

رابطه اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان *Relationship between negligence with Students Academic burnout*

Farzane Sarabi

Dr. Ghodsi Ahghar

فرزانه سرابی

دانش‌آموخته کارشناسی ارشد رشته مشاوره واحد علوم تحقیقات خمین

farzaneh_s @yahoo.com

دکتر قدسی احقر

عضو هیات علمی پژوهشگاه مطالعات و دانشگاه آزاد اسلامی - واحد علوم تحقیقات

Abstract

The purpose of this study was to determine the Relationship between negligence with Students Academic burnout in secondary school level students in Tehran in the academic year - . In this study, using the Cochran formula for sample selection and multistage sampling female students Selected. The data collection questionnaire savari negligence, (), () Brsv academic burnout questionnaire () was used. To analyze the data, descriptive and inferential statistics (regression analysis) were used. The results showed that all three subscales neglect among students have a positive impact on their academic burnout ($p < /$)

Keywords: negligence, exhaustion Education

چکیده

هدف از این پژوهش تعیین رابطه بین اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهر تهران در سال ۹۳-۹۴ بود. روش: در این پژوهش با بهره‌گیری از فرمول کوکران و با استفاده از شیوه نمونه‌گیری چند مرحله‌ای و به صورت تصادفی، تعداد ۲۱۰ نفر از دانش‌آموزان دختر انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه اهمال کاری سواری، (۱۳۹۰) و پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو، (۱۹۹۷) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی (آزمون تحلیل رگرسیون) استفاده شد. **نتایج** پژوهش نشان داد که هر سه خرده‌مقیاس اهمال کاری در بین دانش‌آموزان بر فرسودگی تحصیلی آنها تأثیر مثبت دارند ($p < / ۰۰۵$)

واژه‌های کلیدی: اهمال کاری، فرسودگی تحصیلی

مقدمه

نخستین بار روانپزشکی به نام فریدنبرگر (۱۹۷۴) واژه فرسودگی را ابلاغ کرد. در حقیقت این واژه به معنای پیدایش نگرش، رفتار و احساس منفی در مقابل فشارهای روانی مرتبط با کار است و این حالت بیشتر در افرادی پدید می‌آید که ساعات طولانی از روز را در ارتباط تنگاتنگ با سایر افراد به سر می‌برند (رستمی، ۱۳۹۰). بودرا، همفیل و دابسون (۲۰۰۴) ادعا می‌کنند که فرسودگی تحصیلی با استرسهای فراوان، دغدغه مندی و نگرانی در مورد نمره‌های درسی، شک و تردید نسبت به آینده، سطوح پایین کنترل، رضایت پایین و سطح پایین دریافت حمایت از همسالان و دوستان در رابطه است. فرسودگی تحصیلی توسط دانش‌آموزان به صورت خستگی مزمن ناشی از کار بیش از اندازه در فعالیت‌های درسی، نگرش بد بینانه و بی تفاوتی نسبت به کارهای مدرسه و احساس شایستگی پایین و فقدان احساس موفقیت در تکالیف تحصیلی بروز داده می‌شود (بدری گرگری و همکاران، ۱۳۹۱). همچنین مبنی بر تحقیقات انجام شده اگر فردی تصویری از خود داشته باشد که نمیتواند نتایج مورد انتظار را به دست آورد و یا به این باور برسد که نمیتواند مانع رفتارهای غیر قابل قبول از جمله اهمال کاری شود انگیزه پیشرفت وی برای انجام کار کم می‌شود. از نظر روانشناسی اهمال کاری یعنی به آینده موکول کردن کاری که تصمیم به اجرای آن گرفته ایم. اهمال کاری به تعبیری که ایس آن را به کار می‌برد نوعی سندروم است. کاری را که تصمیم به اجرای آن گرفته می‌شود و آن کار حداقل می‌تواند در آینده نتایج مثبتی در بر داشته باشد، بدون دلیل به آینده موکول کردن می‌شود اما عدم انجام آن نیز به زیان فرد است و از این بابت خود را سرزنش می‌کند، چنین فرایندی فرد را وادار میکند که برای موجه جلوه دادن عادت مورد نظر دلایل متعددی بیاورد تا بتواند به گفته "فستینگر" ناهماهنگی شناختی خود را کاهش دهد. فرد اهمال کار مجبور است در قبال تعلل ورزیدن هم زمان از سرزنش کردن خویش از خود دفاع کند. بدین ترتیب از یک سو برای عدم انجام کارهایش دلیل تراشی می‌کند از سوی دیگر انجام کارش را به آخرین دقایق موکول می‌کند. در دیدگاه ایس چنین فرایندی غیر قابل دفاع بوده و نوعی شکست محسوب میشود. به نظر می‌رسد تا زمانی که اهمال کاری به صورت عادت در نیامده و جنبه ناخود آگاه پیدا نکرده است ممکن است موجب بروز علائم و نشانه‌های خلقی شود که عوارض آن احساس خشم، بی تفاوتی و بی ارزشی، نارضایتی از خود، احساس بی کفایتی، بی قراری و بی تکلیفی، ترس از عدم موفقیت و مهمتر از همه فقدان اعتماد به نفس برای شروع یا ادامه کار باشد (گلدنبرگ، ۱۹۸۸). اهمال کاری یک پاسخ موقت یا مزمن در برابر انجام وظیفه و یکی از مسائل اساسی اکثر دانش‌آموزان است. بر اساس شواهد موجود این پژوهش در صدد پاسخ به سوال پژوهش زیر است آیا بین اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی رابطه وجود دارد.

فرضیه اصلی تحقیق

۱- بین اهمال کاری (اهمال کاری عمدی، اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی و روانی، اهمال کاری ناشی از بی برنامه‌گی) با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه وجود دارد؟

روش پژوهش

طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود. جامعه مورد مطالعه شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۴-۱۳۹۳ است که با استفاده از فرمول کوکران و با استفاده از روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای تعداد ۲۱۰ نفر انتخاب شدند.

ابزارهای اندازه‌گیری و روایی و پایایی آنها

جهت جمع‌آوری داده‌ها از دونوع پرسشنامه به گونه‌ای که در پی می‌آید استفاده شد.

۱) پرسشنامه اهمال کاری سواری، (۱۳۹۰)، دارای ۱۲ سوال پنج گزینه ای در سه خرده مقیاس اهمال کاری عمدی، اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی و روانی و اهمال کاری ناشی از بی برنامه‌گی

۲) پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو، (۱۹۹۷) دارای ۱۵ سوال پنج گزینه ای در سه خرده مقیاس: خستگی هیجانی، بدبینی و بی علاقه‌گی و ناکارآمدی درسی .

محاسبه روایی و پایایی

در پژوهش سواری جهت روایی پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی، از پرسشنامه اهمال کاری تاکمن (۱۹۹۱) استفاده کرده و از طریق همبسته کردن این دو آزمون مقدار ضریب همبستگی ۰/۵۳ بدست آمده که بیانگر روایی نسبتاً مناسب این پرسشنامه است و پایایی پرسشنامه فرسودگی تحصیلی را سازندگان آن (برسو و همکاران ۲۰۰۷) به ترتیب، ۰/۸۲، ۰/۸۵، ۰/۹۰، برای سه حیطه فرسودگی تحصیلی محاسبه کرده اند (نعامی، ۱۳۸۸)

محاسبه ضریب پایایی در این پژوهش

ابتدا ۵۰ نفر از دانش آموزان را بصورت تصادفی انتخاب و با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ضریب پایایی پرسشنامه‌ها محاسبه شد که نشان می‌دهد پرسشنامه‌ها از ضریب پایایی بالا و مناسب و قابل قبولی برخوردارند.

جدول ضریب پایایی پرسشنامه‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ

روش	ابزار	اهمال کاری	فرسودگی تحصیلی
روش آلفای کرونباخ	۰/۸۷	۰/۸۵	

تعیین روایی محتوایی در این پژوهش

ابتدا پرسش نامه‌ها (اهمال کاری، فرسودگی تحصیلی) همراه با اهداف و فرضیه‌های پژوهش به تعدادی از اساتید که در زمینه موضوع پژوهش از تخصص و تجربه کافی برخوردارند داده تا در باره محتوای سوالهای پرسش نامه و تناسب آن با اهداف و فرضیه‌های پژوهش قضاوت و داوری کنند. آنگاه نظر آنها جمع آوری، و پرسش نامه بعد از اصلاح روی آزمودنی‌ها اجرا شد.

روش تجزیه و تحلیل آماری

ابتدا از آمار توصیفی استفاده شد و داده‌های حاصل از پژوهش در جداول مربوطه آورده سپس تحلیل آماری صورت گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل فرضیه اصلی پژوهش با توجه به ماهیت آن از آزمون تحلیل رگرسیون استفاده شد.

یافته‌ها

توصیف داده‌ها

جدول ۲ شاخص‌های آماری اهمال کاری و خرده مقیاسهای آن در بین دانش آموزان

شاخص	
خرده مقیاسهای اهمال کاری	میانگین
اهمال کاری عمدی	انحراف معیار
اهمال کاری ناشی از خستگی روانی	
اهمال کاری ناشی از بی برنامه‌گی	
نمره کل اهمال کاری	

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد در بین دانش آموزان اهمال کاری عمدی در بین دانش آموزان برابر با ۵/۹، ناشی از خستگی روانی ۶/۲ و ناشی از بی برنامه‌گی نیز برابر با ۴/۷ حاصل شده است در ضمن میانگین کلی اهمال کاری در بین دانش آموزان هم برابر با ۱۶/۹ به دست آمده است

جدول ۳ آمار توصیفی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان

شاخص	میانگین	انحراف معیار
فرسودگی تحصیلی	.	.
خستگی هیجانی	.	.
بی‌علاقگی (بد بینی)	.	.
ناکارآمدی درسی	.	.
فرسودگی تحصیلی	.	.

نتایج اطلاعات جدول ۳ نشان می‌دهد میانگین خستگی هیجانی در بین دانش‌آموزان برابر با ۱۵/۰۶ و بی‌علاقگی (بد بینی) نیز برابر با ۱۰/۴ و ناکارآمدی درسی نیز ۲۱/۷ حاصل شده است. میانگین کلی فرسودگی تحصیلی نیز برابر با ۴۷/۲ به دست آمده است.

بررسی فرضیه اصلی:

بین اهمال کاری (اهمال کاری عمدی، اهمال کاری ناشی از خستگی جسمی و روانی، اهمال کاری ناشی از بی‌برنامگی) با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه وجود دارد؟

جدول ۴. خلاصه آزمون رگرسیون بین اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان

ضریب همبستگی	ضریب تعیین	ضریب تعدیل شده	خطای انحراف از برآورد
R	۲R		
۰/۴۹۳	۰/۲۴۳	۰/۲۳۲	۵/۳

بر اساس اطلاعات جدول ۴ همبستگی بین اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان برابر با ۰/۴۹۳ است و میزان ضریب تعیین رگرسیون برابر با $R^2 = ۲۴/۳$ می‌باشد یعنی ۲۴/۳ درصد از تغییرات مربوط به فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مربوط به اهمال کاری آنهاست.

جدول ۵ خلاصه تحلیل رگرسیون فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان از طریق اهمال کاری

شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	میزان	سطح معنی‌داری
منبع				F	Sig.
اثر رگرسیون	۰/۰۰۱
اثر باقیمانده
جمع

بر اساس اطلاعات جدول ۵ تحلیل واریانس مشاهده شده ($F = ۲۲/۰۷۵$ و $df = ۳$ و ۲۰۶ ، اهمال کاری دانش‌آموزان در تبیین فرسودگی تحصیلی آنها معنادار ($p < /$) است.

جدول ۶. متغیرهایی که وارد معادله رگرسیون شده است

شاخص	ضریب بتا	ضریب بتای استاندارد	نسبت t	سطح معناداری
اهمال کاری	B	خطای معیار	Beta	
مقدار ثابت	.	.	.	۰/۰۰۱
اهمال کاری عمدی	.	.	.	۰/۰۰۱
اهمال کاری ناشی از خستگی روانی	.	.	.	۰/۰۰۱
اهمال کاری ناشی از بی‌برنامگی	.	.	.	۰/۰۰۳

ارقام مندرج در جدول ۸ نشان می‌دهند که هر سه خرده مقیاس اهمال کاری در بین دانش‌آموزان بر فرسودگی تحصیلی آنها تاثیر مثبت دارند. به این ترتیب نتایج تحلیل و همچنین میزان بتای جدول فوق نمایانگر این نکته است که بین اهمال کاری در بین دانش‌آموزان با فرسودگی تحصیلی آنها همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. ($p < /$) یعنی هرچه اهمال کاری دانش‌آموزان افزایش پیدا کند منجر به فرسودگی تحصیلی بیشتر در بین دانش‌آموزان می‌شود

بحث و نتیجه گیری

در مقایسه تطبیقی در زمینه رابطه اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان یافته های این پژوهش در تحقیقات پژوهشگران و محققان داخلی بابخشهایی از یافته ها و نتایج پژوهش شهنی ییلاق (۱۳۸۰) اسمعیلی و ادیب-راد (۱۳۸۳) رحیمی (۱۳۸۵) کرمی (۱۳۸۸) کیخای (۱۳۹۰) سپهریان (۱۳۹۰) توانگرو یزدخواستی (۱۳۹۲) و همچنین با نتایج پژوهشگران خارجی مانند فاندرا (۲۰۰۱) و بک، امری و گرینبرگ (۲۰۰۴) هربرت و همکاران (۲۰۰۵) ژانگ، گان و چام، (۲۰۰۷) شارک و همکاران (۲۰۰۹) جکسون (۲۰۱۲) همسو بوده و منطبق است.

محققین فوق در نتایج تحقیقات خود اشاره نموده اند که فرسودگی تحصیلی دانش آموزان تحت تاثیر مولفه ها و سازه های روانشناختی گوناگونی مانند فشارهای روانی- اجتماعی، ترس و بهداشت روانی افراد تحت تاثیر قرار گرفته و تغییر می یابد. همچنین فرسودگی تحصیلی ممکن است ناشی از اضطراب و افسردگی افراد باشد. در این زمینه کرمی (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان داده است که اضطراب و افسردگی با اهمال کاری رابطه ای معنا دار دارد و اهمال کاری ۳۳ درصد از واریانس اضطراب و افسردگی را تبیین می کند.

در تبیین و تفسیر نتایج فرضیه تحقیق پیرامون ارتباط بین اهمال کاری در بین دانش آموزان با فرسودگی تحصیلی می توان اذعان نمود که عوامل متعدد بسیاری وجود دارند که می توانند بر فرسودگی تحصیلی در میان نوجوانان اثر بگذارند. از بین این عوامل تاثیر گذار می توان به اهمال کاری اشاره نمود. اهمال کاری و یا تعلل در انجام امور در واقع نوعی سندرم فرد است. یعنی کاری را که تصمیم به اجرای آن گرفته می شود و آن کار حداقل می تواند در آینده برای فرد نتایجی را در برداشته باشد بدون دلیل به آینده محول می شود. اما در عین حال عدم انجام آن نیز به زیان فرد است و از این بابت خود را سرزنش می کند. چنین فرآیندی فرد را وادار می کند که برای موجه جلوه دادن عادت مورد نظر دلایل متعددی را بیاورد، به گونه ای که بتواند درگیری های ذهنی و ناهماهنگی های شناختی خود را مرتفع سازد. فرد اهمال کار مجبور است در قبال تعلل ورزیدن و همزمان سرزنش کردن خویش از خود دفاع نماید. بدین ترتیب از یک سو برای عدم انجام کارهایش دلیل تراشی می کند و از سوی دیگر انجام کارش را به آخرین دقایق موکول می کند. جوهره این آسیب روانی به تعویق انداختن، تعلل ورزیدن، و سهل انگاری در کار است. بنابراین، اهمال هم در امور فردی و هم جمعی معنا و مفهوم پیدا می کند. در همه این معانی نوعی این دست آن دست کردن نهفته است. چنین فرآیندی غیر قابل دفاع بوده و نوعی شکست تلقی می شود. از ویژگی های افراد اهمال کار تأخیر در تصمیم گیری است. اهمال کاری مزمن در تصمیم گیری باعث اهمال کاری مزمن در انجام وظایف می شود، زیرا فرد اهمال کار نمی تواند تصمیم بگیرد که چه فعالیت هایی را در چه زمانی و براساس اولویت بندی باید انجام دهد. افراد غیراهمال کار نیز ممکن است گهگاه دچار رفتار تأخیری شوند. اما این رفتار در مورد فرد اهمال کار تفکرات عمیق آنها را تحت تاثیر قرار می دهد. تفکرات عمیق در مورد یک فرد اهمال کار منجر به بروز رفتارهای تأخیری به اشکال گوناگون می شود. بعلاوه ممکن است این تفکرات حتی زودتر از مشارکت آنها در انجام کارها ظاهر گردد.

از طرفی موضوع فرسودگی تحصیلی نوجوانان از دیدگاه صاحب نظران تعلیم و تربیت و همچنین برای متولیان و برنامه ریزان در سازمان آموزش و پرورش دارای اهمیت قابل توجهی است. با توجه به اینکه اهمال کاری در بین افراد تاثیرات مخرب و بازدارنده ای را بر شرایط تحصیل نوجوانان دارد، لذا شناخت عوامل تشدید آن از جمله اهمال کاری و به حداقل رساندن آثار و تبعات منفی آن از اهمیت ویژه ای برخوردار می باشد و از جمله فاکتورهای اساسی که می تواند در رفع آن معضل موثر واقع شود، پرهیز از اهمال کاری در نزد نوجوانان و جوانان است.

از آنجا که بیماری اهمال کاری مسری است و از حالتی به حالت دیگر و از انسانی به انسان دیگر و از فرد به جامعه و از جامعه ای به جامعه دیگر سرایت می کند. بنابراین، باید به تأثیر آن توجه جدی داشت. زیرا به خانواده، جامعه، ملت و فرهنگ یک کشور آسیب رساند.

منابع

- باتلر، م. (۲۰۱۲). غلبه بر خجالت زدگی. مترجم آریتا زمانی (۱۳۹۱). نشر ارجمند. تهران
- توانگر و یزدخواستی. (۱۳۹۲). اثربخشی مداخله التقاطی (رویکردهای بازسازی شناختی، مهارت‌های مقابله‌ای شناختی و ایفای نقش) بر ابراز وجود در دانشجویان دختر دانشگاه اصفهان
- شهنی بیلاق، م. (۱۳۸۰). تأثیر آموزش ابراز وجود بر عزت نفس و بهداشت روانی دانش‌آموزان پسر شهر اهواز، مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره سوم، سال هشتم، شماره‌های ۱ و ۲
- هرمزی نژاد، م. (۱۳۸۰). رابطه ساده و چند گانه متغیرهای عزت نفس با ابراز وجود دانشجویان دانشگاه شهید چمران. پایان نامه کارشناسی ارشد
- Blair, R. (). Responding to the Emotions of Others: Dissociating Forms of Empathy through the Study of Typical and Psychiatric Populations. *Consciousness and Cognition* , -
- Cacioppo, J. T; Fowler, J. H & Christakis, N. A. (). Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of personality and social psychology*. Vol (), -
- Chris, S . Terry ,k.(). "Social skills deficits among the socially anxious: Rejection from others and loneliness". *Motivation and Emotion*
- competence and social skills, in L. L. Abate and M. Milan (eds.) *handbook of social skills training and research*, Wiley, new York.
- Connolly, T. Doen, T. Crists, A. (). The well managed classroom: Promoting student success through social skill instruction, Available at: www.Find articles.
- Furmark, T. (). *Social Phobia – From Epidemiology to Brain Function*. PP -
- Goleman, D. (). *working with emotional Intelligence*. London: Bloomsbury Publishing PLC.
- Gopnik, A. (). *How we Know Our Own Minds: The Illusion of First-Person Knowledge of Internationality*. *Behavioral and Brain Sciences*. , - .
- Hofmann, S. (). Cognitive Factors that maintain social anxiety disorder A compenesive model and its treatment implication, , -
- Kim, Y. Pilkonis, P. A. Barkham, M. (). Confirmatory Factor Analysis of the Personality Disorder Subscales from the Inventory of Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment*. , -
- McNulty, J. K; Russell, V. M. (). When negative behaviors are positive: A contextual analysis of the long-term effects of problem-solving behaviors on changes in relationship satisfaction. *Journal of personality and social psychology*. Vol (), - .
- Menezes, G. (). second-generation antidepressants in social anxiety disorder Meta- analyses of controlled clinical trials. *Psychopharmacology*. , -
- Wildschut, T; Sedikides, C; Routledge, C; Arndt, J & Jamie, C. F. (). (Nostalgia as a repository of connectedness: The role of attachment-related avoidance. *Journal of personality and social psychology*. Vol (), - .
- Zinbarg, R. Mineka S. (). Conditioning and ethological models of social phobia. In: Heimberg R, Liebowitz M, Hope D, Schneier F, editors. *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*. New York: The Guilford Press, -
- Ziv, A. (). The social function of humor in interpersonal relationships. *Journal of springer science & Business media*, , - .