

Studying the State of Impatience and related Factors among Medical Students of Islamic Azad University of Qom

Alireza Heidari ^{1,*}, Ahmad Masomi ², Mahdiah Heidari ³

¹ Student, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

² Assistant Professor, Islamic Azad University, Qom Branch, Qom, Iran

³ Student, University of Tehran, Farabi Pardis, Qom, Iran

Received: 06 Jul 2018

Accepted: 02 Sep 2018

Keywords:

Boredom

Home

Society

University

© 2018 Baqiatallah
University of Medical
Sciences

Abstract

Introduction: Boredom is one of the important causes of motivation decrease in medical students. Identifying the effective factors on it, is essential. Therefore, the purpose of this study was to investigate the state of boredom and its related factors among medical students of Islamic Azad University of Qom.

Methods: This study was carried out on 173 students. After obtaining students' satisfaction and recording demographic data, boredom was measured in a questionnaire with 65 questions in three domains: home, university, and community. T student and ANOVA tests were used to compare the data.

Results: The results of our study showed that there is a meaningful relationship between the state of impatience and the university's factor, the factor of the house and the factor of the place of residence. ($P < 0.05$). On the other hand, in our study, it was found that there is no significant relationship between the state of impatience and social factor, gender factor, indigenous factor, marital status factor, occupational factor and physical activity factor ($P > 0.05$).

Conclusions: Considering the impatience relationship with the university's factor, the factor of the house and the factor of the place of residence, it is necessary to plan programs to educate and hold classes to increase the positive patterns in the three variables of the university's factor, the factor of the house and the factor of place of residence.

بررسی وضعیت بی حوصلگی و عوامل مرتبط با آن در بین دانشجویان پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی قم

علیرضا حیدری^{۱*}، احمد معصومی^۲، غلامرضا شریفی راد^۲، مهدیه حیدری^۳

^۱ دانشجوی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قم، قم، ایران

^۲ استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قم، قم، ایران

^۳ دانشجوی، دانشگاه تهران، پردیس فارابی، قم، ایران

چکیده

مقدمه: بیحوصلگی از علل مهم کاهش انگیزه در دانشجویان پزشکی بوده که شناسایی عوامل موثر بر آن امری ضروری است. بنابراین هدف از این مطالعه بررسی وضعیت بی حوصلگی و عوامل مرتبط با آن در بین دانشجویان پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی قم بود.

روش کار: این پژوهش یک مطالعه کاربردی-توصیفی بود که بر روی نمونه ای متشکل از ۱۷۳ دانشجویان انجام گرفت پس از اخذ رضایت از دانشجویان و ثبت اطلاعات دموگرافیک، عامل بی حوصلگی از طریق پرسشنامه فارمر و ساندربرگ، که ۶۵ سوالی بوده، در سه حیطه خانه، دانشگاه و اجتماع، سنجیده شد. داده ها با استفاده از آزمونهای T student و تحلیل واریانس یک طرفه ANOVA مورد تجزیه و تحلیل و مقایسه داده ها قرار گرفت.

یافته ها: نتایج مطالعه ما نشان داد که بین وضعیت بی حوصلگی و عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی ارتباط معنا داری وجود داشت ($P > 0/05$). هم چنین در مطالعه ما مشخص شد که بین وضعیت بی حوصلگی و عامل اجتماع، عامل جنسیت، عامل بومی بودن، عامل وضعیت تاهل، عامل شاغل بودن و عامل فعالیت فیزیکی ارتباط معنا داری وجود نداشته است ($P < 0/05$).

نتیجه گیری: با توجه به ارتباط بی حوصلگی با عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی، لازم است برنامه هایی صورت گیرد تا با آموزش و برگزاری کلاسهای در جهت افزایش الگوهای مثبت در سه متغیر عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی، سبب کاهش نمره بی حوصلگی در دانشجویان شد.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۰۴/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۶/۱۱

واژگان کلیدی:

بی حوصلگی

اجتماع

خانه

دانشگاه

تمامی حقوق نشر برای

دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله

(عج) محفوظ است.

مقدمه

بی حوصلگی یک پدیده روانی است که عوارض متعددی به دنبال دارد. افت در عملکردهای حرفه ای و تحصیلی، افزایش احتمال بروز اختلالات روانی نظیر اضطراب و افسردگی، ناامیدی، احساس تنهایی و بی هدفی در زندگی و از همه مهم تر افزایش خطر مصرف مواد مخدر از جمله پیامدهای منفی پدیده بی حوصلگی هستند [۱]. این پدیده که عمدتاً با فقدان توجه و تمرکز مشخص می شود [۲] هر چند به طور غیر رسمی (عامیانه) هر کسی می تواند بگوید بی حوصلگی یعنی چه، اما به طور کلی بی حوصلگی به عنوان یک حالت تنفر یا ناسازگاری با هر نوع تجربه ای تکراری مثل کار روزانه یا برخورد با افراد کسل کننده و ملال آور و بی-قراری زیاد در شرایطی که رهایی از ثبات (یکنواختی) امکان پذیر نیست، تعریف می شود [۳]. رایج ترین تعریف بی حوصلگی در فرهنگ غرب، نداشتن کاری برای انجام دادن است. به طور کلی بی حوصلگی یک حالت احساسی ناخوشایند است که در آن فرد به کاری که انجام می دهد، علاقه ای ندارد و نمی تواند روی آن تمرکز کند.

بی حوصلگی به عنوان یک حالت تنفر یا ناسازگاری با هر نوع تجربه تکراری مثل کار روزانه یا برخورد با افراد کسل کننده و ملال آور و بی قراری زیاد در شرایطی که رهایی از یکنواختی امکان پذیر نیست، تعریف میشود [۱]. این پدیده عمدتاً با فقدان توجه و تمرکز مشخص می شود [۲] و با علایمی هم چون مشکل در حفظ توجه، بی توجهی، عدم تمرکز، احساس یکنواختی ذهنی، ملال، فقدان علاقه، محزون بودن، خمیازه کشیدن، بی قراری، خواب آلودگی، تأخیر و تعلل، خستگی و کوفتگی توصیف شده است [۳] از لحاظ پدیدار شناسی با حالت های مشابهی چون بی علاقگی و بی تفاوتی، عدم لذت و افسردگی مرتبط است [۴]. عواملی چون بی معنایی، بی هدفی و عدم مدیریت اوقات فراغت در زندگی از مهم ترین عوامل ایجاد کننده بی حوصلگی هستند [۵]. تادمن (۲۰۰۸) در تعریف بی حوصلگی بیان می دارد که یک حالت ناراضی است که به محیطی که به طور نامناسبی چالش برانگیز و بی جذبه است، نسبت داده می شود و معمولاً با یک محدودیت توجه همراه است [۶].

دیگری از قبیل تنهایی، خشم، غم و نگرانی باشد. بی‌حوصلگی که در طیفی از متوسط تا شدید قرار می‌گیرد، به عنوان یک احساس ملالت، بی‌معنایی، پوچی، کسالت و فقدان تمایل به ارتباط با محیط فعلی توصیف می‌شود [۵]. رفتارهایی که اغلب با حالت بی‌حوصلگی همراه است شامل خمیازه کشیدن، نشانه‌های بی‌توجهی و بی‌قراری است [۱۰]. آمادگی برای بی‌حوصلگی یک خصیصه یا زمینه برای بی‌حوصله شدن، گرایش به تجربه بی‌حوصلگی در خیلی از موقعیت‌ها و نداشتن رغبت کافی در زندگی است [۱۱]. رفتارهای وابسته به بی‌حوصلگی خصیصه‌ای شامل غیبت کردن، مشکلات ایمنی با کار، کناره‌گیری و تمرد و سرکشی در محل کار است [۱۲]. عضی محققان، بی‌حوصلگی را به عنوان حالتی از برانگیختگی نسبتاً پایین و احساس ناراضی‌ت می‌کنند به یک موقعیت تحریکی نامناسب نسبت داده می‌شود، تعریف می‌کنند [۴]. تادمن در تعریف بی‌حوصلگی بیان می‌دارد که یک حالت ناراضی‌ت است که به محیطی که به طور نامناسبی چالش برانگیز و بی‌جذب است، نسبت داده می‌شود و معمولاً با یک محدودیت توجه همراه است [۶، ۱۳].

بعضی از تأثیرات فردی فرهنگی بیانگر این است که احتمالاً در جوامع صنعتی، تحصیلکرده و ثروتمند بی‌حوصلگی بیشتر بروز میکند به گونه‌ای که در اروپا "بیماری سلطنتی" نامیده میشود [۱۴]. اما این پدیده در همه گروه‌های ثروتمند، متوسط و فقیر بروز میکند. این امکان می‌رود در جوامع سنتی و جمعی در مقایسه با جوامع فردگرا سبک زندگی کمتر مفرح و جذاب باشد؛ بنابراین بی‌حوصلگی نیز ممکن است زیاد باشد [۱۵]. در مطالعات مختلف مولفه‌های متعددی برای بی‌حوصلگی مطرح شده‌است که این مولفه‌ها در حیطه‌ی شناختی، عاطفی رفتاری و جسمانی دسته‌بندی شدند [۴] مولفه‌ی شناختی شامل مشکل در حفظ توجه، بی‌توجهی، عدم تمرکز، احساس یکنواختی ذهنی و سبک شناختی متحجر (خشک) و ... است. مولفه‌ی هیجان‌های (عواطف) منفی شامل مواردی هم‌چون ملال، فقدان علاقه، محزون بودن، افسردگی و تحریک‌پذیری و ... است [۱۳، ۱۶]. مولفه‌های رفتاری شامل خمیازه کشیدن، کارهای تکراری، بی‌قراری، خواب‌آلودگی و تاخیر و تعلل و ... است و مولفه‌ی جسمانی شامل خستگی و کوفتگی است [۱۷]. علی‌رغم اینکه امروزه شاهد افزایش روز افزون تکنولوژی و پیشرفت علم هستیم و به طبع آن رفاه و راحتی را به ارمغان آورده ولی شاهد این هستیم که افراد دچار اضطراب، استرس و بی‌حوصلگی هستند [۴] و در واقع پیشرفت‌های امروزه بیشتر باعث نگرانی و کم‌حوصلگی شده است. اینکه چرا در گذشته افراد و خانواده‌ها بیشتر احساس صمیمیت داشتند سؤالی است که روانشناسان در پی پاسخ به آن می‌باشند (۲۰). درک این موضوع از اهمیت زیادی برخوردار است که چگونه می‌توان از پیشرفت‌های امروزه در جهت افزایش شادی و صبر و حوصله استفاده کرد [۶]. لذا جهت رسیدن به این مقصود بر آن شدیم که عوامل مربوط به ایجاد بی‌حوصلگی، راه حل‌هایی جهت برطرف نمودن و ... را بررسی نموده تا شاید بتوانیم گامی مؤثر در این مسیر برداشته باشیم. در این راستا دانشجویان پزشکی را به این دلیل انتخاب نمودیم تا بسنجیم با توجه به دروس سنگین این دانشجویان از یک طرف و نیز اینکه قشر تحصیلکرده اجتماع تلقی می‌شوند، عامل بی‌حوصلگی به این قشر فرهیخته که می‌توانند الگوی جامعه باشند چه تأثیری داشته و راه حل‌های رفع آن در صورت بروز چه می‌باشد. لذا

بر اساس مطالعات گذشته وضعیت‌های مختلفی، به بروز بی‌حوصلگی منجر می‌شود. بعضی از پیش‌بینی‌کننده‌های بی‌حوصلگی که در مطالعات مختلف تأیید شده، عبارت است از ۱: پیش‌بینی‌کننده‌های تحصیلی (شامل محیط تحصیلی نامناسب و رابطه خصمانه استادان و دانشجویان) ۲: پیش‌بینی‌کننده‌های روانی: مهمترین پیش‌بینی‌کننده‌های روانی بی‌حوصلگی، بی‌معنایی و بی‌هدفی در زندگی است. ۳: پیش‌بینی‌کننده‌های شناختی؛ مشکل در حفظ توجه، مهارت‌های شناختی ۴: پیش‌بینی‌کننده‌های شخصیتی شامل جهت‌گیری انگیزشی و جستجوی حسی [۶]. از سوی دیگر با اینکه عوامل متعددی بر بی‌حوصلگی دانشجویان در دانشگاه مؤثر است، یکی از مؤثرترین آنها انگیزش تحصیلی است. انگیزش تحصیلی با شاخص‌های رفتاری، هیجانی و شناختی دانشجو مرتبط است که صرف فعالیت‌های آموزشی می‌شود. انگیزش عامل فعال ساز رفتار انسان است. انگیزش را می‌توان نیروی محرک فعالیت‌های انسان و عامل جهت‌دهنده آن تعریف کرد [۷]. صاحب‌نظران، انگیزش را به دو گروه اصلی، درونی و بیرونی تقسیم کرده‌اند. عوامل انگیزشی درونی، تقویت‌کننده‌های داخلی و شخصی است که جذابیت لازم برای هر فعالیت ایجاد می‌کند. در حالی که عوامل انگیزش بیرونی به تقویت‌کننده‌های خارجی اطلاق می‌شود که فرد تحت تأثیر آنها برای رسیدن به هدف مستقلی تلاش می‌کند. در خصوص دانشجویان، انگیزش تحصیلی از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. انگیزش تحصیلی به تمایل درونی فراگیر اطلاق می‌شود که موجب هدایت رفتار او به سوی یادگیری و پیشرفت تحصیلی می‌شود و تحت تأثیر هر دو عوامل درونی و بیرونی قرار می‌گیرد. دانشجویان با انگیزش تحصیلی تحرک لازم را برای به پایان رساندن موفق هر تکلیف، رسیدن به هدف یا دستیابی به درجه معینی از شایستگی در کار خود پیدا می‌کنند تا در نهایت بتوانند به موفقیت لازم در زمینه یادگیری و پیشرفت تحصیلی دست یابند [۸]. بارها دیده شده است که دانشجویان از لحاظ توانایی و استعداد یادگیری بسیار مشابه هم هستند اما در پیشرفت تحصیلی تفاوت‌های زیادی با یکدیگر دارند. این تفاوت نه تنها در یادگیری دروس تحصیلی که در سایر فعالیت‌های غیرعلمی آنها نیز به چشم می‌خورد [۷] برخی پژوهشگران اشاره کرده‌اند که بی‌حوصلگی نشانه‌ای از انگیزش ضعیف است [۹]. سرانجام مطالعات زیادی یکی از عناصر اصلی بی‌حوصلگی را کاری برای انجام دادن نداشتن (به طور واقعی یا ادراکی) میدانند. بنابراین میتوان گفت این یافته‌ها تأییدی برای عامل بی‌انگیزگی است و بی‌انگیزگی پیش‌بینی‌کننده مهمی از بی‌حوصلگی است [۵].

رایج‌ترین تعریف بی‌حوصلگی در فرهنگ غرب، نداشتن کاری برای انجام دادن است. به‌طورکلی بی‌حوصلگی یک حالت احساسی ناخوشایند است که در آن فرد به کاری که انجام می‌دهد، علاقه‌ای ندارد و نمی‌تواند روی آن تمرکز کند. بی‌حوصلگی یک تجربه‌ی همگانی است [۱۰، ۱۱]. تقریباً همه‌ی ما در طول زندگی آن را تجربه می‌کنیم. برآوردهای به‌دست‌آمده از نظرسنجی‌ها نشان می‌دهد که ۳۰ تا ۹۰ درصد بزرگسالان آمریکایی، در مقاطعی از زندگی‌شان بی‌حوصلگی را تجربه می‌کنند. این رقم در بین جوانان آمریکایی بین ۹۱ تا ۹۸ درصد است. به‌طورکلی مردان بیشتر از زنان بی‌حوصلگی را تجربه می‌کنند [۶]. همچنین رابطه‌ی مستقیمی میان تحصیلات بسیار پایین و بی‌حوصلگی وجود دارد. بی‌حوصلگی می‌تواند زمینه‌ساز احساسات

های غیر درسی به ترتیب فعالیت های ورزشی ۲۸/۹ درصد، فعالیت های اجتماعی ۲۴/۳ درصد، فعالیت های هنری ۱۹/۷ درصد و سایر فعالیت های مختلف با ۲۷/۲ درصد می باشند.

یافته های پژوهش مربوط به میانگین و انحراف معیار عوامل موثر بر بی حوصلگی (خانه، دانشگاه، اجتماع) در **جدول ۱** ارائه گردیده است. نتایج آزمون میانگین دو جامعه مستقل نشان می دهد (**جدول ۲**) که بین بی حوصلگی و عامل دانشگاه تفاوت معنی داری وجود دارد. (عوامل دانشگاهی شامل رفتار سختگیرانه اساتید، کلاس های خشک، نحوه تدریس اساتید، رفتارهای همکلاسی ها، رفتار کارمندان دانشگاه، وجود جشنواره های علمی و تفریحی، محیط خسته کننده دانشگاه و ... باشد) بین بی حوصلگی و عامل اجتماع تفاوت معنی داری وجود ندارد. (عوامل مربوط به اجتماع شامل انجام کارهای تکراری، موسیقی، بیکاری و بلا تکلیفی، دعوا و پرخاشگری، شلوغی و سر و صدای محیط، کمبود امکانات تفریحی و ... باشد). بین بی حوصلگی و عامل خانه تفاوت معنی داری وجود دارد. (عامل خانه شامل سختگیری والدین، مشاجره یا جر و بحث والدین، نداشتن کاری برای انجام دادن و نداشتن وسیله ای برای سرگرمی، نحوه روابط با برادر و خواهر، توقعات زیاد والدین و ... می باشد). بین بی حوصلگی و عامل جنسیت عامل بومی بودن وضعیت تاهل و شاغل بودن تفاوت معنی داری وجود ندارد. در بین چهار مورد آخر به بررسی برابری میانگین های متغیرها می پردازیم تا متوجه شویم که آیا مثلا مجردها بی حوصله ترند یا متاهل ها جهت آزمون این موارد از آزمون تعقیبی استفاده شد ابتدا آزمون لوین جهت برابری واریانس ها انجام می شود و سپس برابری میانگین ها مورد آزمون قرار می گیرد نتایج به شرح **جدول ۳** می باشد. در مورد مولفه اول جنسیت تفاوت میانگین دو جامعه معنی دار نبوده و تساوی میانگین دو جامعه رد نمی شود و به عبارتی عامل بی حوصلگی در بین زن و مرد تفاوت معنی داری ندارد. در مورد مولفه دوم بومی بودن تفاوت میانگین دو جامعه معنی دار نبوده و به عبارتی عامل بی حوصلگی در بین افراد بومی و غیر بومی تفاوت معنی داری ندارد. در مورد مولفه سوم وضعیت تاهل تفاوت میانگین دو جامعه معنی دار بوده و با توجه به حد بالا و پایین که هر دو منفی می باشند در این صورت میانگین گروه دوم (مجرد) از گروه اول (متاهل) بزرگتر است. به عبارتی عامل بی حوصلگی در بین افراد مجرد نسبت به افراد متاهل بیشتر است. در مورد مولفه چهارم شاغل بودن تفاوت میانگین دو جامعه معنی دار بوده و با توجه به حد بالا و پایین که هر دو منفی می باشند در این صورت میانگین گروه دوم (دانشجو) از گروه اول (شاغل ها) بزرگتر است. به عبارتی عامل بی حوصلگی در بین افراد دانشجو نسبت به افراد شاغل بیشتر است. در ادامه با توجه به **جدول ۲** بیان می شود.

بین وضعیت بی حوصلگی و عامل محل زندگی تفاوت معناداری وجود دارد. لذا جهت بررسی بیشتر به مقایسه میانگین عامل بی حوصلگی در گروه های مختلف محل زندگی می پردازیم که نتایج نشان داد میانگین خانه اجاره ای به تنهایی و زندگی در خوابگاه دولتی همگن بوده و در یک دسته قرار می گیرد (به عبارتی بی حوصلگی در این گروه بیشتر می باشد) و بقیه عوامل (زندگی با خانواده، خوابگاه خصوصی، خانه اجاره ای با دوستان) در دسته ای جداگانه ای قرار می گیرند. بین وضعیت بی حوصلگی و عامل فعالیت فیزیکی تفاوت معنا داری وجود ندارد. (این عوامل عبارتند از فعالیت اجتماعی، ورزشی و هنری) با توجه

هدف از این پژوهش تعیین وضعیت بی حوصلگی و عوامل مرتبط با آن در بین دانشجویان پزشکی بوده است.

روش کار

این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از منظر روش، توصیفی از نوع تحلیلی همبستگی محسوب می شود. نوع مطالعه توصیفی تحلیلی و دوره زمانی تحقیق از دی ماه ۱۳۹۶ تا خرداد ۱۳۹۷ بوده است. در رابطه با نمونه تحقیق، جامعه آماری ۲۸۴ نفر دانشجویان پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی قم بود که از طریق فرمول نمونه گیری $N = \frac{(Z_1 - \alpha_2)^2 \sigma^2}{d^2}$ و به روش تصادفی ساده تعداد ۱۷۳ نفر به دست آمد. این تعداد نمونه به دست آمده با توجه با تعداد ورودی هر سال دانشگاه به تناسب بین آنها توزیع گردید. بدین صورت که از تعداد ۲۰ دانشجوی ورودی ۱۳۹۶، ۱۲ نفر انتخاب شدند، از بین تعداد ۳۳ نفر ورودی ۱۳۹۵، ۲۰ نفر و از بین ۵۷ نفر ورودی ۹۴، ۳۵ نفر و از بین ۳۴ نفر ورودی ۹۳، ۲۲ نفر و از ۶۲ نفر ورودی ۱۳۹۲، تعداد ۳۷ نفر و از بین ۳۹ نفر ورودی ۱۳۹۱، تعداد ۲۳ نفر و همچنین از بین ۳۹ نفر ورودی سال ۱۳۹۰، تعداد ۲۳ نفر در مجموع ۱۷۲ نفر جهت پاسخگویی به پرسشنامه انتخاب شدند. پرسشنامه در سنجش بی حوصلگی سه عامل را از طریق ۶۵ سوال میسنجد. عامل اول خانه بود (از سوال ۱ تا ۱۸) عامل دوم دانشگاه که از سوال ۱۹ تا ۴۴ را در این مورد از پاسخگو سوال پرسیده شد. عامل سوم اجتماع، از سوال ۴۵ تا ۶۵ پرسشنامه را شامل بود. پرسشنامه فارمر و ساندبرگ استاندارد بوده و روایی و پایایی آن انجام شد. روایی به این سؤال پاسخ می دهد که ابزار اندازه گیری تا چه حد خصیصه مورد نظر را می سنجد در این تحقیق، جهت روایی، پرسشنامه ها را در اختیار ۱۵ نفر از اساتید و صاحب نظران قرار دادیم و پس از اخذ نظرات مذکور، اقدامات اصلاحی در پرسشنامه ها، صورت گرفت و پرسشنامه، نهایی شد. برای سنجش پایانی پرسشنامه ابتدا ۳۰ پرسشنامه در جامعه آماری مورد نظر توزیع و گردید و پس از وارد کردن داده ها، با استفاده از نرم افزار SPSS ضریب پایایی (آلفای کرونباخ) محاسبه گردید آلفای کرونباخ بدست آمده از پرسشنامه ۹۲ درصد بوده که نشان دهنده روایی بالای آن بود. در پایان، داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS و آزمون تحلیل واریانس یک طرفه ANOVA و آزمون t و سطح معنی داری ۰/۰۵ مورد تجزیه تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها

یافته ها نشان داد نمونه ی تحقیق برحسب جنسیت ۵۳،۸ درصد (۹۳ نفر) مرد و حدود ۴۶،۲ درصد (۸۰ نفر) آنها زن هستند. از این تعداد حدود ۸۸ درصد (۱۵۲ نفر) مجرد و حدود ۱۲/۱ درصد (۲۱ نفر) آنها متاهل هستند. هم چنین ۲۵/۴ درصد بومی و ۷۴/۶ درصد غیر بومی می باشند. فراوانی داده های نمونه برحسب محل زندگی مشاهده شد بیشترین میزان فراوانی (با فاصله اندکی از خوابگاه ها) مربوط به زندگی با خانواده بوده که ۴۵ نفر از افراد نمونه را شامل می شود (۲۶ درصد) همچنین ۲۵/۴ درصد (۴۴ نفر) در خوابگاه دولتی ۲۴/۳ درصد (۴۲ نفر) در خوابگاه خصوصی ۱۲/۷ درصد (۲۲ نفر) در خانه اجاره ای با دوستان و ۸/۷ درصد (۱۵ نفر) از دانشجویان در خانه های اجاره ای به تنهایی زندگی می کنند. در خصوص فراوانی داده ها بر حسب فعالیت

به آزمون مربوطه مشخص شد متغیر بی حوصلگی در بین افرادی که ورزش می کنند کمتر می باشد.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

عوامل	حداقل	حداکثر	جمع	میانگین	انحراف معیار
عامل خانه	۱٫۶۷	۳٫۲۸	۴۵۳٫۱۱	۲٫۶۲	۰٫۳۴۲
عامل اجتماع	۲٫۰۹	۳٫۸۲	۵۱۴٫۵۹	۳٫۰۲	۰٫۳۳۵
عامل دانشگاه	۲٫۶۰	۳٫۸۰	۵۳۴٫۰۴	۳٫۰۸	۰٫۲۹۷
بی حوصلگی	۲٫۳۳	۳٫۵۰	۴۹۴٫۹۸	۲٫۹۱۱	۰٫۲۳۷

جدول ۲: نتایج آزمون میانگین یک جامعه

متغیر	آزمون t	p	فرضیه
عامل دانشگاه	۳/۸۴۰	$P > ۰/۰۰۱$	تایید
عامل اجتماع	۱/۰۵۱	$P = ۰/۲۹۵$	عدم تایید
عامل خانه	-۱۴/۶۴	$P > ۰/۰۰۱$	تایید
جنسیت	۱/۶۵۱	$P = ۰/۱۰۱$	عدم تایید
بومی بودن	۱/۲۶۶	$P = ۰/۲۵۰$	عدم تایید
وضعیت تاهل	۱/۱۵۴	$P = ۰/۲۴۲$	عدم تایید
شاغل بودن	۰/۳۸۱	$P = ۰/۵۳۸$	عدم تایید
محل زندگی	۶/۳۸۶	$P > ۰/۰۰۱$	تایید
فعالیت اجتماعی	۱/۳۸۱	$P = ۰/۵۳۸$	عدم تایید

جدول ۳: آزمون مقایسه میانگین دو جامعه

عامل مورد سنجش		آزمون لوین جهت برابری واریانس ها		آزمون t-test جهت برابری میانگین ها			
F	Sig.	t	df	Sig	اختلاف میانگین	خطای معیار میانگین	فاصله اطمینان ۹۵٪ تفاضل دو گروه
							پایین بالا
جنسیت							
۷/۵۷۵	۰/۰۰۷	۱/۶۵۱	۱۶۸	۰/۱۰۱	۰/۰۶۰۰۵	۰/۰۳۶۳۷	-۰/۰۱۱۷۵
بومی بودن							
۲/۴۵۹	۰/۱۱۹	۱/۱۵۴	۱۶۸	۰/۲۵۰	۰/۰۴۹۱۶	۰/۰۴۲۶۱	-۰/۰۳۴۹۶
وضعیت تاهل							
۸/۲۵۴	۰/۰۰۵	-۱/۴۸۱	۱۶۸	۰/۱۴۱	-۰/۰۸۱۸۳	۰/۰۵۵۲۶	-۰/۱۹۰۹۳
شاغل بودن							
۶/۸۹۳	۰/۰۰۹	-۰/۶۱۷	۱۶۸	۰/۵۳۸	-۰/۰۶۱۱۳	۰/۰۹۹۰۷	-۰/۲۵۶۷۱

بحث

نتایج مطالعه ما نشان داد که بین وضعیت بی حوصلگی و عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی ارتباط معنا داری وجود دارد. هم چنین در مطالعه ما مشخص شده که بین وضعیت بی حوصلگی و عامل

اجتماع، عامل جنسیت، عامل بومی بودن، عامل وضعیت تاهل، عامل شاغل بودن و عامل فعالیت فیزیکی ارتباط معنا داری وجود ندارد. مقایسه عوامل پیش بینی کننده ی بی حوصلگی در دانشجویان

ارائه کردند که اثر عوامل مختلف را روی عامل خستگی مورد آزمایش قرار دادند [۲۵]. جامعه آماری ما ۹۷۶ از دانشجویان (۵۱ درصد زن و بقیه مرد) انجام پذیرفت سپس سه گروه متفاوت از طریق تحلیل عاملی شناسایی شد. بین این سه گروه فراوانی تجربه بی حوصلگی را بررسی نمودند در گام سوم روی تمایز این سه گروه متمرکز می شوند (فراوانی بی حوصلگی، دستاوردهای دانشگاهی و دیگر جنبه های شناختی، انگیزشی آنها). نتایج نشان می دهد هر چه الگوهای ذهنی مثبت تری نسبت به این عوامل وجود داشته باشد عامل بی حوصلگی کمتر تجربه می شود [۱۱]. این در حالی است که در مطالعه ما مشخص شد که الگوهای ذهنی مثبت ریشه در وضعیت تاهل، عامل شاغل بودن و عامل فعالیت فیزیکی ندارد. چرا که این عوامل ارتباطی با بیحوصلگی افراد نداشتند. بنابراین از آنجایی که عامل بی حوصلگی ریشه در عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی دارد، باید به دنبال الگوهای مثبت در این سه متغیر باشیم تا سبب کاهش بیحوصلگی در دانشجویان شویم [۱۹].

نتیجه گیری

به طور کلی با توجه نقش بی حوصلگی در تعاملات اجتماعی، بزهکاری جوانان و دانشجویان، پیشرفت تحصیلی، اعتیاد و نقش کلیدی آن در اختلالات روان شناختی، لازم است ضمن شناخت عوامل موثر بر آن برنامه هایی به منظور پیشگیری از بی حوصلگی در نوجوانان اجرا کنیم. در این بین با توجه به ارتباط بی حوصلگی با عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی و عدم ارتباط آن با عامل اجتماع، عامل جنسیت، عامل بومی بودن، عامل وضعیت تاهل، عامل شاغل بودن و عامل فعالیت فیزیکی لازم است برنامه هایی صورت دهیم تا با آموزش و برگزاری کلاسهای در جهت افزایش الگوهای مثبت در سه متغیر عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی، سبب کاهش نمره بی حوصلگی در دانشجویان بشویم. از جمله این برنامه های آموزشی آموزش به اساتید در جهت استفاده از روشهای عملی، روشهای متفاوت تدریس از جمله آموزش در مکانهای دیگر غیر از دانشگاه به صورت اردو، و آموزش به والدین در خصوص کاهش فشارهای خود در خانه بر جوانان و افزایش تفریح بیشتر در خانه سبب کاهش بی حوصلگی دانشجویان شویم.

محدودیت ها

در مطالعه حاضر نیز به نوبه خود از یکسری محدودیت ها در امان نبوده ایم. از جمله می توان به زیاد بودن تعداد سئوالات پرسش نامه ها اشاره کرد که گاهی باعث خستگی و عدم جواب درست دانشجویان می شد؛ هم چنین پیدا کردن منابع بروز و نوین که در جهت تدوین این پایان نامه مورد نیاز بوده است

پیشنهادهات

- ۱- بررسی منظم علائم و نشانه های مثبت و غربالگری دانشجویان جهت شناسایی سریع و به موقع افراد در معرض بی حوصلگی شدید و ارائه خدمات مشاوره.
- ۲- برگزاری جلسات و ارائه اطلاعات به اساتید و خانواده ها جهت معرفی بیحوصلگی دانشجویان و متغیرهای کاهش دهنده ریسک بیحوصلگی

دانشگاههای علوم پزشکی و ازاد اسلامی اراک (۱۳۹۵) نوشته شده توسط بهمن صالحی، شیرین مرادی و... نشان داد یکسری عوامل پیش بینی کننده بی حوصلگی (عوامل خانه، اجتماع، دانشگاه...) بر دانشجویان تاثیر دارد. که در نهایت نشان داده است عامل دانشگاه بالاترین میانگین را در بین جامعه آماری دارد و هم چنین هر سه عامل به طور معنی داری بی حوصلگی دانشجویان را پیش بینی کرد [۱۸]. که نتایج مطالعه مذکور کاملاً همسو با یافته های مطالعه ما بود. در مطالعه ما نیز مشخص شد که بین وضعیت بی حوصلگی و عامل دانشگاه، عامل خانه و عامل محل زندگی ارتباط معنا داری وجود دارد. لیا دانلیز و همکارانش در سال ۲۰۱۴ نشان داده است که خستگی مانع عملکرد تحصیلی دانش آموزان می شود اهداف این مطالعه دو قسمت است [۱۹]. ابتدا بررسی کرد استراتژی دانش آموزان را در مقابله با خستگی با استفاده از رویکرد تحلیلی داده محور دوم، بررسی کرد چگونه پروفایل های مختلف مقابله با علل خاص از خستگی با استفاده از رویکرد تحلیلی داده محور شناسایی می شود. نتایج این یافته ها برای مربیان و دانش آموزان نشان داد که هر چه سطح تحصیلات بالاتر رود اثر خستگی بر روی دانش آموزان بیشتر می باشد [۱۹] بنابراین با توجه به مطالعه ما و مطالعه مذکور اینطور برآورد میشود که آموزش و برگزاری کلاسهای در جهت افزایش الگوهای مثبت در عامل تحصیلات، میتواند سبب کاهش نمره بی حوصلگی در دانشجویان شود.

یکی از پیش بینی کننده های مهم بی حوصلگی در این پژوهش عوامل خانه بود. شاخص های مرتبط در این عامل شامل سختگیری و گیر دادن والدین، مشاجره یا جر و بحث والدین، نداشتن کاری برای انجام دادن و نداشتن وسیله ای برای سرگرمی بود [۱۴]. در ادبیات مرتبط با بی حوصلگی یکی از مولفه های اصلی ایجاد کننده بی حوصلگی نداشتن کاری برای انجام دادن است [۲۰]. در ارتباط با سختگیری والدین نیز می توان گفت که این یافته بنا به نقل اوکلیر کوزارین با نظریه کنترل قدرت هاگن و همکاران مطابقت دارد [۲۱]. بر اساس این نظریه رفتارهای نامناسب جوانان با روابط خانوادگی مرتبط شده و بر اساس جایگاه والدین در به کارگیری اجبار (سختگیری) متفاوت می شود [۱۷]. طبق دیدگاه کنترل اجتماعی، بی حوصلگی واکنشی به کنترل بیرونی از قبیل تاثیرات والدین و دیگر بزرگسالان است [۲۲]. این نوع بی حوصلگی در موقعیتهایی رخ می دهد که نوجوان و یا جوان قادر نیست مستقل بودن را تجربه کند. به همین شکل نیز قادر نیست خود را از این موقعیت ها رها سازد [۲۳]. بر طبق نظریه های کنترل اجتماعی و مقاومت، بی حوصلگی ممکن است از معیارهای ارتباطی که در فرهنگ رایج جوانان وجود دارد ناشی شود [۲۴]. در قیاس با کشورهای غربی، جوانان دختر در ایران به خاطر شرایط شرعی و فرهنگی اجتماعی نسبت به پسران آزادی عمل کمتری داشته اند [۲۵] و اجتماع سختگیری های بیشتری برای آنان قایل شده است، بنا بر این طبیعی است که میزان بی حوصلگی آنان در خانه به مراتب بیشتر از محیط بیرون و مدرسه باشد. [۲۶]؛ اما در مطالعه ما از آنجایی که نیمی از جمعیت مورد مطالعه ما دختر بودند با این حال تفاوتی در بی حوصلگی در بین دو جنس دیده نشد.

هم چنین نتایج نشان بین وضعیت بی حوصلگی و عامل مرتبط با وضعیت تاهل، شاغل بودن و فعالیت فیزیکی دانشجویان ارتباطی وجود ندارد. در این راستا، اوریک نت و همکارانش در سال ۲۰۱۰ تحقیقی

سیاسگزاری

از همکاری مسئولین دانشگاه علوم پزشکی قم و تمامی دانشجویانی که در این پژوهش شرکت کردند، کمال تشکر و قدردانی را دارند.

تعارض منافع / منابع مالی

تعارض منفعی بین نویسندگان مقاله وجود ندارد. و پژوهش حاضر صرفاً با هزینه های شخصی نویسندگان تهیه شده است.

۳- ارایه حمایت های اجتماعی و اقتصادی لازم از مراکز آموزشی در جهت ایجاد محیطی نشاط آور برای دانشجویان در جهت کاهش بی حوصلگی در جوانان.

۴- با توجه به تعداد اندک مطالعات انجام شده، انجام مطالعات مشابه با حجم نمونه بیشتر پیشنهاد می شود

۵- انجام مطالعه ایی مروری و سیستماتیک در راستای اهداف مطالعه حاضر

۶- انجام مطالعه ایی مداخله ایی در خصوص تغییر شرایطیهای دانشگاهی و خانوادگی و تاثیر آن بر بیحوصلگی دانشجویان

References

- Farhadi A, Pouretemad H, Asgari A, Khoahabi K. [Predictors of boredom in teenagers]. *Fundam Ment Health*. 2011;13(1):94-104.
- Salehi B, Moradi S, Ebrahimi S, Rafiei M. [Comparison of Predictors of Boredom in Students of Arak University of Medical Sciences and Islamic Azad University]. *J Arak Univ Med Sci* 2016;19(4):31-41.
- Seyf A. [Learning Psychology]. Tehran 2010.
- Melton AM, Schulenberg SE. On the relationship between meaning in life and boredom proneness: examining a logotherapy postulate. *Psychol Rep*. 2007;101(3 Pt 2):1016-22. doi: 10.2466/pr0.101.4.1016-1022 pmid: 18361113
- Farmer R, Sundberg ND. Boredom proneness--the development and correlates of a new scale. *J Pers Assess*. 1986;50(1):4-17. doi: 10.1207/s15327752jpa5001_2 pmid: 3723312
- Todman M, Lehr E, editors. Boredom and boredom proneness in children: Implication for academic and social adjustment. *Proceeding of the 2nd International Conference on Psychology*; 2008 Athens, Greece.
- Reev J. [Understanding motivation and emotion]. 4th ed. Tehran: Virayesh; 2006.
- Vodanovich SJ, Watt JD. The Relationship Between Time Structure and Boredom Proneness: An Investigation Within Two Cultures. *J Soc Psychol* 1999;139(2):143-52. doi: 10.1080/00224549909598368
- Fahlman SA, Mercer KB, Gaskovski P, Eastwood AE, Eastwood JD. Does a Lack of Life Meaning Cause Boredom? Results from Psychometric, Longitudinal, and Experimental Analyses. *J Soc Clin Psychol* 2009;28(3):307-40. doi: 10.1521/jscp.2009.28.3.307
- Nett UE, Goetz T, Daniels LM. What to do when feeling bored?: Students' strategies for coping with boredom. *Learn Individ Differ*. 2010;20(6):626-38.
- Daniels LM, Tze VM, Goetz T. Examining boredom: Different causes for different coping profiles. *Learn Individ Differ*. 2015;37:255-61.
- Johnston LD, O'Malley PM. Why Do the Nation's Students Use Drugs and Alcohol? Self-Reported Reasons from Nine National Surveys. *J Drug Issues*. 1986;16(1):29-66. doi: 10.1177/002204268601600103
- Mikulas WL, Vodanovich SJ. The essence of boredom. *Psychol Record*. 1993;43(1):3.
- Watt JD, Vodanovich SJ. Boredom proneness and psychosocial development. *J Psychol*. 1999;133(3):303-14. doi: 10.1080/00223989909599743 pmid: 10319449
- Sundberg N, Laktin C, Farmer R, Soud J, editors. Boredom in young adult: Gender and culture comparisons. *Proceeding of the 46th Annual International Council of Psychologist*; 1988.
- Larson RW, Richards MH. Boredom in the Middle School Years: Blaming Schools versus Blaming Students. *Am J Educ*. 1991;99(4):418-43. doi: 10.1086/443992
- Tolor A. Boredom as related to alienation, assertiveness, internal-external expectancy, and sleep patterns. *J Clin Psychol*. 1989;45(2):260-5. doi: 10.1002/1097-4679(198903)45:2<260::aid-jclp2270450213>3.0.co;2-g
- Farrell E, Peguero G, Lindsey R, White R. Giving voice to high school students: Pressure and boredom, ya know what I'm sayin'? *Am Educ Res J*. 1988;25(4):489-502.
- Mann S, Robinson A. Boredom in the lecture theatre: an investigation into the contributors, moderators and outcomes of boredom amongst university students. *Br Educ Res J* 2009;35(2):243-58. doi: 10.1080/01411920802042911
- Barbalet JM. Boredom and social meaning. *Br J Sociol*. 1999;50(4):631-46. doi: 10.1111/j.1468-4446.1999.00631.x
- Horowitz T, Tobaly D. School vandalism: individual and social context. *Adolescence*. 2003;38(149):131-9. pmid: 12803458
- Jervis LL, Spicer P, Manson SM. Boredom, "Trouble," and the Realities of Postcolonial Reservation Life. *Ethos*. 2003;31(1):38-58. doi: 10.1525/eth.2003.31.1.38
- Okulicz-Kozaryn K, editor. Gender differences in adolescents problem behaviors from the power-control theory perspective. *Proceeding of the 2nd International Conference on Psychology*; 2008; Athens, Greece.
- Caldwell LL, Darling N, Payne LL, Dowdy B. "Why are You Bored?": An Examination of Psychological and Social Control Causes of Boredom Among Adolescents. *J Leis Res*. 2017;31(2):103-21. doi: 10.1080/00222216.1999.11949853
- Shaw SM, Caldwell LL, Kleiber DA. Boredom, Stress and Social Control in the Daily Activities of Adolescents. *J Leis Res*. 2017;28(4):274-92. doi: 10.1080/00222216.1996.11949776
- Leary MR, Rogers PA, Canfield RW, Coe C. Boredom in interpersonal encounters: Antecedents and social implications. *J Pers Soc Psychol*. 1986;51(5):968-75. doi: 10.1037/0022-3514.51.5.968