رابطه حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان جندی شاپور اهواز

حکیم سحاقی[۱]، **ژاله مریدی**[۲]

[۱] کارشناس ارشد، روانشناسی تربیتی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، [۲] کارشناس ارشد، روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بندرعباس، بندرعباس، ایران.

مجله راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی دوره دوم شماره دوم پاییز و زمستان ۹۴ صفحات ۵۳-۴۵ .

چکیده

مقدمه و هدف: یادگیری فراگیران معمولاً به وسیله عملکرد تحصیلی آن‌ها مورد سنجش قرار می‌گیرد. عوامل متعددی، عملکرد تحصیلی دانشجویان را تحت تأثیر قرار می‌دهند. برخی از این عوامل موجب بهبود عملکرد و برخی موجب تضعیف عملکرد فراگیران می‌شود. از جمله عواملی که به شکل منفی بر عملکرد تحصیلی اثرگذار بوده، فرسودگی تحصیلی است. هدف از پژوهش حاضر، تعیین رابطه حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی بود. پژوهش از نوع همبستگی می‌باشد.

روش‌ها: جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز بودند که از بین آن‌ها ۲۵۶ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های حمایت اجتماعی، پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری پنتریچ و دی گروت، پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو، سالانووا و شائوفلی جمع آوری و با استفاده از ضریب همبستگی به کمک نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۱۸ مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که تمامی روابط بین حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی در سطح مطلوبی معنی‌دار هستند.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های این مطالعه، که آموزش حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی در کاهش فرسودگی تحصیلی و ارتقا عملکرد تحصیلی مؤثر بوده است.

کلیدواژه‌ها: حمایت اجتماعی، یادگیری خودتنظیمی، فرسودگی تحصیلی

نویسنده مسئول:
حکیم سحاقی
دانشگاه شهیدچمران اهواز
اهواز - ایران
پست الکترونیکی:
h.sahaghi@yahoo.com

نوع مقاله: پژوهشی

دریافت مقاله: ۹۴/۳/۱۱ اصلاح نهایی: ۹۴/۴/۲۹ پذیرش مقاله: ۹۴/۵/۴

ارجاع: سحاقی حکیم، مریدی ژاله. رابطه حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان جندی شاپور اهواز. راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی. ۱۳۹۵؛ ۲(۲): ۴۵-۵۳.

مقدمه:

زندگی تحصیلی یکی از مهم‌ترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تأثیر فراوان دارد. در این میان یکی از مسائل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی هر کشور چالش‌های متعددی است که فراگیران برای دستیابی به اهداف آموزشی خود با آن‌ها مواجه می‌شوند و موجب می‌شود سطح انگیزش و عملکرد تحصیلی فراگیران دچار افت شود و اثر زیانباری روی بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها داشته باشد. وقتی که افراد وارد محیط دانشگاهی می‌شوند، به واسطه عوامل متعددی دوره‌ای پرفشار را سپری می‌کنند. به عبارتی دیگر، درحالی‌که حضور در دانشگاه برای عده‌ی کثیری از دانشجویان تجارب مثبتی به همراه دارد، برای برخی از دانشجویان، مطالب تحصیلی از قبیل آزمون‌ها، مقالات، ارائه‌ی مطلب و غیره باتجربه فرسودگی تحصیلی همراه می‌شوند.

تحقیقات نشان داده‌اند که سازه فرسودگی در هر حرفه‌ای ممکن است اتفاق افتد. اکثر تحقیقات نشان داده‌اند که فرسودگی

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

تحصیلی همان ساختار سه جزئی فرسودگی شغلی (خستگی هیجانی، بی‌علاقگی و خودکارآمدی شخصی کاهش‌یافته) را دارد (۱). علائم فرسودگی شامل: خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و افت عملکرد شخصی است (۲). فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دانشگاهی به احساس خستگی به خاطر تقاضاهای درسی، داشتن یک نگرش بدبینانه نسبت به دانشگاه و احساس بی‌کفایتی به عنوان یک دانشجو اطلاق می‌شود (۳). افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً علائمی مانند بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه‌ی حضور مستمر در کلاس‌های درس، مشارکت نکردن در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می‌کنند (٤).

یکی دیگر از متغیرهای اثرگذار بر فرسودگی تحصیلی، حمایت اجتماعی هست. منظور از حمایت اجتماعی، قابلیت و کیفیت ارتباط با دیگران است که منابعی را در مواقع مورد نیاز فراهم می‌کنند. حمایت اجتماعی یک کمک دوجانبه است که سبب ایجاد خودپنداره مثبت، خویشتن پذیری، احساس عشق و حرمت نفس می‌شود و در همه این موارد به فرد فرصت خودشکوفایی و رشد را می‌دهد. (٥). مفهوم حمایت اجتماعی به حمایت از دیدگاه ارزیابی شناختی فرد از روابطش اشاره دارد. نظریه‌پردازان این حوزه بر این باورند که تمام روابطی که فرد با دیگران دارد، حمایت اجتماعی محسوب نمی‌شود؛ مگر این که فرد آن‌ها را به عنوان یک منبع در دسترس و مناسب برای رفع نیازهایش ارزیابی کند (٦). مقیاس‌های حمایت اجتماعی ادراک شده نیز بر ارزیابی شناختی فرد از محیطش و سطح اطمینان فرد به این که در صورت لزوم کمک و حمایت در دسترس خواهد بود متمرکز هستند (۷). از دیدگاه اجتماعی، رفتار ناسازگار از ناتوانی در مقابله با فشار روانی ناشی می‌شود. در این دیدگاه، رفتار غیرانطباقی به مثابه بیماری یا مشکلی که فقط در فرد وجود دارد، انگاشته نمی‌شود بلکه حداقل تا حدی ناشی از وجود نقصی در نظام حمایت اجتماعی فرد تلقی شده است. این نظام شامل همسر، والدین، خواهران و برادران و وابستگان، دوستان، معلمان، همکاران، علمای دینی و دیگران و همین طور سازمان‌های اجتماعی و نهادهای دولتی است. روان‌شناسان اجتماعی منکر نقش پیشینهٔ زندگی یا ساخت ژنتیکی در ایجاد رفتار ناسازگار نیستند، بلکه می‌گویند این عوامل لزوماً به تنهایی چنین رفتاری را ایجاد نمی‌کنند. تحلیل تأثیر حمایت اجتماعی بر سلامتی افراد، افق‌های جامعه‌شناختی تازه‌تری را پیش روی محققان می‌گشاید. مثلاً بیمار اسکیزوفرنی ممکن است به دلایل زیادی دچار توهم شود. عوامل بیوشیمیایی، تجارب اولیهٔ آسیب زا یا روابط اجتماعی نامعمول از زمرهٔ این دلایل هستند. با این‌همه، عواملی مانند رویدادهای بسیار تنش‌زا یا از هم پاشیدن نظام حمایت اجتماعی نیز به همان اندازه می‌توانند در ایجاد رفتار اسکیزوفرنی نقش داشته باشند. بر اساس رویکرد اجتماعی باید تلاش کرد تا با اقدامات پیشگیرانه از راه مداخله در زندگی افراد پیش از وقوع رویدادهای فاجعه‌آمیز، رفتار غیرانطباقی را کاهش دهد. چنین اقداماتی گستره‌ای از برنامه‌های خاص را شامل می‌شوند از جمله اجرای برنامه‌های حمایت متقابل برای افراد تازه جدا شده، طلاق گرفته یا بیوه شده تأمین برنامه‌های تقویتی پیش دبستانی برای کودکان طبقه کم درآمد، ایجاد خانه‌های تک والدی و ایجاد مراکز نگهداری روزانه از افراد مسنی که بر حل مشکلات زندگی نیاز به مساعدت دارند (۸).

نظریه خود تنظیمی بر این اساس استوار است که دانش آموزان چگونه از نظر باورهای فراشناختی انگیزشی و رفتاری، یادگیری خود را سازمان‌دهی می‌کنند. نظریه شناختی اجتماعی (۹) برای رشد مدل یادگیری خودتنظیمی چهارچوب نظری مناسبی فراهم کرد که بر اساس آن در هر فرد عوامل زمینه‌ای و رفتارها فرصت لازم را برای کنترل یادگیری دانش‌آموز، فراهم می‌کنند (۱۰). براساس نظریه زیمرمن و پونز راهبردهای یادگیری خودتنظیمی شامل زیرمجموعه‌هایی است که عبارتند از: خودتنظیمی رفتاری، خودتنظیمی شناختی و خودتنظیمی انگیزشی (۱۱).

Pintrich و Degrooth خودکارآمدی، ارزش گذاری درونی و اضطراب امتحان را به عنوان باورهای انگیزشی در نظر گرفتند و راهبردهای شناختی، فراشناختی و تلاش و تدبیر دانش آموزان را تحت عنوان یادگیری خودتنظیمی معرفی کردند. منظور از خود نظم‌دهی این است که دانش‌آموزان، مهارت‌هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرآیندهای یادگیری خود دارند و تمایل دارند یاد بگیرند، کل فرآیند یادگیری را ارزیابی کنند و به

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

آنها بیاندیشند. به علاوه، برخی تحقیقات از وجود رابطه بین فرسودگی تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی خبر داده‌اند (۱۲).

Altunsoy و همکاران خود کارآمدی تحصیلی را از مفاهیم مرتبط با خودکارآمدی می‌دانند، که به باور فرد راجع به توانایی رسیدن به سطح معینی از تکلیف اشاره دارد. تحقیقات در مورد خودکارآمدی به شدت بر اثرات منفی کمبود این متغیر در ایجاد فرسودگی تحصیلی تأکید داشته‌اند (۱۳). Mccarthy و همکاران در تحقیقی روی دانشجویان به این نتیجه رسیدند که یک رابطه منفی بین فرسودگی تحصیلی و خودکارآمدی وجود دارد (۱٤). نعامی در پژوهشی که در مورد تعیین رابطه بیم کیفیت تجارب یادگیری با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان کارشناسی ارشد چمران اهواز انجام داد، به این نتیجه دست یافت که روابط منفی معنی‌داری بین حیطه‌های کیفیت تجارب یادگیری با ابعاد فرسودگی تحصیلی وجود دارد (۱۵). علاوه براین، Maslach وJackson بیان کرده‌اند که متغیرهای بیرونی مانند حمایت اجتماعی می‌توانند بر فرسودگی شغلی تأثیر بگذارند. به عبارت دیگر، کارمندانی که از طرف سرپرست، کارفرما، همکاران و خانواده به طور منظم حمایت می‌شوند نسبت به کارمندانی که از چنین حمایتی بهره‌مند نمی‌شوند فرسودگی شغلی کمتری را تجربه می‌کنند (۱٦).

دستا در پژوهشی که در رابطه با یادگیری خودتنظیمی و عملکرد تحصیلی انجام دادند، به این نتیجه رسیدند که بین یادگیری خودتنظیمی و عملکرد تحصیلی همبستگی مثبت وجود دارد (۱۷). همچنین Zimmerman و Martinez در تحقیق خود دریافتند که توانایی خودنظم‌دهی باعث پیش‌بینی خودکارآمدی در دست یابی به اهداف تحصیلی، استانداردهای خودارزیابی و همچنین نمرات درسی پایان دوره تحصیلی می‌شود (۱۸). از سوی دیگر، Salmela-Aro و Tynkkynen در تحقیق خود در مورد فرسودگی تحصیلی به این نتیجه رسیدند که بین جو منفی حاکم بر دانشکده و فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد و انگیزش مثبت دریافت شده از سوی اساتید و حمایت از طرف اعضای دانشکده با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد (۱۹). ترابی بین حمایت اجتماعی و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان دانشگاه پیام نور ابرکوه رابطه‌ی معنی‌داری را گزارش کرده است (۲۰).. نتایج پژوهش بدری گرگری و همکاران نشان داد فرسودگی مربوط به مدرسه (خستگی هیجانی، بدبینی و کارآیی پایین) دانش‌آموزان خوشه "انگیزش چندگانه" و خوشه "تبحرگرا-عملکردگرا" کمتر از سایر خوشه‌ها است (۲۱). دانش‌آموزانی که دارای انگیزش چندگانه هستند؛ اهداف، انتظارات و ارزش‌های متعددی دارند که موجب انگیزش آنها برای احساس کارآیی و علاقه‌ی بیشتر به فعالیت‌های تحصیلی می‌شود. پژوهش امینی مقایسه اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و آموزش مهارت حل مسئله بر فرسودگی تحصیلی، خودکارآمدی عمومی و انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان پسر اهمال مدارس متوسطه شهرستان اشنویه در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ بود (۲۲). با توجه به این که حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی افراد می‌تواند با رفتار آنها ارتباط داشته باشد، ضرورت پژوهش در زمینه فرسودگی تحصیلی بیشتر نمایان می‌شود. همچنین انجام تحقیقات اندک در این زمینه به ویژه در کشور وجود داشته، در ضمن یافته‌های پراکنده در انجام این پژوهش ضرورتی مهم برای انجام پژوهش بیشتر در این زمینه را فراهم کرده است. مطالعه‌ی حاضر در صدد تعیین رابطه‌ی دو پیش‌بین مهم فرسودگی تحصیلی دانشجویان است که با کنترل اثربخش و برنامه‌ریزی مؤثر در راستای تنظیم وضعیت این متغیرهای پیش بین، امید است که شرایط تحصیلی دانشجویان بهبود یابد. بنابراین اهداف مطالعه‌ی حاضر به قرار زیر می‌باشد:

۱- تعیین رابطه‌ی حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان.

۲- تعیین رابطه‌ی یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان.

روش‌ها:

این پژوهش از نظر ماهیت و روش توصیفی-همبستگی می باشد. تحقیق همبستگی (Correlation) که خود زیرمجموعه تحقیقات توصیفی (غیرآزمایشی) است، با این هدف انجام می‌شود که رابطه میان متغیرها (Variables) را نشان دهد. در تفسیر نتایج تحقیقات همبستگی باید به این نکته توجه داشت که همبستگی بین دو یا چند متغیر ضرورتاً و الزاماً به معنی رابطه علت و معلولی بین آنها نیست و غالباً عوامل دیگری نیز وجود

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

دارند که بر هر دو متغیر مستقل و وابسته تأثیر می‌گذارند. یک رابطه همبستگی بین متغیرها فقط این مطلب را بیان می‌کند که تغییر در یک متغیر موجب تغییر در متغیر دیگری می‌شود. تحقیقات همبستگی معمولاً رویکردی مقدماتی برای مطالعه روابط علت و معلولی است. جامعه تحقیق شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۵-۹٤ در دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز می‌باشد که ۲٥٦ نفر از آنان بر اساس جدول کرجسی-مورگان به عنوان حجم نمونه (در مواردی که واریانس جامعه یا درصد خطا را در اختیار نداشته باشیم و حجم جامعه مشخص باشد، می‌توانیم از جدول کرجسی-مورگان برای برآورد حجم نمونه استفاده نماییم. این جدول حداکثر تعداد نمونه را می‌دهد و چنانچه با فرمول تعیین حجم نمونه کوکران محاسبه کنید، معمولاً تعداد نمونه کمتری بدست خواهد آمد) محاسبه گردید. با این توضیح که در مرحلـه اول، نمونه‌گیری به صورت طبقه‌ای انجام گرفته است (نیمی مرد و نیمی زن). در مرحله دوم نمونه‌گیری، دانشجویان دانشکده‌های پیراپزشکی، بهداشت، پزشکی، پرستاری و مامایی (به عنوان خوشه) انتخاب گردیدند. در مرحله سوم آزمودنی‌ها به صورت تصادفی ساده (ده کلاس از بین کلاس‌های مختلف دانشکده) در نمونه انتخاب شدند. اخلاق پژوهش در این مطالعه کاملاً رعایت گردید. به گونه‌ای که به مشارکت کنندگان در زمینه‌ی محرمانه ماندن اطلاعات، اطمینان خاطر داده شد و آن‌ها با رضایت کامل، پرسشنامه‌ها را در محیطی آرام و بدون ذکر نام تکمیل کردند. جمع‌آوری داده‌ها در این مطالعه از طریق مقیاس چند حمایت اجتماعی، یادگیری خودتنظیمی و فرسودگی تحصیلی انجام شد.

پرسشنامه حمایت اجتماعی: این پرسشنامه را زیمن همکارانش در سال ۱۹۸۸ به منظور سنجش حمایت اجتماعی از طرف خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی فرد تهیه کرده‌اند. این مقیاس ۱۲ گویه دارد و پاسخگو نظر خود را در یک مقیاس ۷ گزینه‌ای از نمره یک برای کاملاً مخالفم تا هفت برای کاملاً موافقم مشخص می‌کند (۷،۲۳). Edwards و همکارانش در سال ۲۰۰۸، پایایی درونی این ابزار را در یک نمونه ۷۸۸ نفری از جوانان دبیرستان با استفاده از آلفای کرونباخ، ۹۰ تا ۸٦ درصد برای خرده مقیاس‌های این ابزار و ۸٦ درصد برای کل ابزار گزارش نموده‌اند (۲٤). سلیمی و همکارانش، ضریب آلفای کرونباخ سه بعد حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی را به ترتیب ۸۹ درصد، ۸٦ درصد و ۸۲ درصد ذکر نموده‌اند (۲٥). همچنین در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۹ می باشد.

پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط Pintrich و Degrooth ساخته شده و در سال ۱۳۷٦ بوسیله موسوی نژاد ترجمه شد.

پرسشنامه مذکور شامل ۲ مقیاس راهبردهای یادگیری (راهبردهای شناختی سطح بالا، راهبردهای شناختی سطح پایین و خودتنظیمی) و باورهای انگیزشی (خودکارآمدی، ارزش‌گذاری درونی و اضطراب امتحان) و دارای ٤۷ گویه است که در مقیاس پنج طیفی لیکرت ارائه شده است. Pintrich و Degrooth به روش تحلیل عوامل در این پرسشنامه ٥ عامل راهبردهای انگیزشی برای یادگیری مشخص کرده، پایایی آن را مورد محاسبه قرار داده‌اند؛ به طوری که مقیاس خودکارآمدی (۰/۸۳)، ارزش‌گذاری درونی (۰/۸۷)، اضطراب امتحان (۰/۷٥)، استفاده از راهبردهای شناختی (۰/۸۳) و خودتنظیمی (۰/۷٤) بوده است (۱۲).

در پژوهش حاضر، ضریب پایایی برای پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد.

پرسشنامه فرسودگی تحصیلی: این مقیاس توسط Bresco و همکاران ساخته شد. این پرسشنامه سه حیطه‌ی فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه مذکور ۱٥ ماده دارد که با روش درجه‌بندی لیکرت ٥ درجه‌ای کاملاً مخالف تا کاملاً موافق توسط آزمودنی‌ها درجه‌بندی شده است.

خستگی تحصیلی ٥ ماده همچون ماده‌ی شماره ۱ (مطالب درسی خسته‌کننده هستند)، بی‌علاقگی تحصیلی ٤ ماده همچون ماده‌ی شماره ۲ (احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه ای ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی ٦ ماده همچون ماده‌ی شماره ۳ (احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده مشکلات درسی بربیایم). پایایی پرسشنامه‌ی فرسودگی تحصیلی را سازندگان آن به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷٥ برای سه حیطه‌ی فرسودگی

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

تحصیلی محاسبه کرده‌اند (۲۶). نعامی پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی تحصیلی (۰/۷۹)، بی‌علاقگی تحصیلی (۰/۸۲) و ناکارآمدی تحصیلی (۰/۷۵) محاسبه کرده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایایی برای پرسشنامه فرسودگی تحصیلی با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۶۹ به دست آمد (۱۵).

یافته‌ها:

این یافته‌ها جهت دست‌یابی به بینشی کلی درباره‌ی داده‌ها آورده شده‌اند و شامل میانگین، انحراف معیار، حداقل نمره، حداکثر نمره و ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش می باشند. جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره های شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر را نشان می‌دهد.

همان طور که جدول ۱ نشان می‌دهد، میانگین و (انحراف معیار) متغیرهای حمایت اجتماعی ۱۷/۲۳ (۵/۶۲)، یادگیری خودتنظیمی ۴۹/۰۷ (۱۳/۹۲) و فرسودگی تحصیلی ۳۱/۹۵ (۹/۹۸) می‌باشد

جدول ۱- یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش برای کل آزمودنی‌ها

شاخص‌های توصیفی / متغیرها	میانگین	انحراف معیار	کمترین نمره	بیشترین نمره
حمایت اجتماعی	۱۷/۲۳	۵/۶۲	۱۲	۸۴
یادگیری خودتنظیمی	۴۹/۰۷	۱۳/۹۲	۵	۲۵
فرسودگی تحصیلی	۳۱/۹۵	۹/۹۸	۱۷	۷۵

جدول ۲، یافته‌های مربوط به همبستگی بین حمایت اجتماعی، یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی را نشان می‌دهد.

بر طبق آنچه در جدول ۲ نشان داده شده است، همبستگی ساده بین متغیرهای پژوهش در سطح Pvalue <۰/۰۱ معنی‌دار است. بنابراین، فرضیه‌های پژوهش حاضر مورد تأیید واقع می‌شوند.

جدول ۲- همبستگی ساده بین حمایت اجتماعی، یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی

متغیر مستقل	همبستگی	سطح معنی‌داری
حمایت اجتماعی	-۰/۲۶۹	۰/۰۱
یادگیری خود تنظیمی	-۰/۲۹۱	۰/۰۱

* متغیر ملاک: فرسودگی تحصیلی

بحث و نتیجه‌گیری:

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان علوم پزشکی جندی شاپور اهواز بود. بر طبق مناسب‌ترین مدل به دست آمده از تحلیل رگرسیون نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی معنی‌دار دارد. این یافته با نتایج Yang (۲۷)،Toppinen و همکاران (۲۸)، Salmela-Aro و Tynkkynen (۱۹)، Bruce (۲۹) و Demerouti و همکاران (۳۰) هماهنگی دارد. در تبیین این یافته‌ها از تحقیق می‌توان گفت که حمایت اجتماعی یک متغیر مهم محیطی در تبیین فرسودگی تحصیلی فراگیران (دانش‌آموزان و دانشجویان) است. زیرا، حمایت اجتماعی تأثیری عمیق بر رفتار روزمره دانشجو می‌گذارد. اگر دانشجویی خستگی هیجانی جدی داشته باشد، از لحاظ هیجانی خسته، تحریک‌پذیر و ناامید خواهد شد و عملکرد تحصیلی نامطلوبی را از خود نشان خواهد داد.

حمایت اجتماعی انواع گوناگونی دارد که هر یک از آن‌ها می توانند در حل مشکلات فرد دریافت‌کننده حمایت، مؤثر باشند. برای مثال، اگر دانشجویی در مورد مشکلی که برای او به وجود آمده است، به تنهایی نتواند آن مشکل را حل کند، خانواده، دوستان و دیگر افراد مهم در زندگیش می‌توانند با ارائه اطلاعات صحیح و روشن مساله در تصمیم‌گیری به او کمک کنند و یا این که از لحاظ مادی و مالی به او یاری رسانند. عدم دریافت حمایت اجتماعی کافی و به موقع توسط فرد دریافت‌کننده حمایت در مواقع ضروری، می‌تواند مشکل فرد را دامن بزند و آثار منفی متعددی را مانند گوشه‌گیری، افسردگی، کاهش عزت نفس، درماندگی آموخته شده و غیره به دنبال داشته باشد (۲۷).

همچنین نتایج پژوهش نشان داد که بین یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی دارد. این فرضیه نیز مانند فرضیه قبل، مقدار R مشاهده شده آن نیز نشان‌دهنده آن بود که مدل یادگیری خودتنظیمی به خوبی می‌تواند برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی استفاده شود. این یافته با نتایج دستا (۱۷)، ترابی (۲۰)، محمدامینی (۲۲)، بردی گرگری و همکاران (۲۱) و Salmela-Aro و همکاران (٤) هم‌خوان است.

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

در تبین این یافته می‌توان گفت که زمانی که فراگیران از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی استفاده کنند نه تنها موضوعات درسی را به خوبی خواهند فهمید، بلکه در امور تحصیلی خود انگیخته و مسئولیت‌پذیر، فعال و علاقمند شده و می‌توانند از نظر تحصیلی پیشرفت قابل توجهی داشته باشند. تحقیقات نشان می‌دهند که دانش‌آموزانی که دارای انگیزه غلبه بر کار و تکلیف‌اند، از راهبردهای شناختی و فراشناختی بیشتری استفاده می‌کنند. اضطراب امتحان احساس یا حالت هیجانی ناخوشایندی است که پیامدهای رفتاری و روان‌شناختی خاصی دارد و در امتحانات رسمی و یا دیگر موقعیت‌های ارزش‌یابی تجربه می‌شود. در رابطه با اضطراب امتحان، تحقیقات بیانگر رابطه غیرخطی این عامل با عوامل خودتنظیمی یعنی تلاش و تدبیر می‌باشند. منظور از راهبردهای فراشناختی، مجموعه فرآیندهای برنامه‌ریزی، بازبینی و اصلاح فعالیت‌های شناختی است. تدابیر یادگیری، احاطه دانش‌آموز بر تکالیف دشوار و میزان پافشاری وی در انجام آن‌هاست. طبق نظریه یادگیری خودتنظیمی، فرآیندهای فراشناختی، تلاش و تدبیر دانش‌آموزان، خودتنظیمی را تشکیل می‌دهند. منظور از خودتنظیمی این است که دانش‌آموزان مهارت‌هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرآیند یادگیری خود دارند و تمایل دارند یاد بگیرند، کل فرآیند یادگیری را ارزیابی کنند و به آن بیندیشند. که این به نوبه خود باعث کاهش فرسودگی تحصیلی در دانشجویان می‌شود.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر این بود که تنها ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش پرسشنامه بود که جنبه خودگزارشی دارد. علاوه بر این، به منظور تأیید مقیاس‌های خودگزارشی از مشاهد رفتاری و دیگر شاخص‌های بالینی استفاده نشده است و در آخر با توجه به اینکه این پژوهش روی دانشجویان علوم پزشکی انجام شده است. لذا تعمیم آن به دانش آموزان امکان‌پذیر نمی‌باشد. پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آتی به طور همزمان از چند روش آزمون دیگر (نظیر مصاحبه‌ی بالینی، آزمون عملی) و استفاده از جمعیت‌ها و سنین مختلف جهت تکمیل اطلاعات استفاده شود. نتایج این پژوهش هم در حوزه نظری و هم کاربردی قابل توجه است. در حوزه نظری می‌توان از حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی به عنوان متغیر پیش بین برای موفقیت تحصیلی، احساس صلاحیت و کارامدی استفاده کرد و از آنجا که حمایت اجتماعی عامل اثرگذار بر فرسودگی تحصیلی و اثرپذیر از ادراک محیط یادگیری است، بنابراین با یاددهنده و دانشجو و محیط دانشگاه پیوند ناگسستنی دارد. لذا آموزش این سازه می‌تواند برای استادان و دانشجویان سودمند باشد.

سپاسگزاری:

بدینوسیله از تمامی همکاران و دانشجویانی که ما را در انجام این پژوهش یاری کرده‌اند، تشکر می‌نمایم.

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

References

1. Moneta G .Need for Achievement, Burnout, and Intention to Leave: Testing an Occupational Model in Educational Settings. Personality and Invidual Differenes 2011; 50(2):274-8.
2. Wattsa J, Robertsona N. Burnout in University Teachingstaff: A Systematic Literature Review. Educational Research 2011; 53(1): 33–50.
3. Schaufeli W, Pinto A, Bakker A. Job Demand, Job Resources and their Relationship with Burnout and Engagement: A Multisample Study. Journal of Organizational Behavior 2009; 25: 293 -315.
4. Salmela-Aro K, Savolainen H, Holopainen L. Depressive Symptoms and School Burnout during Adolescence. Journal of Yoyth and Adolescence 2008; 6:34-45.
5. Behroozy N, Sheni M, Pourseyed M. The Relationship between Perfectionism, Perceived Stress and Social Support, Academic Burnout. Journal of Culture Strategy 2012; 20:84-102. [In Persian]
6. Clara IP, Cox BJ, Enns MW, Murray LT, Torgruudic LJ. Confirmatory Factor Analysis of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Clinically Distressed and Student Sample. Journal of Personality Assessment 2003; 81(3):265-70.
7. Bruwer B, Emsley R, Kidd M, Lochner C, Seedat S. Psychometric Properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Youth. Comprehensive Psychiatry 2008; 49:195-201.
8. Rostami S, Ahmadnia SH. The Contribution of the Components of Perceived Social Support in Predicting Social Adjustment of Female High School Students Javanrood. Journal of Social Research 2012; 4(11):129-47. [In Persian]
9. Bandura A. Self efficacy in ChangingS. New York: Cambridge University press: 1995.
10. Nikos M, Georg Ph. Student's Motivational Belifes, Self-regulaions Trategies Use, and Mathematics Achievement. Group for the Psychology of Mathematics Education 2005; 3:321-8.
11. Zang R, Gan Rigun C. Heining Prefectionism, Academic Burnout and Engagement among Chine Secollege Students: a Structural Equation Modeling Analysis. Personality & Invidual Differences 2007; 43:1529-42.
12. Pintrich P, Degrooth E. Motivational and Self-regulated Learning Components of Classroom Academic Performance. Journal of Self-regulated Learning Educational Psychology 1992; 82(1):33-42.
13. Altunsoy S, Çimen O, Ekici G, Derya Atik A, Ahmet A. An Assessment of the Factors that Influence Biology Teacher Candidates Levels of Academic Self-efficacy. Procedia Social and Behavioral Sciences 2010; 2: 2377–82.
14. Mccarthy M, Pretty G, Catano V. Psychological Sense of Community and Students Burnout. Journal of College Student Development 2009; 31:211-6.
15. Naami A. The Relationship between the Quality of Learning Experiences and Academic Burnout Graduate Students Shahid Chamran. Journal of Psychological Studies 2009; 5(3):117-34. [In Persian]
16. Maslach C, Jackson SE. The Measurement of the Experienced Burnout. Journal of Occupational Behavior 1981; 2:99-113.
17. Dasta M. The Objectives of Performance and Self-regulated Learning in Performance of Problems and Performance of Mathematics of Students of First Grade of High School of Yazd City. [Thesis]. Tehran: Tehran University of Teacher Education; 2010. [In Persian]
18. Zimmerman B, Martinez P. Constrat Validation of a Strategg Model of Student Self-regulated Learning. Journal of Education Psychology 1988; 80:284-90.
19. Salmela-Aro K, Tynkkynen L. Gendered Pathways in School Burnout among Adolescents. Journal of Adolescence 2012; 35: 929–39
20. Torabi z. The Relationship between Social Support and Burnout among Students. [Thesis]. Yazd: Abarkuh Payam Noor University; 2014. [In Persian]

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

21. Badri Gargari R, Mahdavi A, Zarabi M. Motivational Profiles of Students and Academic Burnout: Based on Static Analysis. Journal of Psychological Achievements 2012; 19(2):45-62. [In Persian]

22. Mohammad Amini Z. Comparison of Self-regulated Learning Strategies and Problem Solving on Academic Burnout, General Self-efficacy and Academic Motivation of Students Nonchalant. [Thesis]. Ardabil: University of Mohaghegh Ardabili; 2013. [In Persian]

23. Friedlander Laura J, Reid Graham J, Shupak N, Cribbie R. Social support, Self-esteem, and Stress as Predictors of Adjustment to University among First-year Undergraduates. Journal of College Student Development 2007; 48(3):259-74.

24. Edwards LM. Measuring Perceived Social Support in Mexican American Youth: Psychometric Properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support Hispanic. Journal of Behavioral Sciences 2004; 26 (2):187-94.

25. Salami AR, Joukar B, Nikpour R. Internet and Communication: Perceived Social Support and Loneliness as Antecedent Variable. Psychological Studies 2009; 5(3):81-102. [In Persian]

26. Bresco E, Salanova M, Schaufeli W. In Search of the Third Dimension of Burnout. Applied Psychology 2007; 56(3): 460-72.

27. Yang H. Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Programs in Taiwan's Technical-vocational Colleges. Internationnal Journal of Educational Development 2004; 24(3):283-301.

28. Toppinen-Tanner S, Ojaarvi A, Vaananen R, Kalimo P. Burn-out as a Predictor of Medically Certified Sick-Leave Absences and Their Diagnosed Causes. Behavioral Medicine 2005; 31:18-27.

29. Bruce S. Recognizing Stress and Avoiding Burnout. Currrents in Pharmacy Teaching and Learning 2009; 1(1):57-64.

30. Demerouti C, Bakker A, Nachreiner E, Schaufeil W. The Job Demands-resources Model of Burnout. Journal of Applied Psychology 2001; 86:499-512.

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]

Relationship between Social Support and Self-Regulated Learning with Academic Burnout in Students of Jondishapour University of Ahvaz

Hakim Sahaghi[1], Jaleh Moridi [2]

MA, Educational Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz[1], MA, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Bandar Abbas Branch, Bandar Abbas, Iran[2].

(Received 1 Jun, 2015 Accepted 26 Jul, 2016)

Original Article

Abstract

Introduction: Learning is usually measured by its academic performance. Many factors affect the academic performance of students. Some of these factors contribute to improved performance and some learners function is weakened. Among the factors that negatively affect academic performance would be academic burnout. The current study aimed to determine the relationship between social support and self-regulated learning with academic burnout. This is a correlative study.

Methods: The statistical population of the research included all students of Jondishapour Medical University of Ahvaz among whome were 256 students where simple random sampling mehod was used. The data were collected using Social Support Scale, motivational strategies for learning questionnaire Pintrich and DeGroot, and academic burnout questionnaire of Breso et al and analyzed through correlation coefficient, and statistical software SPSS 18.

Results: The results indicated that there was a positive significant relationship between social support and self-regulated learning with academic burnout**.**

Conclusion: According to the findings, it is concluded that social support education self-regulation strategies and improving academic performance has been effective tools in reducing burnout.

Correspondence:
H. Sahaghi.
Shahid Chamran University.
Ahvaz, Iran.
Email:
h.sahaghi@yahoo.com

Key words: Social Support, Self-Regulated Learning, Academic Burnout

Citation: Sahaghi H, Moridi J. Relationship between Social Support and Self-Regulated Learning with Academic Burnout in Students of Jondishapour University of Ahvaz. Journal of Development Strategies in Medical Education 2016; 2(2): 45-53.

[Downloaded from dsme.hums.ac.ir on 2026-10-30]