

مقایسه فرسودگی تحصیلی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد

شهربانو یزدانی^۱، بهرنگ اسماعیلی شاد^۲، امیر رحیم پور^۳

^۱ گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

^۲ استادیار گروه علوم تربیتی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

^۳ استادیار گروه مدیریت بازرگانی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

نام نویسنده مسئول:

بهرنگ اسماعیلی شاد

چکیده

هدف پژوهش، بررسی مقایسه ای فرسودگی تحصیلی دانشجویان دختر و پسر می باشد. پژوهش از لحاظ هدف، کاربردی و به روش، توصیفی است. جامعه آماری دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد به تعداد ۱۰۵ نفر می باشد. بر اساس فرمول کوکران ۸۵ نفر از طریق روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شد. ابزار پژوهش عبارت است از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران (۱۹۹۷) (۱۹۹۸) که پایایی آن ۰/۷۱ با روش آلفای کرونباخ محاسبه گردید. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS 21 تحلیل شد. یافته ها نشان داد که فرسودگی تحصیلی دانشجویان در حد متوسط می باشد و همچنین بین فرسودگی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تفاوت وجود دارد.

کلمات کلیدی: فرسودگی تحصیلی، دانشجویان تربیت بدنی، دانشگاه آزاد اسلامی.

مقدمه

ارتقای بهداشت روانی محیط دانشگاه به عنوان یکی از مهم ترین ابعاد توسعه و بهسازی منابع انسانی بوده و در چند دهه اخیر توجه سازمان های آموزشی به نیروهای سالم جسمی و فکری در نهادهای آموزشی را به خود جلب کرده است. یکی از مسائل مهم در نظام های آموزشی وجود دانش آموزان و دانشجویانی است که با وجود عدم مشکل هوشی و توان یادگیری، پیشرفت مورد انتظار را ندارند و حتی در برخی موارد دچار مشکل آموزشی شده و اخراج می شوند [۱]. نظریه پردازان و محققان تربیتی برای ارائه نظریات خود پیرامون پیشرفت تحصیلی خواهان شواهد تحقیقی و تجربی در مورد عوامل تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی در فرهنگ ها و نظام های آموزشی گوناگون هستند. از جمله سازه های کلیدی در این زمینه که باید به آن توجه شود فرسودگی تحصیلی می باشد. فرسودگی 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 محوله است [۲]. فرسودگی علاوه بر اثرات منفی که در زمان تحصیل دارد دارای تأثیرات بلندمدت دیگری نیز هست، دانشجویانی که در طی تحصیل دچار فرسودگی می شوند، در آینده کمتر به وظایف شغلی مسلط بوده، از نتایج پژوهشهای انجام شده در حیطه شغلی کمتر استفاده می کنند و تمایل به ترک خدمت بالاتری بعد از اشتغال دارند [۳]. فرسودگی تحصیلی می تواند کلید فهم درک رفتارهای مختلف دانشجویان مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد و رابطه دانشجویان را با دانشگاه خود و همچنین شوق و اشتیاق آنان را به ادامه تحصیل تحت تاثیر قرار دهد [۴]. دانشجویانی که فرسودگی تحصیلی دارند معمولاً علائمی مانند بی اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه حضور مستمر در کلاس های درس، مشارکت نکردن در فعالیتهای کلاسی، احساس بی معنایی در فعالیتهای درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می کنند [۵]. نیومن (۱۹۹۰) اعتقاد دارد که مبحث فرسودگی تحصیلی نیز یکی از مهمترین مباحث قابل پژوهش در دانشگاه ها است. وی 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 می دهد مثلاً فرسودگی تحصیلی تعهد دانشجویان را به دانشکده و میزان مشارکت آنها را در امور علمی بعد از فراغت از تحصیل تحت تاثیر قرار می دهد. (ب) فرسودگی تحصیلی می تواند میزان علاقه و اشتیاق دانشجویان را به ادامه تحصیل تحت تاثیر قرار دهد، (ج) فرسودگی تحصیلی می تواند یک ابزار مهم و اساسی برای فهم اعمال گوناگون دانشجویان مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد [۶].

مطابق الگوی تقاضا - منابع شائوفلی و بیکر (۲۰۰۴) مصرف زیاد و بدون بازگشت انرژی موجب می شود انرژی ذخیره شده فرد از بین برود. اگر عدم تعادل بین مصرف انرژی و تولید مجدد آن برای مدت طولانی ادامه یابد، فرسودگی اتفاق می افتد. مطابق با این الگو می توان گفت دو فرایند در فرسودگی تحصیلی اتفاق می افتد: از یک طرف در دوره جدید تحصیلی تقاضاها و درخواست های معلمان از دانش آموزان برای مطالعه و تلاش بیشتری شود [۷]؛ از طرف دیگر دانش آموزان به دلیل آگاهی از تفاوت های فردی در توانایی های خود منابع انگیزشی کافی برای برخورد با این مطالبات و تقاضاهای تحصیلی را ندارند [۸]. این دو فرایند موجب فشار روانی و در نهایت فرسودگی تحصیلی می شوند.

دانشگاهها و موسسات آموزش عالی می توانند تأثیرات گوناگونی بر کیفیت عملکرد دانشجویان خود داشته باشند و رفتار، نگرش و احساسات آنها را در مقابل فشارهای شدید روانی ناشی از محیط، تحت تاثیر قرار دهند و گاهی منجر به فرسودگی آنها گردند. فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دانشکده، اشاره به احساس خستگی به خاطر تقاضاها و الزامات تحصیل (خستگی)، داشتن یک حس بدبینانه و بدون علاقه به تکالیف درسی فرد (بی علاقهگی)، و احساس عدم شایستگی به عنوان یک دانشجو (کارآمدی پایین) دارد [۹]. از میان رشته های دانشگاهی، تربیت بدنی، دانشی میان رشته ای می باشد که از علوم مختلف برای تقویت و تربیت جسم و روان انسان استفاده می کند. این رشته از یک سو مشتمل بر یکسری رشته های پایه پزشکی می باشد و از سوی دیگر بخشی از دروس این رشته شامل علوم تربیتی است تا دانشجوی این رشته با تنش و واکنش انسانها آشنا شود و بتواند به عنوان یک مربی با ورزشکاران یا دانش آموزان به درستی برخورد کند. براین اساس انتظار می رود که دانشجویان تربیت بدنی قدرت کنترل بیشتری روی تکانه ها، احساسات و عواطف خود داشته باشند و از قدرت مسئولیت پذیری و و تعهد بیشتری برخوردار باشند و در موقعیت های هیجانی بسیار بالا همچون مسابقه های ورزشی رقابت آمیز، قدرت کنترل و انعطاف پذیری و در عین حال سازش یافتگی بیشتری داشته باشند تا احیاناً در مواقع شکست و باخت، تحمل فشار روانی و کوشش مجدد برای دستیابی به موفقیت را داشته باشند و همه این موارد می تواند ناشی از کسب تجربه در میدان های متفاوت زندگی، تحصیلی و شغلی آنان باشد [۱۰].

نظر به اهمیت بررسی فرسودگی تحصیلی در میان فراگیران، برخی پژوهشگران به تحقیق در این حوزه پرداخته اند. کلیک و ارال (۲۰۱۳) در پژوهشی رابطه بین ویژگی های شخصیتی و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان معماری مقطع کارشناسی معماری را مورد بررسی قرار دادند. نتایج این پژوهش نشان داد که از میان پنج بعد شخصیت، برون گرایی و باز بودن به تجربه با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی دارد و روانجویی با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت دارد [۱۱]. بروس (۲۰۰۹) در پژوهش خود درباره شناسایی استرس و اجتناب از فرسودگی

تحصیلی نتیجه گرفت که عوامل متعددی مانند نارسایی حمایت اجتماعی، استرس بیش از اندازه و ویژگی های شخصیتی افراد می توانند باعث فرسودگی تحصیلی شوند [۱۲].

روش شناسی

پژوهش حاضر از لحاظ هدف تحقیق از نوع کاربردی محسوب می شود و با توجه به اینکه به توصیف شرایط موجود می پردازد، از نوع تحقیقات توصیفی است. جامعه آماری شامل دانشجویان تربیت بدنی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، ورودی سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ به تعداد ۱۰۵ نفر تشکیل می دهد که از این میان تعداد ۶۳ نفر در مقطع کارشناسی و تعداد ۴۲ نفر در مقطع کارشناسی ارشد مشغول به تحصیل می باشند. منطبق با جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) تعداد نمونه ۸۳ نفر برآورد گردید که پژوهشگر از روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای استفاده می کند که با در نظر گرفتن احتمال افت آزمودنیها ۹۰ پرسشنامه توزیع و ۸۵ عدد جمع اوری گردید. پرسشنامه فرسودگی تحصیلی در سال ۱۹۹۷ توسط برسو و همکاران ساخته شد. پرسشنامه سه حیطه خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می سنجد. پرسشنامه ۱۵ ماده دارد که در مقیاس ۵ درجه ای، لیکرت درجه بندی شده است. پرسشنامه دارای روایی صوری و محتوایی بوده و پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ بدست آمد.

یافته ها

برای بررسی نرمال بودن از آزمون (کولموگروف - اسمیرنوف) استفاده شد.

H0: داده ها نرمال است (داده ها از جامعه نرمال آمده اند)

H1: داده ها نرمال نیست (داده ها از جامعه نرمال نیامده اند)

H0 > 0.183 = Asymp. Sig. (2-tailed): داده ها نرمال است

چون مقدار سطح معنی داری (Sig) از مقدار خطا (α) بیشتر است، در نتیجه فرضیه **H0** تایید می شود و داده ها نرمال است.

جدول ۱- آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

سطح معناداری	آماره کلموگروف-اسمیرنوف	تعداد	فرسودگی تحصیلی
۰/۱۸۳	۰/۹۸۱	۸۵	

میانگین امتیاز فرسودگی تحصیلی پاسخگویان ۳۶/۱۴ می باشد که تعدا ۴۲ نفر نمرات پایین میانگین و ۴۳ نفر نمرات بالای میانگین داشته اند. انحراف معیار نمرات نیز ۹/۳۱ است و کمترین امتیاز فرسودگی تحصیلی پاسخگویان ۱۵ و بیشترین ۵۷ را نشان می دهد. در مجموع پاسخگویان به فرسودگی تحصیلی در حد متوسط دچار شدند.

فرضیه پژوهش: بین فرسودگی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تفاوت وجود دارد. بررسی جدول ۲ نشان می دهد که سطح معنادار کمتر از ۵ درصد است که این موضوع نشان دهنده این است که بین فرسودگی تحصیلی دانشجویان تربیت بدنی دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تفاوت وجود دارد و فرضیه تأیید می شود.

جدول ۲- مقایسه فرسودگی تحصیلی در دختران و پسران

شرح	میانگین	انحراف استاندارد	تی	سطح معنی داری
دختر	۴۴،۵	۲۴،۴	-۲،۴۶۱	۰،۰۰۰
پسر	۳۳،۱	۲۷،۸		

نتیجه گیری

از پژوهش‌های مختلف معلوم شده که خستگی هیجانی می‌تواند در محیط تحصیلی نیز بروز پیدا کند و احساس خوب بودن فراگیران را تحت تأثیر قرار دهد. به طور بسیار خاص دو متغیر وجود دارد که در درک بروز و دوام خستگی هیجانی تحصیلی دارای اهمیت است. متغیر اول، سطح تنش تجربه شده توسط فرد و محرک‌های تنش‌زایی است که در محیط سازمانی بروز می‌کنند. در این بین، تنش توسط برخی از پژوهشگران به صورت پیش‌گویی کننده عمده خستگی هیجانی شناخته می‌شود، بدین ترتیب دانش‌آموزانی که استرس کمتری متحمل شده‌اند، نشانه‌های کمتری از خستگی هیجانی را تجربه کرده و متعاقب آن باید سطوح بالاتری از اشتغال را تجربه نمایند. مورد دوم: خستگی هیجانی و تحصیلی می‌تواند تابعی از تفاوت‌های فردی در مشخصه‌های دانش‌آموزان باشد. عوامل موثر بر فرسودگی تحصیلی به دو بخش عوامل فردی و عوامل محیطی تقسیم می‌شود. مطالعات فرسودگی نشان می‌دهد توصیف فرسودگی بدون در نظر گرفتن فرایندها و تمایلات افراد در بافت محیط اطرافشان و فرایندهای واکنش فعال و غیرفعال به محیط سازمانشان غیرممکن است [۱۳]. بر این اساس با توجه به تفاوت‌های نگرشی و شناختی احتمالی در دانشجویان دختر و پسر، پژوهش حاضر به بررسی میزان تفاوت فرسودگی تحصیلی در آنها پرداخت. نتایج آزمون t مستقل نشان می‌دهد که سطح معناداری فرسودگی تحصیلی کمتر از ۵ درصد است که این موضوع نشان از معنی دار بودن تفاوت دو میانگین در پسران و دختران است در نتیجه جنسیت افراد بر میزان فرسودگی تحصیلی تأثیر دارد.

در جمع بندی نهایی می‌توان چنین تحلیل کرد که توجه به فرسودگی تحصیلی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد از اهمیت بسیاری برخوردار است زیرا در مواردی ممکن است دانشجویان به رفتارهایی گرایش داشته باشند که با عملکرد تحصیلی آنها مطابقت ندارند در نتیجه عملکرد نامطلوبی را از خود نشان خواهند داد به همین منظور مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی باید به دانشجویان کمک کنند تا معیارهایی را برای خود انتخاب کنند که متناسب با توانایی و امکانات دانشجویان باشد. به آنها آموزش دهند که در صورت عدم دستیابی به این معیارها تلاش و عزت نفس خود را از دست ندهند بلکه تلاش‌هایشان را نسبت به قبل بیشتر کنند. پیشنهاد می‌گردد مسئولین دانشگاهها موضوع فرسودگی تحصیلی دانشجویان را به طور جدی مورد توجه قرار دهند و برنامه ریزی مناسبی در قالب برنامه های بلند مدت برای کاهش آن تدارک ببینند و در فرآیند آموزش دانشجویان برنامه ها را به طریقی تدارک ببینند که دانشجویان درگیر فرسودگی.

منابع و مراجع

- [۱] حیدری، محمود. (۱۳۸۹). بررسی جایگاه خودناتوان سازی در مدل ساختاری پیش بینی موفقیت تحصیلی. پایان نامه دکتری، دانشگاه شهید بهشتی تهران
- [۲] رستم‌اوغلی، زهرا. خوشوندیای چماچایی، بهنام (۱۳۹۱). مقایسه وجدان تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان با و بدون توانایی یادگیری. مجله ناتوانی‌های یادگیری. دوره ۲، شماره ۳/۳۷-۱۸
- [۳] قدم پور، عزت‌الله، فرهادی، علی، نقی بیرانوند، فاطمه (۱۳۹۵). تعیین رابطه بین فرسودگی تحصیلی با اشتیاق و عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان؛ پژوهش در آموزش علوم پزشکی؛ ۸ (۲):صص ۶۸-۵۹
- [۴] عظیمی، محمد؛ پیری، موسی و زوار، تقی (۱۳۹۲). رابطه فرسودگی تحصیلی و یادگیری خودتنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه. مجله پژوهش در برنامه‌ریزی درسی. سال دهم، دوره دوم (۱۱)، ۱۱۶-۱۲۸
- [۵] شعاع کاظمی، مهر انگیز و مومنی جاوید، مهر آور (۱۳۸۸). بررسی رابطه هوش هیجانی و ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان دختر رشته‌های تربیت بدنی و علوم تربیتی. مجله روانشناسی و دین. سال دوم، شماره چهارم، ۱۱۷-۱۰۱
- [۶] فرسودگی تحصیلی (۱۳۹۶) (دسترسی بصورت آنلاین <http://www.roshdmag.ir>)
- [7] Salmela-Aro, K.; H. Savolainen & L. Holopainen. (2008). *Depressive Symptoms and School Burnout During Adolescence*. Journal of Youth and Adolescence. 6. 34-45
- [8] Neumann, Y. (1990). Quality of Learning Experience and Students College Outcomes. International Journal of Educational Management. 7. 1-16
- [9] shanahan,m.j.(2000). *Pathways to adulthood in changing societies: variability and mechanisms in life course perspective*. Annual Review of Sociology, 26, 667-692
- [10] Wigfield, A., Eccles, J., Schiefele, U., Roesner, R., & Davis-Kean, P. (2006). Development of achievement motivation. In W. Damon, & N. Eisenberg (Eds.), Handbook of child psychology (6th ed). Social, emotional, and personality development, Vol. 3 (pp. 933-1002). New York: John Wiley
- [11] Schaufeli, W.B., Martinez, I., Pinto, A.M., Salanova, M., & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students: A crossnational study. Journal of Cross-Cultural Psychology, 33, PP 464-481
- [12] Celik, G. T., & Oral. E. L. (2013). Burnout Levels and Personality Traits—The Case of Turkish Architectural Students. Creative Education journal, Vol.4, No.2: pp 124-131
- [13] Bruce, S. P.(2009). Recognizing Stress and Aavoiding Burnout. Currents in Pharmacy Teaching and Learning. 1(1). 57-64.