



Sociology of Education

The Mediating Role of Psychological Well-Being in the Relationship Between Psychological Capital and Academic Burnout Among Psychology Students at Islamic Azad Universities in Tehran

Mahboobeh Heydari Baghbadarani *

MA, Department of Psychology, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

❖ **Corresponding Author Email:** heidarimahbub@gmail.com

Research Paper

Abstract

Receive: 2024/04/17
Accept: 2024/06/22
Published: 2024/12/04

Keywords:

Psychological Well-Being,
Psychological Capital, Academic
Burnout

Article Cite:

Heydari Baghbadarani M. (2024). The Mediating Role of Psychological Well-Being in the Relationship Between Psychological Capital and Academic Burnout Among Psychology Students at Islamic Azad Universities in Tehran, Tehran City), *Sociology of Education*. 10(2): 397- 408.

Purpose: The university academic period is stressful due to the presence of numerous factors, and since the prevalence of academic burnout in educational centers is increasing, attention to the factors influencing academic burnout is of particular importance. This study aimed to investigate the mediating role of psychological well-being in the relationship between psychological capital and academic burnout among psychology students at Islamic Azad Universities in Tehran during the 2023-2024 academic year.

Methodology: This descriptive-correlational study's statistical population included all psychology students at Islamic Azad Universities in Tehran during the 2023-2024 academic year. The sample size was 220 students, selected through convenience sampling. The primary data of this study were obtained using the Ryff Psychological Well-Being Questionnaire (1989), the Luthans and Avolio Psychological Capital Questionnaire (2007), and the Bresó et al. Academic Burnout Questionnaire (1997). Descriptive statistics and inferential statistics (structural equation modeling) were used to analyze the data.

Findings: The results showed a significant negative relationship between psychological capital and academic burnout among psychology students at Islamic Azad Universities in Tehran. Additionally, the results indicated that psychological well-being plays a mediating role in the relationship between psychological capital and academic burnout.

Conclusion: The findings of this study underscore the importance of psychological well-being as a mediating factor in the relationship between psychological capital and academic burnout. This suggests that enhancing psychological well-being could potentially mitigate academic burnout among students.



<https://doi.org/10.22034/ijes.2024.2027695.1559>



<https://dorl.net/dor/20.1001.1.23221445.1401.15.1.1.0>



Creative Commons: CC BY 4.0



جامعه‌شناسی آموزش و پرورش

نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه سرمایه روانشناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران

محبوبه حیدری باغبادرانی ^۱

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد تهران شمال، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

✉ ایمیل نویسنده مسئول: heidarimahbub@gmail.com

مقاله تحقیقاتی	چکیده
<p>دریافت: ۱۴۰۳/۰۱/۲۹</p> <p>پذیرش: ۱۴۰۳/۰۴/۰۲</p> <p>انتشار: ۱۴۰۳/۰۹/۱۴</p>	<p>هدف: دوره‌ی تحصیلی دانشگاهی به واسطه حضور عوامل متعدد، دوره‌ای فشارزاست و از آنجا که شیوع فرسودگی تحصیلی در مراکز آموزشگاهی روبه افزایش است، توجه به عوامل موثر در فرسودگی تحصیلی اهمیت ویژه‌ای دارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه سرمایه روانشناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ انجام شد.</p> <p>روش‌شناسی: پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی بوده و جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ می‌باشد. تعداد اعضای نمونه ۲۲۰ نفر در نظر گرفته شد که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. اطلاعات اصلی این پژوهش با استفاده از پرسشنامه‌های بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹)، پرسشنامه سرمایه روانشناختی لوتانز و اولیو (۲۰۰۷) و پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران (۱۹۹۷) به دست آمد. در تجزیه و تحلیل اطلاعات از آمار توصیفی و آمار استنباطی (مدلسازی معادلات ساختاری) استفاده شد.</p> <p>یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین سرمایه روانشناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین نتایج حاکی از آن بود که بهزیستی روانشناختی در رابطه بین سرمایه روانشناختی و فرسودگی تحصیلی نقش واسطه‌ای دارد.</p> <p>بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های این مطالعه اهمیت بهزیستی روانشناختی به عنوان یک عامل واسطه‌ای در رابطه بین سرمایه روانشناختی و فرسودگی تحصیلی را نشان می‌دهد. این موضوع نشان می‌دهد که تقویت بهزیستی روانشناختی می‌تواند به کاهش فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان کمک کند.</p>
<p>واژگان کلیدی:</p> <p>بهزیستی روانشناختی، سرمایه روانشناختی، فرسودگی تحصیلی</p>	
<p>استناد مقاله:</p> <p>حیدری باغبادرانی م. (۱۴۰۳). نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه سرمایه روانشناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران، جامعه‌شناسی آموزش و پرورش، ۱۰(۲): ۳۹۸-۴۰۸.</p>	



<https://doi.org/10.22034/ijes.2024.2027695.1559>



<https://dorl.net/dor/20.1001.1.23221445.1401.15.1.1.0>



Creative Commons: CC BY 4.0

مقدمه

آموزش عالی به عنوان یکی از فراگیرترین و عظیم‌ترین نهادهای اجتماعی شناخته شده است و اکثریت افراد به نوعی با آن در ارتباط هستند؛ همچنین دانشجویان از افشار مستعد برگزیده جامعه و سازندگان فردای هر کشور می‌باشند، در نتیجه سلامت روانی آنان، از اهمیت ویژه‌ای در یادگیری و افزایش آگاهی علمی برخوردار است (Naeimi Tajdar et al., 2024; Ofem, 2023; Sadat Mousavi & Ebrahimi, 2024; Shoghi et al., 2023). به صورت کلی سلامت روان نقش مهمی در تضمین پویایی و کارآمدی هر جامعه بالاخص دانشجویان ایفا می‌کند (عبدی سادات، ۱۳۹۷). در واقع موضوع سلامت از بدو پیدایش بشر و در قرون و اعصار متمدنی مطرح بوده است، اما هر گاه از آن سخنی به میان آمده است، عمدتاً بعد جسمی آن مد نظر قرار گرفته و کمتر به سایر ابعاد سلامت، به خصوص روانی، آن توجه شده است. نتایج بررسی‌هایی که در چند دانشگاه کشور بر روی سلامت روان دانشجویان انجام شده است، نشان می‌دهد که تعداد ۴۰/۲ درصد از دانشجویان، فاقد سلامت روان هستند. میزان شیوع اختلالات روانی، در ۳۵/۴ درصد دانشگاه یزد و ۲۸/۶ درصد دانشجویان دانشگاه شاهد گزارش شده است. همچنین طبق این گزارش‌ها، ۲۲/۷ درصد دانشجویان اردبیل و ۶۷/۹ درصد دانشجویان دانشگاه اراک، دارای علائم مرضی روانی بوده‌اند (Mahdian et al., 2021). بنابراین یکی از مسائل گریبان‌گیر نظام آموزشی، فرسودگی تحصیلی است که باعث به هدر رفتن نیروی انسانی، زمان و هزینه‌های بسیار زیادی در این حوزه است و علاوه بر آثار منفی در دوره کنونی، آینده‌ی دانشجویان را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد (Mahdian et al., 2021; Poots & Cassidy, 2020).

فرسودگی یک موضوع پژوهشی در روانشناسی و رشته‌های مرتبط با آن در سه دهه‌ی گذشته بوده است که در ابتدا تنها در حیطه‌ی شغلی مطرح بود اما در چند سال اخیر، محققان آن را در حوزه‌ی تحصیلی نیز مورد بررسی قرار داده‌اند. فرسودگی تحصیلی حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که نتیجه‌ی یک استرس مزمن است و ناشی از فشار زیاد تکلیف، محدودیت زمانی و نداشتن امکانات لازم برای انجام دادن تکالیف است که می‌تواند بر عملکرد تحصیلی و بهزیستی روانی افراد تاثیر گذارد (Azimi et al., 2017; Enayati Shabkolai et al., 2023; Jalalvand et al., 2020). فرسودگی تحصیلی در افراد با نشانه‌هایی همچون بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه‌ی حضور یافتن مستمر در کلاس‌های درس خود را نشان می‌دهد (Shoghi et al., 2023). پژوهش‌های متعددی به ظهور فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان و دانش‌آموزان و نقش آن در یادگیری درسی اشاره کرده‌اند که می‌تواند دانشجویان را به غیبت بیش از حد در کلاس درسی، انگیزه‌ی کمتر در انجام تکالیف درسی و حتی ترک تحصیل سوق دهد و همچنین، شواهد و پژوهش‌های مختلفی حاکی از احساس فرسودگی تحصیلی یا مصادیق آن در میان دانشجویان مقاطع تحصیلی مختلف است (Naami, 2009; Roghani & Afrokhte, 2023; Wang et al., 2021). برخی مطالعات گزارش کرده‌اند که عملکرد تحصیلی در رابطه‌ی غیرمستقیم با فرسودگی تحصیلی قرار دارد؛ دانشجویانی که دارای سطح بالایی از فرسودگی تحصیلی باشند، همواره دارای عملکرد تحصیلی بسیار پایینی می‌باشند؛ همچنین فرسودگی تحصیلی در بین دانشجویان به طور کلی اثرات سوء بر زندگی آنان دارد (Ghadampour et al., 2016; Mikaeili et al., 2013; Narimani et al., 2014; Shareinia et al., 2019). فرسودگی تحصیلی یک موضوع پیچیده و متأثر از ابعاد جامعه‌شناختی و روانشناختی است و قابل تبیین با یک سازه و یا حتی با سازه‌های چندگانه نیست (Narimani et al., 2014; Shareinia et al., 2019; z et al., 2014).

یکی از این سازه‌های روانشناختی، سرمایه‌های روانشناختی است که مشتمل بر عناصر ادراکی شناختی است که با ماهیتی ارزیابانه، ادراک‌های مربوط به خود را بررسی می‌کند. با توجه به اهمیت روز افزون روانشناسی مثبت و نیز جامعیت سرمایه‌های روانشناختی به دلیل برداشتن چهار ویژگی مهم و اثرگذار در موفقیت‌های تحصیلی، این متغیر به عنوان متغیر فردی نیز استفاده می‌شود (Amini et al., 2020). سرمایه روانشناختی یکی از مفاهیم اصلی روانشناسی مثبت است که افق‌های مثبت زندگی آدمی را جستجو می‌کند. در واقع این سازه، دربرگیرنده‌ی حالات روانشناختی است که به بهره‌وری فرد کمک می‌کند و شامل خودادراکی، خودارزشمندی، هدفمندی و مقاومت در برابر مشکلات است (Datu & Valdez, 2016; Eslahi farshami et al., 2021). در مجموع سرمایه‌ی روانشناختی را تحت چهار مقوله‌ی امید (به معنای نگرش‌های مثبت و منفی در محاورات زبانی روزمره)، تاب‌آوری (ناظر بر توانایی فرد در واکنش به مصائب، چالش‌ها، ریسک‌ها، ناامنی‌ها و تعارضات)، خوش‌بینی (به معنای نگرش مثبت به امورات) و خودکارآمدی (به معنای باور و اعتقاد فرد به منابع درونی و انگیزشی خود که بر اساس آن بتواند یک کار خاص را به نحو احسن و با اقدامات لازم انجام دهد) تعریف نموده‌اند (Luthans et al., 2014; Luthans et al., 2019; Martínez et al., 2019). سرمایه روانشناختی دانشجویان را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله‌ی بهتر در برابر موقعیت‌های استرس‌زا، کمتر دچار تنش شده و در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند (Wang et al., 2021; Ye & Yang, 2022; Yu et al., 2021). دانشجویانی که سرمایه‌ی روانشناختی پایینی دارند، منابع منفی و کمی برای مقابله با استرس داشته و در نتیجه اضطراب بالایی را تجربه می‌کنند که منجر

¹ Mental health

² psychological capital

به فرسودگی بیشتر می‌گردد (Azimi et al., 2017; Jiang, 2021; Maarefvand & Shafiabady, 2024; Wang et al., 2021; Yu et al., 2021). پژوهش‌های متعددی از این نظریه حمایت کرده‌اند که سرمایه روانشناختی یکی از عوامل دخیل و موثر در بهزیستی روانشناختی شناخته می‌شود و به طور مثبتی با آن همراه می‌شود (Amini et al., 2020; Hashemi Nosrat Abad et al., 2012; Ofem, 2023).

ریف^۱ (۱۹۸۹) بهزیستی روانشناختی را به عنوان رشد استعداد‌های واقعی هر فرد تعریف می‌کند. این مفهوم از ۶ مولفه پذیرش خود، خودمختاری، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط و رشد فردی تشکیل شده است. در واقع بهزیستی روانشناختی، ارزیابی مثبت فرد و رضایت کلی او از زندگی خویش است که باعث می‌شود هیجانات مثبت بیشتری را نسبت به هیجانات منفی تجربه کند (Azam et al., 2021; Azari et al., 2022). افراد با احساس بهزیستی پایین، گذشته، آینده خود و دیگران، رویدادها و حوادث پیرامونشان را به صورت منفی و نامطلوب ارزیابی می‌کنند و هیجانات منفی مانند اضطراب و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند (Ofem, 2023; Poots & Cassidy, 2020; Wang et al., 2015). فردی که از بهزیستی روانشناختی برخوردار است در وضعیتی قرار دارد که منابع روانشناختی، اجتماعی و فیزیکی برای رویارویی با چالش‌های روانی، فیزیکی یا اجتماعی را در اختیار دارد (Asghari et al., 2014). از این رو، پژوهشگران بر این باورند که ایجاد بهزیستی روانشناختی، انسان‌ها را به سمت موفقیت بیشتر، ارتباطات اجتماعی سالم‌تر و در نهایت سلامت روانی و جسمانی بالاتری رهنمون می‌سازد (Ofem, 2023; Poots & Cassidy, 2020). همچنین در حوزه‌ی تحصیلی، منجر به افزایش درگیری تحصیلی و کاهش فرسودگی تحصیلی می‌گردد چرا که دانشجویان اطمینان به خود را به شیوه‌های مختلفی پرورش می‌دهند و آنهایی که بهزیستی روانشناختی بالاتری دارند، به مهارت‌هایشان اطمینان بیشتری دارند و بیشتر خود را در فعالیت‌های تحصیلی درگیر می‌کنند (Asghari et al., 2014; Enayati Shabkolai et al., 2023; Maarefvand & Shafiabady, 2024; Mahdian et al., 2021; Masha'al et al., 2022; Ofem, 2023; Paivastegar et al., 2016; Poots & Cassidy, 2020; Taziki et al., 2021; Wang et al., 2015).

بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که اگرچه پژوهش‌هایی در رابطه با مولفه‌های بهزیستی روانشناختی، سرمایه روانشناختی و فرسودگی تحصیلی صورت گرفته است اما هر سه متغیر، از متغیرهایی است که در دهه‌های اخیر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته و پژوهش در رابطه با ارتباط میان آنها، هنوز مورد توجه و نیازمند مطالعه است. همچنین اگرچه در ارتباط میان فرسودگی تحصیلی و سرمایه‌های روانشناختی و همچنین سرمایه‌های روانشناختی و بهزیستی روانشناختی، مطالعات متعددی وجود دارد اما کمتر پژوهشی است که رابطه میان بهزیستی روانشناختی و فرسودگی تحصیلی را مورد مطالعه قرار داده باشد و بهزیستی روانشناختی در آن نقش میانجی داشته باشد. همینطور تا بحال پژوهشی که در آن رابطه سرمایه روانشناختی و فرسودگی تحصیلی را با نقش میانجی بهزیستی روانشناختی مورد مطالعه قرار داده باشد، توسط پژوهشگر یافت نشد که لزوم انجام این پژوهش را نشان می‌دهد. از آنجا که فرسودگی تحصیلی ارتباط مستقیمی با عملکرد تحصیلی دارد و از مهمترین مباحث قابل پژوهش در محیط‌های آموزشی است، تشخیص متغیرهای پیش‌بینی‌کننده‌ی آن بسیار حائز اهمیت است و تا بحال پژوهشی که لذا سوال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا بهزیستی روانشناختی در رابطه میان سرمایه روانشناختی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران، نقش واسطه‌ای دارد؟

روش شناسی

روش پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی، از نظر موقعیت میدانی، از نظر ماهیت توصیفی و از نظر نوع همبستگی می‌باشد که از روش الگویابی معادلات ساختاری یا الگویابی علی استفاده می‌کند. در این پژوهش، جامعه آماری عبارت است از کلیه‌ی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ مشغول به تحصیل هستند. با وجود آنکه در مورد حجم نمونه‌ی لازم برای مدل‌های ساختاری توافق کلی وجود ندارد، اما به زعم بسیاری از پژوهشگران از جمله هولتر (۱۹۸۳)، گارور و منتزر (۱۹۹۹)، سیوو و همکاران (۲۰۰۶) و هو (۲۰۰۸)، حداقل حجم نمونه‌ی لازم ۲۰۰ نفر می‌باشد. کلاین (۲۰۱۰) نیز معتقد است که حداقل حجم نمونه‌ی ۲۰۰ نفر، قابل دفاع است (حبیبی، ۱۳۹۶) که برای جلوگیری از احتمال ریزش نمونه ۲۲۰ پرسشنامه میان دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران که ملاک‌های ورود و خروج (ملاک‌های ورود شامل: تحصیل در رشته روانشناسی، عدم ابتلا به بیماری‌های جسمی مزمن، مجرد، سن بین ۲۲ تا ۳۲ سال، ملاک‌های خروج شامل: عدم تکمیل کامل پرسشنامه‌ها، عدم تمایل به شرکت در پژوهش) به پژوهش را دارند، توزیع می‌شود. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت در دسترس بود. همچنین اخلاق در این مطالعه کاملاً رعایت شد به گونه‌ای که به مشارکت‌کنندگان در زمینه محرمانه ماندن اطلاعات، اطمینان خاطر داده شد تا آنها با رضایت کامل، پرسشنامه‌ها را در محیطی آرام و بدون ذکر نام تکمیل نمایند.

¹ Ryff

² psychological well-being

الف) پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹): این مقیاس توسط ریف در فرم اصلی ۱۲۰ سوالی طراحی شده است که دارای ۶ زیرمقیاس خودمختاری، تسلط بر محیط، رشد شخصی، رابطه مثبت با دیگران، زندگی هدفمند و خودپذیرندگی می‌باشد. پاسخ به هر سوال بر اساس طیفی از کاملاً مخالف (نمره ۱) تا کاملاً موافق (نمره ۶) مشخص می‌شود. نمره ی بالاتر بیانگر سطح بالای بهزیستی روان شناختی است. لازم به ذکر است که در پژوهش‌های بعدی فرم‌های ۸۴، ۵۴ و ۱۸ سوالی این مقیاس نیز ارایه گردید. در این پژوهش فرم کوتاه ۱۸ سوالی که توسط ریف و کیز خلاصه شد، مورد استفاده قرار گرفته است. ریف و کیز گزارش کردند همبستگی زیرمقیاس‌های فرم ۱۸ سوالی با فرم ۱۲۰ سوالی بین ۷۰٪ تا ۸۹٪ است (ایرانیان پهرآباد، مشهدی، طیبی و مدرس غروی، ۱۳۹۴). پژوهش بیانی، کوچکی و بیانی (۲۰۰۸)، نشان دهنده ی روایی و اعتبار قابل قبول نسخه ۸۴ سوالی فارسی است. در پژوهش آن‌ها پایایی درونی مقیاس با روش آلفای کرونباخ برابر با ۸۲٪ و آلفای زیرمقیاس‌های آن از ۷۰٪ تا ۷۸٪ بوده است. همبستگی مثبت آن با مقیاس رضایت از زندگی، پرسشنامه شادی آکسفورد و پرسشنامه حرمت خود روزنبرگ حاکی از روایی همگرایی آن است. در بررسی دیگری ضرایب آلفای کرونباخ برای هر کدام از زیرمقیاس‌های این فرم به ترتیب ۶۰٪، ۷۷٪، ۷۳٪، ۷۴٪، ۷۵٪ و ۷۸٪ به دست آمد. علاوه بر این، سفیدی و فرزاد (۱۳۹۱) در رواسازی فرم ۱۸ سوالی مقیاس بهزیستی روان شناختی ریف بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین، همسانی درونی برای کل آزمون و زیرمقیاس‌ها را بین ۶۵۸٪ تا ۷۵٪ گزارش کردند (Mahdian et al., 2021).

ب) پرسشنامه سرمایه روانشناختی لوتانز و اولیو (PCQ): برای سنجش سرمایه روانشناختی از پرسشنامه‌ی سرمایه روانشناختی لوتانز و اولیو (۲۰۰۷) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۲۴ سوال است که هر ۴ خرده مقیاس امید (۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲)، تاب‌آوری (۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸)، خوش‌بینی (۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴) و خودکارآمدی (۱-۲-۳-۴-۵-۶) را که هر کدام شامل ۶ گویه است می‌سنجد و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵) پاسخ می‌دهد. برای به دست آوردن نمره سرمایه روانشناختی ابتدا نمره‌ی هر خرده مقیاس به صورت جداگانه حساب شده و سپس مجموع آنها به عنوان نمره‌ی کل سرمایه روانشناختی محاسبه می‌شود. لوتانز و اولیو (۲۰۰۷) پایایی پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای امید ۰/۷۲، تاب‌آوری ۰/۷۱، خودکارآمدی ۰/۸۵ و خوش‌بینی ۰/۷۹ و برای کل پرسشنامه ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند. آنها همچنین به منظور احراز روایی سازه‌ای پرسشنامه، از تحلیل عاملی تاییدی مرتبه‌ی دوم برای تایید ۴ عامل و به ازای هر عامل ۶ سوال، استفاده کردند که شاخص‌های نیکویی برازش آن، برازش خوب مدل پرسشنامه را نشان داده است. فرخی و سبزی (۱۳۹۴) از همبستگی نمره‌ی هر بعد با نمره‌ی کل، جهت تعیین تروایی استفاده کردند که این ضرایب برای ابعاد خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۶، ۰/۷۸ و ۰/۸۳ به دست آمده‌اند و ضرایب آلفای کرونباخ را برای هر یک از ابعاد فوق به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۷۸، ۰/۶۶ و ۰/۶۵ گزارش نموده‌اند (Azimi et al., 2017).

ج) پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو و همکاران^۲ (۱۹۹۷): این پرسشنامه توسط برسو و همکاران در سال ۱۹۹۷ با هدف سنجش نشانه‌هایی مانند بی‌علاقگی نسبت به مطالب درسی، عدم تمایل به حضور مستمر در کلاس، عدم مشارکت در فعالیت‌های کلاسی، غیبت‌های مکرر و احساس بی‌معنایی و بی‌کفایتی در فراگیری مطالب درسی ساخته شده و شامل ۱۵ ماده است که ۳ حیطه‌ی خستگی تحصیلی (۱-۴-۷-۱۰-۱۳)، بی‌علاقگی تحصیلی (۲-۵-۱۱-۱۴) و ناکارآمدی تحصیلی (۳-۶-۸-۹-۱۲-۱۵) را در یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵ مورد ارزیابی قرار می‌دهد. روایی پرسشنامه توسط سازندگان آن با استفاده از روش تحلیل عاملی مورد تایید قرار گرفته و پایایی ابعاد آن را برسو و همکاران (۱۹۹۷) برای خستگی تحصیلی ۰/۷۹، بی‌علاقگی تحصیلی ۰/۸۲ و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۷۵ گزارش کرده‌اند. عزیزی ابرقویی (۱۳۸۹) نیز پایایی کل این پرسشنامه را ۰/۸۷ گزارش کرده است (Enayati Shabkolai et al., 2023).

تجزیه و تحلیل داده‌ها در قسمت آمار استنباطی به منظور تحلیل داده‌ها از مدل‌سازی معادلات ساختاری استفاده شد. برای تحلیل بخش توصیفی از نرم‌افزار SPSS-23 و برای بخش استنباطی از Amos استفاده شد.

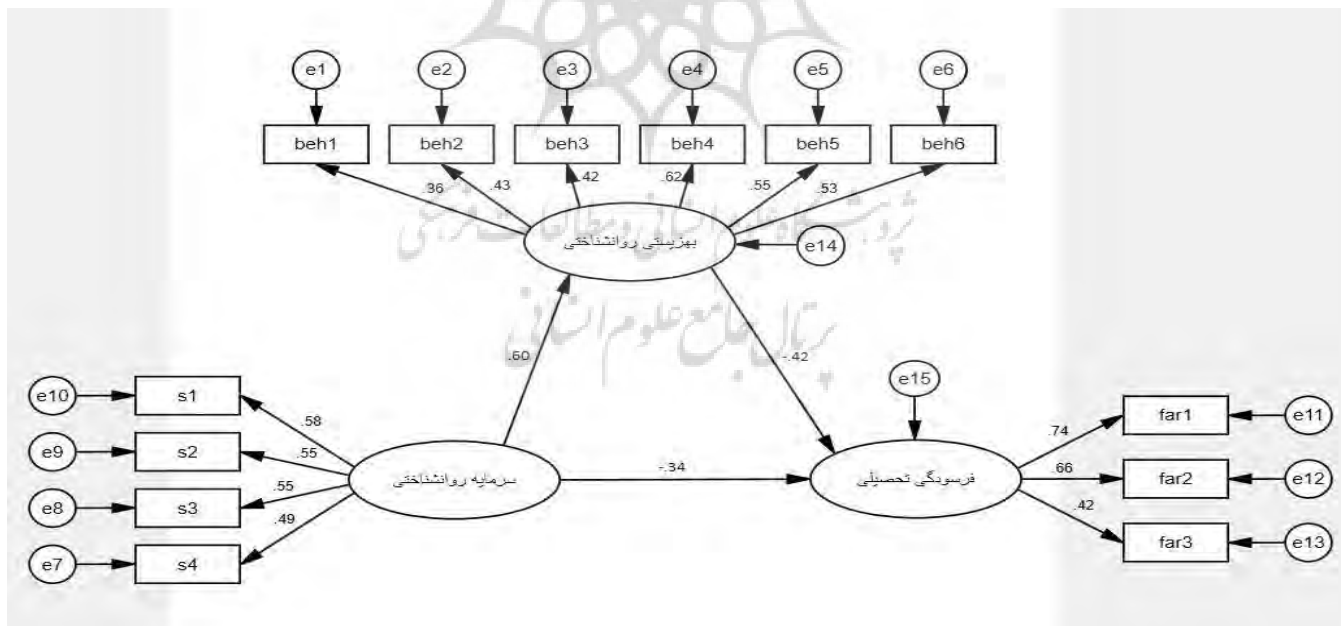
¹ Luthans & Avolio

² Academic Burnout Questionnaire Berso et al

جدول ۱. شاخص توصیفی مقیاس‌های پژوهش

مقیاس	خرده مقیاس	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
بهبودی روانشناختی	خودمختاری	۱۵,۷۴	۳,۹۹	۰,۴۴	-۱,۱۵
	تسلط بر محیط	۱۶,۲۱	۳,۹۴	۰,۴۰	-۱,۱۱
	رشد شخصی	۱۶,۳۰	۴,۱۱	۰,۳۵	-۱,۲۰
	رابطه مثبت با دیگران	۱۶,۴۸	۴,۴۴	۰,۲۹	-۱,۴۵
	زندگی هدفمند	۱۳,۷۵	۳,۳۲	۱,۶۲	۱,۷۹
	خودپذیرندگی	۱۷,۷۱	۳,۸۴	۰,۱۹	-۱,۱۱
سرمایه روانشناختی	امید	۱۶,۷۰	۵,۴۶	۰,۰۹	-۰,۵۸
	تاب آوری	۱۷,۸۳	۵,۱۹	۰,۱۳	-۰,۶۹
	خوشبینی	۱۵,۵۹	۳,۶۹	-۰,۰۷	-۰,۱۹
	خودکارآمدی	۱۹,۶۰	۵,۹۲	-۰,۰۱	-۰,۵۹
فرسودگی تحصیلی	خستگی تحصیلی	۱۶,۸۸	۲,۷۶	-۰,۹۴	-۰,۲۸
	بی‌علاقگی تحصیلی	۱۶,۹۸	۲,۸۴	-۱,۰۶	-۰,۰۴
	ناکارآمدی تحصیلی	۱۶,۶۴	۳,۰۰	-۰,۸۷	-۰,۴۶

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد شاخص‌های کجی و کشیدگی در بازه -۲ تا +۲ قرار دارند. نتایج مربوط به اجرای مدل در حالت استاندارد شده به همراه برخی از مهمترین شاخص‌های برازش مدل اولیه در شکل زیر ارائه شده است.



شکل ۱. مدل در حالت ضرایب استاندارد شده

برای مشخص کردن میزان برازش مدل عمومی پژوهش، از شاخص‌های قابل ارائه در نرم‌افزار لیزرل استفاده شد که این شاخص‌ها در جدول زیر آمده است:

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل

نام شاخص	شاخص‌های برازش	مقدار	حد مجاز
		۱,۹۴	کمتر از ۳
		۰,۰۵	کمتر از ۱/۱
		۰,۹۵	بالاتر از ۹/۹
		۰,۹۴	بالاتر از ۹/۹
		۰,۹۵	بالاتر از ۹/۹
		۰,۹۳	بالاتر از ۹/۹

به طور کلی در کار با برنامه اموس هر یک از شاخص‌های بدست آمده به تنهایی دلیل برازندگی یا عدم برازندگی مدل نیستند و این شاخص‌ها را در کنار هم بایستی تفسیر نمود. مقدارهای بدست آمده برای این شاخص‌ها نشان می‌دهد که در مجموع الگو در جهت تبیین و برازش از وضعیت مناسبی برخوردار است.

جدول ۳. ضرایب و معناداری اثرات مستقیم

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	نوع اثر	β استاندارد شده	آماره معناداری	sig
سرمایه روانشناختی	فرسودگی تحصیلی	مستقیم	-۰,۳۴	۳,۸۶	۰,۰۰۱
سرمایه روانشناختی	بهبودی روانشناختی	مستقیم	۰,۶۰	۸,۲۷	۰,۰۰۱
سرمایه روانشناختی	بهبودی روانشناختی	مستقیم	-۰,۴۲	۴,۹۰	۰,۰۰۱

آنچه از نتایج جدول ۳ برمی‌آید این است که فرضیه پژوهش تایید شده و سرمایه روانشناختی اثر مستقیم منفی معنادار بر فرسودگی تحصیلی داشته است ($p < 0.05$). بدین معنا که با افزایش سرمایه روانشناختی، سطح فرسودگی تحصیلی کاهش می‌یابد ($p > 0.05$).

همچنین، نتایج نشان داد سرمایه روانشناختی اثر مستقیم مثبت معنادار بر بهبودی روانشناختی داشته است ($p < 0.05$). بدین معنا که با افزایش سرمایه روانشناختی، سطح بهبودی روانشناختی افزایش می‌یابد ($p < 0.05$). در نهایت، نتایج نشان داد سرمایه روانشناختی اثر مستقیم منفی معنادار بر بهبودی روانشناختی داشته است ($p < 0.05$). بدین معنا که با افزایش سرمایه روانشناختی، سطح بهبودی روانشناختی کاهش می‌یابد ($p > 0.05$).

¹ Root Mean Square Error Approximation

² Comparative Fit Index

³ Normed Fit Index

⁴ Goodness of Fit Index

⁵ Goodness of Fit Index

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف نقش واسطه‌ای بهزیستی روانشناختی در رابطه سرمایه روانشناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی شهر تهران انجام شد. نتایج نشان داد که سرمایه روانشناختی به شکل منفی و معناداری فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته با نتایج حاصل از پژوهش‌های پیشین (Azimi et al., 2017; Jiang, 2021; Maarefvand & Shafiabady, 2024; Wang et al., 2021; Yu et al., 2021) همسوست. در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان گفت دانشجویانی که از مولفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی (خودکارآمدی، خوش‌بینی، امید و تاب‌آوری) برخوردار هستند، دارای دیدگاه و احساس مناسب نسبت به آینده هستند و در انجام امور قابلیت‌ها و توانمندی‌های خود اعتماد و باور دارند. همچنین در شرایط سخت و چالش‌برانگیز می‌توانند اوضاع را در کنترل خود داشته باشند، ابتکار عمل به خرج دهند و به تلاش ادامه دهند، به عبارتی به پیش‌بینی امور بپردازند. از این رو این افراد در محیط آموزشی، توانمندی لازم و عملکرد سازنده در تحصیل از خود نشان می‌دهند و در نتیجه موفقیت و پیشرفت تحصیلی بیشتری کسب کنند (Wang et al., 2021). سرمایه روانشناختی در دانشجویان باعث می‌شود که تاب‌آوری بالاتری در مقابل مشکلات تحصیلی از خود نشان دهند. امید، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی از جمله ویژگی‌های روانشناسی است که موجب می‌شود دانشجویان اهمالکاری از خود نشان ندهند و از منابع انگیزه‌ای خود برای رسیدن به اهداف تحصیلی استفاده کنند در نتیجه میزان فرسودگی تحصیلی در آنان کاهش یابد (Yu et al., 2021). خودکارآمدی یکی از مولفه‌های سرمایه‌ی روانشناختی است که در یادگیرندگان موجب افزایش تعامل، تلاش و مشارکت داوطلبانه در فعالیت‌های مربوط به یادگیری و بکارگیری استراتژی‌های موثر در مقابل مشکلات می‌شود و در نهایت عملکرد یادگیرندگان را بهبود می‌بخشد (Jiang, 2021). همچنین افرادی که خودکارآمدی بالایی دارند در مواجهه با تکالیف مشکل به جای اجتناب از مشکل با آن روبرو شده و تعهد بالایی در رسیدن به اهداف خود داشته و شکست را به تلاش کمتر و مهارت ناقص خود نسبت می‌دهند و آن را جبران‌ناپذیر می‌دانند. از سوی دیگر افراد خوشبین نیز دارای نگرش‌ها و گرایش‌های مثبت و برنامه‌ریزی برای بهبود هستند و در روبرو شدن با یک چالش حالت اطمینان و پایداری از خود نشان داده و حتی اگر پیشرفت سخت یا کند باشد این افراد می‌توانند با شیوه‌های موفقیت‌آمیزی آن را مدیریت کنند. در تبیین امید بر فرسودگی تحصیلی می‌توان اینگونه امید را یک مولفه‌ی انگیزشی مهم برای به حرکت در آوردن فرد در مسیر رسیدن به هدف در نظر گرفت. امید نوعی حس اطمینان از موفقیت معطوف به هدف است و در فرد نیرویی ایجاد می‌کند که خود را موجودی فعال در نظر بگیرد که قادر است به خودنظم‌دهی و تنظیم رفتار دست یابد (Maarefvand & Shafiabady, 2024). همچنین در تبیین تاب‌آوری و فرسودگی تحصیلی می‌توان گفت که افراد تاب‌آور و سرسخت می‌توانند بر انواع اثرات ناگوار خستگی‌های جسمانی و عاطفی ناشی از کار چیره شوند و سلامت روان خود را حفظ کنند. ظرفیت بالای تاب‌آوری در افراد باعث می‌شود تا آنها نحوه‌ی استدلال و نگرش متفاوتی در مواجهه با موانع و چالش‌های تحصیلی و شغلی و دیگر موقعیت‌های زندگی اتخاذ کنند و در این صورت با عملکرد بهتر و فرسودگی کمتری مواجه می‌شوند (Azimi et al., 2017). به طور کلی می‌توان گفت افرادی که در انجام کارهای تحصیلی، خود را مطمئن تر و توانمندتر می‌دانند، در مقایسه‌ی با دیگران، خودپنداره‌ی تحصیلی قدرتمندی دارند و بالطبع چنین خودپنداره‌ی سبب رشد و پیشرفت تحصیلی و مانع فرسودگی تحصیلی در فرد می‌گردد. موفقیت‌های بیشتر به مرور، این احساس را برای دانشجو ایجاد می‌کند که محیط آموزشی مکان مناسبی برای پیشرفت اوست، پس به ماندن در دانشگاه و انجام فعالیت‌های تحصیلی و مشارکت در امور آنجا تمایل و اشتیاق پیدا کرده و از فرسودگی وی کاسته می‌شود. در واقع سرمایه‌ی روانشناختی، دانشجویان را به چالش می‌کشد تا در جستجوی این پرسش برآیند که چه کسی هستند و در نتیجه به خودآگاهی بهتر که لازمه‌ی دستیابی به اهداف و موفقیت‌هاست دست پیدا کنند و برای امور آموزشی و تحصیلی خود تلاش و درگیری بیشتری از خود نشان دهند که همه‌ی این موارد خلاف ویژگی‌های فرسودگی تحصیلی است. نتایج نشان داد که سرمایه روانشناختی به شکل مثبت و معناداری بهزیستی روانشناختی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته از پژوهش با نتایج مطالعات پیشین (Amini et al., 2020; Maarefvand & Shafiabady, 2024; Mahdian et al., 2021; Ofem, 2023; Poots & Cassidy, 2020) همسوست. در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان گفت سرمایه روانشناختی از مولفه‌های تاثیرگذار است که منجر به عملکرد بهتر افراد می‌شود و اگر وضعیت افراد در طولانی مدت مدنظر قرار نگیرد، آنها تلاش می‌کنند تا نیازهایشان را برآورده سازند؛ این نیازها ممکن است به یاس و نومییدی در آنها منجر شود، همین امر سطح سلامت روانی و بهزیستی روانشناختی افراد را کاهش می‌دهد (Poots & Cassidy, 2020). سرمایه روانشناختی یکی از عوامل دخیل در افزایش بهزیستی است (مالینوفسکی و لیم، ۲۰۱۵). بر اساس دیدگاه لوتانز (۲۰۰۲) سرمایه‌های روانشناختی باعث می‌شود که فرد در برخورد با مسائل و مشکلات، بردباری بیشتری از خود نشان دهد (تاب‌آورانه با زندگی برخورد کند) و با برنامه‌ریزی گام بردارد و بهترین راه‌حل‌ها را برای حل مشکل انتخاب کند. سرمایه‌های روانشناختی فرد را قادر می‌سازد تا کمتر دچار تنش شود و با وجود این که در معرض عوامل استرس‌آور و خطرات قرار می‌گیرد بهزیستی خود را حفظ کند، خود را خودکارآمدتر تصور نماید و نسبت به آینده و آنچه اتفاق خواهد افتاد خوش‌بین باشد. خوش‌بینی در حالی که حالات عاطفی مثبت را

برای فرد به ارمغان می‌آورد باعث کاهش عواطف منفی در فرد می‌شود که این امر منجر به افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود (Amini et al., 2020). سرمایه‌های روانشناختی بیانگر مجموعه‌ای از ظرفیت‌ها و توانایی‌هایی است که از طریق تقویت مهارت‌های اجتماعی، ظرفیت‌های بالایی در افراد برای تعاملات گروهی و اجتماعی به وجود می‌آورد و با کاهش ضعف‌های شخصی و همچنین از میان بردن موانعی که در مسیر موفقیت وجود دارند، توانایی افراد را در زمینه‌های مختلف بهزیستی افزایش می‌دهد. سرمایه‌ی روانشناختی می‌تواند در برنامه‌های پیشگیری از عوامل مختلف آسیب‌زا و افزایش بهزیستی روانشناختی مورد توجه و استفاده قرار گیرد.

همچنین نتایج حاصل از تحلیل آماری داده‌ها در فصل قبل، حاکی از آن بود که بهزیستی روانشناختی به شکل منفی و معناداری فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. این یافته از پژوهش با نتایج مطالعات پیشین (Baquero, 2023; Duarte & Pinto-Gouveia, 2016; Karimi Dastaki & Wang et al., 2015; Mahmudi, 2024; Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014) همسوست. در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان گفت دانشجویانی که فرسودگی تحصیلی دارند، انگیزه‌ای برای شرکت در فعالیت‌های کلاسی ندارند و ویژگی‌های رفتاری مانند غایب شدن، تاخیر در حضور در کلاس و ترک زود هنگام کلاس را از خود نشان می‌دهند. به علاوه در کلاس به مطالب درسی گوش ندهد و در فعالیت‌های گروهی شرکت نمی‌کنند. این افراد حس مسئولیت‌پذیری و پاسخ‌گویی در برابر عملکرد ضعیف خود را ندارند. فرسودگی تحصیلی با مشکلات روانشناختی و رفتاری مانند افسردگی، افت تحصیلی، تنیدگی همراه است و پیامدهای منفی زیادی از لحاظ بهزیستی ذهنی، روانشناختی و جسمانی برای دانشجویان به همراه دارد (Wang et al., 2015). بهزیستی روانشناختی به معنای تلاش برای ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی‌های فردی شکوفا می‌شود. طی پژوهش‌های انجام شده در سال‌های اخیر، پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که افراد با بهزیستی روانشناختی بالا در مقایسه با افراد دیگر، توانایی سازگاری با مشکلات بیشتری دارند به نحوی که ویژگی‌های متفاوتی در برخورد با مسائل استرس‌زا و فشارها دارند و می‌توانند فشار بیشتری را تحمل کرده و هرچه سریع‌تر به نقطه‌ی تعادل روحی برسند (Wang et al., 2015). بهزیستی روانشناختی را می‌توان تلاش برای ارتقا و پیشرفت در تمام زمینه‌های زندگی در نظر گرفت. فردی که از بهزیستی روانشناختی برخوردار باشد، برای ارتقای خود تلاش می‌کند و حتی سعی دارد در شرایط استرس‌زا با مشکلات و عوامل تنیدگی‌زا سازش بیشتری از خود نشان دهد. در واقع بهزیستی روانشناختی بالا با واکنش‌های عاطفی و شناختی مناسب برای درک توانمندی‌های شخصی و تعامل‌های مفید با افراد دیگر سبب می‌شود ناهمخوانی بین محیط واقعی و عوامل بیولوژیکی فرد را که همان تنیدگی است، تحت کنترل بگیرد (Karimi Dastaki & Mahmudi, 2024). به طور کلی می‌توان گفت سلامت روانشناختی یا بهزیستی روانشناختی، نقش مهمی در تعادل زندگی هر انسانی دارد و پوشش فراگیر آن در جامعه می‌تواند موجبات توسعه‌ی فردی و اجتماعی را فراهم آورد. دانشجویانی که از بهزیستی روانشناختی کافی و مطلوب برخوردار باشند، می‌توانند با چالش‌های ناشی از نقش تحصیلی خود کنار آمده و خود را با هنجارهای دانشگاهی و تحصیلی تطبیق دهند. بهزیستی روانشناختی می‌تواند انگیزه‌ها و مقاصد افراد را برای ادامه تحصیل تحت تاثیر قرار دهد. معمولاً دانشجویانی که از بهزیستی روانشناختی بالاتری برخوردارند، با انگیزه و شور و شوق بهتری به تحصیل می‌پردازند در نتیجه هر اقدامی که به منظور تقویت بهزیستی روانشناختی دانشجویان انجام شود، پویایی، نشاط و تلاش بیشتر آنان را به همراه خواهد داشت که نهایتاً موجب فاصله گرفتن از فرسودگی در آنان می‌گردد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش شامل این بود که: این پژوهش در شهر تهران انجام شده و در تعمیم نتایج آن به شرایط دیگر باید به تشابه موقعیتی و تفاوت‌های فرهنگی توجه نمود. به دلیل اینکه جامعه آماری این پژوهش جزئی کوچک از جامعه بوده و تشکیل شده از دانشجویان روانشناسی دانشگاه‌های آزاد اسلامی در شهر تهران می‌باشد در تعمیم یافته‌ها به سایر افراد جامعه باید به محدود و خاص بودن نمونه توجه شود. در این پژوهش تنها ابزار استفاده شده، پرسشنامه بوده است که می‌تواند دستخوش بی‌دقتی، کم‌حوصلی یا برداشت‌های شخصی آزمودنی‌ها شود. بنابراین با استفاده از برگزاری آزمون سرمایه روانشناختی و بهزیستی روانشناختی، افرادی را که از سطح پایینی از این دو خصوصیت برخوردار هستند شناسایی کرده و با استفاده از مشاوره فردی و یا مشاوره گروهی به ارتقاء این دو مولفه بپردازند. ارتقاء سطح مولفه‌های سرمایه‌های روانشناختی و بهزیستی روانشناختی از طریق برگزاری دوره‌های آموزشی و به صورت هدفمند در جوانان صورت گیرد تا پیامد موردنظر حاصل گردد. همچنین شناسایی عوامل تاثیرگذار بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانشجویان (سرمایه روانشناختی و بهزیستی روانشناختی) می‌توان رویکردی مناسب در جهت برنامه‌ریزی و توسعه و تکامل برنامه‌های آموزشی ایجاد کرد تا به وسیله آن بتوان بهترین نتیجه‌ی ممکن را هم برای توسعه‌ی آموزشی موردنظر و هم برای دانشجویان رقم زد.

بدین وسیله پژوهشگران از شرکت کنندگان در پژوهش و از مسئولان آن‌ها به دلیل موافقت جهت انجام پژوهش و انجام پرسشنامه تقدیر و تشکر می‌شود.

References

- Amini, M., Shehni Yailagh, M., & Hajiyakhchali, A. (2020). The Causal Relationship of Psychological Capital with Psychological Well-Being and Academic Performance with the Mediating Role of Social Capital. *Positive Psychology Research*, 6(2), 1-16. <https://doi.org/10.22108/ppls.2020.116114.1688>
- Asghari, F., Saadat, S., Atefi Karajvandani, S., & Janalizadeh Kokaneh, S. (2014). The Relationship between Academic Self-Efficacy and Psychological Well-Being, Family Cohesion, and Spiritual Health Among Students of Kharazmi University [Original research article]. *Iranian Journal of Medical Education*, 14(7), 581-593. <http://ijme.mui.ac.ir/article-1-3250-en.html>
- Azam, N. D., Rosnon, M. R., Nordin, N. M., & Talib, M. A. (2021). Job Stress and Coping Strategies as Predictors for Psychological Wellbeing Among Malaysian Anti-Drug Professionals. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(11). <https://doi.org/10.6007/ijarbs/v11-i11/11775>
- Azari, Z., Aminimanesh, S., Mozafari, M., & Omidvar, B. (2022). The efficacy of mindfulness-based life skill training on parent-child relationship among parents of children with mild intellectual disability [Research]. *Journal of Psychological Science*, 21(115), 1427-1442. <https://doi.org/10.52547/jps.21.115.1427>
- Azimi, D., Gadimi, S., Khazan, K., & Dargahi, S. (2017). The Role of Psychological Capitals and academic motivation in academic vitality and decisional procrastination in nursing students. *JMED*, 12(3), 147-157. <http://jmed.ssu.ac.ir/article-1-807-en.html>
- Baquero, A. (2023). Hotel Employees' Burnout and Intention to Quit: The Role of Psychological Distress and Financial Well-Being in a Moderation Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 13(2).
- Datu, J. A. D., & Valdez, J. P. M. (2016). Psychological Capital Predicts Academic Engagement and Well-Being in Filipino High School Students. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 399-405. <https://doi.org/10.1007/s40299-015-0254-1>
- Duarte, J., & Pinto-Gouveia, J. (2016). Effectiveness of a mindfulness-based intervention on oncology nurses' burnout and compassion fatigue symptoms: A non-randomized study. *International journal of nursing studies*, 64, 98-107. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.10.002>
- Enayati Shabkolai, M., Enayati Shabkalai, M., & Bagheri Dadokolai, M. (2023). The Effectiveness of Treatment based on Acceptance and Commitment on Social Adaptation, Academic Self-Regulation and Cognitive Flexibility of Students with Specific Learning Disorders. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(1), 33-41. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.1.5>
- Eslahi farshami, F., Asgharnejad Farid, A. A., Abolmoali Alhosseini, K., & Khalatbari, j. (2021). The Effectiveness of Mindfulness- Based Metaphors in Molavi's Masnavi on Components of Psychological Capital among Depressed Female Students. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 12(46), 171-204. <https://doi.org/10.22054/qccpc.2021.55376.2539>
- Ghadampour, E., Farhadi, A., & Naghibeiranvand, F. (2016). The relationship among academic burnout, academic engagement and performance of students of Lorestan University of Medical Sciences. *gums-rme*, 8(2), 60-68. <https://doi.org/10.18869/acadpub.rme.8.2.60>
- Hashemi Nosrat Abad, T., Babapur Kheyroddin, J., & Bahadori Khosroshahi, J. (2012). Role of Psychological Capital in Psychological well-being by considering the moderating effects of social capital. *Social Psychology Research*, 1(4), 123. <https://www.magiran.com/paper/1051687>
- Jalalvand, M., Lotfikashani, F., & Vaziri, S. (2020). The relationships between perfectionism, mindfulness and academic burnout with mediating role of unconditional self-acceptance and coping style in in high school boy students in Tehran [Research]. *Journal of Psychological Science*, 19(86), 245-264. <http://psychologicalscience.ir/article-1-406-en.html>
- Jiang, Y. (2021). Problematic Social Media Usage and Anxiety Among University Students During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Psychological Capital and the Moderating Role of Academic Burnout. *Frontiers in psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612007>

- Karimi Dastaki, A., & Mahmudi, M. (2024). The Effectiveness of Life Meaning Workshops on Resilience, Negative Affect, and Perceived Social Support in Students. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 3(1), 187-197. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2024.448984.1063>
- Luthans, B. C., Luthans, K. W., & Avey, J. B. (2014). Building the Leaders of Tomorrow: The Development of Academic Psychological Capital. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 21(2), 191-199. <https://doi.org/10.1177/1548051813517003>
- Luthans, K. W., Luthans, B. C., & Chaffin, T. D. (2019). Refining Grit in Academic Performance: The Mediation Role of Psychological Capital. *Journal of Management Education*, 43(1), 35-61. <https://doi.org/10.1177/1052562918804282>
- Maarefvand, A., & Shafiabady, A. (2024). Effectiveness of Shafie-Abadi's Multidimensional Model Training on Enhancing Occupational Well-being and Quality of Work Life among Teachers in Qom City. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(4), 21-30. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.4.3>
- Mahdian, H., Tanhaye Reshvanloo, F., Zahmatkesh, Z., & Javidi, D. (2021). General health, psychological and social wellbeing The role of personal and occupational factors. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 2(3), 44-50. <https://doi.org/10.22034/injoeas.2021.161048>
- Martínez, I. M., Youssef-Morgan, C. M., Chambel, M. J., & Marques-Pinto, A. (2019). Antecedents of academic performance of university students: academic engagement and psychological capital resources. *Educational Psychology*, 39(8), 1047-1067. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1623382>
- Masha'al, D., Shahrour, G., & Aldalaykeh, M. (2022). Anxiety and coping strategies among nursing students returning to university during the COVID-19 pandemic. *Heliyon*, 8(1), e08734. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e08734>
- Mikaeili, N., Afrooz, G., & Gholiezhadeh, L. (2013). The relationship of self-concept and academic burnout with academic performance of girl students. *Journal of School Psychology*, 1(4), 90-103. https://doi.org/d_1_4_91_12_1_6
- Naami, A. (2009). The relationship between the quality of learning experiences and the academic burnout of master's students of Ahvaz University. *Journal of Psychological Studies*, 5(3), 117-134. <https://doi.org/10.22051/psy.2009.1609>
- Naeimi Tajdar, S. S., Nejatimehr, A., & Firoozabadi, A. (2024). The Character Virtues and Self-Compassion in female students of Iranian Universities: the role of Positive emotions. *Sociology of Education*. <https://doi.org/10.22034/ijes.2024.2010096.1458>
- Narimani, M., Alisari Nasirlou, K., & Mosazadeh, T. (2014). The effect of excitement-focused therapy and impulse control on educational burnout and positive and negative training emotions in students with and without learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 3(3), 79-99. https://jld.uma.ac.ir/article_153.html
- Ofem, U. J. (2023). Adjustment Tendencies Among Transiting Students: A Mediation Analysis Using Psychological Wellbeing Indices. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(3), 1-19. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.3.1>
- Paivastegar, M., Darvizeh, Z., & Tavoosi, S. (2016). The Study of Relationship between Environmental Attachment and Mental Health and Social Adjustment of First Grade High School Students in Varamin City. *Armanshahr Architecture & Urban Development*, 8(15), 195-203. https://www.armanshahrjournal.com/article_34129_1c9236225fae31279d9adefbc82429e6.pdf
- Poots, A., & Cassidy, T. (2020). Academic expectation, self-compassion, psychological capital, social support and student wellbeing. *International Journal of Educational Research*, 99, 101506. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883035519312947>
- Roghani, F., & Afrokhte, L. (2023). The Effectiveness of Teaching Emotional Intelligence Skills on Burnout and Academic Self-Regulation in Elementary School Girls with Attention Deficit Disorder. *Journal of Psychological Dynamics in Mood Disorders (PDMD)*, 2(3), 62-74. <https://doi.org/10.22034/pdmd.2023.188391>
- Sadat Mousavi, S., & Ebrahimi, A. (2024). Structural Model of the Effect of Psychological Capital on Innovative Behavior in Teaching: The Mediating Role of Conscientiousness Personality Trait. *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 4(4), 1-10. <https://doi.org/10.61838/kman.ijecs.4.4.1>
- Shareinia, H., seyed mohamadi, S. n., saadati, n., rezadost, f., Mohammadian, B., & Ebrahimi, N. (2019). Assessment of Procrastination, Academic Burnout, Academic Performance and Related Factors in Nursing Students of Gonabad

- School of Nursing and Midwifery in 2016. *Edu-Str-Med-Sci*, 11(6), 12-19. <https://doi.org/10.29252/edcbmj.11.06.02>
- Shoghi, B., Mohammadi, A., & Pirkhaefi, A. (2023). The Mediating Role of Mindfulness in the Relationship between Cognitive Abilities and Wisdom in Students. *Sociology of Education*, 8(2), 262-273. <https://doi.org/10.22034/ijes.2023.707076>
- Taziki, T., Momeni, K. M., Karami, J., & Afroz, G. (2021). Predictors the quality of life and psychological well-being of mothers of students with intellectual disabilities mediated by the mother's mindfulness [Research]. *rph*, 15(1), 52-64. <http://rph.khu.ac.ir/article-1-3980-en.html>
- Tuominen-Soini, H., & Salmela-Aro, K. (2014). Schoolwork engagement and burnout among Finnish high school students and young adults: Profiles, progressions, and educational outcomes. *Developmental Psychology*, 50(3), 649-662. <https://doi.org/10.1037/a0033898>
- Wang, J., Bu, L., Li, Y., Song, J., & Li, N. (2021). The mediating effect of academic engagement between psychological capital and academic burnout among nursing students during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 102, 104938. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0260691721001957>
- Wang, M.-T., Chow, A., Hofkens, T., & Salmela-Aro, K. (2015). The trajectories of student emotional engagement and school burnout with academic and psychological development: Findings from Finnish adolescents. *Learning and Instruction*, 36, 57-65. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0959475214001108>
- Ye, Y., & Yang, P. (2022). Effect of College Students' Academic Stress on Anxiety Under the Background of the Normalization of COVID-19 Pandemic: The Mediating and Moderating Effects of Psychological Capital. *Frontiers in psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.880179>
- Yu, J., Wang, Y., Tang, X., Wu, Y., Tang, X., & Huang, J. (2021). Impact of Family Cohesion and Adaptability on Academic Burnout of Chinese College Students: Serial Mediation of Peer Support and Positive Psychological Capital. *Frontiers in psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.767616>
- z, a., p, r., & r, s. (2014). The Relationship of Perfectionism, Goal Achievement Orientation and Academic Performance to Academic Burnout. *Journal of New Approaches in Educational Administration*, 5(18), 109-124. https://jedu.marvdasht.iau.ir/article_555.html

