌زا، کنترل، غلبه، کنار آمدن با فشار روانی و استرس‌های تجربه شده را مورد سنجش قرار می‌دهد. همچنین این مقیاس، عوامل خطرزا در اختلال‌های رفتاری را بررسی کرده و فرآیند روابط تنش‌زا را نشان می‌دهد. نمره بالاتر نشان‌دهنده استرس ادراک شده بیشتر است. در یک تحقیق، ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس $0/74$ محاسبه شده است [۲۵]. در پژوهش حاضر برای محاسبه پایایی پرسش‌نامه استرس ادراک شده از ضرایب آلفای کرونباخ و تنصیف استفاده شد که به ترتیب مقادیر $0/73$ و $0/74$ به‌دست آمد. همچنین ضرایب روایی سازه این پرسش‌نامه با استفاده از محاسبه همبستگی ساده با یک سؤال ملاک محقق ساخته $0/63$ محاسبه شد که در سطح $p < 0/05$ معنی‌دار بود.

برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزارهای آماری SPSS 20 و AMOS 16 استفاده شد. برای تحلیل مقدماتی داده‌ها، آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره) و برای ارزیابی مدل پیشنهادی، روش ضریب همبستگی و تحلیل مسیر مورد استفاده قرار گرفت. همچنین برای برازش الگوی پیشنهادی از شاخص‌های برازندگی استفاده شد و شاخص‌های برازندگی مانند شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازندگی هنجار شده (NFI)، شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)، شاخص نسبت مجذور کای به درجه آزادی (χ^2/df)، جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA)، شاخص برازندگی توکر-لويس (TLI)، شاخص نیکویی برازندگی تطبیقی (AGFI) و برازندگی افزایشی (IFI) مورد بررسی قرار گرفت. لازم به توضیح است که شاخص مجذور کای که یک شاخص برازندگی مطلق مدل به حساب می‌آید، هر چه از صفر بزرگتر باشد برازندگی مدل کمتر می‌شود که تحت تاثیر حجم نمونه است و در حجم بالای نمونه تقریباً همیشه مدل رد می‌شود [۳۵]. شاخص ریشه خطای تقریب میانگین مجذورات (RMSEA) نیز یکی دیگر از شاخص‌های برازندگی است که ریشه دوم میانگین مجذورات باقی‌مانده است و به‌عنوان تابعی از مقدار کواریانس تفسیر می‌شود [۳۶]. برای بررسی



نمودار ۱) مدل نهایی رابطه مستقیم و غیرمستقیم استرس ادراک شده، کمال‌گرایی سازگارانه و ناسازگارانه، حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی

بحث

نسبت به دفعات قبل کمتر می‌شود و مهم‌تر اینکه عزت نفس خود را از دست می‌دهند و به همین ترتیب، واکنش‌های منفی گوناگونی را از خود نشان می‌دهند. از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر این بود که رابطه کمال‌گرایی ناسازگارانه با عملکرد تحصیلی معنی‌دار نبود. معنی‌دار نبودن رابطه کمال‌گرایی ناسازگارانه با عملکرد تحصیلی در این پژوهش را می‌توان مربوط به پیچیدگی عوامل تاثیرگذار بر عملکرد تحصیلی دانست.

نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که کمال‌گرایی سازگارانه با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی دارد. این نتیجه با پژوهش ژانگ و همکاران [۷] هماهنگ است. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که کمال‌گرایان سازگار از تلاش‌های دشوار لذت می‌برند، به‌گونه‌ای انعطاف‌پذیر برای موفقیت تحصیلی مبارزه می‌کنند، محدودیت‌های شخصی و موقعیتی را می‌پذیرند و هدف‌های چالش‌انگیز و در عین حال منطقی برای خود تعیین می‌کنند [۳۸]. این پژوهش نشان داد که کمال‌گرایی سازگارانه با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت دارد. دانشجویان کمال‌گرای مثبت برای رسیدن به استانداردهای بالا تلاش‌های زیادی را نشان می‌دهند. چنین دانشجویانی زمانی که یک تکلیف درسی را انجام می‌دهند فارغ از ارزشی که آن تکلیف درسی برای آنها دارد، احساس خوشایندی را تجربه می‌کنند و عملکرد تحصیلی آنها نسبت به دانشجویان کمال‌گرای ناسازگار مناسب‌تر است.

طبق نتایج این پژوهش استرس ادراک شده با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت دارد. این یافته با نتایج پژوهش دوران و همکاران [۲۵] مطابقت دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که فرسودگی موجب از بین رفتن انرژی و تحلیل منابع فردی می‌شود. همچنین به نظر می‌رسد فرسودگی نتیجه‌ای از افزایش سطح برانگیختگی، احساس ناکارآمدی، کسالت، فشارهای روانی و غیره باشد. نتیجه پژوهش حاضر نیز نشان داد که استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی

هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه مستقیم و غیرمستقیم استرس ادراک شده، کمال‌گرایی و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز بود. نتایج پژوهش نشان داد که استرس ادراک شده با حمایت اجتماعی رابطه منفی دارد. این نتیجه با یافته‌های پژوهش هم‌تی‌راد و سپاه‌منصور [۱۴] مطابقت دارد. حمایت اجتماعی از افراد در برابر تجارب استرس‌زا حمایت می‌کند. در واقع، حمایت اجتماعی باعث پیشگیری یا تقلیل عوامل استرس‌زا از طریق تدارک منابع بیشتر برای مقابله با استرس می‌شود [۳۷]. طبق نتایج این پژوهش، حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی رابطه معنی‌دار ندارد. این نتیجه با نتایج پژوهش بروس [۱۱] هماهنگی ندارد. حمایت اجتماعی یکی از مهم‌ترین انواع روابط اجتماعی است و برخورداری از آن و ادراک و تصور آن و همچنین نیاز به آن با توجه به سن، جنس، شخصیت و حتی فرهنگ می‌تواند متفاوت باشد. طبق نتایج این پژوهش حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت دارد. این یافته با نتایج پژوهش فخاریان و همکاران [۱۶] همسو است. حمایت اجتماعی یک متغیر مهم محیطی در تبیین عملکرد تحصیلی فراگیران است، زیرا حمایت اجتماعی تأثیری عمیق بر رفتار روزمره دانشجو می‌گذارد. اگر دانشجویی خستگی هیجانی جدی داشته باشد، از لحاظ هیجانی خسته، تحریک‌پذیر و ناامید خواهد شد و عملکرد تحصیلی نامطلوبی را از خود نشان خواهد داد.

نتایج نشان داد که کمال‌گرایی ناسازگارانه با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت دارد. این یافته با نتیجه پژوهش ژانگ و همکاران [۷] مطابقت دارد. کمال‌گرایان ناسازگار با توجه به اینکه معیارهای غیرواقعی‌بینانه و در حد بالاتر از توان خود انتخاب کرده‌اند، تلاش می‌کنند اما به این معیارها نمی‌رسند. به همین دلیل، تلاش‌هایشان

همسالان به‌طور کافی حمایت شوند، زیرا استرس یکی از عوامل مهم در فرسودگی تحصیلی فراگیران است. همچنین با توجه به نقش مهم حمایت اجتماعی در فرسودگی تحصیلی، به خانواده‌ها، اعضای دانشکده و دانشگاه و همسالان پیشنهاد می‌کنیم که دانشجویان به‌خصوص آنهایی که به دلایل مختلف در امر تحصیل آسیب‌پذیرتر هستند را حمایت کنند و مشکلات آنها را جویا شوند و در حل مشکلات آنها تلاش نمایند. بنابراین از ایجاد فرسودگی تحصیلی جلوگیری می‌شود و عملکرد تحصیلی آنها بهبود می‌یابد. پیشنهاد بعدی به خانواده‌ها و اساتید محترم این است که از ایجاد شرایطی که در آنها دانشجویان دچار کمال‌گرایی منفی می‌شوند، پیشگیری کنند (مانند اینکه در اثر اولین اشتباه کوچک، آنها را سرزنش نکنند و از آنها نخواهند که در همه زمینه‌ها کامل و بی‌نقص باشند، بلکه سعی کنند توانایی‌ها، محدودیت‌ها و شرایط واقعی آنها را در نظر بگیرند). بنابراین کمال‌گرایی منفی در فراگیران کاهش می‌یابد و دچار فرسودگی تحصیلی نمی‌شوند.

نتیجه‌گیری

استرس ادراک شده دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز با حمایت اجتماعی رابطه مستقیم منفی و با فرسودگی تحصیلی رابطه مستقیم مثبت دارد. حمایت اجتماعی این دانشجویان نیز با عملکرد تحصیلی رابطه مستقیم مثبت دارد. رابطه کمال‌گرایی ناسازگارانه با فرسودگی تحصیلی مستقیم مثبت و رابطه کمال‌گرایی سازگارانه با عملکرد تحصیلی مستقیم مثبت است. رابطه استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی غیرمستقیم و از طریق حمایت اجتماعی است.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از دانشجویانی که در انجام این پژوهش یاری‌رسان بودند و شرکت نمودند، سپاسگزاری می‌شود.
تاییدیه اخلاقی: مجوز از مراجع ذی‌صلاح دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز اخذ شده است.

تعارض منافع: موردی توسط نویسندگان گزارش نشده است.
منابع مالی: موردی توسط نویسندگان گزارش نشده است.

منابع

- 1- Salmela-Aro K, Savolainen H, Holopainen L. Depressive symptoms and school burnout during adolescence: evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *J Youth Adolesc.* 2009;38(10):1316-27.
- 2- Modin B, Ostberg V, Toivanen S, Sandell K. Psychosocial working conditions, school sense of coherence and subjective health complaints. A multilevel analysis of ninth grade pupils in the Stockholm area. *J Adolesc.* 2011;34(1):129-39.
- 3- Rudman A, Gustavsson JP. Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: A longitudinal study. *Int J*

رابطه معنی‌دار ندارد. یافته به‌دست‌آمده با نتایج پژوهش دوران و همکاران [۲۵] هماهنگی ندارد. معنی‌دار نبودن رابطه استرس ادراک شده با عملکرد تحصیلی در این پژوهش را می‌توان به پیچیدگی عوامل تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی و خودگزارشی نادرست بعضی از دانشجویان مربوط دانست.

همچنین در پژوهش حاضر، اثر غیرمستقیم استرس ادراک شده بر فرسودگی تحصیلی از طریق حمایت اجتماعی مورد تأیید واقع نشد. فرسودگی تحصیلی در این پژوهش و برخی از پژوهش‌های داخلی و خارجی دیگر به‌عنوان پدیده‌ای سه‌بعدی (خستگی هیجانی، بی‌علاقگی و احساس ناکارآمدی شخصی) در نظر گرفته شده است و هر یک از این ابعاد به‌ویژه احساس ناکارآمدی نقش موثری در تبیین عملکرد تحصیلی دانشجویان دارند. از سوی دیگر، در تعداد کمی از پژوهش‌های دیگر فرسودگی تحصیلی به‌عنوان پدیده‌ای دوی‌بعدی (خستگی هیجانی و بی‌علاقگی) در نظر گرفته شده است و برای آن بُعد سوم یعنی احساس ناکارآمدی شخصی در نظر گرفته نشده است. بُعد احساس ناکارآمدی شخصی دارای اهمیت ویژه‌ای است و در نظر گرفتن آن به‌عنوان بُعد سوم فرسودگی تحصیلی می‌تواند باعث متفاوت بودن نتایج پژوهش‌ها شود. نتیجه پژوهش حاضر همچنین نشان داد که استرس ادراک شده به‌طور غیرمستقیم از طریق حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی رابطه دارد. این یافته با یافته‌های پژوهش حافظی و همکاران [۱۳] همسو است. می‌توان چنین استدلال کرد که شاید استرس ادراک شده یکی از مهم‌ترین عوامل موثر در عملکرد تحصیلی و شغلی افراد است. اگر فراگیران در فرآیند یادگیری‌شان به دلایل گوناگون استرس بیش از حد را تجربه کنند و این استرس از راه‌های مناسب مدیریت نشود، عملکرد تحصیلی آنها به‌مرور زمان تضعیف می‌شود. بنابراین به‌منظور بهبود عملکرد تحصیلی فراگیران که یکی از عمده‌ترین اهداف نظام آموزشی جوامع است، باید استرس ایجاد شده در آنها توسط خودشان و سایرین کاهش یابد.

این مطالعه نیز مانند سایر پژوهش‌ها دارای برخی محدودیت‌ها بود که در پژوهش‌های آینده باید به آنها توجه کرد. از محدودیت‌های این پژوهش عبارت بودند از: (۱) در این پژوهش، معدل تحصیلی به‌عنوان تنها شاخص عملکرد تحصیلی در دانشجویان بود و ملاک دیگری در دسترس نبود، (۲) تنها ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش، پرسش‌نامه بود که جنبه خودگزارشی دارد. به همین دلیل خالی از اشکال و سوگیری در پاسخ‌گویی نیست و (۳) این پژوهش روی دانشجویان مقطع پایه رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز انجام شد، بنابراین در تعمیم نتایج به مقاطع دیگر، شهرها و دانشگاه‌های دیگر باید احتیاط نمود.

با توجه به نتایج این پژوهش، به اساتید محترم پیشنهاد می‌کنیم که به‌منظور پیشگیری یا مهار فرسودگی تحصیلی، دانشجویانی که به دلایل مختلف استرس دارند، از طرف خانواده، معلمان، اساتید و

- average satisfaction among cluster of perfectionists and nonperfectionists. *J Couns Psychol.* 2004;51(2):192-200.
- 23- Yang HJ. Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *Int J Educ Dev.* 2004;24(3):283-301.
- 24- Alison R. The relationship of positive and negative perfectionism to academic achievement, achievement motivation, and well-being in tertiary students [Dissertation]. University of Conterbury; 2005.
- 25- Duran A, Extremera N, Berrocal PF, Montalban M. Predicting academic burnout and engagement in educational setting: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema.* 2006;18(1):158-64.
- 26- Watson R, Deary I, Thompson D, Li G. A study of stress and burnout in nursing students in Hong Kong: A questionnaire survey. *Int J Nurs Stud.* 2008;45(10):1534-42.
- 27- Taris TW, Van Beek I, Schaufeli WB. Why do perfectionists have a higher burnout risk than other? The meditational effect of workaholism. *Rom J Appl Psychol.* 2010;12(1):1-7.
- 28- Hayati D, Ogbahi A, Hoseini Ahangari SA, Azizi Abarghuei M. Investigating the relationships between quality of learning experiences' components and self-efficacy on academic burnout among students of Allamme Tabatabaei university of Tehran. *Educ Devel Jundishapur.* 2012;3(4):18-29. [Persian]
- 29- Charkhabi M, Azizi Abarghuei M, Hayati D. The association of academic burnout with self-efficacy and quality of learning experience among Iranian students. *Springerplus.* 2013;2:677.
- 30- Pooladi Ryshahri R. Construct and validate a scale stressors at student of Shahid Chamran University [Dissertation]. Ahvaz: Shahid Chamran Ahvaz University, Educational Sciences & Psychology Faculty; 1995. [Persian]
- 31- Stoeber J, Otto K, Pescheck E, Becker C, Stoll O. Perfectionism and competitive anxiety in athletes: Differentiating striving for perfection and negative reaction to to imperfection. *Personality Individual Differences.* 2007;42(6):959-69.
- 32- Behroozy N, Shehni Yeylugh M, Alizadeh Y. Relationship of attachment to parent and peers with perfectionism and academic performance in the public high school students of Ilam. *J Educ Psychol Stud.* 2013;10(17):23-50. [Persian]
- 33- Asgari P. Handbook of Cognitive Psychology Tests. Ahwaz: Islamic Azad University Press; 2009.
- 34- Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav.* 1983;24(4):385-96.
- 35- Arnold A, Lewis J, Maximovich A, Ickovics J, Kershaw T. Antecedents and consequences of caregiving structure on young mothers and their infants. *Matern Child Health J.* 2011;15(7):1037-45.
- 36- Human HA. Structural equation modeling with LISREL software application. Tehran: SAMT Press; 2005.
- 37- Au A, Lai MK, Lau KM, Pan PC, Lam L, Thompson L, Gallagher-Thompson D. Social support and well-being in dementia family caregivers: The mediating role of self-efficacy. *Aging Ment Health.* 2009;13(5):761-8.
- 38- Harris PW, Pepper CM, Maack DJ. The relationship between maladaptive perfectionism and depressive symptoms: The mediating role of rumination. *Personality Individual Differences.* 2008;44(1):150-60.
- Nurs Stud. 2012;49(8):988-1001.
- 4- David AP. Examining the relationship of personality and burnout in college students: The role of academic motivation. *Educ Meas Eval Rev.* 2010;1:90-104.
- 5- Mazerolle SM, Monsma E, Dixon C, Mensch J. An assessment of burnout in graduate assistant certified athletic trainers. *J Athl Train.* 2012;47(3):320-8.
- 6- Qinyi T, Jiali Y. An analysis of the reason on learning burnout of junior high school students from the perspective of cultural capital theory: A case study of mengzhe town in Xishuangbanna China. *Procedia-Soc Behav Sci.* 2012;46:3727-31.
- 7- Zhang Y, Gan Y, Cham H. Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis. *Personal Individ Diff.* 2007;43:1529-40.
- 8- Melrose S. Perfectionism and depression: Vulnerabilities nurses need to understand. *Nurs Res Pract.* 2011;2011:858497.
- 9- Baqutayan S. Stress and Social Support. *Indian J Psychol Med.* 2011;33(1):29-34.
- 10- Ranabir S, Reetu K. Stress and hormones. *Indian J Endocrinol Metab.* 2011;15(1):18-22.
- 11- Bruce SP. Recognizing stress and avoiding burnout. *Curr Pharm Teach Learn.* 2009;1(1):57-64.
- 12- Neumann Y. Quality of learning experience and students college outcomes. *Int J Educ Manag.* 1990;7(1):1-16.
- 13- Hafezi F, Ahadi H, Enayati M, Najjariyan B. The causal relationship between challenge and hindrance stress, burnout, motivation to learn with performance in Ahwaz Islamic Azad University. *Knowl Res Appl Psychol.* 2007;32(0):145-66. [Persian]
- 14- Hematirad G, Sepah Mansur M. The relationship between stress and social support among university students in Tehran. *Thought Behav Clin Psychol.* 2008;2(7):79-86. [Persian]
- 15- Afshar H, Roohafza HR, Sadeghi M, Saadaty AR, Salehi M, Motamedi M, et al. Positive and negative perfectionism and their relationship with anxiety and depression in Iranian school students. *J Res Med Sci.* 2011;16(1):79-86.
- 16- Tagharrobi Z, Fakharian E, Mirhossieni F, Rasoulnejad SA, Akbari H, Ameli H. Miserable outputs of a faculty and its related factors. *Iran Q Educ Strateg.* 2011;3(4):183-8. [Persian]
- 17- Hajloo N, Sobhi Ghmelki N, Rahbar Tarmseri M, Haghightgoo M. Survey the relationship between perfectionism and job burnout in nurses. *J Guilan Uni Med Sci.* 2011;20(77):23-30. [Persian]
- 18- Mikaeili N, Afrooz G, Gholizadeh L. The relationship self-concept and academic burnout with academic performance of girl students. *J School Psychol.* 2013;1(4):124-30.
- 19- Azimi M, Piri M, Zavvar T. Relationship of academic burnout and self-regulated learning with academic performance of high school students. *Res Curric Plan.* 2013;10(11):116-28. [Persian]
- 20- Chang E, Lee A, Byeon E, Lee SM. Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students. *Personal Individ Diff.* 2015;82:221-6.
- 21- Bieling PJ, Israeli A, Smith J, Antony MM. Making the grade: The behavioral consequences of perfectionism in the classroom. *Personality Individual Differences.* 2003;35(1):163-78.
- 22- Grzegorek JL, Slaney RB, Franze S, Rice KG. Self-criticism, dependency, self-esteem, and grade point