



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 Tajrobehkar², 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, and has 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 help this 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.

پیش‌بینی 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.

*نوسنده مسؤول: 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 پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت 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 خوشای خودشای 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 ($P < 0.001$). همچنین نتایج رگرسیون همزمان نشان داد که حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت قادر به پیش‌بینی معنادار فرسودگی تحصیلی هستند ($R = 0.052$, $P < 0.001$).

نتیجه‌گیری: دانشگاه به عنوان اصلی ترین 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.

وازگان کلیدی: فرسودگی تحصیلی، حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی، ترس از صمیمت، دانشجویان علوم پزشکی.

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 (۱۰-۱۱).

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 یادگیرنده‌گان می‌شود (۷). احساس تنهایی به عنوان پاسخی منفی، به اختلاف بین کیفیت مطلوب و دست یافتنی شبکه اجتماعی فرد، تعریف شده است. 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 داشته باشد (۱۳-۱۴).

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 شخص، 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 داشته باشد 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 شده است 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 صرف شده 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، احتمالاً به اندازه کافی

فرسودگی در ابتداء، تنها برای مشخص کردن استرس‌های مزمن مشاغلی از جمله پرستاران و مددکاران اجتماعی استفاده شد. با این حال، در پرتو مطالبات فرازینده 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 دنبال کردن 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، بدینی و بی‌کفايتی تحصیلی است (۲).

سه علامت فرسودگی به وسیله مسلش و جکسون شناسایی شده است که عبارتند از: خستگی عاطفی (فقدان انرژی به سبب تقاضاهای تحصیلی)، زوال شخصیت (فقدان همدلی و نگرش بی‌تفاوت نسبت به تکالیف داده شده) و کاهش خودکارآمدی (احساس ناشایستگی و ناتوان بودن در پیشرفت). در طول دهه گذشته، فرسودگی دانشجویان برای توضیح ظهور رفتارهای ناسازگارانه در دانشگاه معرفی شده است که سلامت دانشجویان را در طول دوره جوانی تحت شعاع قرار می‌دهد؛ و از نتایج مدیریت نادرست اضطراب در موقعیت‌های آموزشی است (۳-۴). به طور کلی، اختلالات اضطرابی عملکرد روانی، اجتماعی و کیفیت زندگی فرد را متأثر می‌سازند، با عوارض زیاد همراه بوده، اغلب مزمن و نسبت به درمان مقاوم هستند. پژوهش‌ها نشان داده است که تداوم اضطراب بالا در دانشجویان با حالت‌ها و نشانه‌های فرسودگی تحصیلی همراه است (۵-۶).

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 اصولاً از این عقیده ناشی می‌شود که این نشانه‌ها به پیامدهای بالقوه آسیب‌زاوی اجتماعی، شناختی و بدنی منجر می‌شوند (۷-۸). 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

این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از چهار پرسشنامه استفاده شده است.

۱- مقیاس فرسودگی تحصیلی مسلش(IBM-SS): پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلش توسط شائولی و همکاران در سال ۲۰۰۲ ساخته شد (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)، بدینی (۴ گویه) و فقدان کارآبی یا ناکارآمدی (۶ گویه). در پژوهش رسمی و همکاران روایی همگرا برای خستگی هیجانی، بدینی 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، بدینی 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 (۲۷ و ۲۶). نتایج پژوهش مرادی منش نشان داد ISA-R از روایی و پایایی مطلوبی در جامعه ایرانی خصوصاً 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، بران و بست در سال ۲۰۰۴ بر اساس تقسیم بندی ویس، طراحی و تهیه گردید (۲۴)، که شامل ۱۴ گویه و سه زیرمقیاس احساس تنهایی رماتیک (۴ گویه)، خانوادگی (۵ گویه) و اجتماعی (۵ گویه) است. در مقابل هر گویه طیف پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالف (نمره ۱) تا کاملاً موافق (نمره ۵) قرار دارد. تمامی گویه‌ها به جز گویه ۱۴ به شیوه معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و کسب نمره بیشتر در هر یک از ابعاد این مقیاس نشان‌دهنده احساس

تلاش نمی‌کند 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 احتمالاً شکست و ترک تحصیلی بیشتری را تجربه می‌کنند و نیز دچار پیامدهای منفی روانی-اجتماعی می‌شوند (۱۹ و ۲۰)؛ و در نهایت، فرسودگی تحصیلی یکی از متغیرهای مهم اثربار 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 پیش‌بینی 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 ۱۳۹۷-۹۸ بود که تقریباً 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 خوشای 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 نویسندهای توسعه شده. با داوطلبانه بودن مشارکت آزمودنی‌ها در فرایند پژوهش و محرومانه بودن اطلاعات مدنظر قرار گرفت. در نهایت تعدادی از پرسشنامه‌های ناقص (۱۵ نسخه) کنار گذاشته شد 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 خطاهای است، در نتیجه می‌توان از رگرسیون استفاده شد. در

هر یک از ۳۵ ماده پرسشنامه روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (به هیچ وجه توصیف‌کننده من نیست) تا ۵ (کاملاً توصیف‌کننده من است) درجه‌بندی شده است. 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.

جدول ۲. خلاصه مدل			
دورین-واتسون	R ² adj	R ²	R
۱/۷۱	۰/۲۶	۰/۲۷	۰/۵۲

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 تنها بی و ترس از صمیمت تبیین می‌شود.

جدول ۳. نتایج تحلیل واریانس رگرسیون						
منی داری	مقدار F	میانگین مربعات	درجه آزادی	مجموع مربعات	منبع تغییرات	
۰/۰۰۰	۳۹/۲۶	۵۸۵۶/۱۳	۳	۱۷۵۶۸/۳۹	رجرسیون	
		۱۴۹/۱۵	۳۱۴	۴۶۸۳۳/۸۱	باقی مانده	
			۳۱۷	۶۴۴۰۲/۲۱	جمع	

طبق جدول آنوا برای متغیر فرسودگی تحصیلی ($F=۳۹/۲۶$, $\alpha=۰/۰۱$) که در سطح $P<۰/۰۰۱$ معنی دار است، و نشان دهنده مناسب بودن برآش داده‌ها است.

تنها بی بیشتر در آن بعد است. مؤلفان این مقیاس ضریب آلفای کرونباخ را بین ۰/۹۰ تا ۰/۸۷ گزارش کردند که از همسانی درونی مناسب مقیاس حکایت دارد (۰/۲۵). در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ ضریب پایایی مقیاس تنها بی 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 شده است (۰/۲۹). 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 می‌کند. از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود در حالیکه تصور می‌کنند در یک رابطه نزدیک قرار دارند، به تکمیل پرسشنامه پردازند.

یافته‌ها

جدول ۱. ماتریس همبستگی فرسودگی تحصیلی با حساسیت اضطرابی، احساس تنها بی و ترس از صمیمت

متغیرها	۱- فرسودگی	۱	تحصیلی
حساسیت اضطرابی	۰/۴۳**	۱	
۲- احساس تنها بی	۰/۳۶**	۱	
۴- ترس از صمیمت	۰/۲۲**	۰/۲۵**	۱
**P<0/01			

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

جدول ۴. نتایج ضرایب رگرسیون

VIF	تحمل	معنی داری	t	بta	هم خطی استاندارد		هم خطی غیراستاندارد	B	ثابت
					خطای استاندارد	۹/۱۸		۳۵/۵۲	
		.۰/۰۰	۳/۸۶						
۱/۰۱	۰/۹۳	.۰/۰۰	۷/۳	.۰/۳۶	.۰/۰۲	.۰/۱۸	.۰/۱۸	.۰/۱۸	حساسیت اضطرابی
۱/۰۶	۰/۹	.۰/۰۰	۵/۰۲	.۰/۲۵	.۰/۰۷	.۰/۳۶	.۰/۳۶	.۰/۳۶	احساس تنهایی
۱/۰۸	۰/۹۲	.۰/۰۴	۲/۰۳	.۰/۱	.۰/۰۷	.۰/۱۵	.۰/۱۵	.۰/۱۵	ترس از صمیمت

تحصیلی می شود. این نتیجه همسو با نتایج پژوهش های 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-شندن است. صاحب نظران دوره جوانی را مرحله ای از زندگی می دانند که با تغییرات زیست شناختی از دوره نوجوانی آغاز شده و به تغییرات اجتماعی پایان می پذیرد و از جمله منابعی که به رشد بیشتر و بهتر این تغییرات کمک می کند حضور در محیط های آموزشی دانشگاه ها است؛ زیرا تعلیم و تربیت دانشگاهی ارکان گوناگونی دارد که آموزش و یادگیری یکی از آن ها است و از دیگر ارکان می توان مساله رشد اجتماعی جهت برقراری ارتباط سالم با دیگران، را نام برد. حضور در دانشگاه با فعالیت هایی از جمله ارتباط با دیگران گره خورده است که این ارتباط بنا به اهداف گوناگون آموزشی یا شخصی شکل می گیرد. افرادی که در برقراری و حفظ روابط رضایت بخش با دیگران ناتوان هستند، حس محرومیتی را تجربه می کنند که تحت عنوان احساس تنهایی شناخته می شود. از طرفی احساس تنهایی به دلیل فراهم آوردن شرایط نامناسب روانی بر سلامت عمومی فرد اثر گذاشته و باعث می شود جوانان احساس حقارت کرده و حالات خلقی ناراحت کننده ای را تجربه کنند که در نهایت به فرسودگی تحصیلی منجر می شود و با نتایج پژوهش های خونیق، مصاریابدی و فرید (۱۳) و مرادی و همکاران (۱۴) همسو است. از دیگر جنبه های اساسی رشد بشر برای حفظ سلامت روان، صمیمت است. همان گونه 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 می دهد. 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 می شود صدقی و غفاری (۱۸) در پژوهش خود، همسو با نتایج پژوهش حاضر، به این نتیجه رسیدند که افرادی که در محیط های آموزشی از منابع حمایتی بیشتری برخوردار باشند، کمتر دچار فرسودگی تحصیلی می شوند.

از دیگر مفروضه های رگرسیون بررسی هم خطی متغیرهای مستقل است. در بررسی هم خطی چندگانه اگر پارامتر تحمل کمتر از ۱/۰ بوده یا عامل تورم واریانس بیشتر از ۱۰ باشد هم خطی زیاد بوده و همبستگی قوی بین متغیرهای مستقل وجود دارد و هم خطی مفروضه ها رعایت نشده است. جدول شماره ۴ نشان دهنده رعایت این مفروضه در پژوهش حاضر است. از طرفی؛ بر اساس این جدول، ضریب بتا (ضریب رگرسیون استاندارد) نشان دهنده این است که در رابطه با فرسودگی تحصیلی متغیرهای حساسیت اضطرابی، احساس تنهایی و ترس از صمیمت در سطح $P < 0.001$ معنادار است.

بحث

همانطور که اشاره شد، دانشجویان در محیط های آموزشی در دستیابی به اهداف آموزشی خود با چالش های متعدد مواجه می شوند که می تواند منجر به فرسودگی تحصیلی آنان شود. پدیده ای 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 صمیمت با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنادار دارد.

حساسیت اضطرابی از جمله متغیرهایی است که به تازگی پژوهش های بسیاری را به خود جلب کرده است. این متغیر نشان دهنده 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 فاجعه آمیز تفسیر کند. تفسیر افراد مختلف از رویدادی واحد بسته به ارزیابی آن ها از موقعیت است که حساسیت اضطرابی با تحت تاثیر قرار دادن این ارزیابی زمینه را برای ایجاد و تداوم اختلالات روانی در فرد فراهم می کند. لذا دانشجویانی که از حساسیت اضطرابی بالا رنج می برند، هنگامی که در طول دوران تحصیل الزامات و وظایف آموزشی افزایش پیدا می کند، در صورت عدم توانایی برای پاسخ گویی مناسب به این الزامات علایم اضطراب در آن ها افزایش یافته و با سو تفسیر این علایم چرخه معیوبی ایجاد می کنند که در نتیجه مدیریت نادرست اضطراب، منجر به فرسودگی

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 استادی 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 تأیید 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 نویسندها هیچ گونه تعارض منافعی در این مطالعه وجود نداشت.

تقدیر و تشکر

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

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، این بود که تنها دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی را مورد بررسی قرار داد که در تعیین یافته‌ها به سایر جمیعت‌ها 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 علی‌بین 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، صمیمت و اجتماعی-شدن نیز اهمیت دارد. دانشگاه می‌تواند با فراهم آوردن محیطی که آموزش، علم و ویژگی‌های اجتماعی در آن به حد اکثر 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 مسائل روانی و اجتماعی در دانشگاه این نکته را یادآوری می‌کند که پژوهش و رشد انسان‌ها در این نهاد نیازمند تلاش و توجه برنامه‌بریزان آموزشی است که به همه ابعاد روانی-اجتماعی-تحصیلی دانشجویان توجه شود. لازم است با کمک یا برنامه‌بریزی آموزشی صحیحی و مشاوره کارآمد،

منابع

- 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.
- 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.
- 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.
- 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.
- 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
- 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.
- Borges AM, Lejuez C W, Felton JW. [Positive alcohol use expectancies moderate the association between
- Dixon LJ, Lee AA, Viana AG, McCowan NK, Brodell RT, Tull MT. Anxiety sensitivity in dermatological patients. *Psychosomatics.* 2016;57(5):498-504.
- 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.
- 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.
- Jardin C, Paulus DJ, Garey L, Kauffman B, Bakhshaei 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.
- 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.
- 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.

- 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, sexual 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 Maslsh burnout inventory among female students at University of Isfahan. New Educational Approaches. 2011;6(1):21-38. [Persian]
- 24- DiTommaso 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, Aminell 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.