



دانشگاه علوم پزشکی تبریز  
Journal of Education Strategies in Medical Sciences

Journal of Education Strategies in Medical

Sciences

No 51, Volume 11, Issue 05

Research Article

DOI: [10.29252/edcbmj.11.05.18](https://doi.org/10.29252/edcbmj.11.05.18)

## Developing a Structural Model for Academic Well-being of Students of Tabriz Medical Sciences Based on the Sense of Coherence and Self-Compassion by Mediating Responsibility

Fatemeh Mohammadi Youzbashkandi<sup>1</sup>, Sholeh Livarjani<sup>2\*</sup>, Davoud Hoseini Nasab<sup>3</sup>

<sup>1</sup> PhD Student of Educational Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran

<sup>2</sup> Assistant Professor, Department of Educational Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran

<sup>3</sup> Professor, Department of Educational Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran

Received: 17 Feb 2018

Accepted: 24 Sep 2018

### Keywords:

Academic Well-being  
Responsibility  
Sense of Coherence  
Self-compassion  
Student  
University

© 2018 Baqiatallah University  
of Medical Sciences

### Abstract

**Introduction:** Academic well-being is an important variable in the field of education and learning, whose underlying factors must be identified. Therefore, the aim of this study was to investigate the structural relationship between sense of coherence, self-compassion and responsibility with academic well-being.

**Methods:** This descriptive correlational study was performed on students of Tabriz University of Medical Sciences. A number of 350 students (181 males and 169 females) who were selected through multi-stage sampling method completed the questionnaires of sense of coherence by Antonovsky, self-compassion by Neff, responsibility by gough, academic burnout inventory by Salmela-Aro et al, and schoolwork engagement inventory by Salmela-Aro & Upadhy. The data were analyzed using structural equation modeling method.

**Results:** The hypothetical model of academic well-being provided a good fit to the research population ( $\chi^2/df = 2.68$ , RMSEA = 0.06). Direct path of sense of coherence, self-compassion and responsibility to academic well-being was significant. Also, direct path of sense of coherence and self-compassion to responsibility was significant. Indirect path of sense of coherence with mediating role of responsibility was significant. But indirect path of self-compassion to academic well-being wasn't significant. In total, 35% of the variance of academic well-being was explained by the variables of the proposed model.

**Conclusions:** Given the direct and indirect effect of sense of coherence, self-compassion and responsibility on the academic well-being, it seems that reinforcement of responsibility, self-compassion and sense of coherence may enhance student's academic well-being.

\* Corresponding author: Sholeh Livarjani, Assistant Professor, Department of Educational Psychology, Tabriz Branch, Islamic Azad University, Tabriz, Iran. E-mail: [livarjanish@iaut.ac.ir](mailto:livarjanish@iaut.ac.ir)

## تدوین مدل ساختاری بهزیستی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز بر اساس حس انسجام و خوددلسوزی با میانجی گری مسئولیت‌پذیری

فاطمه محمدی‌یوزباش‌کندي<sup>۱</sup>، شعله لیوارجانی<sup>۲\*</sup>، داود حسینی‌نسب<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری تخصصی، گروه روانشناسی تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

<sup>۲</sup> استادیار، گروه روانشناسی تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

<sup>۳</sup> استاد، گروه روانشناسی تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

### چکیده

**مقدمه:** بهزیستی تحصیلی از متغیرهای مهم در حوزه آموزش و یادگیری است که شناخت عوامل زمینه‌ساز آن ضرورت دارد. بنابراین، هدف پژوهش حاضر بررسی روابط ساختاری حس انسجام، خوددلسوزی و مسئولیت‌پذیری با بهزیستی تحصیلی بود.

**روش کار:** در این مطالعه توصیفی همبستگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز جامعه آماری را تشکیل دادند. تعداد ۳۵۰ نفر (۱۸۱ مرد و ۱۶۹ زن) به روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای به عنوان نمونه انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های حس انسجام آنتونوسکی (Antonovsky)، خوددلسوزی نف (Neff)، مسئولیت‌پذیری گاف (Gough)، فهرست مشغولیت تخصصی سالملا-آرو و آپادیا (Salmela-Aro & Upadhyay) و سیاهه فرسودگی تحصیلی سالملا-آرو (Salmela-Aro & Amos) نسخه ۲۴ تحلیل شد.

**یافته‌ها:** مدل فرضی بهزیستی تحصیلی در جامعه پژوهش برآورده بود ( $P = 0.06$ ). مسیر مستقیم حس انسجام، خوددلسوزی ( $P = 0.001$ ) و مسئولیت‌پذیری ( $P = 0.01$ ) به بهزیستی تحصیلی دانشجویان معنادار بود. همچنین مسیر مستقیم حس انسجام و خوددلسوزی به مسئولیت‌پذیری معنادار بود. مسیر غیرمستقیم حس انسجام با میانجی گری مسئولیت‌پذیری معنادار بود. ولی مسیر غیرمستقیم خوددلسوزی بر بهزیستی تحصیلی معنادار نبود. در مجموع ۳۵ درصد از واریانس بهزیستی تحصیلی از طریق متغیرهای مدل تبیین شد.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به اثر مستقیم و غیرمستقیم حس انسجام، خوددلسوزی و مسئولیت‌پذیری بر میزان بهزیستی تحصیلی، به نظر می‌رسد با تقویت مسئولیت‌پذیری، حس انسجام و خوددلسوزی می‌توان بهزیستی تحصیلی دانشجویان را تقویت کرد.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۱۱/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۷/۰۲

واژگان کلیدی:

مسئولیت‌پذیری  
حس انسجام  
خوددلسوزی  
دانشگاه  
دانشجو

تمامی حقوق نشر برای  
دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله  
(عج) محفوظ است.

### مقدمه

که در شرایط و محیط‌های یکسان، افراد از بهزیستی یکسانی برخوردار نبوده و تفاوت‌های فردی در این بین نقش مهمی ایفا می‌کند [۱]. به بیان دیگر، بهزیستی از تعامل عامل‌های چندی از جمله محیطی، فردی و شخصیتی پدید می‌آید.

در سال‌های اخیر، تحقیقات در زمینه بهزیستی در دانشگاه‌ها و در بین دانشجویان هم رایج شده‌اند [۲، ۳]. محققان بر این باورند که دانشجویان نیز مانند کارکنان و کارگران در فعالیت‌هایی اجرایی و منظم درگیر هستند (مانند شرکت در کلاس‌ها و انجام پروژه‌ها) که بر هدف‌های مشخصی تمرکز دارند (یعنی گذراندن درس‌ها و دانش آموختگی). بنابراین فعالیت‌های دانشجویان را هم می‌توان به عنوان "کار" و "شغل" در نظر گرفت [۴]. مشغولیت و فرسودگی تحصیلی دو بعد مجازی بهزیستی هستند [۳]. مشغولیت از نظر واژگانی به معنای درگیر شدن در کار است و به طور معمول در مقابل بی‌میلی یا بی‌رغبتی در کاری تعریف می‌شود و اشاره به یک حالت عاطفی و مثبت ذهنی

با ازدیاد علاقه پژوهشگران به دنبال نمودن سازه‌های برگرفته از رویکرد مثبت‌نگر در مطالعات روان‌شناسی، شاهد کاربرد متغیرها در حوزه‌های مختلف روان‌شناسی هستیم. در ارتباط با مطالعات دانشگاهی به جهت درک بهتر واژگانی‌های دانشجویان، بیشتر مفاهیم برآمده از منظرگاه مثبت‌نگر در این حوزه‌ها هم باز تعریف شده‌اند و مطالعات سلامت تحصیلی را بیشی جدید بخشیده‌اند. از مفاهیم مطرح در مطالعات مرتبط با آموزش و یادگیری می‌توان به بهزیستی تحصیلی اشاره کرد. بهزیستی به ارتباط با بافت تحصیلی اشاره دارد که نشان‌گری‌های منفی و مثبت (مشغولیت و فرسودگی تحصیلی) جهت تعیین آن مورد استفاده قرار می‌گیرند. بهزیستی تحصیلی (Academic Well-being) دانشجویان از جمله مفهوم‌های مهم در حوزه پژوهشی نظام آموزش عالی است، زیرا این مفهوم کلید درک و شناخت دامنه گسترده‌ای از رفتارهای دانشجویان بوده و بر موفقیت و عملکرد تحصیلی آنان تأثیر بسزایی دارد. بررسی‌های انجام شده نشان داده‌اند

\* نویسنده مسئول: شعله لیوارجانی، استادیار، گروه روانشناسی تربیتی، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران. ایمیل: livarjanish@iaut.ac.ir

این مقاله از رساله دکتری نویسنده اول برگرفته شده است.

لحوظه در فرد رخ می دهد [۱۹]. یک شکل سالم خودپذیر است که بیانگر میزان پذیرش و قبول جنبه های نامطلوب خود و زندگی ما می باشد [۲۰]. خوددلسوزی با احساس دوست داشتن خود و نگرانی و مراقبت در مورد دیگران مرتبط است، اما به معنای خودمحوری یا ترجیح نیازهای خود به دیگران نیست [۲۱]. بر اساس نظر نف (Neff) خوددلسوزی شامل تعامل بین سه مؤلفه زیر است: ۱- خودمهربانی در مقابل خودقضاتی - ۲- نوع دوستی در مقابل انزوا - ۳- ذهن آگاهی در مقابل تشخیص افراطی. خوددلسوزی متنضم این بینش است که همه انسان ها دچار خطا و اشتباه می شوند و فعالیت هایشان همیشه و الزاماً کامل نیست [۲۲]. ریس (Reyes) ریشه اصلی خوددلسوزی را فشارها و شرایط پرتنش زندگی می داند و بر این باور است که این سازه بیش از این که به عنوان یک الگوی هیجانی منفی و خنثی باشد، به مثابه یک راهبرد تنظیم هیجانی مؤثر عمل می کند [۲۳]. بر این اساس، خوددلسوزی یکی از جنبه های هوش هیجانی است که در بردارنده توانایی برای ثبت هیجان ها و استفاده از اطلاعات برای هدایت افکار و اعمال است [۲۴]. به نظر می رسد که خوددلسوزی مزایای تحصیلی و آموزشگاهی هم داشته باشد. نف و همکاران دریافتند که دلسوزی به خود با علاقه ذاتی به یادگیری و راهبردهای مقابله ای سالم بعد از شکست در یک امتحان مرتبط می باشد [۲۵]. در پژوهشی ارتباط مؤلفه های خوددلسوزی با باور به کنترل پذیری یادگیری و عملکرد تحصیلی دانشجویان معنادار به دست آمد [۲۶]. در پژوهشی دیگر، خوددلسوزی و مؤلفه های آن در پیش بینی عملکرد آزمودنی ها سهم داشته اند [۲۷].

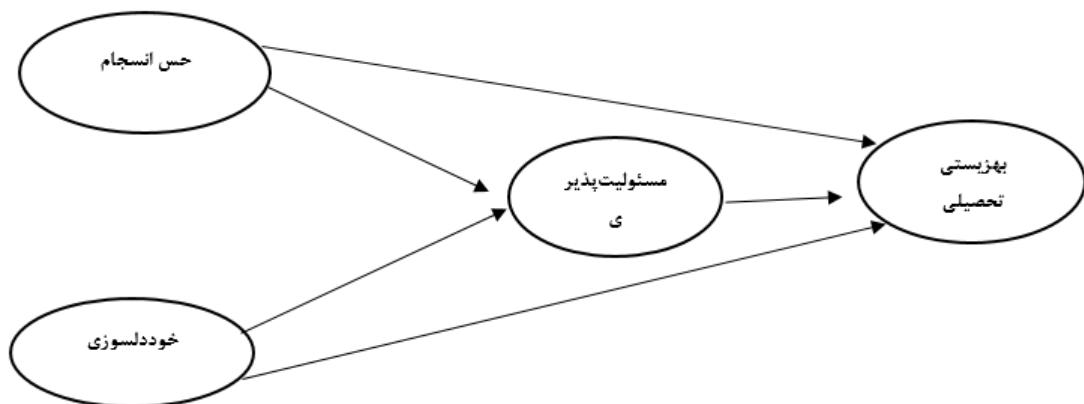
از متغیرهای فردی و شخصیتی دیگر که با بهزیستی تحصیلی رابطه دارد، مسئولیت پذیری است. مسئولیت پذیری (Responsibility) موضوع جدیدی نیست؛ اما گویا افزایش علاقه در میان دانشگاهیان و دستاندر کاران به مسئولیت اجتماعی، به خاطر منفعت هایی که برای اقتصاد، جامعه و محیط زیست دارد، تازه و جدید است [۲۸]. از دیدگاه فروم (Fromm)، مسئولیت پذیری بیانگر نوعی احساس و حالت است که توسط خود، برانگیخته شده و در بردارنده پاسخ و واکنش فرد نسبت به نیازهای دیگران به صورت آشکار یا پنهان است [۲۹]. گلاسر (Glasser) مسئولیت را با سلامت روانی ارتباط می دهد و می گوید افراد هر قدر مسئولیت بیشتری داشته باشند از لحظ سلامت روانی سالم تر هستند و بالعکس [۳۰]. مرگلر (Mergler) معتقد بود که مسئولیت پذیری در معنای نظم دادن به تفکر، احساسات و رفتار فردی با اراده و قدرت انتخاب گری خود به عنوان مسئول و پاسخگوی اصلی پیامدهای فردی و اجتماعی آن همراه است [۳۱]. مسئولیت پذیری یک الزام و تعهد درونی از سوی فرد برای انجام مطلوب همه فعالیت هایی که بر عهده او گذاشته شده است، می باشد و از درون فرد سرچشمه می گیرد [۳۲]. چامورو (Chamorro) و همکاران متوجه شدند که منظم بودن، پیشرفت مداری، پشتکار، وقت و وظیفه شناسی می تواند عملکرد فرد را در حوزه های مختلف از جمله موقعیت تحصیلی پیش بینی کند [۳۳]. آدان و فلنر (Adan & Felner) معتقد است که پیشرفت تحصیلی به احتمال زیاد در مدارسی یافت می شود که به حس خودمحتراری و مسئولیت پذیری نوجوانان اجازه بروز می دهند [۳۴]. بی مسئولیتی، موجب ناتوانی در برقراری روابط سالم و محبت آمیز با

دارد که از راه ویژگی هایی مانند سطوح بالای انرژی، اشتیاق و غرق شدن فرد در فعالیت ها (به گونه ای که متوجه گذر زمان نشود) مشخص می شود [۵]. مشغولیت، بوسیله منبع هایی (مانند استقلال زیاد) و در خواسته های چالش برانگیز (مانند سطح بالای مسئولیت) ارتقا می یابد [۶] و پیامدهای مثبتی مانند نمره های بالا [۲] و کاهش ترک تحصیل [۷] برای دانشجویان را در پی دارد. فرسودگی تحصیلی به معنی ایجاد احسان خستگی نسبت به انجام تکالیف درسی و مطالعه، داشتن تگر什 بدینسان نسبت به تحصیل و مطالب درسی و احساس بی کفایتی تحصیلی است [۸]. در واقع پاسخ و واکنش منفی نسبت به استرس های حاد و شدیدی است که در آن اغلب به دلیل خواسته های زیاد و خارج از توانی که از افراد می شود، احساس خستگی هیجانی و جسمانی در آن ها ایجاد می کند [۹]. افراد دارای فرسودگی اغلب برای کلاس و معلم احترامی قائل نبوده، برای عملکرد ضعیف تحصیلی خود بهانه تراشی می کنند؛ بنابراین حس مسئولیت پذیری و پاسخ گویی در برابر عملکرد ضعیف خود در این افراد وجود ندارد [۱۰].

یکی از عوامل فردی و شخصیتی مرتبط با بهزیستی تحصیلی، حس انسجام هست. حس انسجام (Sense of Coherence) توسط آرون آntonovosky (Antonovsky) مطرح شد. وی حس انسجام را به صورت یک جهت گیری شخصی به زندگی تعریف می کند. او بر این باور خود تأکید دارد که از طریق حس انسجام می توان توجیه کرد که چرا فردی می تواند حد بالایی از استرس را از سر بگذراند و سالم بماند [۱۱]. این سازه شخصیتی سه تا ویژگی دارد که عبارتند از: ادراک پذیری (Manageability) و کنترل پذیری (Comprehensibility) و معناداری (Meaningfulness) [۱۲]. توگاری، یامازاکی، ساساکی، Togari, Yamazaki, Sasaki, Yamaki & Nakayama (Nakayama) در یک مطالعه زمینه بیانی آثار حس انسجام را بر بهزیستی دانشجویان ژاپنی پیگیری کردند. تحلیل رگرسیون چند گانه نشان داد افرادی که نمره پایه و نیز نمره بعدی آنها در حس انسجام بالا بوده نمراتشان در حد بالایی پیش بینی کننده بهزیستی جسمی و روانی است [۱۳]. در پژوهشی آntonovosky نشان داده که حس انسجام قوی و رشد یافته، سلامت جسمانی را ارتقا می بخشد و سطوح بالای بهزیستی را تسهیل می کند [۱۴]. هلمبرگ، تالین و استرنتروم (Holmberg, Thelin & Stiernstrom) در پژوهش خودشان نشان دادند که سطح مطلوب موفقیت، شاد کامی، بهزیستی، موفقیت شغلی و روابط اجتماعی خواشایند رابطه ای قوی با نمرات بالا در حس انسجام داشته است [۱۵]. در مطالعه گریسون (Grayson) رابطه مثبت بین حس انسجام و عملکرد تحصیلی دانشجویان ترم اول یافت شد [۱۶]. در پژوهش دیگر، بین حس انسجام با عملکرد تحصیلی و موفقیت در حرفة پژوهشی دانشجویان علوم پزشکی همبستگی مثبت و معنادار مشاهده شد [۱۷]. افراد دارای حس انسجام بالا، حتی اگر فعالیت و کاری همانند کسب علم برای آنان لذت بخش و رغبت انگیز نباشد، با استفاده از راهبردهایی، این فعالیت ها را به فعالیت مثبت تری تبدیل می کنند و از انجام آن لذت می برنند همین عامل هم منجر به افزایش عملکرد تحصیلی در این گروه از دانشجویان می شود [۱۸].

عامل فردی و شخصیتی دیگری که می تواند با بهزیستی تحصیلی دانشجویان رابطه داشته باشد، خوددلسوزی است. خوددلسوزی (Self-

استفاده، در پژوهش حاضر فرض شده است که حس انسجام از طریق مسئولیت‌پذیری اثر غیرمستقیمی بر بهزیستی تحصیلی دارد. همچنین فرض شده است که حس انسجام اثرات مستقیمی بر بهزیستی تحصیلی دارد و فرض شده است خود دلسوزی از طریق مسئولیت‌پذیری اثر غیرمستقیمی بر بهزیستی تحصیلی دارد. همچنین فرض شده است که خود دلسوزی اثرات مستقیمی بر بهزیستی تحصیلی دارد. اینک، با توجه به آنچه که تاکنون در بیان مسئله آمد، برای پاسخ به این سؤال که آیا داده‌های جمع‌آوری شده از اثرات مستقیم و غیرمستقیم مفروض حمایت لازم را به عمل می‌آورد یا خیر؟ مدل زیر در پژوهش حاضر طراحی و آزمون می‌شود:



تصویر ۱: مدل مفهومی بهزیستی تحصیلی دانشجویان

## روش کار

دانشگاه، جنسیت، شاغل یا غیرشاغل بودن، بومی یا غیربومی بودن و مجرد یا متأهل بودن)، حس انسجام، خوددلسوزی، مسئولیت‌پذیری، سیاهه فرسودگی تحصیلی و فهرست مشغولیت تحصیلی بود. برای تحلیل از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و نرم افزار Amos نسخه ۲۴ استفاده شد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش به ترتیب توضیح داده می‌شود.

فرم کوتاه پرسشنامه حس انسجام: فرم کوتاه پرسشنامه حس انسجام توسط آنتونوسکی در سال ۱۹۸۷ تراجمی شده است. این پرسشنامه ۱۳ سؤال دارد که هر سؤال از لیکرت هفت نقطه‌ای تشکیل یافته است. سه خرده مقیاس دارد که عبارتند از: الف- درک‌پذیری، ب- مدیریت‌پذیری و ج- معناپذیری. معناپذیری (با ۴ سؤال، آیا شما در مورد آنچه در اطراحتان می‌گذرد احساس نالمی می‌کنید؟)، درک‌پذیری (با ۵ سؤال، آیا احساسات و ایده‌های شلوغ و درهم دارید؟)، مدیریت‌پذیری (با ۴ سؤال، آیا احساس می‌کنید که رفتار ناعادلانه‌ای داشته‌اید؟) [۲۶]. در ایران محمدرضا، پورشریفی و علی پور پرسشنامه مذکور را پس از ترجمه بر روی دانشجویان ایرانی هنجاریابی کردند که آلفای کرونباخ پرسشنامه در دانشجویان پسر و دختر به ترتیب ۰/۷۵ و ۰/۷۸ و روابی ۰/۵۴ به دست آمد. همچنین ضریب اعتبار بازآمایی کل مقیاس ۰/۶۶ به دست آمد است. همچنین این پژوهشگران به منظور بررسی اعتبار پرسشنامه، ارتباط خرده مقیاس‌های ادراک پذیری، کنترل پذیری و معناداری با نمره کل پرسشنامه را بررسی کردند که به ترتیب این

دیگران، ناتوانی در تصمیم‌گیری، شکست‌های پیاپی تحصیلی، ترک تحصیل و مهم‌تر از همه روحی آوردن به مصرف مواد مخدر، نوشیدنی‌های الكلی، پرخاشگری و بزهکاری خواهد شد [۳۵].

هدف این مطالعه بررسی مدل بهزیستی تحصیلی (مشغولیت و فرسودگی تحصیلی) در بین دانشجویان علوم پزشکی است و سعی شده است تا در قالب یک الگوی ساختاری نقش خوددلسوزی و حس انسجام با میانجی‌گری مسئولیت‌پذیری بررسی گردد. بنابراین هدف این پژوهش، مطالعه همزمان این متغیرها است، یعنی دریافت این مسئله که رابطه همزمان حس انسجام، خوددلسوزی و مسئولیت‌پذیری با بهزیستی تحصیلی چگونه است. با استناد به مبانی نظری و تجربی مورد

فهرست مشغوليت تحصيلي: مشغوليت تحصيلي به وسيله سالملا- آرو و آپادا (Salmela-Aro & Upadya) توسعه يافت. در مطالعه حاضر از فهرست مشغوليت تحصيلي با هدف سنجش مشغوليت تحصيلي - به مثابه يكى از بعداً بهزيستي تحصيلي - استفاده شد. سياهه ۹ ماده‌اي درباره تکاليف درسي، سه مقیاس انرژي، تعهد و دلبيستگي را اندازه‌گيري می‌کند. تعهد (با سه سؤال، تکاليف دانشگاه برايم کاملاً معنadar و هدفمند است)، دلبيستگي (با سه سؤال، هنگام مطالعه کردن گذر زمان را احساس نمي‌کنم) و انرژي (با سه سؤال، وقتی در دانشگاه هستم، انرژي زيادي دارم). مشاركت کنندگان به هر ماده بر اساس طيف هفت درجه‌هاي از هرگز (۰) تا هر روز (۶) پاسخ مي‌دهند. در مطالعه سالملا- آرو و آپادا مقدار ضريب همسانی درونی عامل کلي مشغوليت تحصيلي و زيرمقیاس‌های انرژي، تعهد نسبت به تکاليف درسي و دل بيستگي به تکاليف درسي به ترتيب برابر با ۰/۰۸۷، ۰/۰۹۴ و ۰/۰۸۰ به دست آمد [۴۴]. در مطالعه عبدالله‌پور و شکري که برای اولين بار با هدف تحليل روان‌سنجه نسخه فارسي فهرست مشغوليت تحصيلي در بين گروهی از دانشجويان ايراني انجام شد، نتایج تحليل مؤلفه‌های اصلی با استفاده از چرخش واريماكس نشان داد که نسخه فارسي فهرست مشغوليت تحصيلي (Schoolwork Engagement Inventory) از سه عامل انرژي در دانشگاه، تعهد نسبت به تکليف مدرسه/دانشگاه و شيفتگي (دل بيستگي) نسبت به تکاليف مدرسه/دانشگاه تشکيل شده است. شاخص‌های برايش تحليل عامل تأييدی بر پايه نرم افزار (AMOS) وجود اين عوامل سه‌گانه را در نمونه دانشجويان ايراني تأييد کرد [۴۵]. در مطالعه حكمي و شکري، ضريب همسانی درونی برای زيرمقیاس‌های تعهد (Dedication)، دل بيستگي (Absorption) و انرژي (Energy) به ترتيب برابر با ۰/۰۷۴، ۰/۰۷۰ و ۰/۰۷۰ به دست آمد [۴۶]. در پژوهش حاضر نيز برای زيرمقیاس‌های تعهد، دل بيستگي و انرژي ضريب اعتبار به ترتيب برابر با ۰/۰۸۸، ۰/۰۸۰ و ۰/۰۸۵ است. سياهه فرسودگي تحصيلي: سياهه فرسودگي تحصيلي به وسيله سالملا- آرو و همکاران (Salmela-Aro, Kiuru & Leskinen) توسعه يافت. سياهه ۹ ماده‌اي فرسودگي تحصيلي، سه عامل فرسودگي تحصيلي شامل خستگي در محيط مدرسه/دانشگاه (ماده‌های ۱، ۴، ۷ و ۹)، بدگمانی نسبت به معنای تحصيل در مدرسه/دانشگاه (ماده‌های ۲، ۵ و ۶) و احساس عدم کفايت در مدرسه/دانشگاه (ماده‌های ۳ و ۸) را اندازه‌گيري می‌کند. خستگي در محيط دانشگاه/مدرسه (با چهار سؤال، به دليل انجام تکاليف دانشگاه اغلب اوقات دچار بدخواهي مي‌شوم)، بدگمانی نسبت به معنای تحصيل در دانشگاه/مدرسه (با سه سؤال، هيج علاقامي به انجام تکاليف دانشگاه ندارم) و احساس عدم کفايت در دانشگاه/مدرسه (با دو سؤال، در گذشته برای انجام تکاليف دانشگاه از خودم انتظار بيشتری داشتم). مشاركت کنندگان به تمامي گويه‌ها بر اساس طيف شش درجه‌هاي از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۶) پاسخ مي‌دهند. در مطالعه سالملا- آرو و همکاران مقابير ضرابي همسانی درونی برای مقیاس‌های احساس خستگي در دانشگاه، بدگمانی نسبت به دانشگاه و عدم کفايت فردي در دانشگاه به ترتيب برابر با ۰/۰۶۱، ۰/۰۷۷ و ۰/۰۶۷ به دست آمد [۴۷]. در مطالعه عبدالله‌پور، در تاج و احدی که با هدف تحليل روان‌سنجه نسخه فارسي سياهه فرسودگي تحصيلي در بين گروهی از دانشجويان ايراني انجام شد، نتایج تحليل مؤلفه‌های اصلی با استفاده از چرخش واريماكس نشان داد که در نمونه دانشجويان ايراني،

نتایج به دست آمد: ۰/۰۸۶، ۰/۰۸۱ و ۰/۰۷۶؛ نتایج به دست آمده نشان از اعتبار و پايانی مطلوب مقیاس است [۳۷]. در اين پژوهش، ضريب اعتبار برای خرده‌مقیاس‌های درک‌پذيری، مدیریت‌پذيری و معنای‌پذيری به ترتيب برابر با ۰/۰۷۱، ۰/۰۷۰ و ۰/۰۷۰ است. مقیاس خوددلسوزی: اين مقیاس توسط نف (Neff) طراحی شده است که دارای ۲۶ آیتم است و به صورت مقیاس لیکرت ۵ درجه‌هاي پاسخ داده مي‌شود. دارای ۶ خرده مقیاس مهرباني با خود، قضاوت در مورد خود، مشترکات انسانی، ازدوا، به هوشمندی و همانندسازی فراينده است. مهرباني با خود (با ۵ سؤال، وقتی که دچار درد عاطفي مي‌شوم، تلاش مي‌کنم تا خودم را دوست داشته باشم)، قضاوت در مورد خود (با ۵ سؤال، من درباره اشتباها و بي کفايتی‌هاي خود به قضاوت مي‌نشينم و آنها را تأييد نمي‌کنم)، مشترکات انسانی (با ۴ سؤال، سعي مي‌کنم شکست‌هايم را به عنوان بخشی از شرایط زندگی انسانی بدانم)، ازدوا (با ۴ سؤال، وقتی احساس اندوه مي‌کنم)، معمولاً احساس مي‌کنم که ممکن است بيشتر افراد از من خوشبخت‌تر باشند)، به هوشمندی (با ۴ سؤال، وقتی چيزی باعث بر آشفته شدن مي‌شود، سعي مي‌کنم در هيچان‌های خودم تعادل ايجاد کنم)، همانندسازی فراينده (با ۴ سؤال، وقتی چيزی مرا آشفته مي‌کند، احساسات مرا به شدت جريهدار مي‌کند). ضريب پايانی بازآزمایي ۰/۹۳ است و آلفای كرونباخ در مطالعه تايبلند و تايوان ۰/۸۶ و در امريكا ۰/۹۵ گزارش شده است. بشروپ و عيسى‌زادگان ضرابي آلفای كرونباخ خرده مقیاس‌ها و نمره کلي مقیاس را در جمعیت دانشجویی ايرانی در دامنه ۰/۶۱ تا ۰/۸۹ کرده است [۳۸]. در پژوهش فعلی آلفای كرونباخ ۰/۷۰ برای كل مقیاس و برای زيرمقیاس‌های آن به ترتيب برابر با ۰/۰۷۷، ۰/۰۷۸، ۰/۰۷۶، ۰/۰۷۵ است.

پرسشنامه مسئوليت‌پذيری: اين مقیاس اولين بار همراه با ۱۴ مقیاس دیگر در "پرسشنامه روانشناختی کاليفرنیا" توسط گاف مطرح گردید. مقیاس سنجش مسئوليت‌پذيری ۴۲ سوالی به منظور سنجش ويژگی‌های از قبيل وظيفه‌شناسي، احساس تعهد، سخت کوشی، جديت، قابلیت اعتماد، رفتار مي‌تنی بر نظم و مقررات، منطق و احساس مسئوليت مورد استفاده قرار گرفت. پاسخ‌های اين پرسشنامه بصورت ۰ و ۱ نمره گذاري مي‌شود. به اين معنی که آزمودنی در صورت موافق بودن با هر عبارت در مقابل آن علامت تيك و در صورت مخالفت با هر عبارت در مقابل آن علامت ضرير قرار مي‌دهد. در صورت موافق با ۰، ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰، ۳۱، ۳۲، ۳۳، ۳۴، ۳۵، ۳۶، ۳۷، ۳۸، ۳۹ آزمودنی برای هر عبارت ۱ نمره و در صورت مخالفت نمره ۰ دریافت مي‌کند. برای سایر سؤالات بر عکس است. يعني آزمودنی در صورت مخالفت با آنها نمره ۱ و در صورت موافق نمره ۰ دریافت مي‌کند. بررسی ضريب پايانی اين مقیاس در پژوهش احمدی و پناهجو با استفاده از همسانی درونی به روش کودر-ریچاردسون برابر با ۰/۰۹۴ بوده است [۳۹]. ضرابي پايانی مقیاس سنجش مسئوليت‌پذيری از طريق روش تنصيف و آلفای كرونباخ در پژوهش عسگري. پ، عنياتي، عسگري. م و روشن به ترتيب برابر با ۰/۰۵۵ و ۰/۰۵۰ [۴۰] و در پژوهش حميدی و قيطاسی برابر با ۰/۰۵۰ و ۰/۰۵۵ [۴۱] بود. در بررسی دیگري، پايانی اين آزمون در ايران از طريق روش بازآزمایي ۰/۰۸۱ بوده است [۴۲]. در پژوهش رضائي ضريب اعتبار اين مقیاس ۰/۰۵۶ مي‌باشد [۴۳].

بودند. ۱۲۰ نفر از این دانشجویان بومی و ۲۳۰ نفر نیز غیربومی بودند. از این تعداد ۴۶ نفر آن‌ها شاغل بودند. میانگین معدل تحصیلی این دانشجویان  $1/45 \pm 1/731$  بود. نخست مفروضه نرمال بودن متغیرها با ضریب چولگی و کشیدگی بررسی شد. توزیع نمرات حس انسجام  $0/08$  ( $Kurt = -0/26$ ,  $SK = -0/65$ )، خوددلسوزی ( $Kurt = -0/91$ ,  $SK = -0/37$ ,  $SK_{pd} = 0/28$ ) و بهزیستی تحصیلی ( $SK = -0/05$ ,  $Kurt = -0/77$ ) نرمال بود. نتایج نشان داد بیشترین میانگین مربوط به خوددلسوزی ( $77/13$ ) و کمترین میانگین مربوط به مسئولیت‌پذیری ( $20/28$ ) بود. انحراف معیار نیز پراکندگی بالایی را در حس انسجام ( $14/20$ ) نشان داد. همچنین کمترین پراکندگی مربوط به مسئولیت‌پذیری ( $3/72$ ) بود ([جدول ۱](#)).

فهرست فرسودگی تحصیلی از سه عامل خستگی در دانشگاه، بدگمانی نسبت به دانشگاه و عدم کفایت فردی تشکیل شده است. شاخص‌های بازاش تحلیل عامل تأییدی بر پایه نرم افزار (AMOS) وجود عوامل سه‌گانه را تأیید کرد [[۴۸](#)]. در این پژوهش، ضریب اعتبار برای زیرمقیاس‌های احساس خستگی در دانشگاه، بدگمانی نسبت به دانشگاه و عدم کفایت فردی در دانشگاه به ترتیب برای با  $0/81$ ,  $0/81$  و  $0/81$  است.

## یافته‌ها

شرکت کنندگان پژوهش حاضر  $350$  دانشجوی ( $181$  مرد و  $169$  زن) کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی تبریز بودند که پرسشنامه‌های تکمیل شده آنان مورد تحلیل قرار گرفت.  $317$  نفر مجرد و  $33$  نفر آن‌ها متأهل

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، ضریب آلفای کرونباخ و همیستگی مرتبه صفر متغیرهای پژوهش

متغیرها	انحراف معیار $\pm$ میانگین
۱. حس انسجام	$49/30 \pm 14/20$
۲. خوددلسوزی	$77/13 \pm 14/01$
۳. مسئولیت‌پذیری	$20/28 \pm 3/22$
۴. بهزیستی تحصیلی	$59/66 \pm 12/19$

$P < 0/01$  \*\*\*.  $P < 0/05$  \*

$= 0/91$ ,  $CFI = 0/95$ ,  $NNFI = 0/95$ ,  $PNFI = 0/92$ ,  $NFI = 0/95$ ,  $RMSEA = 0/02$ . توان مدل در تبیین واریانس ( $X^2/df = 2/68$ ,  $GFI = 0/95$ ,  $AGFI = 0/95$ ) باشد. الگوی روابط درونی متغیرها در چارچوب یک مدل ساختاری آزمون شد. نخست شاخص‌های برازنده‌گی مدل بررسی شد. یافته‌ها نشان داد که مدل از برازنده‌گی مناسبی برخوردار است ( $RMSEA = 0/06$ ,  $PNFI = 0/95$ ).

با توجه به [جدول ۱](#) رابطه حس انسجام ( $0/18$ ), خوددلسوزی ( $0/35$ ) و مسئولیت‌پذیری ( $0/15$ ) با بهزیستی تحصیلی مثبت و معنی‌دار می‌باشد. الگوی روابط درونی متغیرها در چارچوب یک مدل ساختاری آزمون شد. نخست شاخص‌های برازنده‌گی مدل بررسی شد. یافته‌ها نشان داد که مدل از برازنده‌گی مناسبی برخوردار است ( $RMSEA = 0/06$ ,  $PNFI = 0/95$ ).

جدول ۲: اثرات مستقیم، غیرمستقیم، کل و واریانس تبیین شده متغیرها

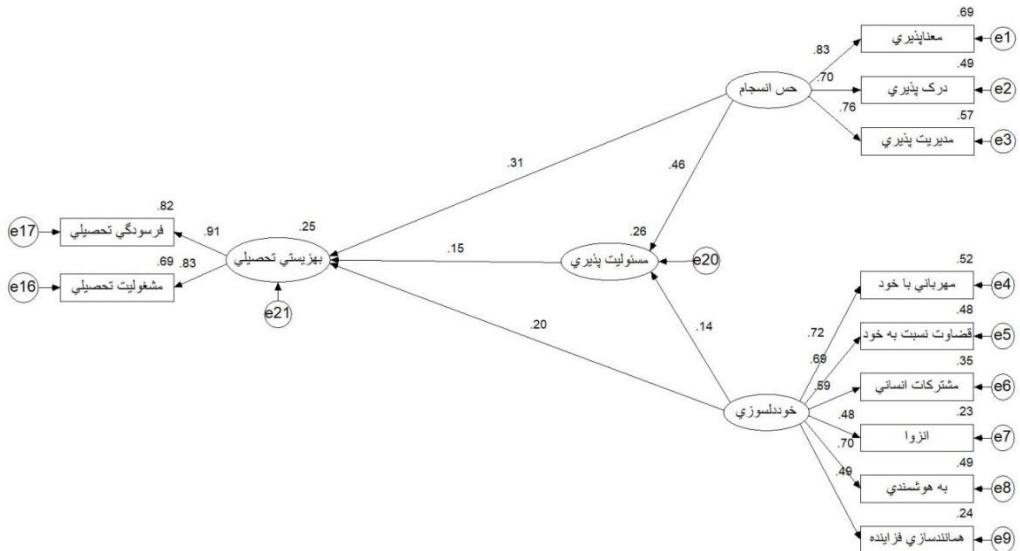
مسیر	به روی بهزیستی تحصیلی از طریق		
	حس انسجام	خوددلسوزی	مسئولیت‌پذیری
به روی مسئولیت‌پذیری از طریق			
حس انسجام	$0/31***$	$0/20***$	$0/15***$
خوددلسوزی			
حس انسجام	$0/46***$	$0/46***$	$0/14***$
خوددلسوزی			

$P < 0/001$  \*\*\*.  $P < 0/01$  \*\*.  $P < 0/05$  \*

مسئولیت‌پذیری و در کنار آن بهزیستی تحصیلی افزایش می‌یابد. اما اثر غیرمستقیم خوددلسوزی بر بهزیستی تحصیلی ( $0/02$ ) معنی‌دار نمی‌باشد. بنابراین مسئولیت‌پذیری نقش واسطه‌ای در ارتباط خوددلسوزی با بهزیستی تحصیلی ندارد. همچنین اثر مستقیم حس انسجام ( $0/46$ ) و خوددلسوزی ( $0/14$ ) بر مسئولیت‌پذیری مثبت و معنی‌دار می‌باشد. مدل نهایی مطالعه حاضر در [تصویر ۲](#) گزارش شده است.

با توجه به [تصویر ۲](#) حس انسجام، خوددلسوزی و مسئولیت‌پذیری در مجموع  $25$  درصد از واریانس بهزیستی تحصیلی را تبیین می‌کند. حس انسجام و خوددلسوزی نیز  $26$  درصد از تغییرات مسئولیت‌پذیری را پیش‌بینی می‌کنند.

یافته‌های [جدول ۲](#) نشان می‌دهد که اثر مستقیم حس انسجام ( $0/31$ ), خوددلسوزی ( $0/20$ ) و مسئولیت‌پذیری ( $0/15$ ) بر بهزیستی تحصیلی مثبت و معنی‌دار می‌باشد. مسیر حس انسجام با ضریب استاندارد  $0/31$  بهزیستی تحصیلی بالاترین اثر را دارد. به این معنا که با ارتقای حس انسجام، میزان بهزیستی تحصیلی در بین دانشجویان بالا می‌رود و آنها با اشتیاق بیشتری به فعالیت تحصیلی می‌پردازند و از فرسودگی تحصیلی کمتری برخوردار خواهند بود. اثر غیرمستقیم حس انسجام ( $0/07$ ) بر بهزیستی تحصیلی مثبت و معنی‌دار می‌باشد. این اثر از طریق مسئولیت‌پذیری بر بهزیستی تحصیلی وارد می‌شود. بنابراین مسئولیت‌پذیری نقش واسطه‌ای در ارتباط حس انسجام با بهزیستی تحصیلی دارد. یعنی با وجود حس انسجام در محیط تحصیلی،



تصویر ۲: مدل آزمون شده بهزیستی تحصیلی دانشجویان

## بحث

انسجام بر بهزیستی تحصیلی بیشتر به صورت مستقیم و کمتر با میانجی گری مسئولیت‌پذیری انجام می‌گیرد. به علاوه، اثر مستقیم حس انسجام بر مسئولیت‌پذیری دانشجویان تأیید شد. حس انسجام به درجه‌ای اشاره دارد که در آن افراد احساس می‌کنند که زندگی‌شان از لحاظ هیجانی و شناختی معنادار است و مشکلات و تقاضاهایی که با آن مواجه می‌شوند، ارزش تلاش کردن، سرمایه‌گذاری انرژی، تعهد و درگیر شدن را دارند. در این حالت مشکلات به جای یک بار، به عنوان چالش‌های خوشایندی در نظر گرفته شوند. حس انسجام بالا با تعهدات و اشتغال مربوط است [۳۶]. همچنین، نتایج حاکی از این بود که خوددلسوزی بر بهزیستی تحصیلی اثر مستقیم دارد. ولی مسئولیت‌پذیری نقش میانجی در این رابطه ایفا نمی‌کند. در خصوص یافته بسته آمده می‌توان گفت که خوددلسوزی چند ویژگی دارد که یکی از این ویژگی‌ها، خودمهربانی است. خودمهربانی مستلزم این است که دانشجو هنگام مواجه با شکست، به جای این که رنجی را که متحمل شده، نادیده بگیرد یا از خود انتقاد نماید، نسبت به خودش مهربان بوده و خود را درک می‌کند و در کوشش‌های بعدی سعی می‌کند که شکست تحصیلی و دانشگاهی خود را جبران کند. ویژگی بعدی خوددلسوزی، ویژگی مشترک انسان‌ها است، به این معنا که دانشجو به جای آنکه ناکامی را منحصر به خود بداند، شکست خوردن و بی‌کفایتی را بخشی از تجربیات زندگی همه انسان‌ها در نظر می‌گیرد، به عبارت دیگر دانشجو به این درک می‌رسد که رفتارها، احساسات و افکار شخصی تحت تأثیر عوامل خارجی نظیر سابقه خانوادگی، فرهنگ، ژنتیک و سایر شرایط محیطی مثل رفتار و انتظارات دیگران است که خود فرد کنترل کمی بر آنها دارد، همین عامل هم باعث می‌شود که دانشجو موقع شکست تحصیلی، خود را کمتر نکوشش کند و ضعف تحصیلی را ویژگی پایدار و کلی خود در نظر نگیرد و در فرسته‌های بعدی برای موفقیت و بهزیستی بیشتر تلاش کند [۵۳].

در این پژوهش به منظور بررسی متغیرهای مرتبط با بهزیستی تحصیلی بر اساس پیشینه پژوهشی، مدلی طراحی گردید. در این الگوی ساختاری متغیرهای حس انسجام و خوددلسوزی عوامل زمینه‌سازی در نظر گرفته شدند که با میانجی گری مسئولیت‌پذیری بهزیستی تحصیلی را تبیین می‌کنند. نتایج به دست آمده نیز حاکی از این بود که مدل مورد نظر در جامعه پژوهش روا است و قدرت تبیین متغیر درون‌زای نهایی را دارا است. این مقدار ارزش بالای اثرگذاری این متغیرها را در قالب یک الگوی ساختاری برای پیش‌بینی بهزیستی تحصیلی نشان می‌دهد. بر اساس نتایج برآمده از مدل مشخص شد که حس انسجام بر بهزیستی تحصیلی اثر دارد. بدین معنا که با بالا رفتن حس انسجام، بهزیستی تحصیلی هم بالا رود. این یافته با نتایج سایر پژوهش‌ها [۱۶، ۱۷, ۴۹-۵۱] که نشان دادند رابطه بین عامل‌های حس انسجام با عملکرد و مشغولیت تحصیلی معنادار است هم خوانی دارد. در مطالعات بی‌شماری مشخص شده که افراد دارای انتظارات حس انسجام بیشتر نسبت به افراد با کارآمدی کمتر، احتمالاً بیشتر در جستجوی راه حل‌های مناسب مشکلات و مسائل هستند. همچنین افراد دارای حس انسجام بالا، حتی اگر فعالیت و کاری همانند کسب علم برای آنان لذت‌بخش و رغبت‌انگیز نباشد؛ با استفاده از راهبردهایی، این فعالیتها را به فعالیت مثبت‌تری تبدیل می‌کنند و از انجام آن لذت می‌برند همین عامل هم منجر به افزایش مشغولیت تحصیلی در این گروه از دانشجویان می‌شود. تأثیر حس انسجام بر بهزیستی تحصیلی همچنین با میانجی گری مسئولیت‌پذیری انجام می‌گیرد. حس انسجام به این احساس در فرد اشاره دارد که محدوده‌های مشخص زندگی، متناسب با تلاش و زمان صرف شده وی هستند و میزان درگیر شدن وی در حیطه‌های مختلف زندگی را نشان می‌دهد. موقعیت‌ها از سوی فرد به عنوان چالش ارزیابی می‌شوند و فرد برای تغییر و رشد احساس تعهد می‌نماید [۵۲]. نتایج تحقیقات بیانگر آنند که عامل‌های شخصیتی بر بهزیستی تحصیلی تأثیر دارند [۲, ۲]. قابل توجه است که تأثیر حس

جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد. با توجه به اینکه پرسشنامه‌ها جنبه خودستجوی دارد، ممکن است در پاسخ‌ها سوگیری وجود داشته باشد. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش مصاحبه و مشاهده هم برای جمع‌آوری اطلاعات استفاده شود.

### نتیجه‌گیری

در مدل پیشنهادی این پژوهش الگوی ساختاری متغیرهای حس انسجام و خوددلسوزی عوامل زمینه‌سازی در نظر گرفته شدند که با میانجی‌گری مسئولیت‌پذیری بهزیستی تحصیلی را تبیین می‌کنند. با توجه به نتایج بدست آمده برای افزایش بهزیستی تحصیلی (افزایش مشغولیت تحصیلی و کاهش فرسودگی تحصیلی) در بین دانشجویان لازم است مسئولیت‌پذیری، خوددلسوزی و راهبردهای حس انسجام به دانشجویان آموزش داده شود.

### سپاسگزاری

بر خود لازم می‌دانیم تا بدبونی‌سیله از کلیه دانشجویان و مسؤولین دانشگاه که در انجام این پژوهش ما را یاری نمودند، مراتب تقدير و تشکر را به عمل آوریم.

### تعارض در منافع

بین نویسنده‌گان هیچ‌گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

### منابع مالی

برای انجام پژوهش حاضر، کمک مالی دریافت نشده است.

### References

- Langelaan S, Bakker AB, van Doornen LJP, Schaufeli WB. Burnout and work engagement: Do individual differences make a difference? *Pers Individ Differ.* 2006;40(3):521-32. doi: [10.1016/j.paid.2005.07.009](https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.07.009)
- Salanova M, Schaufeli W, Martinez I, Bresó E. How obstacles and facilitators predict academic performance: the mediating role of study burnout and engagement. *Anxiety Stress Coping.* 2010;23(1):53-70. doi: [10.1080/10615800802609965](https://doi.org/10.1080/10615800802609965) pmid: [19326271](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19326271/)
- Sulea C, van Beek I, Sarbescu P, Virga D, Schaufeli WB. Engagement, boredom, and burnout among students: Basic need satisfaction matters more than personality traits. *Learn Individ Differ* 2015;42:132-8. doi: [10.1016/j.lindif.2015.08.018](https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.08.018)
- Hu Q, Schaufeli WB. The factorial validity of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in China. *Psychol Rep.* 2009;105(2):394-408. doi: [10.2466/PR0.105.2.394-408](https://doi.org/10.2466/PR0.105.2.394-408) pmid: [19928601](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19928601/)
- Schaufeli WB, Bakker AB, Salanova M. The Measurement of Work Engagement With a Short Questionnaire. *Educ Psychol Meas* 2016;66(4):701-16. doi: [10.1177/0013164405282471](https://doi.org/10.1177/0013164405282471)
- Crawford ER, Lepine JA, Rich BL. Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test. *J Appl Psychol.* 2010;95(5):834-48. doi: [10.1037/a0019364](https://doi.org/10.1037/a0019364) pmid: [20836586](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20836586/)
- Archambault I, Janosz M, Fallu JS, Pagani LS. Student engagement and its relationship with early high school dropout. *J Adolesc.* 2009;32(3):651-70. doi: [10.1016/j.adolescence.2008.06.007](https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2008.06.007) pmid: [18708246](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18708246/)
- David AP. Examining the relationship of personality and burnout in college students: The role of academic motivation. *Educ Meas Eval Rev.* 2010;1:90-104.
- Mazerolle SM, Monsma E, Dixon C, Mensch J. An assessment of burnout in graduate assistant certified athletic trainers. *J Athl Train.* 2012;47(3):320-8. doi: [10.4085/1062-6050-47.3.02](https://doi.org/10.4085/1062-6050-47.3.02) pmid: [22892414](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22892414/)
- Qinyi T, Jiali Y. An Analysis of the Reasons on Learning Burnout of Junior High School Students from the Perspective of Cultural Capital Theory: A Case study of Mengzhe Town in Xishuangbanna, China. *Proc Soc Behav Sci* 2012;46:3727-31. doi: [10.1016/j.sbspro.2012.06.136](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.136)
- Bengtsson-Tops A, Hansson L. The validity of Antonovsky's Sense of Coherence measure in a sample of schizophrenic patients living in the community. *J Adv Nurs.* 2001;33(4):432-8. doi: [10.1046/j.1365-2648.2001.01692.x](https://doi.org/10.1046/j.1365-2648.2001.01692.x) pmid: [11251730](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11251730/)
- Grevenstein D, Bluemke M. Can the Big Five explain the criterion validity of Sense of Coherence for mental health, life satisfaction, and personal distress? *Pers Individ Differ.* 2015;77:106-11. doi: [10.1016/j.paid.2014.12.053](https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.12.053)
- Togari T, Yamazaki Y, Takayama TS, Yamaki CK, Nakayama K. Follow-up study on the effects of sense of coherence on well-being after two years in Japanese university undergraduate students. *Pers Individ Differ* 2008;44(6):1335-47. doi: [10.1016/j.paid.2007.12.002](https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.12.002)
- Hart KE, Wilson TL, Hittner JB. A psychosocial resilience model to account for medical well-being in relation to sense of coherence. *J Health Psychol.* 2006;11(6):857-62. doi: [10.1177/1359105306069082](https://doi.org/10.1177/1359105306069082) pmid: [17035258](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17035258/)
- Holmberg S, Thelin A, Stiernström E-L. Relationship of Sense of Coherence to Other Psychosocial Indices. *Eur J Psychol Assess* 2004;20(4):227-36. doi: [10.1027/1015-5759.20.4.227](https://doi.org/10.1027/1015-5759.20.4.227)
- Grayson JP. Sense of coherence and academic achievement of domestic and international students: a comparative analysis. *High Educ.* 2007;56(4):473-92. doi: [10.1007/s10734-007-9106-0](https://doi.org/10.1007/s10734-007-9106-0)
- Tartas M, Walkiewicz M, Budzinski W, Majkowicz M, Wojciechowicz K. The sense of coherence and styles of success in

در ضمن، اثر مستقیم خوددلسوزی بر مسئولیت‌پذیری دانشجویان تأثیر دارد. آموزش مسئولیت‌پذیری مؤلفه اساسی آموزش خوددلسوزی است که بر اساس آن آزمودنی‌ها یاد می‌گیرند که تفکر خودانتقادی داشته باشند تا بتوانند دیدگاه‌ها و احساسات جدیدی که کارآمدتر هستند را در خود ایجاد کنند [۵۴]. آموزش ذهن دلسوز در صدد این است که فرد، خودانتقادی را نه به عنوان یک محرك‌های اجتماعی عمل می‌کند درنظر بگیرد [۵۵]. در نهایت، نتایج آشکار ساخت که مسئولیت‌پذیری بر بهزیستی تحصیلی مؤثر است. در محیط‌های آموزشی، نتایج بررسی‌های گوناگون بیانگر آن است که پنج عامل شخصیتی بر موفقیت و عملکرد تحصیلی فرآگیران تأثیر دارند و در این بین مسئولیت‌پذیری نقش پررنگ‌تری ایفا می‌کند. افراد مسئولیت‌پذیر بر هدف‌های تعیین شده خود متمرکز هستند، افراد مشغول و درگیر هم گرایش دارند تا هدف‌هایی را دنبال کنند که بازگوکننده آرزوها و خواسته‌های شان باشد. آن‌ها احساس می‌کنند که آمادگی بیشتری برای روررو شدن با فشارها و مشکل‌ها دارند و نسبت به دلزدگی و فرسودگی کمتر آسیب‌پذیر هستند [۳]. نخستین محدودیت مطالعه حاضر مربوط به طرح آن است. این مطالعه از نوع همبستگی است. لذا، نمی‌توان روابط به دست آمده را به صورت علی تفسیر کرد. این مطالعه بر روی دانشجویان کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی تبریز انجام شده است؛ لذا، نتایج آن قابل تعمیم به همین جامعه است. در این مطالعه فقط اثر نمره کلی خوددلسوزی و حس انسجام بررسی شد. بنابراین در مطالعات بعدی پیشنهاد می‌شود که نقش خردۀ مقیاس‌های این متغیرها بر میزان بهزیستی تحصیلی بررسی شود. همچنین در این پژوهش برای

- the medical career: a longitudinal study. *BMC Med Educ.* 2014;14(1):254. doi: 10.1186/s12909-014-0254-5 pmid: 25429899
18. Sobhi N, Ghaffari M, Molaei M. [Modeling the Correlation between Students' Sense of Coherence, Self-Compassion and Academic Performance: The Mediating Role of Personal Intelligence]. *Iran J Med Educ.* 2016;16(17):195-75.
  19. Germer C. The mindful path to self-compassion: Freeing yourself from destructive thoughts and emotions. 1st ed. Hove: Routledge; 2009.
  20. Neff K. Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself. *Self Identity.* 2003;2(2):85-101. doi: 10.1080/15298860309032
  21. Neff KD. Self-Compassion, Self-Esteem, and Well-Being. *Soc Pers Psychol Compass.* 2011;5(1):1-12. doi: 10.1111/j.1751-9004.2010.00330.x
  22. Tirch DD. Mindfulness as a Context for the Cultivation of Compassion. *Int J Cogn Ther.* 2010;3(2):113-23. doi: 10.1521/ijct.2010.3.2.113
  23. Reyes D. Self-compassion: a concept analysis. *J Holist Nurs.* 2012;30(2):81-9. doi: 10.1177/0898010111423421 pmid: 22024954
  24. Lutz A, Slagter HA, Dunne JD, Davidson RJ. Attention regulation and monitoring in meditation. *Trends Cogn Sci.* 2008;12(4):163-9. doi: 10.1016/j.tics.2008.01.005 pmid: 18329323
  25. Neff KD, Hsieh Y-P, Dejitterat K. Self-compassion, Achievement Goals, and Coping with Academic Failure. *Self Identity.* 2005;4(3):263-87. doi: 10.1080/13576500444000317
  26. Iskender M. The Relationship Between Self-Compassion, Self-Efficacy, and Control Belief about Learning in Turkish University Students. *Soc Behav Pers Int J.* 2009;37(5):711-20. doi: 10.2224/sbp.2009.37.5.711
  27. Landgraf A. Under pressure: self-compassion as a predictor of task performance and persistence. Florida: University of North Florida; 2013.
  28. Henderson JC. Corporate social responsibility and tourism: Hotel companies in Phuket, Thailand, after the Indian Ocean tsunami. *Int J Hosp Manage.* 2007;26(1):228-39. doi: 10.1016/j.ijhm.2006.02.001
  29. Fromm E. The Art of Love. Izmir: Jlya Publication; 2004.
  30. Glasser W. Reality therapy sandhu. In: Singh D, editor. Reality therapy: Professional school counsding; 2000.
  31. Mergler A. Development of a Measure of Personal Responsibility for Adolescent 2007 [cited 2017]. Available from: <http://eprist.qut.edu.au>.
  32. Certo S. Principles of Modern Management Functions and Systems. Massachusetts: Allyn and Bacon INC; 2004.
  33. Nemati P. [Preparation and standardization of the accountability of undergraduate students in Tehran in two dimension: personal and social]. Tehran: Allameh Tabatabaei University; 2008.
  34. Adan A, Felner R. The school translational environment project: an ecological intervention and evaluation. 14 ounces of prevention: a case-book for practitioner. Washington DC: American Psychological Association; 2001.
  35. White JM, Wampler RS, Winn KI. The Identity Style Inventory. *J Adolesc Res.* 2016;13(2):223-45. doi: 10.1177/0743554898132007
  36. Antonovsky A. Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass Press; 1987.
  37. Mohammadzadeh A, Poursharifi H, Alipour A. Validation of Sense of Coherence (SOC) 13-item scale in Iranian sample. *Proc Soc Behav Sci.* 2010;5:1451-5.
  38. Basharpoor S, Issazadeghan A. [Role of self-compassion and forgiveness in prediction of depression severity among university students]. *J Res Behav Sci.* 2012;10(6):452-61.
  39. Ahmadi S, Panahjou N. [Investigating the relationship between responsibility and separation of metal waste origin among women in Shiraz and Yasouj]. *Two QJ Econ Dev Sociol.* 2016;5(1):1-16.
  40. Asghari P, Enayati M, Asghari M, Roshan K. [The relationship of responsibility, risk taking and excitement with Type D]. *J Appl Psychol.* 2011;5(2):17-24.
  41. Hamidi F, Gheytasi M. [Comparison of perfectionism zeal and accountability among Ahwaz Teacher Training Center students by gender]. *J Cult Educ Women Fam.* 2011;6(18):159-88.
  42. Saadati Shamir A, Farzad V, Shararay M. [The relationship between Psychometric Identity Style, Responsibility and General health in Tehran University Students]. *Educ Res J Islamic Azad Univ Bojnord.* 2007;91:110-27.
  43. Rezaei P. [The relationship between responsibility and job satisfaction with achievement motivation and mental health in female trainer in Ahvaz City]. Tehran: Shahid Chamran University; 1999.
  44. Salmela-Aro K, Upadaya K. The schoolwork engagement inventory. *Eur J Psychol Assess.* 2012.
  45. Abdollahpour M, Shokri O. [Analysis of Psychometric Characteristics of Academic Engagement in Iranian Students]. *J Instruct Learn Stud.* 2015;7(2):90-108.
  46. Hakami S, Shokri O. [Relationship between Goal-oriented Development and Educational Well-being: Impact Pattern Mediates Emotions of Progress]. *J Educ Meas Eval Stud.* 2015;11:31-65.
  47. Salmela-Aro K, Kiuru N, Leskinen E, Nurmi J-E. School Burnout Inventory (SBI). *Eur J Psychol Assess.* 2009;25(1):48-57. doi: 10.1027/1015-5759.25.1.48
  48. Abdollahpour M, Dortaj F, Ahadi H. [Analysis of Psychometric Properties of the School Burnout Inventory (SBI) among University Students]. *J Educ Meas.* 2015;6(24):23-41.
  49. Lackaye TD, Margalit M. Comparisons of achievement, effort, and self-perceptions among students with learning disabilities and their peers from different achievement groups. *J Learn Disabil.* 2006;39(5):432-46. doi: 10.1177/00222194060390050501 pmid: 17004675
  50. Heiman T. Social support networks, stress, sense of coherence and academic success of university students with learning disabilities. *Soc Psychol Educ.* 2006;9(4):461-78.
  51. Efrati-Virtzer M, Margalit M. Students' behaviour difficulties, sense of coherence and adjustment at school: risk and protective factors. *Eur J Spec Needs Educ.* 2009;24(1):59-73. doi: 10.1080/08856250802596738
  52. Abolghasemi A, Zahed F, Narimani M. [Investigating the association of sense of continuity and personality Type D]. *J Principles Ment Health.* 2009;3:213-22.
  53. Neff KD, McGehee P. Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults. *Self Identity.* 2010;9(3):225-40. doi: 10.1080/15298860902979307
  54. Gilbert P, Irons C. Focused therapies and compassionate mind training for shame and self-attacking. *Compassion: conceptualizations, Research and use in psychotherapy.* New York, NY: Routledge; 2005. p. 263-325.
  55. Gray N. Compassion: Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapy. In: Gilbert P, editor. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy.* Hove: Routledge; 2006. p. 379-80.