

فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی

سال شانزدهم شماره ۶۱ بهار ۱۴۰۰

## رابطه تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی

آذین نریمانی<sup>۱</sup>، رضا کاظمی<sup>۲</sup> و محمد نریمانی<sup>۳\*</sup>

۱- گروه پزشکی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

۲- گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

۳- گروه روانشناسی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۱۱/۳۰

تاریخ وصول: ۱۳۹۸/۰۴/۳۰

### چکیده

هدف این مطالعه، تعیین رابطه تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی بوده است. برای دسترسی به این هدف ۱۲۰ نفر از دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی اردبیل در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ به سه پرسشنامه فرسودگی تحصیلی، تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی پاسخ دادند. در ضمن روش مطالعه همبستگی بوده و برای تحلیل داده‌ها از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج مطالعه نشان داد که بین هوش شخصی با تنظیم شناختی هیجان همبستگی ۰/۲۷- معنی دار وجود دارد. همچنین بین هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی همبستگی ۰/۲۴- که معنی دار است وجود دارد. در ضمن همبستگی تنظیم شناختی هیجان با فرسودگی تحصیلی نیز معنی دار است (۰/۲۷-). همچنین نتایج نشان داد که هر دو متغیر تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی توانایی پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان پزشکی و پیرا پزشکی را دارند. اما سهم تنظیم شناختی هیجان بیشتر از متغیر هوش شخصی است. این نتایج تلویحات مهمی در زمینه پیش‌گیری، سبب‌شناسی و تامین سلامت روانی دانشجویان علوم پزشکی دارد.

واژه‌های کلیدی: فرسودگی تحصیلی؛ تنظیم شناختی هیجان؛ هوش شخصی؛ علوم پزشکی

## مقدمه

بسیاری از دانشجویان در دوران تحصیلی، سطح بالایی از استرس را تجربه می کنند. مخصوصاً زمانی که دوره های تحصیلی طولانی باشد. برخی از دانشجویان با استفاده از روشهای اثربخش، موفق به مقابله با استرس ناشی از انتظارات تحصیلی می شوند، درحالی که برخی قادر به مقابله نیستند. این موضوع باعث شروع احساس ناکارآمدی شده و احساس ناتوانی در انجام وظایف را در ابعاد جسمی و ذهنی، نگرش انتقادی منفی، از دست دادن علاقه نسبت به مطالعه و افزایش شک در مورد توانایی ها را بدنبال دارد. نتیجه ای که موجب فرار از واقعیت و استفاده از رفتارهای اجتنابی برای مقابله با موقعیت می شود؛ این عوامل، زمینه ساز فرسودگی تحصیلی می شود (استیو<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳؛ به نقل از کیامرثی، ۱۳۹۶). فرسودگی نوعی الگویی شناختی - هیجانی از درماندگی است که می تواند منجر به درماندگی ذهنی، کاهش انگیزه پیشرفت گردد (اسکافیل، مارتینز، پینتو، سالانوا و بیکر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵). مطالعات زیادی نشان داده اند که فرسودگی می تواند در بافت آموزشی و در بین دانشجویان هم رخ دهد (شین، پیوگ و لی<sup>۳</sup>، ۲۰۱۳). دانشجویانی که از فرسودگی تحصیلی رنج می برند، معمولاً نشانه هایی مانند ناتوانی در حفظ توجه در کلاس درس، عدم شرکت در فعالیت های کلاسی، فقدان احساس معنادار در کارهای کلاسی و احساس ناتوانی در یادگیری مواد آموزشی را نشان می دهند (ادیب، فتحی آذر و دستوری، ۱۳۹۶).

شیوع فرسودگی تحصیلی در مطالعات پیشین از ۱۰/۳-۷۶/۸ درصد برآورد شده است (شریف شاد، ارسنگ جنگ و خیراللهی، ۱۳۹۶). در مطالعه شریفی فرد، نوروزی، حسینی، آسایش و نوروزی (۱۳۹۳)، ۲۴/۱ درصد از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قم دارای فرسودگی تحصیلی بالا بودند. تفاوت ابزار مورد استفاده برای سنجش فرسودگی تحصیلی می تواند بر میزان شیوع گزارش شده در این مطالعات تأثیرگذار باشد. از طرفی، می توان گفت به علت تفاوت در متغیرهای سن، رشته دانشگاهی و دیگر مشخصات دموگرافیک؛ دانشجویان شرکت کننده در این مطالعات، سطوح متفاوتی از فرسودگی تحصیلی را نشان داده اند. قافله باشی، موسوی و گلشنی (۱۳۹۴) در پژوهشی نشان دادند که دانشجویان کمال گرا، فرسودگی تحصیلی بیشتری دارند. نومن<sup>۴</sup> (۱۹۹۰) اعتقاد دارد که مبحث فرسودگی یکی از مهم ترین مباحث قابل پژوهش در دانشگاه هاست. وی بر این باور است که برای بررسی موضوع فرسودگی دلایل مختلفی وجود دارد که مهم ترین آن ها عبارتند از: فرسودگی تحصیلی ارتباط دانشجویان را با دانشگاه و دانشکده تحت تأثیر قرار می دهد، فرسودگی تحصیلی می تواند میزان علاقه و اشتیاق دانشجویان به ادامه تحصیل را تحت تأثیر قرار دهد، فرسودگی تحصیلی می تواند یک ابزار مهم و اساسی برای فهم اعمال گوناگون، مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد.

با شناخت عوامل موثر بر فرسودگی تحصیلی، شناخت میزان علاقه و اشتیاق دانشجویان، عملکرد تحصیلی و ارتباط آنان با دانشگاه و دانشکده و نگرش منفی دانشجویان را شناخت و برای افزایش علاقه و رغبت آنان به ادامه تحصیل و اشتغال زایی گام موثری برداشت. فرسودگی تحصیلی یکی از پدیده هایی است که به دلیل تاثیرات منفی آن بر کارایی تحصیلی و بهداشت روانی دانش آموزان و دانشجویان، در دهه های اخیر مورد توجه بسیاری قرار گرفته است. همچنین با تعیین ارتباط متغیرهای تنظیم هیجان و هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی، می توان از ابزار آموزش برای ارتقای توانمندی تنظیم هیجان و هوش شخصی برای پیشگیری از فرسودگی تحصیلی و بهبود وضعیت تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی استفاده کرد.

1. Steve

2. Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker

3. Shin, Puig & Lee

4. Neumann

متغیرهای مختلفی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی مرتبط هست که یکی از آنها تنظیم شناختی هیجان است. تنظیم شناختی هیجان اشاره به فرآیندهایی دارد که فرد از طریق آن مشخص می‌کند چه هیجانی، در چه زمانی و چگونه تجربه شود (اسزسیگیل، بوسزنی و بازینسکا<sup>۱</sup>، ۲۰۱۲). راهبردهای شناختی تنظیم هیجان در دو دسته کلی مثبت و منفی طبقه‌بندی می‌شوند. راهبردهای مثبت شامل تمرکز مجدد مثبت<sup>۲</sup>، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی<sup>۳</sup>، ارزیابی مجدد مثبت<sup>۴</sup>، دیدگاه پذیرنده<sup>۵</sup> و پذیرش<sup>۶</sup>، و راهبردهای منفی شامل ملامت خویش<sup>۷</sup>، ملامت دیگران<sup>۸</sup>، فاجعه‌انگاری<sup>۹</sup> و نشخوار فکری<sup>۱۰</sup> هستند (گرنفسکی، کرایچ و اسپینهوون<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۲). مشکل در الگوی واکنش‌های هیجانی یا تنظیم هیجان دلیل بسیاری از مشکلات روانی و زمینه‌ساز اختلال‌های درون‌ریزی مانند افسردگی، اضطراب، انزوای اجتماعی و اختلال‌های برون‌ریزی مانند رفتارهای پرخطرانه و بزهکاری است. از طرفی برای افزایش سلامت جسمانی، روانی و تحصیلی، توجه به راهبردهای شناختی تنظیم هیجان متمرکز بر برنامه‌ریزی/تمرکز مثبت و ارزیابی مجدد مثبت ضروری است. در پژوهش‌های قبلی نقش هیجان‌ات و شخصیت بر تحلیل رفتگی آموزشی مشخص شده است (لی، چوی و چای<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۷؛ چای و لی، ۲۰۱۷). شواهد زیادی نیز نشان می‌دهند که تنظیم هیجانی با موفقیت یا عدم موفقیت در حوزه‌های مختلف زندگی مرتبط است (شاته، مالو، تورستنسون، بولار و روک<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۷؛ جاکوبسن<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۸؛ به نقل از آهو خوش و علی بیگی، ۱۳۹۶). تنظیم هیجان فرایندی است که از طریق آن افراد می‌توانند بر اینکه چه هیجانی داشته باشند و چگونه آنها را تجربه و ابراز کنند، تأثیر بگذارند (گروس<sup>۱۵</sup>، ۱۹۹۸). در این رابطه، تامپسون<sup>۱۶</sup> (۱۹۹۴) نیز معتقد است که تنظیم هیجان به منزله فرایندهای درونی و بیرونی است که مسئولیت کنترل، ارزیابی و تغییر واکنش‌های عاطفی فرد را در مسیر تحقق یافتن اهداف او بر عهده دارد. بروس (۲۰۰۹؛ به نقل از آهو خوش و علی بیگی، ۱۳۹۶) در پژوهش خود نتیجه گرفت که عوامل متعددی مانند عدم حمایت اجتماعی، کمال‌گرایی، استرس بیش از اندازه، عدم کنترل بر هیجان‌ات منفی و ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌توانند باعث فرسودگی تحصیلی شوند. پژوهش میکائیلی، رجبی، عباسی، و زمانلو (۱۳۹۳) برای بررسی ارتباط تنظیم هیجان و عواطف مثبت و منفی با عملکرد و فرسودگی تحصیلی دانشجویان نشان داد که دو گروه در تنظیم هیجان، عواطف مثبت بیشتر و فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری دارند، در واقع تنظیم هیجان و عواطف مثبت دختران بیشتر و فرسودگی تحصیلی آن‌ها کمتر از پسران بود. اما دو گروه در عواطف منفی و عملکرد تحصیلی تفاوت معناداری نداشتند.

پژوهش نریمانی، عالی ساری نصیرلو و موسی‌زاده (۱۳۹۳) نشان داد که برنامه درمانی آموزش متمرکز بر هیجان و کنترل تکانه بر فرسودگی تحصیلی و عواطف مثبت و منفی تأثیر دارد؛ به این صورت که منجر به کاهش فرسودگی تحصیلی و عواطف منفی و افزایش عواطف مثبت دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری می‌شود. نتایج مطالعه کلیک و ارال<sup>۱۷</sup> (۲۰۱۳) نشان داد که از میان پنج بعد شخصیت، برون‌گرایی و باز بودن به تجربه با فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی منفی دارد و روان‌جویی با فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی

1. Szczygiel, Buczny & Bazinska
2. positive refocusing
3. refocus on planning
4. positive reappraisal
5. putting into perspective
6. acceptance
7. self-blame
8. blaming others
9. catastrophizing
10. focus on thought/rumination
11. Granefski, Kraaij & Spinhoven
12. Lee, Choi & Chae
13. Schutte & Malou & Thorsteinsson & Bhullar & Rooke
14. Jakobs et al
15. Gross
16. Thompson
17. Celik & Oral

مثبت دارد. نتایج پژوهش گمز و همکارانش (۲۰۱۴؛ به نقل از عطادخت، ۱۳۹۵)، نشان می دهد که فرسودگی تحصیلی به وسیله استرس تحصیلی، استرس ادراک شده به وسیله فشار والدین و همسالان و کمال گرایی قابل پیش بینی است. نتایج پژوهش علیزاده عصار، توحیدی و سادات حسینی سلطان نصیر (۱۳۹۵) نشان داد که عزت نفس، همه ابعاد فرسودگی تحصیلی دانشجویان را به طور منفی پیش بینی می کند. یافته‌های این پژوهش موید نقش اساسی عزت نفس و ناگویی خلقی در فرسودگی تحصیلی بود. بطوریکه فرسودگی تحصیلی مانعی برای پیشرفت تحصیلی دانشجویان مسحوب می شود. پژوهش آهوخوش و علی بیگی (۱۳۹۶) نیز به منظور ارزیابی عامل های موثر بر فرسودگی تحصیلی، نشان داد که چهار متغیر معدل، رشته، نوبت تحصیلی و جنس، احتمال برآورد فرسودگی تحصیلی دانشجویان را تحت تاثیر قرار می دهند. نتایج مطالعه تقوایی نیا، هاشمی، نیکدل و شهرياری (۱۳۹۶) نشان داد که عوامل انگیزشی و شخصیتی در بروز فرسودگی تحصیلی نقش مهمی را ایفا می کنند. پژوهش جمالی و کیامنش (۱۳۹۶) نیز مشخص کرد که فرسودگی تحصیلی با تاثیر منفی بر یادگیری خودنظم جو و انتظار پیامد، اثر منفی خود را بر پیشرفت تحصیلی افزایش می دهد و هدف های پیشرفت نیز از طریق یادگیری خودنظم جو و انتظار پیامد، اثر مثبت خود را بر پیشرفت تحصیلی افزایش می دهد.

متغیر دیگری که با فرسودگی تحصیلی دانشجویان ارتباط دارد هوش شخصی است. گاردنر اعتقاد داشت که هوش شخصی دو نوع می باشد که عبارت هستند از هوش درون شخصی<sup>۱</sup> و هوش بین شخصی<sup>۲</sup>. هوش شخصی به عنوان توانایی استدلال در مورد شخصیت و اطلاعات مرتبط با شخصیت و استفاده از این اطلاعات برای هدایت رفتارهای فرد، به طور کلی هدایت زندگی تعریف شده است (مایر<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). هوش شخصی عبارت است از توانایی تفکر در مورد شخصیت و موضوعات مربوط به شخصیت، که باعث تقویت تفکر، طرح و تجربه های زندگی می شود (مایر، ۲۰۰۸). هوش شخصی شامل طیف گسترده ای از منطق و استدلال، جهت درک و برنامه ریزی در زندگی فرد است و با مهارت‌های زندگی رابطه دارد (مایر، کروس، پنتر<sup>۴</sup>، ۲۰۱۵). هوش چندگانه از جمله هوش شخصی می تواند انگیزه کار، خلاقیت و حل مشکلات مربوط به جامعه ای که در آن زندگی می کنید، پیش بینی کند (پیاو، ایشاک، یاکوب، پی و کدیر<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴).

رابطه هوش شخصی با اختلال خودشیفتگی، ضداجتماعی، اضطراب اجتماعی و مرزی منفی و معنی دار است (مک کالین و پیپر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۷). دانشجویان برخوردار از هوش شخصی بالا نسبت به سایر دانشجویان مهارت های سازگاری بیشتری داشتند و از اضطراب اجتماعی پایین برخوردار بودند (دی آنا<sup>۷</sup>، ۲۰۱۵). پیاو و همکاران (۲۰۱۴) گزارش دادند هوش شخصی درون فردی پیش بین کننده خلاقیت است و عملکرد تحصیلی فرد را می توان پیش بینی کرد. ونگ کراچنگ و چین ونو<sup>۸</sup> (۲۰۱۶) هوش شخصی با خلاقیت در خواندن و یافتن راه مناسب برای یادگیری خواندن رابطه دارد. جمع بندی سوابق پژوهشی نمایانگر آن هست که فرسودگی تحصیلی با متغیرهای مختلفی چون تاب آوری و خود کارآمدی ارتباط دارد و حتی آموزش تنظیم هیجان به کاهش فرسودگی تحصیلی منجر می شود. اما پژوهشی که ارتباط هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی را مورد بررسی قرار دهد به چشم نمی خورد. لذا، سوال اصلی مطالعه حاضر این بود که بین تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی ارتباطی وجود دارد؟ آیا با تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی می توان فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش بینی کرد؟

1. Intrapersonal Intelligence
2. Interpersonal Intelligence
3. Mayer
4. Carous, Panter
5. Piaw, Ishak, Yaacob, Pee & Kadir
6. McCallum & Piper
7. Diana
8. Vongkrahchang & Chin Wonno

## روش پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این مطالعه را دانشجویان رشته‌های پزشکی و پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل که در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ مشغول تحصیل هستند، تشکیل داد (۵۰۰). از جامعه مذکور با توجه به نوع مطالعه که همبستگی است و دورشته تحصیلی مطرح است ۱۲۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. در این مطالعه از روش پرسشنامه استفاده شد. بطوریکه در ذیل سه پرسشنامه مورد استفاده ارائه می‌شود:

**پرسشنامه فرسودگی تحصیلی<sup>۱</sup>:** نامی (۱۳۸۸؛ به نقل از کیامرئی، ۱۳۹۶) برای اولین بار از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی دانشجویان استفاده کرد. این پرسشنامه سه حیطه فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه مذکور ۱۵ ماده دارد که با روش درجه بندی لیکرت ۵ درجه ای کاملاً مخالف تا کاملاً موافق توسط افراد درجه بندی می‌شود. نامی (۱۳۸۸) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی تحصیلی ۰/۷۹، بی‌علاقگی تحصیلی ۰/۸۳ و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۷۵ گزارش کرده است. همچنین ضرایب اعتبار پرسشنامه فرسودگی تحصیلی را از طریق همبسته کردن با پرسشنامه فشارزای دانشجویی، پولادی ری شهری (۱۳۷۴؛ به نقل از نیمانی، رستم اوغلی و موسی زاده، ۱۳۹۵) در دامنه ای از ۰/۳۸ تا ۰/۴۲ به دست آورده است ( $P=0/001$ ). در مطالعه حاضر نیز پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ محاسبه شد.

**پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان:** پرسشنامه‌ی تنظیم شناختی هیجان توسط گارنسکی و همکاران (۲۰۰۲) طراحی شده جهت شناسایی راهبردهای مقابله‌ای شناختی افراد پس از تجربه کردن وقایع یا موقعیت‌های منفی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این پرسشنامه از ۳۶ سوال و ۹ خرده مقیاس شامل این پرسشنامه از ۳۶ سوال و ۹ خرده مقیاس شامل سرزنش خود (سوالات ۱، ۱۰، ۱۹، ۲۸)، سرزنش دیگران (سوالات ۹، ۳۶، ۲۷، ۱۸)، نشخوارگری (سوالات ۳، ۱۲، ۲۱، ۳۰)، فاجعه آمیز پنداری (سوالات ۸، ۱۷، ۳۵، ۲۶)، اتخاذ دیدگاه (سوالات ۷، ۳۴، ۲۵، ۱۶)، تمرکز مجدد مثبت (سوالات ۴، ۱۳، ۲۲، ۳۱)، ارزیابی مجدد مثبت (سوالات ۶، ۱۵، ۲۴، ۳۳)، پذیرش (سوالات ۲، ۱۱، ۲۰، ۲۹)، تمرکز مجدد بر برنامه‌ریزی (سوالات ۵، ۱۴، ۲۳، ۳۲) و با روش نمره گذاری همیشه (۵)، اغلب (۴)، مرتباً (۳)، گاهی (۲)، هرگز (۱) تشکیل شده است. پایایی بازآزمایی نشان داد که راهبردهای مقابله شناختی از ثبات درونی برخوردارند و همسانی درونی غالب مقیاس‌ها با ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ تایید شده است. پایایی بازآزمایی و همسانی درونی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در حد رضایت بخش مورد تایید قرار گرفت (بشارت و بزازیان، ۱۳۹۴). نسخه عربی آن در کشورهای عربستان، کویت و قطر در بررسی ساختار نه عاملی آن نشان داده شده است که بین پرسشنامه عاطفه مثبت و منفی با پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان رابطه معنی‌داری وجود داری که نشان دهنده روایی همگرایی پرسشنامه است (میگریا، لاترمن، العطیه، و الرشیدی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۶). همچنین بر روی نمونه‌های رومانیایی آلفای کرونباخ ۰/۵۹ گزارش شده است (بروکمن، سیاروچی، پارکر و کاشدان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). در پژوهش حاضر ضریب ثبات درونی (آلفای کرونباخ) آن ۰/۸۴ محاسبه گردید.

**فرم کوتاه پرسشنامه هوش شخصی:** فرم کوتاه پرسشنامه هوش شخصی توسط مایر و همکاران (۲۰۱۳) طراحی شده است و ۱۲ سوال ۴ گزینه ای دارد که از دو خرده مقیاس تشکیل یافته است که عبارتند از: الف- شکل دادن مدل‌ها، ب- راهنمای انتخاب. سوالات پرسشنامه همانند تست IQ می‌باشد یعنی فرد وقتی نمره می‌گیرد که به سوال مورد نظر پاسخ صحیح داده باشد در غیر این صورت نمره نمی‌گیرد. برای بررسی روایی پرسشنامه، از روایی همزمان استفاده شد و به علت همبستگی ۰/۸۷ با فرم بلند پرسشنامه، روایی همزمان پرسشنامه مناسب ارزیابی شد. برای بررسی پایایی پرسشنامه از روش دو نیمه سازی و باز آزمایی استفاده شد که میزان

1. Academic Burnout Inventory
2. Megreya, Latzman, Al-Attayah & Alrashidi
3. Brockman, Ciarrochi, Parker & Kashdan

آنها به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۱ به دست آمد. که نشان از مطلوب بودن پایایی پرسشنامه می باشد. در مطالعه نریمانی و غفاری (۱۳۹۵) برای بررسی پایایی پرسشنامه از روش بازآزمایی استفاده شد که میزان آن ۰/۸۸ بدست آمد و در مطالعه حاضر نیز پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۶۸ به دست آمد.

### یافته ها

نتایج مطالعه نشان داد که ۲۰ درصد از دانشجویان در ترم چهارم و پنجم و بالای ۲۹ درصد در ترم ششم مشغول به تحصیل هستند. ۹۲/۵ درصد از دانشجویان شرکت کننده در مطالعه، مجرد هستند و تنها ۷/۵ درصد متاهل می باشند. یافته ها نمایانگر آن است تنها ۵ درصد دانشجویان سابقه مردودی دارند و ۹۵ درصد هیچ سابقه مردودی گزارش نمی کنند. یافته ها نشان می دهد که در میان ۲۰۰ دانشجوی شرکت کننده در مطالعه تنها ۲ مورد سابقه مشروطی دارند. و در دانشجویان میانگین ۲۱/۶ در سن و ۱۶/۸ در معدل تحصیلی گزارش می شود.

**جدول (۱) میانگین و انحراف معیار دانشجویان رشته های پزشکی و پیراپزشکی در فرسودگی تحصیلی (مولفه های آن) و تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی**

متغیر	رشته	میانگین	انحراف معیار	فراوانی
بی علاقگی تحصیلی	پزشکی	۹/۹۰۰۰	۴/۹۴۲۷۲	۶۰
	پیراپزشکی	۸/۶۶۶۷	۵/۳۹۵۱۲	۶۰
	مجموع	۹/۲۸۳۳	۵/۱۸۹۱۷	۱۲۰
خستگی تحصیلی	پزشکی	۱۳/۹۰۰۰	۶/۴۶۹۴۹	۶۰
	پیراپزشکی	۱۳/۴۸۳۳	۶/۹۰۴۹۰	۶۰
	مجموع	۱۳/۶۹۱۷	۶/۶۶۵۸۵	۱۲۰
ناکارآمدی تحصیلی	پزشکی	۲۱/۸۳۳۳	۴/۸۴۷۳۹	۶۰
	پیراپزشکی	۲۲/۰۳۳۳	۶/۷۷۲۲۴	۶۰
	مجموع	۲۱/۹۳۳۳	۵/۸۶۵۰۶	۱۲۰
تنظیم شناختی هیجان	پزشکی	۱۱۰/۰۳۳۳	۱۶/۵۳۳۴۲	۶۰
	پیراپزشکی	۱۰۹/۴۳۳۳	۱۵/۱۶۳۹۳	۶۰
	مجموع	۱۰۹/۷۳۳۳	۱۵/۷۹۹۰۲	۱۲۰
هوش شخصی	پزشکی	۶/۷۳۳۳	۱/۳۳۸۶۹	۶۰
	پیراپزشکی	۵/۷۶۶۷	۱/۸۴۴۵۲	۶۰
	مجموع	۶/۲۵۰۰	۱/۶۷۶۵۸	۱۲۰
فرسودگی تحصیلی	پزشکی	۴۷/۵۶۶۷	۹/۸۶۹۲۶	۶۰
	پیراپزشکی	۴۴/۱۸۳۳	۱۱/۰۹۹۶۹	۶۰
	مجموع	۴۵/۸۷۵۰	۱۰/۵۹۵۳۶	۱۲۰

جدول ۱ نشان می‌دهد میانگین نمرات دانشجویان پزشکی در متغیرهای هوش شخصی و تنظیم شناختی هیجان و فرسودگی تحصیلی بالاتر از دانشجویان پیرا پزشکی است. اما در مولفه ناکارآمدی تحصیلی نمرات دانشجویان پزشکی پایین‌تر از گروه مقایسه است.

جدول (۲) همبستگی متغیرهای تحقیق با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون

متغیر	آزمون	هوش شخصی	تنظیم شناختی هیجان	فرسودگی تحصیلی
همبستگی	همبستگی	۱	**۰/۲۷	** -۰/۲۴
هوش شخصی	معنی داری	-	۰/۰۰۳	۰/۰۰۸
تنظیم شناختی هیجان	معنی داری	۰/۰۰۳	-	** -۰/۲۷
فرسودگی تحصیلی	معنی داری	۰/۰۰۸	۰/۰۰۲	۱

جدول ۲ نشان می‌دهد که بین هوش شخصی با تنظیم شناختی هیجان همبستگی مثبت (۰/۲۷) و معنی دار و بین هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی همبستگی منفی (-۰/۲۴) و معنی دار وجود دارد. همبستگی تنظیم شناختی هیجان با فرسودگی تحصیلی نیز معنی دار است (-۰/۲۷).

جدول (۳) نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه فرسودگی تحصیلی براساس هوش شخصی و تنظیم شناختی هیجان

منبع تغییرات	SS	DF	MS	F	R <sup>2</sup>	سطح معنی داری
رگرسیون	۱۴۱۰/۲۶۰	۲	۷۰۵/۱۳۰	۶/۹۰۴	۰/۳۲۵	۰/۰۰۱
باقی مانده	۱۱۹۴۸/۸۶۵	۱۱۷	۱۰۲/۱۲۷			
کل	۱۳۳۵۹/۱۲۵	۱۱۹				

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان، از تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل استفاده شده معنادار است و با ضریب تعیین ۰/۳۲ قادر است که تأثیر متغیرهای وابسته را در پیش‌بینی متغیر ملاک تبیین کند ( $P < ۰/۰۰۱$ ).

جدول (۴) خلاصه نتایج مربوط به ضرایب تعیین و ضرایب رگرسیون

متغیر پیش‌بین	SE	Beta	B	t	P
مقدار ثابت	۶/۷۳۶		۲۲/۱۱۶	۳/۲۸۳	۰/۰۰۱
تنظیم شناختی هیجان	۰/۰۶۱	-۰/۲۲۷	۰/۱۵۲	۲/۴۹۶	۰/۰۱۴
هوش شخصی	۰/۵۷۴	۰/۱۷۹	۱/۱۳۰	۱/۹۶۸	۰/۰۵۰

جدول ۴ خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه را نشان می دهد. بطوریک هر دو متغیر تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی توانایی پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان پزشکی و پیرا پزشکی را دارند. اما سهم تنظیم شناختی هیجان بیشتر از متغیر هوش شخصی است.

## بحث و نتیجه گیری

این مطالعه با هدف بررسی ارتباط سه متغیر هوش شخصی و تنظیم شناختی هیجان و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان علوم پزشکی و نقش متغیرهای هوش شخصی و تنظیم شناختی هیجان در پیش بینی فرسودگی تحصیلی این دانشجویان صورت گرفت. نتایج مطالعه نشان داد که بین هوش شخصی با تنظیم شناختی هیجان همبستگی مثبت معنی داری وجود دارد. همچنین بین هوش شخصی با فرسودگی تحصیلی همبستگی منفی معنی داری وجود دارد. در ضمن همبستگی تنظیم شناختی هیجان با فرسودگی تحصیلی نیز به طور منفی معنی دار بود.

همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که هر دو متغیر تنظیم شناختی هیجان و هوش شخصی توانایی پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان پزشکی و پیرا پزشکی را دارند. اما سهم تنظیم شناختی هیجان بیشتر از متغیر هوش شخصی بود. این یافته ها با نتایج پژوهش های قبلی چون مطالعه میکائیلی و همکاران (۱۳۹۳) که به بررسی ارتباط تنظیم هیجان و عواطف مثبت و منفی با عملکرد و فرسودگی تحصیلی دانشجویان پرداخته و نشان داده اند که بین تنظیم هیجان و عواطف مثبت و منفی با عملکرد و فرسودگی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد، هماهنگ است. همچنین یافته های این مطالعه با نتایج پژوهش تامیر و میلگرام<sup>۱</sup> (۲۰۱۷)، بیلینگز، دونی، لوماس، لوئید و استاف<sup>۲</sup> (۲۰۱۴)، نریمانی و همکاران (۱۳۹۳)، قافله باسی و همکاران (۱۳۹۴)، علیزاده عصار (۱۳۹۵)، صدوقی، تمنایی فر و ناصری (۱۳۹۶) و حاتمیان و سپهری نژاد (۱۳۹۷) همخوانی دارد.

در تبیین ارتباط تنظیم شناختی هیجان و نقش آن در پیش بینی فرسودگی تحصیلی می توان چنین استدلال کرد که مهارتهای تنظیم هیجان چون درک هیجانها در ک موقعیت و تعدیل آن و فنون شناختی تشکیل دهنده تنظیم هیجان به کاهش خستگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی که از مولفه های فرسودگی تحصیلی است منجر می شود. از سوی دیگر، تحقیقات انجام شده در حوزه هوش شخصی، نشانگر این هست که افراد هوشمند از نظر هوش شخصی، با توجه به شناختی که از شخصیت خود دارند سعی می کنند خودشان را همان طور که هستند قبول داشته باشند. هر نقص و کمبودی که داشته باشند، باز هم خودشان را ارزشمند می داند و خود مفهومی آن ها خیلی واقعی و منطقی می باشد. همچنین بین خود واقعی و خود آرمانی آن ها تفاوت زیادی مشاهده نمی شود. این حس باعث می شود که عزت نفس بالایی داشته باشند که این هم به نوبه خود باعث می شود که روابط آن ها با دیگران و با خود و با شرایط پیش آمده بهبود پیدا کند و به راحتی با اطرافیان رابطه برقرار کنند و ارتباط بهتری با اطرافیان داشته باشند و هیجان مناسبی از خود در موقعیت های مختلف نشان دهند (مایر و همکاران، ۲۰۱۰). دانشجویان برخوردار از هوش شخصی بالا نسبت به سایر دانشجویان مهارت های سازگاری بیشتری دارند و از اضطراب اجتماعی پایین برخوردار هستند (دی آنا، ۲۰۱۵). پیاو و همکاران (۲۰۱۴) گزارش دادند هوش شخصی درون فردی پیش بین کننده خلاقیت است و عملکرد تحصیلی فرد را می توان پیش بینی کرد. ونگ کراچنگ و چین ونو (۲۰۱۶) هوش شخصی با خلاقیت در خواندن و یافتن راه مناسب برای یادگیری خواندن رابطه دارد. از آنجایی که هر مطالعه ای با محدودیت های مواجه است، عدم کنترل رشته تحصیلی و جنس و جمع آوری داده ها در قالب گروههای بزرگ از محدودیت های مطالعه حاضر بود. با توجه به نتایج مطالعه حاضر، جمع آوری داده ها در قالب گروه های کوچک، کنترل نوع رشته تحصیلی و

<sup>1</sup> Tamir & Millgram

<sup>2</sup> Billings, Downey, Lomas, Lloyd & Stough



جنس در مطالعات بعدی پیشنهاد می‌شود. همچنین با توجه به نقش تنظیم شناختی هیجان در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی به آموزش گروهی روشهای تنظیم هیجان به دانشجویان علوم پزشکی اقدام شود. از آنجایی که متغیر هوش شخصی با متغیر فرسودگی تحصیلی ارتباط دارد و پیش بینی کننده متغیر فرسودگی تحصیلی است، پیشنهاد می‌شود اقدام به آموزش هوش شخصی برای دانشجویان علوم صورت گیرد.

## منابع

- آهوخوش، پروانه و علی بیگی، امیرحسین (۱۳۹۶). عاملهای تاثیرگذار بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان کشاورزی و منابع طبیعی دانشگاه رازی. **فصلنامه پژوهش مدیریت آموزش کشاورزی**، ۴۰، ۴۴-۵۵.
- ادیب، یوسف؛ فتحی آذر، اسکندر و دستوری، رامین (۱۳۹۶). تبیین تجربه فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی تبریز. **فصلنامه تحقیقات کیفی در علوم سلامت**، ۶(۱)، ۳۵-۴۸.
- بشارت، محمدرضا و بزازیان، سعیده (۱۳۹۴). بررسی ویژگی‌های روانسنجی پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. **مجله دانشکده پرستاری و مامایی**، ۲۴(۸۴)، ۸۰-۶۱.
- تقوایی نیا، علی؛ هاشمی، سحر؛ نیکدل، فریبرز؛ شهریار، مرضیه (۱۳۹۶). متغیرهای انگیزشی و شخصیتی به عنوان پیش بینی کننده های فرسودگی تحصیلی. **فصلنامه روان شناسی**، ۸۱، ۶۰-۵۱.
- حاتمیان، پیمان و سپهری نژاد، مریم (۱۳۹۷). پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس دشواری تنظیم هیجان و حمایت اجتماعی در دانشجویان پرستاری. **دوماهنامه علمی - پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی**، ۱۱(۱)، ۵۹-۶۵.
- جمالی، مرضیه و کیامنش، علیرضا (۱۳۹۶). نقش هدف‌های پیشرفت و فرسودگی تحصیلی در عملکرد تحصیلی؛ با واسطه‌گری انتظار پیامد و یادگیری خود نظم جو. **روان شناسی تحولی: روان شناسان ایرانی**، ۱۳(۵۲)، ۳۳۹-۳۵۰.
- شریفی فرد، فاطمه؛ نوروزی، کیان؛ حسینی، محمدرضا؛ آسایش، حمید و نوروزی، مهدی. (۱۳۹۳). عوامل مرتبط با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پرستاری و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قم در سال ۱۳۹۲. **آموزش پرستاری**، ۳(۳)، ۵۹-۶۸.
- شریفی فرد، فاطمه؛ آسایش، حمید؛ نوروزی، کیان؛ حسینی، محمدرضا؛ طاهری خرامه، زهرا (۱۳۹۴). ارتباط انگیزه و فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان پرستاری و پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی قم. **مجله دانشگاه علوم پزشکی قم**، ۹(۱۲)، ۷۸-۷۲.
- صدوقی، مجید؛ تمنایی فر، محمدرضا؛ ناصری، جمیله (۱۳۹۶). رابطه تاب‌آوری، امید و هوش هیجانی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان. **دوفصلنامه مطالعات آموزش و یادگیری**، ۹(۱)، ۶۷-۵۰.
- علیزاده عصار، افسانه؛ توحیدی و سادات حسینی سلطان نصیر، محبوبه. (۱۳۹۵). پیش‌بینی ابعاد فرسودگی تحصیلی بر اساس ناگویی خلقی، هیجانانگیزی و عزت نفس. **مجله مطالعات روانشناسی تربیتی**، ۲۴(۱۸۸)، ۶۹-۸۸.
- عطاذخت، اکبر. (۱۳۹۵). نقش کمال‌گرایی و هوش هیجانی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دبیرستانی. **مجله روان‌شناسی مدرسه**، ۱۵(۱)، ۶۵-۸۰.
- کیامرئی، آذر (۱۳۹۶). اثربخشی درمان‌های شناختی-رفتاری و مثبت‌نگر بر بهزیستی روانشناختی، عملکرد اجتماعی/انطباقی و فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان کمال‌گرا. **رساله دکتری روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی**.
- میکائیلی، نیلوفر؛ رجبی، سعید؛ عباسی، مسلم و زمانلو، خدیجه (۱۳۹۳). بررسی ارتباط تنظیم هیجان و عواطف مثبت و منفی با عملکرد و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان. **فصلنامه روان‌شناسی تربیتی**، ۱۰(۳۲)، ۵۳-۳۱.
- نریمانی محمد و غفاری، مظفر. (۱۳۹۵). بررسی ارتباط حس انسجام، خوددلسوزی و هوش شخصی با افسردگی پس از زایمان زنان. **پژوهش پرستاری**، ۱۱(۱)، ۳۳-۲۵.
- نریمانی، محمد؛ رستم‌اولی، زهرا؛ موسی‌زاده، توکل. (۱۳۹۵). نقش تعلل‌ورزی، خودتنظیم‌گری و باورهای فراشناختی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان. **فصلنامه پژوهشی در نظامهای آموزشی**، ۳۳، ۶۱-۵۱.
- نریمانی، محمد؛ عالی‌ساری نصیرلو، کریم؛ و موسی‌زاده، توکل. (۱۳۹۳). مقایسه‌ی اثربخشی آموزش متمرکز بر هیجان و کنترل تکانه بر فرسودگی تحصیلی و عواطف مثبت و منفی دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی یادگیری. **مجله ناتوانی‌های یادگیری**، ۳(۳)، ۹۹-۷۹.

نعامی، عبدالزهرا (۱۳۸۸). رابطه بین کیفیت تجارب یادگیری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران اهواز. **مطالعات روان شناختی**، ۵ (۳)، ۱۱۷-۱۳۴.

- Billings, C. E., Downey, L.A., Lomas, J.E., Lloyd, J., & Stough, C. (2014). Emotional Intelligence and scholastic achievement in pre-adolescent children. *Pers Individ Differ*, 65, 14-8. [DOI:10.1016/j.paid.2014.01.017]
- Celik, G.T., & Oral. E.L. (2013). Burnout Levels and Personality Traits-The Case of Turkish Architectural Students. *Creative Education*, 4(2), 124-131.
- Chae, H., & Lee, S.J. (2017). Academic burnout and personality traits in Korean medical students. *European Psychiatry*, 41, S691.
- Gross, J. (1998) Individual difference in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85: 348-362.
- Granefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2002). Manual for the use of the cognitive emotion regulation questionnaire Leiderorp: Datec.
- Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chae, H. (2017). The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students. *Integrative Medicine Research*.
- Diana, M (2015). Art Activity and Personal Intelligence: It's Influence to Children Adaptation Skill (Experiments at Hidayatullah Islamic School). *Asia Pacific Journal of Multidisciplinary Research*, 3, 4,133-139.
- McCallum, M & Piper, W (1997). *Psychological Mindedness: A Contemporary Understanding*. Mahwah, New Jersey London, England
- Mayer, J. D., Wilson, R & Hazelwood, M. Personal Intelligence Expressed: a Multiple Case Study of Business Leaders. *Imagination, Cognition AND Personality*, 2013, 30(2), 201-24.
- Mayer, J.D (2008). Personal intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 27, 209-32.
- Mayer, J.D., Caruso, D.R., Panter, A. T & Salovey P (2012). The growing significance of hot intelligences. *American Psychologist*, 67, 502-3.
- Megreya, A. M., Latzman, R. D., Al-Attayah, A. A., & Alrashidi, M. (2016). The Robustness of the Nine-Factor Structure of the Cognitive Emotion Regulation Questionnaire across Four Arabic-Speaking Middle Eastern Countries. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 47(6), 875-890.
- Neumann, Y. (1990). Quality of Learning Experience and Students College Outcomes. *International Journal of Educational Management*. 7. 1-16.
- Piaw, C. Y., Ishak, A., Yaacob, N. A., Said, H., Pee, L. E., & Kadir, Z. A. (2014). Can Multiple Intelligence Abilities Predict Work Motivation, Communication, Creativity, and Management Skills of School Leaders? *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 4870-4874.
- Shin, H; Puig, A; Lee, J. (2013). Cultural Validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean Students. *Asia Pacific Educational Review*, 12(4), 633- 639.
- Szczygieł, D., Buczny, J., & Bazinska, R. (2012). Emotion regulation and emotional information processing: The moderating effect of emotional awareness. *Personal Individ Differ*. 52(3), 433-437.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I., Pinto, A., Salanova, M. & Bakker, A. (2015). Burnout and engagement in university students: A cross- national study. *Journal of Cross- Cultural Psychology*, 33(5), 464- 481.
- Tamir, M. & Millgram, Y. (2017). Motivated Emotion Regulation. *Adv Motiv Sci*, 4, 207-47. [DOI:10.1016/bs.adms.2016.12.001]
- Vong krahchang, S., & Chinwonno, A. (2016). Effects of Personal Intelligence Reading Instruction on personal intelligence profiles of Thai university students. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 37(1), 7-14.

**Relationship between Cognitive Emotion Regulation, Personal Intelligence and Academic Burnout**Narimani, A.,<sup>1</sup> Kazemi, R.<sup>2</sup>, Narimani, M.<sup>3\*</sup><sup>1</sup>. Department of Medicine, Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran<sup>2</sup>. Psychology Department, Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, Iran<sup>3</sup>. Psychology Department, Islamic Azad University, Ardabil Branch, Ardabil, IranEmail: [narimani@uma.ac.ir](mailto:narimani@uma.ac.ir) (Corresponding Author)*Abstract*

The aim of this study was to determine the relationship between cognitive emotion regulation, personal intelligence and academic burnout. Therefore, 120 medical students of Islamic Azad University of Ardabil completed academic burnout, cognitive emotion regulation and personal intelligence questionnaires during 2017-2018 academic year. Data were analyzed by multiple regression method. Results showed that there was a correlation between personal intelligence and cognitive emotion regulation ( $r=0.27$ ). There was also a significant correlation between personal intelligence and academic burnout ( $r=-0.24$ ). In addition, the correlation between cognitive emotion regulation and academic burnout was significant ( $r=-0.27$ ). Also, the results showed that both cognitive emotion regulation and personal intelligence could predict academic burnout of medical and paramedical students. But the contribution of cognitive regulation was more than personal intelligence. These findings have important implications in the prevention, etiology, and provision of mental health conditions for students.

**Keywords:** Academic burnout; Cognitive emotion regulation; Personal intelligence; Medical sciences

