

بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان

دانشگاه بوعلی سینا در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶

جوادهدایتی منظور^۱، سعیدشریفی رهنمو^۲، مجیدمحمدیان شمیم^۳، مجیدشریفی رهنمو^۴

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۲/۲۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۱۲/۲۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا همدان می‌باشد که در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ مشغول به تحصیل بوده و حجم جامعه موردنظر ۷۰۸۷ نفر می‌باشد. روش این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است که از طریق نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی ۴۶۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند و برای جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز از دو پرسشنامه استاندارد، آزمون مهارت‌های ارتباطی و آزمون فرسودگی تحصیلی استفاده شده است. روایی پرسش‌نامه‌ها روایی محتوایی می‌باشد و پایایی آن‌ها با بهره‌گیری از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۸۳ محاسبه شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از روش‌های آمار استنباطی همچون آزمون t تک گروهی و آزمون ضریب همبستگی پیرسون در محیط نرم افزار spss تجزیه و تحلیل شد. براساس نتایج حاصله از این پژوهش، میانگین مهارت‌های ارتباطی ۲/۶۲ و میانگین فرسودگی تحصیلی ۱/۴۲ می‌باشد که پژوهش حاضر نشان می‌دهد ارتباط معنی‌دار معکوسی بین مهارت ارتباطی و فرسودگی تحصیلی وجود داشت؛ به طوری که افرادی که مهارت ارتباطی بالاتری داشتند، فرسودگی تحصیلی کمتری را گزارش نمودند.

واژگان کلیدی: مهارت‌های ارتباطی، فرسودگی تحصیلی، دانشجویان

۱- کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی درسی (نویسنده مسئول) javadHedayati2015@gmail.com

۲- کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی درسی

۳- کارشناسی ارشد بهسازی و منابع انسانی

۴- کارشناسی ارشد برنامه‌ریزی درسی

مقدمه

همه ساله دانشجویان زیادی با شوق و رغبت و امید به آینده وارد مراکز آموزش عالی می‌شوند. علیرغم اینکه انتظار می‌رود این شوق و انگیزه ادامه یابد تا به بهترین نحوی به اعتلای فردی و جامعه کمک نماید، دانشجویان دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند، از آنجایی که دانشگاه نقش مهمی را در تربیت نیروی انسانی لازم برای رشد و پیشرفت جامعه ایفا می‌کند و مهم‌ترین پایگاه علمی و مرکز پرورش نیروی متخصص، آگاه و باتجربه به شمار می‌رود، لذا نظام آموزش عالی باید شرایطی را فراهم کند تا دانشجویان با اشتیاق و علاقه، اطمینان و احساس کارآمدی بتوانند به کسب یادگیری مداوم بپردازند و در آینده هم با شور و انگیزه و امید، به زندگی خویش ادامه دهند. یکی از عوامل مهم کاهش انگیزش و افت عملکرد دانشجویان مراکز آموزش عالی که زمینه‌ساز پیامدهای منفی چون کاهش رشد و پیشرفت دانشجویان، افسردگی، کاهش سلامت روانی بوده و اخیراً مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است، فرسودگی تحصیلی می‌باشد (فلسفی نژاد و همکاران، ۱۳۹۲).

فرسودگی تحصیلی^۱، حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که حاصل سندرم استرس مزمن مانند گرانباری نقش، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم برای انجام وظایف و تکالیف محوله است، فرسودگی تحصیلی در موقعیت‌های آموزشی با ویژگی‌هایی مانند؛ خستگی ناشی از الزامات مربوط به مطالعه، رشد حس و نگرش بدبینانه و بدون حساسیت نسبت به مطالب درسی و نیز احساس پیشرفت شخصی ضعیف در امور درسی و تحصیلی مشخص می‌شود. فرسودگی تحصیلی شامل سه حیطه: خستگی تحصیلی، بدبینی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی می‌شود (دمورتی^۲ و همکاران، ۱۳۹۱).

1-Academic burnout

2-Demerouti

واژه فرسودگی، نخستین بار توسط روان‌پزشکی به نام فروید نبرگر^۱ در سال ۱۹۷۴ ابداع شد. در حقیقت، این واژه به معنای پیدایش نگرش، رفتار و احساس منفی در مقابل فشارهای شدید روانی مرتبط با کار است و این حالت بیشتر در افرادی پدید می‌آید که ساعت‌های طولانی از روز را در ارتباط تنگاتنگ با سایر افراد به سر می‌برند. این افراد پس از مدتی فرسوده شده، علائم فرسودگی شامل ابعاد سه‌گانه خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کاهش احساس موفقیت فردی را از خود بروز می‌دهند (واتزا و رابرتسنا، ۲۰۱۱؛ به نقل از رستمی، عابدی و اسکافلی، ۱۳۹۰). منظور از خستگی هیجانی، تجربه‌های حساس تنش‌زا، به‌ویژه احساس خستگی مزمن، ناشی از کار بیش از اندازه است. مسخ شخصیت، ایجاد نگرش بی‌تفاوت نسبت به کار و افرادی که فرد با آن‌ها کار می‌کند و از دست دادن علاقه به کار و بی‌معنا دانستن آن است. کارایی پایین شغلی، احساس شایستگی پایین و نیز احساس پایین کسب موفقیت هم در شغل و هم در سازمان را در بر می‌گیرد (ماسلاچ^۲ و لیتر^۳، ۲۰۰۱؛ به نقل از مصراآبادی، پلنگی و فتحی، ۱۳۹۱).

مهارت‌های ارتباطی به منزله آن دسته از مهارت‌هایی است که به واسطه آن‌ها افراد می‌توانند درگیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط شوند؛ یعنی فرایندی که افراد طی آن اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادله کلامی و غیرکلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند؛ مهارت‌های ارتباطی شامل مهارت‌های متفاوتی هستند که مهم‌ترین آن‌ها مهارت‌های کلامی، گوش دادن موثر و بازخورد است (چاری و دلاورپور، ۱۳۸۷).

افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً علائمی مانند بی‌اشتهایی نسبت به مسائل درسی، ناتوانی در ادامه حضور در کلاس‌های درس، غیبت‌های مکرر، مشارکت

نکردن در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی و در نهایت افت تحصیلی را تجربه می‌کنند (نعامی، ۱۳۸۸). فرسودگی تحصیلی با بعضی مفاهیم رایج هم‌پوشی دارد. خستگی هیجانی که با علائمی مانند تحلیل رفتگی، اختلال خواب، نگرانی و نشخوار ذهنی شناخته می‌شود، شبیه استرس و اضطراب است (بیگلی، ۱۹۹۳؛ مک‌نامارا، ۲۰۰۰). بدبینی، کاهش پیشرفت و افت عملکرد شخصی که دارای ویژگی‌هایی نظیر؛ از دست دادن شوق و اشتیاق، بی‌علاقگی و احساس ناامیدی و بی‌کفایتی است به نشانگان افسردگی شبیه است. البته باید در نظر داشت که خستگی و اضطراب و علائم افسردگی به یک موقعیت ویژه مربوط نمی‌شود اما فرسودگی تحصیلی متغیری وابسته به موقعیت خاص است، یعنی فرسودگی تنها در موقعیت مدرسه اندازه‌گیری می‌شود (کلی، ۲۰۱۰). برخلاف فرسودگی شغلی مطالعه درباره فرسودگی تحصیلی و عوامل مؤثر بر آن ناشناخته‌اند. شناسایی این پدیده و متغیرهای مربوط به آن در بین دانشجویان، آگاهی نهادهای تصمیم‌گیرنده و خانواده‌هایشان را افزایش داده و راه را برای پیش‌گیری از فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان هموار می‌سازد. از متغیرهای مرتبط با فرسودگی تحصیلی حمایت اجتماعی است که در دانشگاه‌های مختلف از میزان متفاوتی برخوردار است. منظور از حمایت اجتماعی قابلیت و کیفیت ارتباط با دیگران است که منابع را در مواقع مورد نیاز برای فرد فراهم می‌کند. از سوی دیگر، مدارک و شواهد نشان می‌دهد که بین ارتباطات مؤثر و میزان تولید یا بازدهی افراد رابطه مستقیم وجود دارد (رابینز، استیون؛ ترجمه اعرابی و پارساییان، ۱۳۹۰). مهارت‌های ارتباطی آن دسته از مهارت‌هایی هستند که افراد می‌توانند با کمک آن‌ها درگیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط شوند و شامل مهارت‌های متفاوتی هستند که مهم‌ترین آن‌ها مهارت‌های کلامی، گوش دادن مؤثر و بازخورد است (چاری و دلاورپور، ۱۳۸۷).

مهارت کلامی عبارت است از به کارگیری آگاهانه نمادهای کلامی به منظور ترغیب دیگران به انجام کار، گوش دادن موثر، توانایی شخص در توجه به پیشنهادها، نظرات و ... می‌باشد. بنابراین، سؤال اصلی پژوهش حاضر عبارتست از اینکه، بین مهارت‌های ارتباطی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا چه ارتباطی وجود دارد؟

اهمیت و ضرورت پژوهش

فرسودگی تحصیلی دانشجویان بنا به دلایل مختلف یکی از عرصه‌های مهم تحقیقاتی در محیط‌های آموزشی است. یکی این که فرسودگی تحصیلی دانشجویان کلید درک دامنه گسترده‌ای از رفتارهای آنان مانند؛ عملکرد تحصیلی، ترک تحصیل و نحوه گذراندن واحدهای درسی در دوران تحصیل می‌باشد. دلیل دوم این است که فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان احتمالاً بر رابطه آتی آنان با دانشگاه تاثیرگذار است و در نهایت پدیده فرسودگی تحصیلی دانشجویان می‌تواند شور و اشتیاق آنان برای ادامه تحصیل و به‌طور کلی آینده آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. بنابراین، در کشور ما علیرغم پژوهش‌های بسیاری که در زمینه فرسودگی شغلی در مشاغل گوناگون از جمله فرسودگی شغلی معلمان، مدیران، پرستاران، مشاوران و کارگران کارخانه‌ها انجام شده و این پژوهش‌ها دارای پشتوانه نظری هستند (ساعتچی، ۱۳۸۹). در رابطه با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان تحقیقات بسیار اندک است. از سوی دیگر، این پژوهش‌ها به دنبال یافتن رابطه این پدیده با متغیرهای گوناگون از جمله خودکارآمدی (حیاتی، عگبھی، حسینی آهنگری و عزیز ابرقویی، ۱۳۹۱) کیفیت تجارب یادگیری (نعامی، ۱۳۸۸) خودپنداره (میکائیلی، افروز و قلیزاده، ۱۳۹۱) بوده و کم‌تر به بررسی وضعیت آن در بین دانشجویان دختر و پسر پرداخته‌اند. از آنجا که فرسودگی تحصیلی دانشجویان می‌تواند به عنوان یک عامل بازدارنده، سطح کارایی دانشجویان را کاهش می‌دهند. بررسی وضعیت مهارت‌های ارتباطی دانشجویان و نیز

فرسودگی تحصیلی آنان ضروری به نظر می‌رسد و می‌تواند، مقدمه‌ای بر تلاش در جهت بهبود کیفیت محیط تحصیلی و برنامه‌ریزی برای ارتقاء سطح سلامت روانی دانشجویان و مشارکت مشتاقانه آنان در امور تحصیلی شود و به برنامه‌های پیشگیرانه و مقابله‌ای در این زمینه کمک کند.

مهارت‌های ارتباطی در زندگی انسان بسیار مهم است. هیچ یک از توانمندی‌های بالقوه انسان، جز در سایه روابط بین فردی رشد نمی‌کند. فراگیری روابط بین فردی صحیح، اهمیت بسزایی در ایجاد سلامت روانی، رشد شخصیت، هویت‌یابی، افزایش بهره‌وری شغلی، افزایش سازگاری و خودشکوفایی دارد. افرادی که از مهارت‌های ارتباطی ضعیف‌تری برخوردارند، کم‌تر از سوی اطرافیان خود پذیرفته می‌شوند و یا با مشکلات کوتاه‌مدت و بلندمدت زیادی روبه‌رو هستند (نوری‌قاسم‌آبادی و محمدخانی، ۱۳۷۷). پیامد چنین ارتباطی در بیشتر موارد تنهایی، مشکلات خانوادگی و تحصیلی، نداشتن صلاحیت و نارضایتی شغلی، فشار روانی، بیماری جسمی و حتی مرگ خواهد بود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بسیاری از کودکانی که در برقراری روابط اجتماعی مشکل دارند و یا گروه همسالان آنان را نمی‌پذیرد، در معرض ابتلا به انواع نابهنجاری‌های رفتاری، عاطفی و تحصیلی قرار دارند. نداشتن مهارت‌های ارتباطی برای جوانان با مجموعه‌ای از پیامدهای منفی همراه است که گستره وسیعی از رفتارهای اجتماعی، روانشناختی و تحصیلی را در برمی‌گیرد. این مهارت‌ها از چنان اهمیتی برخوردارند که نارسایی آن‌ها با احساس تنهایی اضطراب اجتماعی، افسردگی، عزت نفس پایین و عدم موفقیت‌های شغلی و تحصیلی همراه است (ویلیامز^۱ و زادیرو^۲، ۲۰۰۳).

مهارت‌های ارتباطی بخشی از مهارت‌های اجتماعی هستند. بخش عمده‌ای از مهارت‌های اجتماعی را روابط بین افراد و به بیان دقیق‌تر مهارت‌های ارتباطی افراد

1-Williams

2-Zadiru

تشکیل می‌دهند. در واقع، اجتماعی شدن هر فرد دستاورد مهارت‌های ارتباطی است که از قبل آموخته شده است و توفیق در اکثر حوزه‌های زندگی از طریق توانایی ایجاد و ارتباط قابل پیش‌بینی است، مهارت‌های ارتباطی به منزله آن دسته از مهارت‌هایی است که به واسطه آن‌ها افراد می‌توانند درگیر تعامل‌های بین فردی و فرایند ارتباط‌وند؛ یعنی فرایندی که افراد طی آن، اطلاعات، افکار و احساس‌های خود را از طریق مبادله کلامی و غیر کلامی با یکدیگر در میان می‌گذارند (هارجی و دیکسون، ۲۰۰۴).

پیشینه پژوهش

در برخی از پژوهش‌های قبلی به بررسی ارتباط بین مهارت‌های ارتباطی و فرسودگی پرداخته شده است که در ادامه به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاراتی خواهد شد:

حنفی و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی به بررسی ارتباط بین مهارت‌های ارتباطی و فرسودگی تحصیلی پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که مهارت‌های ارتباطی نظیر؛ تنظیم عواطف و قاطعیت در فرسودگی تحصیلی نقش پیش‌بینی کننده‌ای دارد.

فلسفی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی به بررسی ارتباط بین خودکارآمدی دانشجویان و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز پرداختند و به این نتیجه رسیدند؛ دانشجویانی که از خودکارآمدی پایینی برخوردارند، بیشتر دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند.

کمال‌پور و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی به بررسی ارتباط بین مهارت‌ارتباطی با فرسودگی تحصیلی پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که رابطه بین مهارت‌ارتباطی و تاب‌آوری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان معنادار است؛ به این معنی دانشجویانی که از مهارت خوبی برخوردارند کم‌تر دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند.

شریفی‌فرد و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی تحت «عنوان ارتباط فرسودگی تحصیلی با خودکارآمدی تحصیلی در بین دانشجویان پرستاری» به این نتیجه دست یافتند که

دانشجویانی که از مهارت‌های ارتباطی بالایی برخوردارند، در برابر فرسودگی تحصیلی از آسیب‌پذیری کم‌تر مواجهه می‌شوند.

عذرا و همکاران (۱۳۹۲) در پژوهشی به بررسی ارتباط بین مهارت ارتباطی با فرسودگی شغلی در پرستاران پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که پرستاران مورد مطالعه از سطح مهارت‌های ارتباطی بالاتر از حد متوسط برخوردار بودند و از نظر فرسودگی شغلی نیز در حد متوسط بودند.

ساروخانی (۱۳۸۳) در پژوهش خود که به بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی و خودکارآمدی پرداخته به این نتیجه دست یافت که هشت نوع ارتباط را می‌توان مطرح کرد که عبارتند از: ارتباط مستقیم، جهانی، احساس برانگیز، ارتباط معطوف به هدف، ارتباط بازتابی، اجتماعی، فرا ارتباط و ارتباط حرکتی، به اعتقاد ساروخانی در این هشت نوع ارتباط، زبان نقش مهمی را ایفا می‌کند. ولی نقش زبان تنها در ارتباط مستقیمی پررنگ است و در مقایسه با آن، در ارتباط حرکتی بسیار کم‌رنگ است، براین اساس دانشجویانی که از مهارت ارتباطی مناسبی برخوردار است، از کارآمدی تحصیلی مناسب‌تر برخوردار است.

گارسیا و ریکویز^۱ (۲۰۱۵) پژوهشی را با هدف بررسی ارتباط تاب‌آوری و سندرم فرسودگی دانشجویان رشته پرستاری با روابط شخصی انجام دادند. نتایج سطح بالایی از فرسودگی را در مشارکت کنندگان نشان داد. در نتیجه، دانشجویانی که تاب‌آوری و مهارت ارتباطی بالاتری داشتند، سطح پایین‌تری از فرسودگی را از خود گزارش کردند. فرناندز و دوران^۲ (۲۰۰۶) در پژوهش خود در مورد فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دوره کارشناسی، به این نتیجه رسیدند که بین استرس ادراک شده با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد.

1-Garcia And Rísquez

2-Durán And Fernández

شائوفلی^۱ و همکاران (۲۰۰۲) پژوهشی را با هدف بررسی فرسودگی تحصیلی در دانشجویان کارشناسی انجام دادند و به این نتیجه دست پیدا کردند که فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان اشاره به احساس خستگی به خاطر تقاضاها و الزامات تحصیل (خستگی)، داشتن یک حس بدبینانه و بدون علاقه به تکالیف درسی فرد، احساس عدم شایستگی به عنوان یک دانشجو (کارآمدی پایین) دارد.

هونگ^۲ (۱۹۹۵) پژوهشی را با هدف «بررسی فرسودگی تحصیلی در دانشجویان کارشناسی تایوان» انجام داد و به این نتیجه دست یافت که یکی از علل فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان، عدم توانایی آن‌ها در رسیدگی به برخی از استرس‌های خاص زندگی می‌باشد.

لی و کراکت^۳ (۱۹۹۴) پژوهشی را با هدف بررسی ارتباط بین مهارت‌های ارتباطی با فرسودگی پرداختند و به این نتیجه دست یافتند که مهارت‌های ارتباطی به میزان قابل توجهی فرسودگی را کاهش می‌دهد.

سؤالات پژوهش

- ۱- وضعیت مهارت‌های ارتباطی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا چگونه است؟
- ۲- وضعیت فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا در چه سطحی است؟
- ۳- آیا بین مهارت‌های ارتباطی دانشجویان با فرسودگی تحصیلی آنان رابطه وجود دارد؟

3-Schaufeli

4-Huang

1-Lee And keraket

روش پژوهش

در این پژوهش، از روش توصیفی از نوع همبستگی استفاده شده است. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا همدان هستند که در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ مشغول به تحصیل می‌باشند و تعداد آن‌ها ۷۰۸۷ نفر می‌باشد. روش نمونه‌گیری در این پژوهش طبقه‌ای نسبی است و حجم نمونه از طریق جدول کرجسی و مورگان ۳۸۴ نفر انتخاب شدند ولی برای ضریب اطمینان بیشتر ۴۶۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شده است. در این پژوهش، برای جمع‌آوری اطلاعات از دو پرسشنامه استاندارد، آزمون مهارت‌های ارتباطی مقیمی ۱۳۹۰ و آزمون فرسودگی تحصیلی دانشجویان ماسلاچ توسط رستمی، عابدی و همکاران ۱۳۹۰ استفاده شده که شیوه نمره‌گذاری در این پرسشنامه به این صورت است که برای گزینه همیشه امتیاز ۵، اکثر اوقات ۴ امتیاز، گه‌گاه ۳ امتیاز، به ندرت امتیاز ۲ و گزینه هرگز امتیاز ۱ در نظر گرفته شده و در نهایت مجموع امتیازات نمره کل مهارت ارتباطی فرد را تشکیل می‌دهد. البته، گزینه‌های منفی به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. روایی پرسشنامه‌ها روایی محتوایی و پایایی پرسشنامه‌ها به ترتیب ۰/۷۷ و ۰/۸۳ می‌باشد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از شاخص‌های آمار استنباطی همچون آزمون کالموگروف-اسمیرونوف، آزمون t تک‌گروهی و آزمون ضریب همبستگی پیرسون در محیط نرم افزار spss تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌های پژوهش

در این بخش، با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی مناسب، داده‌های جمع‌آوری شده مورد تجزیه و تحلیل قرار می‌گیرد.

جدول (۱) پیش‌فرض استفاده از آزمون‌های آماری پارامتریک

متغیر	تعداد نمونه	مقدار Z	سطح معناداری
مهارت‌های ارتباطی	۴۶۰	۰/۸۵	۰/۴۵

فرسودگی تحصیلی	۴۶۰	۱/۱۴	۰/۱۸
----------------	-----	------	------

با توجه به نتایج آزمون کالموگروف- اسمیرونوف در جدول (۱) می‌توان اظهار نمود که توزیع داده‌ها نرمال می‌باشند؛ زیرا سطح معناداری مقادیر Z آن بزرگ‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد ($p > 0/05$). بنابراین، نتیجه گرفته می‌شود که از آزمون‌های پارامتریک برای تحلیل سؤال‌های پژوهش می‌توان استفاده کرد.

آزمون t تک گروهی

۱. وضعیت مهارت‌های ارتباطی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا چگونه است؟

جدول (۲) بررسی وضعیت مهارت‌های ارتباطی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا با استفاده از آزمون t تک گروهی:

متغیر	شاخص	میانگین مشاهده شده	انحراف استاندارد	میانگین آماری	مقدار آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری
مهارت‌های ارتباطی		۲/۶۲	۰/۸۶	۳	۶۲/۲۹۷	۲۶۸	۰/۰۰۰
توانایی درک پیام‌های کلامی و غیر کلامی	بیش نسبت به فرایند ارتباط	۲/۹۱	۰/۹۷	۳	۵۱/۶۶۸	۲۶۹	۰/۰۰۰
	فرایند ارتباط	۲/۶۰	۰/۸۳	۳	۵۲/۵۹۸	۲۸۴	۰/۰۰۰
	نظم دهی به هیجان‌ها	۲/۲۳	۰/۸۵	۳	۴۴/۳۶۳	۲۸۸	۰/۰۰۰
	قاطعیت	۲/۳۳	۰/۸۴	۳	۵۱/۴۶۳	۲۸۶	۰/۰۰۰

نتایج آزمون t تک گروهی در جدول (۲) نشان می‌دهد از دیدگاه دانشجویان، میانگین مهارت‌های ارتباطی ۲/۶۲ با انحراف معیار ۰/۸۶ است که از میانگین آماری (۳) کوچک‌تر است و این تفاوت در سطح ۰/۰۱ معنادار است؛ زیرا ($p < ۰/۰۱$).

۲. وضعیت فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا در چه سطحی است؟

جدول (۳) بررسی وضعیت مهارت‌های ارتباطی دانشجویان کارشناسی دانشگاه بوعلی سینا با استفاده از آزمون t تک‌گروهی:

شاخص متغیر	میانگین مشاهده شده	انحراف استاندارد	میانگین آماری	مقدار آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری
فرسودگی تحصیلی	۱/۴۲	۰/۷۲	۳	۲۱/۲۹۷	۱۱۷	۰/۰۰۰

نتایج آزمون t تک گروهی در جدول (۳) نشان می‌دهد از دیدگاه دانشجویان، میانگین فرسودگی تحصیلی ۱/۴۲ با انحراف معیار ۰/۷۲ است که از میانگین آماری (۳) کوچک‌تر است و این تفاوت در سطح ۰/۰۱ معنادار است؛ زیرا ($p < ۰/۰۱$).

۳. آیا بین مهارت‌های ارتباطی دانشجویان با فرسودگی تحصیلی آنان رابطه وجود دارد؟

مهارت‌های ارتباطی	فرسودگی تحصیلی
ضریب همبستگی پیرسون	-۰/۲۴
P	۰/۰۰۱

نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که ارتباط معنی‌دار معکوسی بین مهارت ارتباطی و فرسودگی تحصیلی وجود داشت؛ به طوری که افرادی که مهارت ارتباطی بالاتری داشتند، فرسودگی تحصیلی کم‌تری را گزارش نمودند.

بحث و نتیجه‌گیری

امروزه، صاحب‌نظران اعتقاد دارند که یکی از دلایل مهم توسعه کشورهای پیشرفته، توجه و اهتمام آن‌ها به تربیت نیروهای خلاق و مؤثر است. دانشجویان نیروهای انسانی برگزیده و سازندگان فردای کشور هستند و موفقیت تحصیلی آن‌ها، از جمله اهداف اساسی برنامه‌های آموزشی می‌باشد. آن‌ها به واسطه موفقیت در تحصیل، می‌توانند به موقعیتی دست یابند که از حداکثر نیروی درونی و بیرونی خود برای دستیابی به اهداف آموزشی عالی استفاده نمایند و شرایط لازم برای زندگی اجتماعی مؤفق را کسب کنند. بر عکس، عدم موفقیت در تحصیل، زمینه‌ساز مشکلات فردی و اجتماعی بسیار و انحراف از دستیابی به اهداف سیستم آموزشی است. برای دانشگاه‌ها نیز همواره دغدغه کیفیت مطرح می‌باشد و یکی از شاخص‌های کیفی و کمی مورد توجه در

دانشگاه‌ها، پیشرفت تحصیلی دانشجویان می‌باشد. بنابراین، بررسی عوامل و فرایندهای مرتبط با آن ضروری و همواره مورد توجه بوده است. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که فرسودگی تحصیلی دانشجویان با توجه به میانگین نمرات، در سطح متوسطی قرار داشت که با پژوهش‌های قبلی همسو و همخوانی دارد از جمله با پژوهش فلسفی‌نژاد و همکاران (۱۳۹۴) که در پژوهش خود به بررسی ارتباط بین خودکارآمدی دانشجویان و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز پرداختند و به این نتیجه رسیدند دانشجویانی که از خودکارآمدی پایینی برخوردارند بیشتر دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند و میانگین فرسودگی تحصیلی در حد متوسط می‌باشد. در مطالعه دیگر شریفی‌فرد و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که دانشجویانی که از مهارت‌های ارتباطی بالایی برخوردارند، در برابر فرسودگی تحصیلی از آسیب‌پذیری کم‌تر مواجهه می‌شوند و همچنین گارسیا و ریکویز (۲۰۱۵) در پژوهشی با هدف بررسی ارتباط تاب‌آوری و سندرم فرسودگی دانشجویان رشته پرستاری با روابط شخصی انجام دادند. نتایج سطح بالایی از فرسودگی را در مشارکت کنندگان نشان داد. در نتیجه، دانشجویانی که تاب‌آوری و مهارت ارتباطی بالاتری داشتند، سطح پایین‌تری از فرسودگی را از خود گزارش کردند و همچنین فرناندز و دوران (۲۰۰۶) در پژوهش خود در مورد فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دوره کارشناسی، به این نتیجه رسیدند که بین استرس ادراک شده با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بنابراین، یافته‌های حاصل از پژوهش حاضر می‌تواند زمینه‌ای را برای انجام تحقیقات بعدی در جهت ارتقای مهارت‌های

ارتباطی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان و همچنین، کاهش مشکلات روحی و روانی و فرسودگی تحصیلی در آنان را فراهم نماید.

پیشنهادها

باتوجه به اهمیت آموزش همزمان مهارت‌های ارتباطی بر تحلیل، تفهیم و درک پیام ارتباطی برای دانشجویان تأکید می‌گردد و همچنین با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش پیشنهاد می‌شود، دانشگاه‌های سراسر کشور و به‌ویژه دانشگاه‌های استان همدان (بوعلی‌سینا) برنامه‌ریزی‌های مناسبی را در جهت ارتقای مهارت‌های ارتباطی و به موازات آن کاهش فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان به انجام رسانند. خصوصاً نسبت به فراهم نمودن فرصت‌های آموزشی برای ارتقاء جدی و علمی نمودن عملکردها و انعکاس بازخورد به دانشجویان برای توسعه و تکامل حرفه‌ای و اجتماعی آن‌ها فراهم نمایند.

منابع

- ابراهیمی، قوام، مقایسه ادراک از محیط یادگیری و فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد، تهران، دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، ۱۳۹۱
- اکبری، رامین؛ غفارثمر، رضا؛ کیانی، غلامرضا، اقتصادی، احمدرضا (۱۳۹۰) اعتبار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه فرسودگی شغلی ماسلاچ (نسخه فارسی). فصلنامه دانش و تندرستی، دانشگاه علوم و خدمات بهداشت درمانی شاهرود، دوره ۶، شماره ۳.
- ابرقوئی، محسن، فلسفی‌نژاد، محمدرضا، ابراهیمی‌قوام‌آبادی، صغری، درتاج، فربرز (۱۳۹۴) تدوین مدل علی فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای خودکارآمدی در دانشجویان دوره‌ی کارشناسی. فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، سال ۶، شماره ۲۴، ص ۱-۲۷.

ایمانی، صدف (۱۳۹۲) رابطه بین برنامه درسی پنهان با تحلیل رفتگی آموزشی دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا. پایان نامه کارشناسی ارشد، همدان، دانشگاه بوعلی سینا؛ دانشکده اقتصاد و علوم اجتماعی.

امینی، میترا، نجفی پور، صدیقه، ترکان، نیلوفر، ابراهیمی نژاد، فاطمه (۱۳۸۹) رابطه مهارت ارتباطی با عملکرد آموزشی اساتید دانشگاه علوم پزشکی جهرم. مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل، دوره ۱۲، ویژه-نامه ۱، ص ۱۰۰-۱۰۵.

نجفی پور، میترا، صدیقه، ترکان، نیلوفر، ابراهیمی نژاد (۱۳۸۹) رابطه مهارت‌های ارتباطی با عملکرد آموزشی اساتید دانشگاه علوم پزشکی جهرم، مجله دانشکده علوم پزشکی بابل، دوره دوازدهم، ویژه نامه ۱۱، آموزش پزشکی صص ۱۰۵-۱۰۰.

چاری، حسن و دلاور پور، محمد (۱۳۸۷). آیا افراد کمرو و فاقد مهارت‌های ارتباطی اند؟ فصلنامه روانشناسان ایرانی - شماره ۱۰: ۱۲۳-۱۳۶.

دلاور، علی (۱۳۸۹) روشهای تحقیق در روانشناسی و علوم تربیتی. تهران، انتشارات پیام نور. حیاتی، داوود، عگبھی، عبدالحسین، حسینی آهنگری، سیدعابدین، عزیزی ابرقوئی، محسن (۱). بررسی رابطه‌ی ابعاد کیفیت تجارب یادگیری و احساس خودکارآمدی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی تهران، فصلنامه‌ی مرکز مطالعات و توسعه‌ی آموزش علوم پزشکی، سال ۳، شماره ۴، ص ۱۸-۲۹.

عماد، سیدعیسی. عباسزاده، محمد. (۱۳۹۴) مطالعه رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با استرس شغلی خبرنگاران شاغل در باشگاه خبرنگاران تهران. فصلنامه پژوهش‌های ارتباطی، سال ۲۲، شماره ۴، ص ۹۷-۱۱۵.

کمال پور، سمیه. عزیززاده فروزی، منصوره. تیرگری، بتول. (۱۳۹۴) بررسی رابطه تاب آوری با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پرستاری. مجله مرکز مطالعات و توسعه آموزش پزشکی، دوره ۱۳، شماره ۵، ص ۴۷۶-۴۸۸.

Chang, E. C, Rand, K. L & Strunk, D. P, (2000). Optimism and risk for burnout among working college students: Stress as a mediator, *Personality and Individual Differences*, 29, 255-263.

Demerouti, E, Bakker, A.B, Nachreiner, E & Schaufeli, W.B, (2001). The job demands-resources model of burnout, *Journal of Applied Psychology*, 86, 499-512

Lee,R & Ashforth, B, (1996).A meta-analytic examination of the correlates of the three dimension of job burnout, *Journal of Applied Psychology*, 81,123-133.

Moghimi SM. Organization and management; An investigative approach. Tehran: Terme

Publication; 1998: 459-69[Book in Persia n].

Maslach,C & Jackson,S.E, (1984).Burnout in organizational setting, *Applied Social Psychology Annual*,5,133-153.

Maslach, C., Pines, A., 1977. The burn-out syndrome in the daycare setting. *Child Care Quarterly* 6 (2), 100–113.

Maslach,C,Schaufeli,W.B & Leiter,M.P, (2001).Job burnut, *Annual Review of psychology*,52,397-422.

Schaufeli, W.B., Martinez, M.I., Pinto, A.M., Salanova, M., & Bakker, A.B. (2002). Burnout and engagement in university students - a cross national study, MBI-SS. *Journal Of Cross-Cultural Psychology*. 33 (5), 464-481.

Lee RT, Ashforth BE. A meta-analytic examination of the correlates of the three dimensions of job burnout. *J Appl Psychol*. 1996;81(2):123-33.

Durán A, Extremera N, Rey L, Fernández-Berrocal P, Montalbán FM. Predicting academic burnout and engagement in educational settings: assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema*. 2006;18 Suppl:158-64.

Huang C. Hardiness and stress: a critical review. *Matern Child Nurs J*. 1995;23(3):82-9.

Rísquez MIR, Garcia CC, Sabuco Tebar EDLA. Resilience and burnout syndrome in nursing students and its relationship with sociodemographic variables and interpersonal relationship. *Int J Psychological Res*. 2015;5(1):88-95.