

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 ۴۵-۵۳.

چکیده

مقدمه و هدف: یادگیری فرآگیران 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 فرآگیران 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 پنطیج 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 معنی دار هستند.

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

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

کلیدواژه‌ها: حمایت اجتماعی، یادگیری خودتنظیمی، فرسودگی تحصیلی

نوع مقاله: پژوهشی

دراфт 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 جندی‌شاپور اهواز. راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی. (۲۰۲۱؛ ۱۳۹۵): ۴۵-۵۳.

داشته باشد. وقتی که افراد وارد محیط دانشگاهی می‌شوند، به واسطه عوامل متعددی دوره‌ای پرفسنار را سپری می‌کنند. به عبارتی دیگر، در حالی‌که حضور در دانشگاه برای عده‌ی کثیری از دانشجویان تجارت مثبتی به همراه دارد، برای برخی از دانشجویان، مطلب تحصیلی از قبیل آزمون‌ها، مقالات، ارائه‌ی مطلب و غیره با تجربه فرسودگی تحصیلی همراه می‌شوند. تحقیقات نشان داده‌اند که سازه فرسودگی در هر حرفة‌ای ممکن است اتفاق افتد. اکثر تحقیقات نشان داده‌اند که فرسودگی

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 فرآگیران برای دستیابی به اهداف آموزشی خود با آن‌ها مواجه می‌شوند و موجب می‌شود سطح انگیزش و عملکرد تحصیلی فرآگیران دچار افت شود و اثر زیانباری روی بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها

رفتار ناسازگار نیستند، بلکه می‌گویند این عوامل لزوماً به تنهایی چنین رفتاری را ایجاد نمی‌کنند. تحلیل تأثیر حمایت اجتماعی بر سلامتی افراد، افق‌های جامعه‌شناسختی تازه‌تری را پیش روی محققان می‌گشاید. مثلاً بیمار اسکیزوفرنی ممکن است به دلایل زیادی دچار توهمند شود. عوامل بیوشیمیایی، تجارب اولیه آسیب‌زا یا روابط اجتماعی نامعمول از زمرة این دلایل هستند. با این‌همه، عواملی مانند رویدادهای بسیار تشنزا 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 گسترده‌ای از برنامه‌های خاص را شامل می‌شوند از جمله اجرای برنامه‌های حمایت مقابل برای افراد تازه جدا شده، طلاق گرفته یا بیوه شده تأمین برنامه‌های تقویتی پیش دستانی 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 یادگیری خود تنظیمی پیش دستانی 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^(۹).

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 خود تنظیمی معرفی کردند. منظور از خود نظمدهی این است که دانش آموزان، مهارت‌هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرآیندهای یادگیری خود دارند و تعاملی دارند یاد بگیرند، کل فرآیند یادگیری را ارزیابی کنند و به

تحصیلی همان ساختار سه جزئی فرسودگی شغلی (خستگی هیجانی، بی‌علاقگی و خودکارآمدی شخصی کاهش‌یافته) را دارد^(۱۰). عالم فرسودگی شامل: خستگی هیجانی، مسخر شخصیت و افت عملکرد شخصی است^(۱۱). فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دانشگاهی به احساس خستگی به خاطر تقاضاهای درسی، داشتن یک نگرش بدینانه نسبت به دانشگاه و احساس بی‌کفايتی به عنوان یک دانشجو اطلاق می‌شود^(۱۲). افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً عالمی مانند بی‌اشتباهی 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^(۱۳).

یکی دیگر از متغیرهای اثرگذار بر فرسودگی تحصیلی، حمایت اجتماعی هست. منظور از حمایت اجتماعی، قابلیت و کیفیت ارتباط با دیگران است که متابعی را در موقع مورد نیاز فراهم می‌کنند. حمایت اجتماعی یک کمک دوچاره است که سبب ایجاد خودپنداره مثبت، خویشتن پذیری، احساس عشق و حرمت نفس می‌شود و در همه این موارد به فرد فرصت خوشکوشاگری و رشد را می‌دهد^(۱۴). مفهوم حمایت اجتماعی به حمایت از دیدگاه ارزیابی شناختی فرد از روابطش اشاره دارد. نظریه پردازان 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^(۱۵). 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 مرکز هستند^(۱۶). 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 پیشینه زندگی یا ساخت ژنتیکی در ایجاد

بدری گرگری و همکاران نشان داد فرسودگی مربوط به مدرسه (خستگی هیجانی، بدینی و کارآیی پایین) داش آموزان خوش "انگیش چندگانه" و خوش "تبحیرگرا-عملکردگرا" کمتر از سایر خوشها است (۲۱). داش آموزانی که دارای انگیش چندگانه هستند؛ اهداف، انتظارات و ارزش‌های متعددی دارند که موجب انگیش 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 انگیش تحصیلی داش آموزان پس اهمال مدارس متوسطه شهرستان اشنویه در سال تحصیلی ۹۱-۹۲ 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 داشجویان است که با کنترل اثربخش و برنامه‌ریزی مؤثر در راستای تنظیم وضعیت این متغیرهای پیش‌بین، امید است که شرایط تحصیلی داشجویان بهبود یابد. بنابراین اهداف مطالعه‌ی حاضر به قرار زیر می‌باشد:

- ۱- تعیین رابطه‌ی حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی داشجویان.
- ۲- تعیین رابطه‌ی یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی داشجویان.

روش‌ها:

این پژوهش از نظر ماهیت و روش توصیفی-همبستگی می‌باشد. 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

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 مقایمیت 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 کبود لین متغیر در ایجاد فرسودگی تحصیلی تأکید داشته‌اند (۱۳). McCarthy و همکاران در تحقیقی روی داشجویان به این نتیجه رسیدند که یک رابطه منفی بین فرسودگی تحصیلی و خودکارآمدی وجود دارد (۱۴). نعامی در پژوهشی که در مورد تعیین رابطه بین گفت تجارب یادگیری با فرسودگی تحصیلی در داشجویان 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 بر این، Jackson و میان کردند 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 (۱۶).

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، Tynkkonen و Salmela-Aro در تحقیق خود در مورد فرسودگی تحصیلی به این نتیجه رسیدند که بین جو منفی حاکم بر داشتکده و فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد و انگیش مثبت دریافت شده از سوی اساتید و حمایت از طرف اعضای داشتکده با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد (۱۹). ترابی بین حمایت اجتماعی و فرسودگی تحصیلی در داشجویان داشتگاه پیام نور ابرکوه رابطه‌ی معنی‌داری را گزارش کرده است (۲۰). نتایج پژوهش

نموده‌اند (۲۴). سلیمانی و همکارانش، ضریب آلفای کرونباخ سه بعد حمایت اجتماعی دریافت شده از سوی خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی را به ترتیب ۸۹ درصد، ۸۶ درصد و ۸۲ درصد ذکر نموده‌اند (۲۵). همچنین در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۷۹ می‌باشد.

پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری: این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط Degrooth و Pintrich ساخته شده و در سال ۱۳۷۱ 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 ۷ گویه است که در مقیاس پنج طیفی لیکرت ارائه شده است. Degrooth و Pintrich به روش تحلیل عوامل در این پرسشنامه ۵ عامل راهبردهای انگیزشی برای یادگیری مشخص کرد، پایایی آن را مورد محاسبه قرار داده‌اند؛ به طوری که مقیاس خودکارآمدی (۰/۸۳)، ارزش‌گذاری درونی (۰/۸۷)، اضطراب امتحان (۰/۷۵)، استقاده از راهبردهای شناختی (۰/۸۳) و خودتنظیمی (۰/۷۴) بوده است (۱۲).

در پژوهش حاضر، ضریب پایایی برای پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری با استقاده 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 ۱۵ ماده دارد که با روش درجه‌بندی لیکرت ۵ درجه‌ای کاملاً مخالف تا کاملاً موافق توسط آزمونی‌ها درجه‌بندی شده است. خستگی تحصیلی ۵ ماده همچون ماده‌ی شماره ۱ (مطالب درسی خسته‌کننده هستند)، بی‌علاقگی تحصیلی ۴ ماده همچون ماده‌ی شماره ۲ (احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه‌ای ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده همچون ماده‌ی شماره ۳ (احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهدہ مشکلات درسی بربیاهم). پایایی پرسشنامه‌ی فرسودگی تحصیلی را سازندگان آن به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ برای سه حیطه‌ی فرسودگی

دارند که بر هر دو متغیر مستقل ووابسته تأثیر می‌گذارند. 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 مقاماتی برای مطالعه روابط علت و معلولی است. جامعه تحقیق شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۴-۹۵ در دانشگاه علوم پزشکی جندی‌شاپور اهواز می‌باشد که ۲۵۶ نفر از آنان بر اساس جدول کرجسی-مورگان به عنوان حجم نمونه (در مواردی که واریانس جامعه یا درصد خطای در اختیار نداشته باشیم و حجم جامعه مشخص باشد، می‌توانیم از جدول کرجسی-مورگان برای برآورد حجم نمونه استقاده نماییم. این جدول حداقل 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 مرحله 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 خوشنه) انتخاب گردیدند. در مرحله سوم آزمونی‌ها 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 محترمانه مادرن اطلاعات، اطیبان خاطر داده شد و آن‌ها با رضایت کامل، پرسشنامه 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 زین 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 مخالف تا هفت برای کاملاً موافق مشخص می‌کند (۰/۷-۰/۲). Edwards و همکارانش در سال ۲۰۰۸ پایایی درونی این ابزار را در یک نمونه ۷۸۸ نفری از جوانان دیبرستان با استقاده از آلفای کرونباخ، ۰/۹۰ تا ۰/۸۶ درصد برای خردۀ مقیاس‌های این ابزار و ۰/۸۶ درصد برای کل ابزار گزارش

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 مناسبترين 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 و Toppinen (۲۷)، همکاران (۲۸)، Salmela-Aro و Bruce (۱۹)، Tynkkynen (۲۰) و Demerouti (۲۹) 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 نامید خواهد شد و عملکرد تحصیلی نامطلوبی را از خود نشان خواهد داد.

حمایت اجتماعی انواع گوناگونی دارد که هر یک از آن‌ها می‌تواند در حل مشکلات فرد دریافت‌کننده حمایت، مؤثر باشد. برای مثال، اگر دانشجویی در مورد مشکلی که برای او به وجود آمده است، به تنهایی تواند آن مشکل را حل کند، خانواده دوستان و دیگر افراد مهم در زندگیش می‌توانند با ارائه اطلاعات صحیح و روش‌نمای 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 موقع ضروری، می‌تواند مشکل فرد را دامن بزند و آثار منفی متعددی را مانند گوششگیری، افسردگی، کاهش عزت نفس، درماننگی 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 گرگی و همکاران (۲۱) و Salmela-Aro و همکاران (۴) همخوان است.

تحصیلی محاسبه کردند (۲۶). نعامی پایابی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی تحصیلی (۰/۷۹)، بی‌علاقه‌گی تحصیلی (۰/۸۲) و ناکارآمدی تحصیلی (۰/۷۵) محاسبه کرده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایابی 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 می‌باشند. جدول ۱ میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره‌های شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر را نشان می‌دهد. همان طور که جدول ۱ نشان می‌دهد، میانگین و (انحراف معیار) متغیرهای حمایت اجتماعی ۱۷/۲۳ (۰/۲۲)، 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

متغیرها	شخص‌های توصیفی	میانگین	انحراف معیار	میانگین	کمترین نمره	بیشترین نمره
حمایت اجتماعی		۱۷/۲۳	۰/۶۲	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 و ساده بین متغیرهای پژوهش در سطح $Pvalue < 0/01$ معنی‌دار است. بنابراین، فرضیه‌های پژوهش حاضر مورد تأیید واقع می‌شوند.

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

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

* متغیر ملاک: فرسودگی تحصیلی

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 داشجویان علوم پزشکی انجام شده است. لذا تعیین آن به داشتن آموzan امکان‌پذیر نمی‌باشد. پیشنهاد می‌گردد در مطالعات آتی به طور همزمان از چند روش آزمون دیگر (نتیر 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 پیش‌بین برای موفقیت تحصیلی، احساس صلاحیت و کارامدی استفاده کرد و از آنجا که حمایت اجتماعی عامل اثربخش بر فرسودگی تحصیلی و اثربخش از ادراک محیط یادگیری است، بنابراین با یادداهنده و دانشجو و محیط دانشگاه پیوند ناگسختنی دارد. لذا آموزش این سازه می‌تواند برای استدان و داشجویان سودمند باشد.

سپاسگزاری:

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

در تبیین این یافته می‌توان گفت که زمانی که فراغیران از راهبردهای یادگیری خودتنظیمی استفاده کنند نه تنها موضوعات درسی را به خوبی خواهند فهمید، بلکه در امور تحصیلی خود انگیخته و مسئولیت‌پذیر، فعل و علاقمند شده و می‌توانند از نظر تحصیلی پیشرفت قابل توجهی داشته باشند. تحقیقات شناسنی 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 ناخوشاپنی 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، بازیبینی و اصلاح فعالیت‌های شناختی است. تدبیر یادگیری، احاطه دانشآموز بر تکالیف دشوار و میزان پاکشاری یادگیری، 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 تفایل دارند یاد بگیرند، کل فرآیند یادگیری را ارزیابی کنند و به آن بیندیشند. که این به نوبه خود باعث کاهش فرسودگی تحصیلی در داشجویان می‌شود.

References

1. Moneta G .Need for Achievement, Burnout, and Intention to Leave: Testing an Occupational Model in Educational Settings. *Personality and Individual Differences* 2011; 50(2):274-8.
 2. Wattsa J, Robertson 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 Youth and Adolescence* 2008; 6:34-45.
 5. Behroozi 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 Beliefs, 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 & Individual 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]
-

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. Currents in Pharmacy Teaching and Learning 2009; 1(1):57-64.
30. Demerouti C, Bakker A, Nachreiner E, Schaufel W. The Job Demands-resources Model of Burnout. Journal of Applied Psychology 2001; 86:499-512.

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

Hakim Sahaghi¹, Jaleh Moridi²

MA, Educational Psychology, Shahid Chamran University, Ahvaz¹, MA, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Bandar Abbas Branch, Bandar Abbas, Iran².

(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 whom were 256 students where simple random sampling method 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.

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.