www.edcbmj.ir e-ISSN: 2345-5284

Education Strategies in Medical Sciences (ESMS)

Journal homepage: www.edcbmj.ir/en e-ISSN: 2345-5284

Baqiyatallah University of Medical Sciences

The Prediction Of Academic Burnout Based On Anxiety Sensitivity, Loneliness And In Students Of Kerman University Of Medical Sciences Fear Of Intimacy

Somayeh Pourehsan[1,*], Mahshid Tajrobehkar[2], Mahboobe Shamsi Nezhad[3]

[1] *Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.*
[2] *Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.*
[3] *Faculty of Literature and Humanities, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.*

**Corresponding author: Somaye Pourehsan, Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran, Email: Purehsan@uk.ac.ir*

Article Info

Keywords: *Academic burnout, Anxiety sensitivity, Loneliness, Fear of intimacy, Medical students.*

Abstract

Introduction: There are many positive and negative challenges for student during education, that one of them is the negative challenge of school burnout. Various cognitive, emotional, behavioral and personality factors affect the emergence and intensity of this negative challenge. The aim of this study was to predict the academic burnout based on anxiety sensitivity, loneliness and fear of intimacy.

Methods: The research method in this study is descriptive and correlational, and the statistical population of this study included all students of Medical University of Kerman which 335 subjects that were studied using multistage cluster sampling. The research tools included academic burnout questionnaire, anxiety sensitivity questionnaire, the loneliness questionnaire and fear of intimacy questionnaire which simultaneous multiple regression method was used to analyze the questionnaires

Results: The results of the correlation matrix table showed that anxiety sensitivity, loneliness, and fear of intimacy have a positive and significant relationship with academic burnout ($P<0.001$). Also, simultaneous regression results showed that anxiety sensitivity, loneliness, and fear of intimacy are able to significantly predict academic burnout ($R = 0.52$, $P <0.001$)

Conclusion: The university, is the most important institution in which the majority of young people are present, andhas a central importance in maintaining and improving the mental and social health of individuals. Since the age of youth is tied to the process of socialization, targeted attention and planning to helpthis process in the educational and mental health of young people in the community, whom are the basis of future development, will prevent and reduce problems related to the education process including academic burnout.

Copyright © 2020, Education Strategies in Medical Sciences (ESMS). This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

مجله راهبردهای آموزش در علوم پزشکی
دوره ۱۵، شماره ۱، ۱۴۰۱
صفحات: ۴۵-۳۸

پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان

سمیه پوراحسان [*۱]، مهشید تجربه کار [۲]، محبوبه شمسی نژاد [۳]

[۱] گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران.
[۲] گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران
[۳] دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران.

*نویسنده مسوول: سمیه پوراحسان، استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر کرمان، کرمان، ایران، ایمیل: Purehsan@uk.ac.ir

چکیده

مقدمه: در طول دوران تحصیل، چالش‌های مثبت و منفی گوناگونی برای دانشجویان ایجاد می‌شود که یکی از این چالش‌های منفی، فرسودگی تحصیلی است. عوامل متعدد شناختی، هیجانی، رفتاری و شخصیتی بر بروز و شدت یافتن این چالش منفی اثرگذار هستند. هدف این پژوهش پیش-بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت است.

روش‌ها: روش تحقیق در این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی و جامعه آماری آن شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال تحصیلی بوده که ۳۳۵ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای مورد بررسی قرار گرفتند. ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی، پرسش‌نامه حساسیت اضطرابی، پرسش‌نامه احساس تنهایی و پرسشنامه ترس از صمیمت بود که به منظور تحلیل پرسش‌نامه‌ها از روش رگرسیون چندگانه از نوع همزمان استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج جدول ماتریس همبستگی نشان داد که حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت با فرسودگی تحصیلی، رابطه مثبت و معنادار دارد ($P<۰/۰۰۱$). همچنین نتایج رگرسیون همزمان نشان داد که حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت قادر به پیش-بینی معنادار فرسودگی تحصیلی هستند ($P<۰/۰۰۱$, $R=۰/۵۲$).

نتیجه‌گیری: دانشگاه به عنوان اصلی‌ترین نهادی که اکثریت جامعه جوان در آن حضور می‌یابند، اهمیت اساسی در حفظ و بهبود سلامت روانی-اجتماعی افراد دارد. از آنجا که دوره جوانی با فرآیند اجتماعی‌شدن گره خورده است؛ توجه و برنامه‌ریزی هدفمند در راستای کمک به این فرآیند در پیشرفت تحصیلی و سلامت روان جوانان جامعه که پایه و اساس پیشرفت‌های آتی هستند، باعث جلوگیری و کاهش مشکلات مربوط به فرآیند تحصیل از جمله فرسودگی تحصیلی می‌شود.

واژگان کلیدی: فرسودگی تحصیلی، حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی، ترس از صمیمیت، دانشجویان علوم پزشکی.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

مقدمه

فرسودگی در ابتدا، تنها برای مشخص کردن استرس‌های مزمن مشاغلی از جمله پرستاران و مددکاران اجتماعی استفاده شد. با این حال، در پرتو مطالبات فزاینده دانشگاهی و افزایش سطح پریشانی‌های روان‌شناختی (Psychological distress) در بین دانشجویان، پژوهشگران به بررسی فرسودگی در محیط‌های آموزش عالی پرداختند (۱). در محیط‌های آموزشی لازم است که دانشجویان در فعالیت‌هایی مثل حضور در کلاس‌ها، انجام تکالیف و دنبال‌کردن دستورات اساتید در کلاس، تعهد داشته-باشند؛ لذا دانشجویان نیز مانند نیروهای سازمان‌های دیگر ممکن است در فرآیند تحصیل دچار ناتوانی در پاسخگویی به الزامات آموزشی شده و استرس‌های مزمن و خستگی‌های مفرطی را تجربه کنند. به عبارت دیگر آن‌ها نیز ممکن است دچار فرسودگی شوند، که از آن به عنوان فرسودگی تحصیلی (Academic Burnout) یاد می‌شود و عبارت است از خستگی هیجانی از تقاضاهای درسی، بدبینی و بی‌کفایتی تحصیلی است (۲).

سه علامت فرسودگی به وسیله مسلش و جکسون شناسایی شده‌است که عبارتند از: خستگی عاطفی (فقدان انرژی به سبب تقاضاهای تحصیلی)، زوال شخصیت (فقدان همدلی و نگرش بی‌تفاوت نسبت به تکالیف داده‌شده) و کاهش خودکارآمدی (احساس ناشایستگی و ناتوان بودن در پیشرفت). در طول دهه گذشته، فرسودگی دانشجویان برای توضیح ظهور رفتارهای ناسازگارانه در دانشگاه معرفی شده‌است که سلامت دانشجویان را در طول دوره جوانی تحت شعاع قرار می‌دهد؛ و از نتایج مدیریت نادرست اضطراب در موقعیت‌های آموزشی است (۳و۴). به طور کلی، اختلالات اضطرابی عملکرد روانی، اجتماعی و کیفیت زندگی فرد را متاثر می‌سازند، با عوارض زیاد همراه بوده، اغلب مزمن و نسبت به درمان مقاوم هستند. پژوهش‌ها نشان داده‌است که تداوم اضطراب بالا در دانشجویان با حالت‌ها و نشانه‌های فرسودگی تحصیلی همراه است (۵و۶).

از جمله سازه‌های مرتبط با اختلالات اضطرابی، حساسیت اضطرابی (Anxiety Sensitivity) است. مک نالی حساسیت اضطرابی را به عنوان ترس از احساس‌های مرتبط با اضطراب تعریف می‌کند که در آن فرد از نشانه‌های بدنی که با انگیختگی اضطرابی (افزایش ضربان قلب، تنگی نفس، سرگیجه) مرتبط است، می‌ترسد و این ترس اصولا از این عقیده ناشی می‌شود که این نشانه‌ها به پیامدهای بالقوه آسیب‌زای اجتماعی، شناختی و بدنی منجر می‌شوند (۷و۸). به عبارت دیگر افراد با حساسیت اضطرابی بالا توجه بیشتری به نشانه‌های اضطرابی دارند و تفسیرهای منفی و فاجعه‌آمیزی در رابطه با این احساسات بیان می‌کنند که به نوبه خود منجر به افزایش تجربه اضطراب و در نهایت ایجاد یک حلقه بازخورد مثبت و رو به افزایش می‌شود (۹). شواهد زیادی نشان می‌دهد که حساسیت اضطرابی به عنوان یک عامل خطر برای انواع مختلف مشکلات روانی شامل اختلالات و نشانه‌های اضطرابی، افسردگی و خودکشی به حساب می‌رود (۱۰و۱۱).

در کنار فرسودگی تحصیلی و تاثیرات آن بر سلامت دانشجویان، احساس تنهایی (Loneliness) از جمله عوامل آسیب‌پذیری مهمی است که در اوایل جوانی ظهور می‌کند و باعث بروز پریشانی‌های روان‌شناختی در یادگیرندگان می‌شود (۷). احساس تنهایی به عنوان پاسخی منفی، به اختلاف بین کیفیت مطلوب و دست یافتنی شبکه اجتماعی فرد، تعریف شده‌است. این احساس می‌تواند به عنوان هیجان اجتماعی منفی و احساس درماندگی مشخص شود که از احساس انزوا و قضاوت اینکه روابط اجتماعی فرد ناکافی است سرچشمه می‌گیرد (۱۲). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که احساس تنهایی از جمله عوامل مهمی است که می‌تواند در فرسودگی تحصیلی نقش داشته‌باشد (۱۳و۱۴).

از دیگر عوامل تاثیر گذار بر سلامت عمومی دانشجویان توانایی آن‌ها در ایجاد رابطه صمیمانه با دیگران است. صمیمت عبارت است از آمیخته شدن هویت فرد با فردی دیگر بدون نگرانی در مورد از دست دادن آن (۱۵). مدل فرآیند بین فردی صمیمت ریز و شاور بیان می‌کند رشد صمیمت زمانی آغاز می‌شود که فرد شخصا، افکار یا احساساتش را برای دیگران آشکار می‌کند (۱۶). بدیهی است که اختلال در توانایی برای شکل دادن رابطه صمیمی با دیگران ممکن است پیامدهای منفی داشته‌باشد که از جمله آن‌ها، می‌توان ترس از صمیمت (Fear of Intimacy) را نام برد. ترس از صمیمت به عنوان ظرفیت مهارشده فرد، به دلیل اضطراب، تعریف شده‌است که مانع تبادل افکار و احساسات با دیگران می‌شود. افرادی که ترس از صمیمت دارند خواهان ارتباطات بین فردی نزدیک هستند ولی از طرد می‌ترسند، در نتیجه طی ارتباط کلامی و غیرکلامی با دیگران، اضطراب را تجربه می‌کنند (۱۷). مروری بر نتایج پژوهش‌ها بیانگر این موضوع است که حمایت تحصیلی مطلوب در همه زمینه‌ها، با کاهش اضطراب، از فرسودگی تحصیلی به مقدار قابل توجهی پیشگیری می‌کند (۱۸).

اگرچه پژوهش‌های بسیاری در زمینه فرسودگی انجام شده، اما بررسی این موضوع در دانشجویان بسیار مهم است؛ زیرا فرسودگی تحصیلی یکی از مسائل گریبانگیر سیستم آموزشی است که موجب هدر رفتن نیروی انسانی و هزینه‌های صرف‌شده می‌شود؛ و کلید فهم عملکرد تحصیلی ضعیف دانشجویان و شوق و اشتیاق آنها نسبت به ادامه تحصیل است. شواهد تجربی نشان دهنده این مطلب است که بین فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی رابطه منفی وجود دارد. دانشجویانی که نسبت به درس بی‌علاقه و بی‌انگیزه باشد، احتمالا به اندازه کافی

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

تلاش نمی‌کنند و این عدم تلاش به نوبه خود به کاهش عملکرد تحصیلی و در نهایت فرسودگی تحصیلی منجر خواهد شد. از طرف دیگر، دانشجویانی که دچار فرسودگی می‌شوند احتمالا شکست و ترک تحصیلی بیشتری را تجربه می‌کنند و نیز دچار پیامدهای منفی روانی-اجتماعی می‌شوند (۱۹و۲۰)؛ و در نهایت، فرسودگی تحصیلی یکی از متغیرهای مهم اثرگذار بر سلامت روان دانشجویان است (۲۱) اما پژوهش‌های انجام شده در زمینه فرسودگی تحصیلی و عوامل تاثیرگذار بر آن کم بوده و بررسی متغیرهای تاثیرگذار بر فرسودگی تحصیلی به تحقیقات بیشتری نیاز دارد. لذا پژوهش حاضر به منظور پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت انجام شد.

روش‌ها

با توجه به ماهیت پژوهش حاضر که پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت بود، روش تحقیق مورد استفاده توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مشغول به تحصیلی در دانشگاه علوم پزشکی کرمان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود که تقریبا ۱۵۰۰ نفر بودند. حجم نمونه با توجه به جدول مورگان و احتساب ریزش آزمودنی، حدود ۳۳۰ نفر در نظر گرفته شد. نمونه‌گیری بدین صورت بود که با روش نمونه-گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، تعدادی از دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی و سپس کلاس‌هایی به صورت تصادفی انتخاب شدند. با هماهنگی اساتید محترم تعداد ۳۳۵ پرسش‌نامه تکمیل گردید. در ابتدای پرسش‌نامه راهنمای پاسخ‌گویی به سوالات قرار داشت و برای کنترل اثر ترتیب و خستگی، پرسش‌نامه‌ها به ترتیب متفاوت و به صورت فردی، توسط نویسندگان توزیع شد. داوطلبانه بودن مشارکت آزمودنی‌ها در فرایند پژوهش و محرمانه بودن اطلاعات مد نظر قرار گرفت. در نهایت تعدادی از پرسشنامه‌های ناقص (۱۵ نسخه) کنار گذاشته‌شد و تعداد ۳۲۰ داده با نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در ابتدا مفروضه نرمال بودن مشاهدات با استفاده از آزمون کالموگروف-اسمیرینف بررسی شد و از آنجا که سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ بود، فرض نرمال بودن توزیع مشاهدات تایید شد. به منظور پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت از روش رگرسیون چندگانه از نوع هم‌زمان استفاده شد. از جمله مفروضات در رگرسیون چند متغیری آن است که بین خطاهای مدل، همبستگی وجود نداشته باشد. به منظور بررسی این شرط از آزمون دوربین- واتسون استفاده شد . مقدار آزمون دوربین- واتسون ۱/۷۱ بود که مقدار ۱/۵ تا ۲/۵ نشانگر عدم همبستگی بین خطاها است، در نتیجه می‌توان از رگرسیون استفاده شد. در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از چهار پرسش‌نامه استفاده شده است.

۱- مقیاس فرسودگی تحصیلی مسلش(IBM-SS): پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلش توسط شائوفلی و همکاران در سال ۲۰۰۲ ساخته‌شد (۲۲). این پرسشنامه دارای ۱۵ گویه است که در یک طیف لیکرت ۷ درجه‌ای از هرگز تا همیشه نمره‌گذاری می‌شود. در این پرسشنامه در نهایت سه زیرمقیاس به دست می‌آید که عبارتند از: خستگی هیجانی یا تحصیلی (۵ گویه)، بدبینی (۴ گویه) و فقدان کارآیی یا ناکارآمدی (۶گویه). در پژوهش رستمی و همکاران روایی همگرا برای خستگی هیجانی، بدبینی و خودکارآمدی تحصیلی به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۵۰ و ۰/۵۰ به دست آمد. همچنین پایایی پرسش‌نامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی هیجانی، بدبینی و خودکارآمدی تحصیلی به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۴ و ۰/۶۷ به دست آمد (۲۳). در این تحقیق ضریب پایایی پرسشنامه فرسودگی تحصیلی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بدست آمد.

۲- مقیاس حساسیت اضطرابی(ISA-R): شاخص تجدید نظر شده حساسیت اضطرابی تیلور و کاکس، یک ابزار خودگزارشی دارای ۳۶ گویه به صورت مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (خیلی کم=۰ تا خیلی زیاد=۴) است که ترس از نشانه‌های مربوط به اضطراب را مورد سنجش قرار می‌دهد (۲۶). تیلور و کاکس بر اساس یک پژوهش تحلیل عاملی بر روی ۱۵۵ بیمار سرپایی دارای تشخیص‌های مختلف روان‌پزشکی به این نتیجه رسیدند که حساسیت اضطرابی دارای یک ساختار مرتبه‌ای چهار عاملی شامل: ۱- ترس از نشانه‌های تنفسی ۲- ترس از واکنش‌های اضطرابی قابل مشاهده در جمع ۳- ترس از نشانه‌های قلبی و عروقی و ۴- ترس از عدم کنترل شناختی، است. مطالعات مختلف حاکی از آن است که دارای روایی و پایی بسیار قابل قبول و ابزار مفید و مؤثر برای ارزیابی و سنجش حساسیت اضطرابی است (۲۶و۲۷). نتایج پژوهش مرادی‌منش نشان داد ISA-R از روایی و پایایی مطلوبی در جامعه ایرانی خصوصا جامعه دانشجویی برخوردار است (۲۸). ضریب پایایی مقیاس حساسیت اضطرابی در این تحقیق از آلفای کرونباخ ۰/۹۶ بدست آمد.

۳- فرم کوتاه شده مقیاس احساس تنهایی اجتماعی-عاطفی(SELSA-S): این مقیاس به وسیله دی‌توماسو، برانن و بست در سال ۲۰۰۴ بر اساس تقسیم بندی ویس، طراحی و تهیه گردید (۲۴)، که شامل ۱۴ گویه و سه زیرمقیاس احساس تنهایی رمانتیک (۴ گویه)، خانوادگی (۵ گویه) و اجتماعی (۵ گویه) است. در مقابل هر گویه طیف پنج گزینه‌ای از کاملا مخالفم (نمره۱) تا کاملا موافقم (نمره۵) قرار دارد. تمامی گویه‌ها به‌جز گویه ۱۴ به شیوه‌ی معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و کسب نمره بیشتر در هر یک از ابعاد این مقیاس نشان‌دهنده‌ی احساس

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

تنهایی بیشتر در آن بعد است. مؤلفان این مقیاس ضریب آلفای کرونباخ را بین ۰/۰۸۷ تا ۰/۹ گزارش کرده‌اند که از همسانی درونی مناسب مقیاس حکایت دارد (۲۵). در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ضریب پایایی مقیاس تنهایی اجتماعی–عاطفی ۰/۸۴ بود.

۴- مقیاس ترس از صمیمت(FIS): این مقیاس یک مقیاس ۳۵ ماده‌ای خودگزارشی است که توسط دسکانتر و تلن و به منظور سنجش اضطراب‌های مربوط به روابط نزدیک تهیه شده‌است (۲۹). ماده‌های FIS بر ترس‌های مربوط به برقراری ارتباط با دیگران یا درگیرشدن در روابط نزدیک، صمیمانه و عاشقانه و به ویژه ترس‌های مربوط به خودافشایی در این زمینه‌ها تمرکز می-کند. از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود درحالیکه تصور می‌کنند در یک رابطه نزدیک قرار دارند، به تکمیل پرسشنامه بپردازند.

یافته ها

جدول۱. ماتریس همبستگی فرسودگی تحصیلی با حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱- فرسودگی تحصیلی	۱			
حساسیت اضطرابی	۰/۴۳**	۱		
۲- احساس تنهایی	۰/۳۶**	۰/۲۱**	۱	
۴- ترس از صمیمیت	۰/۲۲**	۰/۱۶**	۰/۲۵**	۱

**P<0/01

نتایج جدول ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش، نشان می‌دهد که حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت با فرسودگی تحصیلی، رابطه مثبت و معنادار دارد (P=۰/۰۱).

هر یک از ۳۵ ماده پرسشنامه روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (به هیچ وجه توصیف‌کننده من نیست) تا ۵ (کاملا توصیف‌کننده من است) درجه‌بندی شده‌است. نتایج مطالعه اولیه دسکانتر و تلن نشان داد که از همسانی درونی بالا (آلفای کرونباخ:۰/۹۳) و پایایی بازآزمایی بالا (۰/۸۹) برخوردار است. در پژوهش حاضر ضریب پایایی بدست آمده از آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه ۰/۸۵، بود.

جدول۲. خلاصه مدل

R	R^2	R^2adj	دوربین–واتسون
۰/۵۲	۰/۲۷	۰/۲۶	۱/۷۱

نتایج جدول خلاصه مدل نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه برای فرسودگی تحصیلی ۰/۵۲ به دست آمد که نشان دهنده آن است که ۲۷ درصد تغییرات مربوط به فرسودگی تحصیلی توسط حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت تبیین می‌شود.

جدول۳. نتایج تحلیل واریانس رگرسیون

منبع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	مقدار F	معنی داری
رگرسیون	۱۷۵۶۸/۳۹	۳	۵۸۵۶/۱۳	۳۹/۲۶	۰/۰۰۰
باقی‌مانده	۴۶۸۳۳/۸۱	۳۱۴	۱۴۹/۱۵		
جمع	۶۴۴۰۲/۲۱	۳۱۷			

طبق جدول آنوا برای متغیر فرسودگی تحصیلی (df=۳:۳۱۴ و α=۰/۰۱) F=۳۹/۲۶ که در سطح P<۰/۰۰۱ معنی دار است، و نشان‌دهنده مناسب بودن برازش داده‌ها است.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

جدول۴. نتایج ضرایب رگرسیون

	همخطی غیراستاندارد		همخطی استاندارد				
	B	خطای استاندارد	بتا	t	معنی‌داری	تحمل	VIF
ثابت	۳۵/۵۲	۹/۱۸		۳/۸۶	۰/۰۰۰		
حساسیت اضطرابی	۰/۱۸	۰/۰۲	۰/۳۶	۷/۳	۰/۰۰۰	۰/۹۳	۱/۰۱
احساس تنهایی	۰/۳۶	۰/۰۷	۰/۲۵	۵/۰۲	۰/۰۰۰	۰/۹	۱/۰۶
ترس از صمیمت	۰/۱۵	۰/۰۷	۰/۱	۲/۰۳	۰/۰۴	۰/۹۲	۱/۰۸

از دیگر مفروضه‌های رگرسیون بررسی هم‌خطی متغیرهای مستقل است. در بررسی هم‌خطی چندگانه اگر پارامتر تحمل کمتر از ۰/۱ بوده یا عامل تورم واریانس بیشتر از ۱۰ باشد هم-خطی زیاد بوده و همبستگی قوی بین متغیرهای مستقل وجود دارد و هم‌خطی مفروضه‌ها رعایت نشده‌است. جدول شماره ۴ نشان‌دهنده رعایت این مفروضه در پژوهش حاضر است. از طرفی؛ بر اساس این جدول، ضریب بتا (ضریب رگرسیون استاندارد) نشان‌دهنده این است که در رابطه با فرسودگی تحصیلی متغیرهای حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت در سطح P<۰/۰۰۱ معنادار است.

بحث

همانطور که اشاره شد، دانشجویان در محیط‌های آموزشی در دستیابی به اهداف آموزشی خود با چالش‌های متعددی مواجه می‌شوند که می‌تواند منجر به فرسودگی تحصیلی آنان شود. پدیده‌ای که با عوامل متعدد روانی–اجتماعی ارتباط دارد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی با حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان انجام شد. نتایج نشان داد که حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمیت با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنادار دارد.

حساسیت اضطرابی از جمله متغیرهایی است که به تازگی پژوهش‌های بسیاری را به خود جلب کرده است. این متغیر نشان‌دهنده حالت انتظار فرد برای محرک پیامد است. در واقع فرد با حساسیت اضطرابی ترس زیادی از علایم عادی اضطراب دارد و گرایش دارد که این علایم را به صورت فاجعه‌آمیز تفسیر کند. تفسیر افراد مختلف از رویدادی واحد بسته به ارزیابی آن‌ها از موقعیت است که حساسیت اضطرابی با تحت تاثیر قرار دادن این ارزیابی زمینه را برای ایجاد و تداوم اختلالات روانی در فرد فراهم می‌کند. لذا دانشجویانی که از حساسیت اضطرابی بالا رنج می‌برند، هنگامی که در طول دوران تحصیل الزامات و وظایف آموزشی افزایش پیدا می‌کند، در صورت عدم توانایی برای پاسخ‌گویی مناسب به این الزامات علایم اضطراب در آن‌ها افزایش یافته و با سو تفسیر این علایم چرخه معیوبی ایجاد می-کنند که در نتیجه مدیریت نادرست اضطراب، منجر به فرسودگی تحصیلی می‌شود. این نتیجه همسو با نتایج پژوهش‌های خونیق، حسنی و قمشی (۵) و لیو، یاو و لی (۶) است که نتیجه گرفتند اضطراب بالا در دانشجویان با فرسودگی تحصیلی همراه است.

از سویی دیگر، از جنبه های مهم رشد انسان فرآیند اجتماعی-شدن است. صاحب‌نظران دوره جوانی را مرحله‌ای از زندگی می-دانند که با تغییرات زیست‌شناختی از دوره نوجوانی آغاز شده و به تغییرات اجتماعی پایان می‌پذیرد و از جمله منابعی که به رشد بیشتر و بهتر این نغییرات کمک می‌کند حضور در محیط‌های آموزشی دانشگاه‌ها است؛ زیرا تعلیم و تربیت دانشگاهی ارکان گوناگونی دارد که آموزش و یادگیری یکی از آن‌ها است و از دیگر ارکان می‌توان مساله رشد اجتماعی جهت برقراری ارتباط سالم با دیگران، را نام برد. حضور در دانشگاه با فعالیت‌هایی از جمله ارتباط با دیگران گره خورده است که این ارتباط بنا به اهداف گوناگون آموزشی یا شخصی شکل می‌گیرد. افرادی که در برقراری و حفظ روابط رضایت‌بخش با دیگران ناتوان هستند، حس محرومیتی را تجربه می‌کنند که تحت عنوان احساس تنهایی شناخته می‌شود. از طرفی احساس تنهایی به دلیل فراهم آوردن شرایط نامناسب روانی بر سلامت عمومی فرد اثر گذاشته و باعث می‌شود جوانان احساس حقارت کرده و حالات خلقی ناراحت کننده‌ای را تجربه کنند که در نهایت به فرسودگی تحصیلی منجر می‌شود و با نتایج پژوهش‌های خونیق، مصرآبادی و فرید (۱۳) و مرادی و همکاران (۱۴) همسو است.

از دیگر جنبه‌های اساسی رشد بشر برای حفظ سلامت روان، صمیمت است. همان‌گونه که در مقدمه ذکر شد، ترس از صمیمت ظرفیت محدود فرد در اشتراک گذاشتن افکار و احساساتش است و به طور کلی جز اختلالات اضطرابی است که روابط فرد با دیگران را تحت تاثیر قرار می‌دهد. عدم ارتباط مناسب با دیگران، مشکلات سازگاری ناشی از احساس تنهایی و ترس از صمیمت از جمله افسردگی و اضطراب در فرآیند آموزش دانشگاهی تاثیر گذاشته و سلامت روانی پایین فرد در این فرآیند منجر به تجربه مشکلاتی از جمله فرسودگی تحصیلی می‌شود صدوقی و غفاری (۱۸) در پژوهش خود، همسو با نتایج پژوهش حاضر، به این نتیجه رسیدند که افرادی که در محیط‌های آموزشی از منابع حمایتی بیشتری برخوردار باشند، کمتر دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، این بود که تنها دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی را مورد بررسی قرار داد که در تعمیم یافته‌ها به سایر جمعیت‌ها باید احتیاط شود. لذا پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی دانشجویان سایر دانشکده‌ها را نیز مورد بررسی قرار دهند. همچنین به دلیل ماهیت همبستگی پژوهش، امکان تبیین رابطه علی بین متغیرها وجود نداشت؛ و به دلیل عدم امکان کنترل متغیرها، ممکن است متغیرهای مداخله-گر بر نحوه پاسخ دادن دانشجویان موثر باشند. از طرفی پژوهش حاضر به صورت مقطعی انجام گرفت که پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از روش مطالعات طولی استفاده گردد.

نتیجه گیری

حضور دانشجویان در دانشگاه، در آغاز جوانی جدا از فراگیری یک علم، از لحاظ ارتباط میان انسان‌ها، صمیمیت و اجتماعی-شدن نیز اهمیت دارد. دانشگاه می‌تواند با فراهم آوردن محیطی که آموزش، علم و ویژگی‌های اجتماعی در آن به حداکثر رسیده، جوان را برای مسولیت‌های خطیر آینده مثل همسری، مادری/پدری و حضور حداکثری در جامعه آماده کند. انسان موجودی پیچیده و چندجانبه است. نهادی مثل دانشگاه نیز دارای پیچیدگی‌ها و ابعاد متفاوت است. از سویی دیگر گره خوردن اهداف آموزشی با مسایل روانی و اجتماعی در دانشگاه این نکته را یادآوری می‌کند که پرورش و رشد انسان‌ها در این نهاد نیازمند تلاش و توجه برنامه‌ریزان آموزشی است که به همه ابعاد روانی–اجتماعی–تحصیلی دانشجویان توجه شود. لازم است با کمک یا برنامه‌ریزی آموزشی صحیحی و مشاوره کارآمد، تلاش کنیم که این نسل جوان همه‌جانبه و فراگیر رشد کند. این موضوع بیانگر لزوم فعال‌تر شدن مراکز مشاوره دانشگاهی و آشنا کردن دانشجویان با این مراکز و استفاده از خدمات آن‌ها، قبل از ایجاد مشکلات تحصیلی، است. پیشنهاد می‌شود که با برگزاری کارگاه‌های آموزشی مرتبط با این زمینه‌ها، شرایطی برای دانشجویان فراهم شود تا مشکلات تحصیلی و در نهایت فرسودگی تحصیلی را کمتر تجربه کنند. همچنین آشنا کردن اساتید و هیات علمی دانشگاه‌ها با مسائلی مانند فرسودگی تحصیلی، حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت، و نشانه‌های آن سبب تشخیص و ارجاع سریع‌تر، و در نهایت پیشگیری از اختلالات روانی در دانشجویان، خواهد شد.

ملاحظات اخلاقی

این مطالعه به تایید کمیته اخلاق بخش روان‌شناسی به شماره E.A.98.6.27.10 رسیده و رضایت آگاهانه کلیه شرکت-کنندگان اخذ شده است.

تضاد منافع

بین نویسندگان هیچ گونه تعارض منافعی در این مطاله وجود نداشت.

تقدیر و تشکر

بدین وسیله از همکاری تمامی اساتید و دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان که در انجام این پژوهش نهایت همکاری را داشته، تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

منابع

1- Cooper AN, Seibert GS, May RW, Fitzgerald MC,Fincham FD. School burnout and intimate partner violence: The role of self-control. Personality and individual differences J. 2017;112:18-25.
2- Ying L, Wang Y, Lin C, Chen C. Trait resilience moderated the relationships between PTG and adolescent academic burnout in a post-disaster context. Personality and Individual Differences. 2016;90:108-112.
3- Chang E, Lee A, Byeon E, Lee SM. Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students. Personality and Individual Differences. 2015;82:221-226.
4- Seibert GS, Bauer KN, May RW, Fincham FD. Emotion regulation and academic underperformance: the role of school burnout. Learning and Individual Differences J. 2017;60:1-9.
5- Khonig AS, Hasani O, Gamshi VA. Discrimination of Students with High and Low Academic Burnout on The Basis of Test Anxiety, Alexithymia and Academic Achievement. Education Strategies in Medical Sciences. 2017;11(02):57-65
6- Liu H, Yao M, Li J. Chinese adolescents' achievement goal profiles and their relation to academic burnout, learning engagement, and test anxiety. Learning and Individual Differences.2020;83:101945.
7- Borges AM, Lejuez C W, Felton JW. [Positive alcohol use expectancies moderate the association between anxiety sensitivity and alcohol use across adolescence]. J of Drug and Alcohol Dependence. 2018;187:179-184.
8- Dixon LJ. Lee AA, Viana AG, McCowan NK, Brodell RT, Tull MT. Anxiety sensitivity in dermatological patients.Psychosomatics. 2016;57(5):498-504.
9- Elhai JD, Levine JC, O'Brien KD, Armour C. Distress tolerance and mindfulness mediate relations between depression and anxiety sensitivity with problematic smartphone use. Computers in Human Behavior. 2018;84:477-484.
10- Johnson AK, Blackstone SR, Skelly A, Simmons W. The Relationship between Depression, Anxiety, and Burnout among Physician Assistant Students: A Multi-Institutional Study. Health Professions Education. 2020.
11- Jardin C, Paulus DJ, Garey L, Kauffman B, Bakhshaie J, Manning K, Mayorga NA, Zvolensky MJ. Towards a greater understanding of anxiety sensitivity across groups: The construct validity of the Anxiety Sensitivity Index-3. Psychiatry Research. 2018; 268:72-81.
12- Satici S A, Uysal R, Deniz ME. Linking social connectedness to loneliness: The mediating role of subjective happiness. Personality and Individual Differences. 2016;97:306-310.
13- Khonig AS, Mesrabadi J, Farid A. The role of academic failure and loneliness in students' academic burnout. Rooyesh-e-Ravanshenasi. 2018;7(10):183-188.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]

14- Moradi M, Fathi D, Gharibzadeh R, Faeedfar Z. A comparison of academic burnout, academic procrastination and feelings comparison of academic burnout, academic negligence and feeling of loneliness in students with and without learning disabilities. URMIA MED J 2016;27(3):1027-3727
15- Ahangar A, Sedghpour BS, Ashrafi H. Remanufacturing, validating, and standardization of the women's fear of intimacy. Cultural and Educational J of Women and Family. 2013;8(24):47-65. [Persian]
16- Montesi JL, Conner BT, Gordon EA, Fauber RL, Kim KH, Heimberg RG. On the relationship among social anxiety, intimacy, sexutal communication, and sexual satisfaction in young couples. Archives of sexual behavior. 2013;42(1):81-91
17- Thorberg FA. Lyvers M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. Addictive behaviors. 2006; 31(4):732-737.
18- Sadooghi M, Ghafari A. Relationship between Academic Support with Academic Burnout among High School Students with The Mediating Role of Quality of Life in School. School Administration. 2018;6(1):206-226.
19- Walburg V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. Children and Youth Services Review. 2014;42:28-33.
20- Cooper AN, Seibert GS, May RW, Fitzgerald M., Fincham FD. School burnout and intimate partner violence: The role of self-control. Personality and individual differences. 2017;112:18-25.
21- Bai Q, Bai S, Dan Q, Lei L, Wang P. Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. Personality and Individual Differences. 2020;155:109622.
22- Shaufeli WB, Martinz IM, Marques-Pinto A, Salanova, M, Bakker AB. [Burnout and engagement in university students: a cross-national study]. J of Cross-Cultural Psychology. 2002;33:464-481.
23- Rostami Z, Abedi MR, Shaufeli WB. Standardization of Maslash burnout inventory among female students at University of Isfahan. New Educational Approaches. 2011;6(1):21-38. [Persian]
24- DiTommasso E, Brannen C, Best LA. Measurement and validity characteristics of the shortform of the social and emotional loneliness scale for adults. EducPsychol Meas. 2004;64(1):99-119.
25- Jowkar B, Salimi A. Psychometric properties of the shortform of the social and emotional loneliness scalefor adults. J of Behavioral Sciences. 2012; 5(4): 311-317. [Persian]
26- Taylor S, Cox BJ. An expanded anxiety sensitivity index: evidence for a hierarchic structure in a clinical sample. J of Anxiety Disord. 1998;12(5):463-83.
27- Zvolensky MJ, Amindell WA, Taylor S, Bouvard M, Cox BJ, Stewart SH, et al. Anxiety sensitivity in six countries. Behaviour Research and Therapy. 2003;41(7):841-859.
28- Moradimanesh F. Psychometric properties of the revised anxiety Sensitivity index and its relationship with mental health among students of Shiraz University (MA Thesis). Shiraz, Iran:Faculty of Educational Sciences and psychology. Shiraz University;2005. [Persian]
29-Descutner CJ, Thelen MH. [Development and validation of a Fear-of-Intimacy Scale]. Psychological assessment: A journal of consulting and clinical psychology. 1991;3(2):218-225.

[Downloaded from edcbmj.ir on 2022-04-12]