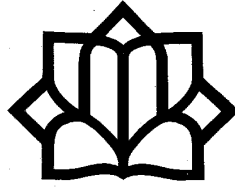


بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه کاشان

دانشکده علوم انسانی

گروه روان شناسی

### پایان نامه

جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد

رشته روان شناسی تربیتی

### عنوان:

**بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی با سلامت روان و هوش معنوی  
در دانشجویان دانشگاه کاشان (سال تحصیلی ۹۱-۱۳۹۰)**

استاد راهنما:

**دکتر محمدرضا تمنایی فر**

استاد مشاور:

**دکتر فریبرز صدیقی ارفعی**

به وسیله:

**زهرا سادات اخوان حجازی**

بهمن ۱۳۹۱



دانشگاه کاشان  
دانشکده علوم انسانی

بسم تعالی

تاریخ:  
شماره:  
پوست:

مدیریت تحصیلات تکمیلی دانشگاه  
صورتجلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

نام و نام خانوادگی دانشجو: زهرا سادات اخوان حجازی شماره دانشجویی: ۸۹۱۲۵۸۱۲۰۷  
رشته: روانشناسی تربیتی دانشکده: علوم انسانی  
عنوان پایان نامه: بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی با سلامت روان و هوش معنوی در دانشجویان  
دانشگاه کاشان (سال تحصیلی ۹۱-۹۰)  
تعداد واحد پایان نامه: ۴ تاریخ دفاع: ۱۳۹۱/۱۱/۳۰

این پایان نامه به مدیریت تحصیلات تکمیلی به منظور بخشی از فعالیتهای تحصیلی لازم برای اخذ درجه کارشناسی ارشد ارائه می گردد. دفاع از پایان نامه در تاریخ ۹۱/ ۱۱/۳۰ مورد تأیید و ارزیابی اعضای هیأت داوران قرار گرفت و با نمره ۴۰ به حروف چهل و با درجه عالی به تصویب رسید.  
اعضای هیأت داوران:

| عنوان                       | نام و نام خانوادگی      | مرتبه علمی | امضاء |
|-----------------------------|-------------------------|------------|-------|
| ۱. استاد راهنما             | دکتر محمد رضا تمنایی فر | استادیار   |       |
| ۲. استاد مشاور              | دکتر فریبرز صدیقی ارفعی | استادیار   |       |
| ۳. متخصص و صاحب نظر دانشگاه | دکتر علی یزدخواستی      | استادیار   |       |
| ۴. متخصص و صاحب نظر دانشگاه | دکتر محسن نیازی         | دانشیار    |       |
| ۵. نماینده تحصیلات تکمیلی   | دکتر طیبه حبیبی         | استادیار   |       |

مدیریت تحصیلات تکمیلی دانشگاه

آدرس: کاشان - بوارقظ راوندی

کد پستی: ۵۱۱۶۷ - ۸۲۳۱۷

تلفن: ۵۱۱۲۲۷۷ - ۵۱۱۲۲۷۷

http://www.kashanu.ac.ir

## تقدیرم به مادر و پدرم

به خاطر عشق، حمایت و صداقتشان

مادر عزیزم؛

به خاطر تمام آن اوقات که همهٔ ون نمارت به امروز مندانه در کنارم بودی

به خاطر تمام لذتی که به زندگی ام بخشیدی

به خاطر تمام عشقی که به تو دارم

به واره رساکانت خواهیم بود.

تو همانی که در گذر از این بهر یارم بودی

تو تو ازم بودی آنگاه که ناتوان بودم

خو تو تترنلی به من این را که در من بود، من دیدی

من تو را تا پایان جهان دوست خواهیم داشت.

## تقدیر:

حمد و ریاس بنی کران از خداوند متعال که باز هم همهٔ من گذشته در مشکلات یار و یاور و

همراه هم بود و بخوبی راه را بر ایام و رسید رشد قرارداد.

و ریاس من گویم و قدر من نه من:

مهربانی، تواضع، تملک‌شده و زان و ارزنده استاد فریبنده ام و آقای محمد رضا ترمنا و بنی خیرا، به خاطر

رهنه و دهنی سازنده و بنی شایان، استاد بزرگوارم آقای که ترم فریه محمد تقی از فدرا،

جلطرم مشورتی بنی شایان و اساتید محترم داور، آقای که ترم حلی و دخواستی استاد داور داخل

دکتر محمد نیازی، استاد داور و حلی داور این پایان نامه را تقابل نه و فنی پندین از

خانم دکتر کتیری که به عنوان نماینده تحصیلاتی دانشگاه قبول زحمت نه و دهنه کمال

اینان را دارم.

## چکیده

در چند سال اخیر، فرسودگی تحصیلی به علت تأثیر منفی ای که بر فرایند آموزش و یادگیری می‌گذارد مورد توجه متخصصان تعلیم و تربیت قرار گرفته است.

فرسودگی یک حالت منفی خستگی فیزیکی، هیجانی و ذهنی می‌باشد که با حس عمیق شکست از کار همراه است. فرسودگی تحصیلی توسط دانش‌آموزان و دانشجویان به صورت خستگی مزمن ناشی از کار بیش اندازه در فعالیت‌های درسی، نگرش بدبینانه و بی‌تفاوتی نسبت به کارهای مدرسه و احساس شایستگی پایین و فقدان احساس موفقیت در تکالیف بروز داده می‌شود. از اینرو، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی با سلامت روان و هوش معنوی در دانشجویان دانشگاه کاشان (سال تحصیلی ۹۱ - ۹۰) بوده است. جامعه آماری شامل دانشجویان دختر و پسر پنج دانشکده دانشگاه کاشان بود. ۴۴۷ نفر با روش نمونه‌گیری طبقه ای به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه اطلاعات جمعیت‌شناختی، پرسشنامه فرسودگی تحصیلی (برسو و همکاران، ۱۹۹۷)، پرسشنامه سلامت روان (GHQ-۲۸) و پرسشنامه هوش معنوی (عبدالله زاده و همکاران، ۱۳۸۷) استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین هوش معنوی و سلامت روان با فرسودگی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد. سلامت روان و هوش معنوی به‌طور معناداری، فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند و سلامت روان پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی‌تری برای فرسودگی تحصیلی می‌باشد.

در بررسی روابط بین سه متغیر با جنسیت، نتایج نشان داد که بین فرسودگی تحصیلی در دانشجویان دختر و پسر تفاوت معناداری وجود دارد و پسران نسبت به دختران از فرسودگی تحصیلی بیشتری رنج می‌برند. در متغیر سلامت روان بین دختران و پسران تفاوت معناداری مشاهده نشد، اما در متغیر هوش معنوی دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر هوش معنوی بالاتری داشتند.

**کلمات کلیدی:** فرسودگی تحصیلی، سلامت روان، هوش معنوی، دانشجویان

# فهرست مطالب

| عنوان  | صفحه |
|--|------|
| <b>فصل اول: کلیات پژوهش</b>                        | ۱    |
| ۱-۱- مقدمه   | ۲    |
| ۱-۲- بیان مسأله                                    | ۵    |
| ۱-۳- اهمیت و ارزش موضوع پژوهش                      | ۹    |
| ۱-۴- اهداف پژوهش                                   | ۱۱   |
| ۱-۴-۱- هدف کلی:                                    | ۱۱   |
| ۱-۴-۲- اهداف جزئی:                                 | ۱۱   |
| ۱-۵- فرضیه‌های پژوهش                               | ۱۱   |
| ۱-۶- تعریف مفاهیم و واژگان تخصصی                   | ۱۲   |
| ۱-۶-۱- تعاریف نظری                                 | ۱۲   |
| <b>فصل دوم: پیشینه پژوهش</b>                       | ۱۴   |
| ۲-۱- مقدمه   | ۱۵   |
| ۲-۲-۱- مبانی نظری پژوهش                            | ۱۷   |
| ۲-۲-۱-۱- فرسودگی تحصیلی                            | ۱۷   |
| ۲-۲-۱-۲- خاستگاه نظریه فرسودگی                     | ۱۷   |
| ۲-۲-۱-۳- مؤلفه‌های فرسودگی                         | ۲۱   |
| ۲-۲-۱-۴- علایم فرسودگی                             | ۲۹   |
| ۲-۲-۱-۵- فرسودگی شغلی                              | ۳۰   |
| ۲-۲-۱-۶- فرسودگی تحصیلی                            | ۳۳   |
| ۲-۲-۱-۶-۱- رویکردهای مختلف در زمینه فرسودگی تحصیلی | ۳۴   |
| ۲-۲-۱-۶-۲- عوامل مؤثر در فرسودگی تحصیلی            | ۳۷   |
| ۲-۲-۱-۷- سنجش فرسودگی                              | ۵۵   |
| ۲-۲-۲- سلامت روان                                  | ۵۸   |

|     |  |
|-----|--|
| ۵۸  | ۲-۲-۱- تاریخچه سلامت روان                                    |
| ۵۹  | ۲-۲-۱-۱- تاریخچه سلامت روان در ایران                         |
| ۶۰  | ۲-۲-۲- تعریف سلامت روان                                      |
| ۶۱  | ۲-۲-۱- مفهوم کلی سلامت /بیماری                               |
| ۶۵  | ۲-۲-۳- سلامت روان از نظر مکاتب روانشناختی                    |
| ۷۶  | ۲-۲-۴- اهداف بهداشت روانی                                    |
| ۷۸  | ۲-۲-۵- بهداشت روانی و عملکرد تحصیلی                          |
| ۷۹  | ۲-۲-۶- راه های ارتقای سلامت روان                             |
| ۸۱  | ۲-۲-۳- هوش معنوی   |
| ۸۱  | ۲-۲-۳-۱- تعریف و تبیین هوش                                   |
| ۸۲  | ۲-۲-۳-۲- سیر تاریخی شکل گیری مفهوم هوش معنوی                 |
| ۸۹  | ۲-۲-۳-۳- تعریف و تبیین معنویت                                |
| ۹۲  | ۲-۲-۳-۱- دیدگاه های روانشناسانه به معنویت                    |
| ۹۷  | ۲-۲-۳-۴- مفهوم هوش معنوی از دیدگاه صاحب نظران مختلف          |
| ۱۰۱ | ۲-۲-۳-۵- مقایسه هوش معنوی با هوشهای دیگر از دیدگاه های مختلف |
| ۱۰۳ | ۲-۲-۳-۶- ابعاد و مؤلفه های هوش معنوی                         |
| ۱۰۷ | ۲-۲-۳-۷- کاربردهای هوش معنوی                                 |
| ۱۰۹ | ۲-۲-۳-۸- مدل های هوش معنوی                                   |
| ۱۱۱ | ۲-۲-۳-۹- اندازه گیری هوش معنوی                               |
| ۱۱۳ | ۲-۲-۳-۱۰- تفاوت فرد دارای هوش معنوی و افراد دیگر             |
| ۱۱۶ | ۲-۲-۳-۱۱- راه های پرورش هوش معنوی                            |
| ۱۱۸ | ۲-۲-۳- مروری بر پژوهش های انجام شده در داخل و خارج کشور      |
| ۱۱۸ | ۲-۲-۳-۱- پژوهش های داخلی                                     |
| ۱۲۶ | ۲-۲-۳-۲- پژوهش های خارجی                                     |
| ۱۳۶ | <b>فصل سوم: روش پژوهش</b>                                    |
| ۱۳۷ | ۳-۱- مقدمه   |



|     |  |
|-----|--|
| ۱۳۷ | ۳-۲- جامعه آماری                             |
| ۱۳۸ | ۳-۳- نمونه آماری و روش نمونه گیری            |
| ۱۳۹ | ۳-۴- روش پژوهش                               |
| ۱۳۹ | ۳-۵- ابزار اندازه گیری                       |
| ۱۳۹ | ۳-۵-۱- پرسشنامه مشخصات عمومی                 |
| ۱۳۹ | ۳-۵-۲- پرسشنامه فرسودگی تحصیلی               |
| ۱۴۱ | ۳-۵-۳- پرسش نامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ-۲۸) |
| ۱۴۲ | ۳-۵-۴- پرسشنامه هوش معنوی (SQ)               |
| ۱۴۴ | ۳-۶- روش اجرا                                |
| ۱۴۴ | ۳-۷- شیوه ی تجزیه و تحلیل آماری              |
| ۱۴۵ | <b>فصل چهارم: تجزیه و تحلیل داده ها</b>      |
| ۱۴۶ | ۴-۱- مقدمه                                   |
| ۱۴۷ | ۴-۲- تحلیل توصیفی یافته ها                   |
| ۱۷۵ | ۴-۳- تحلیل استنباطی یافته ها                 |
| ۱۷۹ | <b>فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری</b>            |
| ۱۸۰ | ۵-۱- مقدمه                                   |
| ۱۸۰ | ۵-۲- بحث و نتیجه گیری                        |
| ۱۹۲ | ۵-۳- محدودیت های پژوهش                       |
| ۱۹۲ | ۵-۴- پیشنهادات اجرایی                        |
| ۱۹۴ | ۵-۵- پیشنهادات پژوهشی                        |
| ۱۹۵ | <b>منابع و مأخذ</b>                          |
| ۱۹۶ | فهرست منابع فارسی                            |
| ۲۰۷ | فهرست منابع انگلیسی                          |
| ۲۲۸ | <b>ضمائم</b>                                 |

## فهرست جدول‌ها

| عنوان  | صفحه |
|--|------|
| جدول ۱-۲: تعاریف هوش معنوی از دیدگاه صاحب‌نظران مختلف  | ۹۹   |
| ادامه جدول ۱-۲   | ۱۰۰  |
| جدول ۲-۲: مقایسه هوش معنوی و هوش متعارف (مک هاوک، ۲۰۰۲)  | ۱۰۲  |
| جدول ۲-۳: ابعاد هوش معنوی براساس دیدگاه زوهر و مارشال (ویگلورث، ۲۰۰۲ : ۲)  | ۱۰۴  |
| جدول شماره ۴: مدل هوش معنوی از دیدگاه سیندی ویگلزورث (ویکپدیا)   | ۱۰۹  |
| جدول ۱-۴: توزیع فراوانی و درصدی نمونه پژوهش برحسب جنسیت  | ۱۴۷  |
| جدول ۲-۴: توزیع فراوانی و درصدی نمونه پژوهش برحسب دانشکده  | ۱۴۸  |
| جدول ۳-۴: میانگین و انحراف معیار فرسودگی تحصیلی، سلامت روان و هوش معنوی در نمونه کل  | ۱۴۹  |
| جدول (۴-۴) میانگین و انحراف معیار فرسودگی تحصیلی به تفکیک جنسیت  | ۱۴۹  |
| جدول (۵-۴) میانگین و انحراف معیار متغیر سلامت روان به تفکیک جنسیت  | ۱۵۰  |
| جدول (۶-۴) میانگین و انحراف معیار متغیر هوش معنوی به تفکیک جنسیت   | ۱۵۰  |
| جدول (۷-۴) خلاصه نتایج میانگین و انحراف معیار متغیرهای فرسودگی تحصیلی، سلامت روان و هوش معنوی در نمونه کل و به تفکیک جنسیت     | ۱۵۱  |
| جدول (۸-۴) میانگین و انحراف معیار متغیرهای فرسودگی تحصیلی، سلامت روان و هوش معنوی به تفکیک دانشکده                             | ۱۵۲  |
| جدول (۹-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) در نمونه کل     | ۱۵۶  |
| جدول (۱۰-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) به تفکیک جنسیت | ۱۵۶  |

- جدول (۱۱-۴) میانگین وانحراف معیار مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی) به تفکیک دانشکده ..... ۱۵۷
- جدول (۱۲-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های سلامت روان (علایم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی، علایم افسردگی) در نمونه کل ..... ۱۵۸
- جدول (۱۳-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های سلامت روان (علایم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی، علایم افسردگی) به تفکیک جنسیت ..... ۱۵۸
- جدول (۱۴-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های سلامت روان (علایم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، کارکرد اجتماعی، علایم افسردگی) به تفکیک دانشکده ..... ۱۵۹
- جدول (۱۵-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های هوش معنوی (درک و ارتباط هستی، زندگی معنوی) در نمونه کل ..... ۱۶۰
- جدول (۱۶-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های هوش معنوی (درک و ارتباط هستی، زندگی معنوی) به تفکیک جنسیت ..... ۱۶۰
- جدول (۱۷-۴) میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های هوش معنوی (درک و ارتباط هستی، زندگی معنوی) به تفکیک دانشکده ..... ۱۶۱
- جدول (۱۸-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با سلامت روان (نمره کل) ..... ۱۶۲
- جدول (۱۹-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با مؤلفه سلامت روان (علایم جسمانی) ..... ۱۶۲
- جدول (۲۰-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با مؤلفه سلامت روان (اضطراب و اختلال خواب) ..... ۱۶۲
- جدول (۲۱-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با مؤلفه سلامت روان (کارکرد اجتماعی) .. ۱۶۳
- جدول (۲۲-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با مؤلفه سلامت روان (علایم افسردگی) .... ۱۶۳
- جدول (۲۳-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) با سلامت روان .. ۱۶۳
- جدول (۲۴-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) با سلامت روان ۱۶۴
- جدول (۲۵-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) با سلامت روان ۱۶۴
- جدول (۲۶-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم جسمانی) ..... ۱۶۴

- جدول (۲۷-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (اضطراب و اختلال خواب) ..... ۱۶۵
- جدول (۲۸-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (کارکرد اجتماعی) ..... ۱۶۵
- جدول (۲۹-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم افسردگی) ..... ۱۶۵
- جدول (۳۰-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم جسمانی) ..... ۱۶۶
- جدول (۳۱-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (اضطراب و اختلال خواب) ..... ۱۶۶
- جدول (۳۲-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (کارکرد اجتماعی) ..... ۱۶۷
- جدول (۳۳-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم افسردگی) ..... ۱۶۷
- جدول (۳۴-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم جسمانی) ..... ۱۶۷
- جدول (۳۵-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (اضطراب و اختلال خواب) ..... ۱۶۸
- جدول (۳۶-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (کارکرد اجتماعی) ..... ۱۶۸
- جدول (۳۷-۴) همبستگی مؤلفه فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه سلامت روان (علایم افسردگی) ..... ۱۶۹
- جدول (۳۸-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی و هوش معنوی در نمره کل ..... ۱۶۹
- جدول (۳۹-۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی با مؤلفه هوش معنوی (درک و ارتباط هستی) ..... ۱۶۹

- جدول (۴-۴۰) همبستگی فرسودگی تحصیلی و مؤلفه هوش معنوی (زندگی معنوی) ..... ۱۷۰
- جدول (۴-۴۱) همبستگی فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) و هوش معنوی ..... ۱۷۰
- جدول (۴-۴۲) همبستگی فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و هوش معنوی ..... ۱۷۰
- جدول (۴-۴۳) همبستگی فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و هوش معنوی ..... ۱۷۱
- جدول (۴-۴۴) همبستگی فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) با مؤلفه هوش معنوی  
(درک و ارتباط هستی) ..... ۱۷۱
- جدول (۴-۴۵) همبستگی فرسودگی تحصیلی (خستگی تحصیلی) با مؤلفه هوش معنوی  
(زندگی معنوی) ..... ۱۷۱
- جدول (۴-۴۶) همبستگی فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) با مؤلفه هوش معنوی  
(درک و ارتباط هستی) ..... ۱۷۲
- جدول (۴-۴۷) همبستگی فرسودگی تحصیلی (بی‌علاقگی تحصیلی) و مؤلفه هوش معنوی  
(زندگی معنوی) ..... ۱۷۲
- جدول (۴-۴۸) همبستگی فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه هوش معنوی  
(درک و ارتباط هستی) ..... ۱۷۳
- جدول (۴-۴۹) همبستگی فرسودگی تحصیلی (ناکارآمدی تحصیلی) و مؤلفه هوش معنوی  
(زندگی معنوی) ..... ۱۷۳
- جدول (۴-۵۰) ماتریس همبستگی فرسودگی تحصیلی، سلامت روان، هوش معنوی، و مؤلفه  
های آنها ..... ۱۷۴
- جدول (۴-۵۱) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) در متغیر فرسودگی تحصیلی در دانشجویان  
دختر و پسر ..... ۱۷۵
- جدول (۴-۵۲) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) برای مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی در  
دانشجویان دختر و پسر ..... ۱۷۵
- جدول (۴-۵۳) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) در متغیر سلامت روان در دانشجویان دختر  
و پسر ..... ۱۷۶

- جدول (۴-۵۴) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) برای مؤلفه‌های سلامت روان در دانشجویان دختر و پسر ..... ۱۷۶
- جدول (۴-۵۵) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) در متغیر هوش معنوی در دانشجویان دختر و پسر ..... ۱۷۷
- جدول (۴-۵۶) نتایج آزمون مقایسه میانگین‌ها (t) برای مؤلفه‌های هوش معنوی در دانشجویان دختر و پسر ..... ۱۷۸
- جدول (۴-۵۷) نتایج تحلیل رگرسیون فرسودگی تحصیلی با توجه به متغیر سلامت روان و هوش معنوی ..... ۱۷۸

## فهرست نمودارها

| عنوان   | صفحه |
|---|------|
| نمودار ۱-۴ فراوانی نمونه پژوهش برحسب جنسیت .....  | ۱۴۷  |
| نمودار ۲-۴ فراوانی نمونه پژوهش برحسب دانشکده .....  | ۱۴۸  |
| نمودار ۷-۴ - خلاصه نتایج میانگین متغیرهای فرسودگی تحصیلی، سلامت روان و هوش  |      |
| معنوی در نمونه کل و به تفکیک جنسیت .....  | ۱۵۱  |
| نمودار ۱-۸-۴ - میانگین نمرات دانشجویان دانشکده فنی- مهندسی، علوم انسانی، شیمی،<br>ریاضی، فیزیک و معماری و هنر در متغیر فرسودگی تحصیلی ..... | ۱۵۳  |
| نمودار ۲-۸-۴ - میانگین نمرات دانشجویان دانشکده فنی- مهندسی، علوم انسانی، شیمی،<br>ریاضی، فیزیک و معماری و هنر در متغیر سلامت روان .....     | ۱۵۴  |
| نمودار ۳-۸-۴ - میانگین نمرات دانشجویان دانشکده فنی- مهندسی، علوم انسانی، شیمی،<br>ریاضی، فیزیک و معماری و هنر در متغیر هوش معنوی .....      | ۱۵۵  |

سال اول

کلیات شوش



## ۱-۱- مقدمه

روانشناسی پرورشی<sup>۱</sup> به‌عنوان یک رشته علمی، دارای دو مأموریت اساسی می‌باشد. یکی درک و فهم یادگیرندگان و دیگری کمک به یادگیری آنها، لذا روان‌شناسان پرورشی می‌کوشند تا تمام جنبه‌های فرآیندهای آموزشی و یادگیری را بفهمند و از این دانش برای بهبود فعالیت‌های آموزش و پرورش استفاده کنند (ادانل، ریو<sup>۲</sup> و اسمیت<sup>۳</sup>، ۲۰۰۷ به نقل از سیف ۱۳۸۵).

در چند سال اخیر پدیده جدیدی که توجه روان‌شناسان پرورشی را به خود جلب کرده و تأثیر منفی‌ای بر فرآیند آموزش و یادگیری برجای گذاشته است فرسودگی تحصیلی<sup>۴</sup> نام دارد (سالمل، آرو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۸).

فرسودگی حالتی از خستگی ذهنی و هیجانی است که حاصل سندرم استرس مزمن مانند سنگینی تکالیف، فشار و محدودیت زمانی و فقدان منابع لازم بر انجام دادن وظایف و

---

<sup>۱</sup>.Educational psychology

<sup>۲</sup>.Ryff

<sup>۳</sup>.Smith

<sup>۴</sup>.Academic burnout

<sup>۵</sup>.Salmela-Aro

تکالیف محوله است (دمروتی<sup>۱</sup> و همکاران ۲۰۰۱، لی و آشنورث<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶، لاکاویدس<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۳ ماسلاچ<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۱ توپینن تانر<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۵).

همچنین فرسودگی نمایانگر شاخص نابسامانی بین آنچه افراد هستند و آنچه باید انجام بدهند است، عارضه‌ای که به تدریج و پیوسته در طی زمان رشد می‌کند، و افراد را در مارپیچی نزولی قرار می‌دهد که بهبود آن دشوار است (ماسلاچ و لیتر<sup>۶</sup>، ۱۹۷۷).

اکثر تحقیقات درباره‌ی فرسودگی با عنوان فرسودگی شغلی<sup>۷</sup> در نمونه‌های مانند فروشندگان (سند و میازکی<sup>۸</sup>، ۲۰۰۰)، معلمان (گرینگلس<sup>۹</sup> و همکاران ۲۰۰۱)، پرستاران، زلارس<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۰۰، مشاوران (روس<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۱۹۸۹). و روان‌شناسان (سندوال<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۳) صورت گرفته است (ماسلاچ و جکسون<sup>۱۳</sup>، ۱۹۸۴).

با این وجود، متغیر فرسودگی به موقعیت‌ها و بافت‌های آموزشی گسترش پیدا کرده که از آن با عنوان فرسودگی تحصیلی نام برده می‌شود. می‌توان گفت که موقعیت‌های آموزشی به عنوان محل کار فراگیران محسوب می‌شود، اگرچه فراگیران در موقعیت‌های آموزشی به عنوان کارمند، کار نمی‌کنند یا شغل خاصی در آنجا ندارند، اما از دیدگاه شناختی، فعالیت‌های آموزشی و درسی آنها را می‌توان به‌عنوان یک «کار» در نظر گرفت (سالملا، آرو و همکاران، ۲۰۰۸).

فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان دانشکده، اشاره به احساس خستگی به خاطر تقاضاها و الزامات تحصیل (خستگی)، داشتن یک حس بدبینانه و بدون علاقه به تکالیف درسی

---

<sup>۱</sup>.Demerouti  
<sup>۲</sup>.Lee & Ashforth  
<sup>۳</sup>.Lacovides  
<sup>۴</sup>.Maslach  
<sup>۵</sup>.Toppinen tanner  
<sup>۶</sup>.Leiter  
<sup>۷</sup>.Job burnout  
<sup>۸</sup>.Sand & Niyazaki  
<sup>۹</sup>.Greenglass  
<sup>۱۰</sup>.Zellars  
<sup>۱۱</sup>.Ross  
<sup>۱۲</sup>.Sandeval  
<sup>۱۳</sup>.Jackson

فردی (بی‌علاقگی)، و احساس عدم شایستگی به‌عنوان یک دانشجو (کارآمد پایین) دارد (شائوفلی<sup>۱</sup> و همکاران ۲۰۰۲، به نقل از ژانگ<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۷).

افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً علائمی مانند بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه حضور مستمر در کلاس درس، مشارکت نکردن در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می‌کنند (نعامی، ۱۳۸۸).

با نظر به تعاریف فوق در صورتی که متولیان آموزش و پرورش و همچنین پژوهشگران حوزه تعلیم و تربیت به بررسی دقیق جهت شناسایی زمینه‌ها، پیشایندهای مؤثر و درمان فرسودگی تحصیلی نپردازند، فرآیند آموزش و یادگیری غیر اثر بخش و ناکارآمد خواهد بود و نظام آموزش و پرورش جامعه با چالش‌های جدی مواجه خواهد شد، بنابراین به دلیل اهمیت متغیر فرسودگی تحصیلی، در پژوهش حاضر قصد داریم ضمن بررسی این موضوع به تبیین رابطه آن با دو متغیر پیشاینده دیگر یعنی هوش معنوی<sup>۳</sup> و سلامت روان<sup>۴</sup> بپردازیم.

---

<sup>۱</sup>.Schaufeli  
<sup>۲</sup>.Zhang  
<sup>۳</sup>.spirituality intelligence  
<sup>۴</sup>.mental helth

## ۱-۲- بیان مسأله

فرسودگی تحصیلی را می‌توان به‌عنوان یک واکنش استرس مزمن در دانشجویان مطرح کرد که در ابتدا با الزامات تحصیل درگیر شده‌اند، این واکنش ناشی از یک تفاوت بین توانایی دانشجویان و انتظارات خودشان یا دیگران برای موفقیت‌شان در تحصیل است (فرایدنبرگ<sup>۱</sup> و لويس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴، سالملا- آرو و همکاران، ۲۰۰۹ به نقل از پارکر<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۱) بعلاوه یافته‌های تحقیق تجربی روی فرسودگی تحصیلی نشان می‌دهد که فرسودگی تحصیلی با مشکلات روان‌شناختی و رفتاری مهم مانند: افسردگی، غیبت‌گرایی و افت تحصیلی رابطه دارد (کونینگتون<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰، فای‌من<sup>۵</sup> و کرس، ۱۹۸۹، فرایدنبرگ و لويس، ۲۰۰۴، سالملا- آرو و همکاران، ۲۰۰۹، یانگ، ۲۰۰۴ به نقل از پارکر، ۲۰۱۱).

همچنین بر پایه تحقیقات صورت گرفته فرسودگی تحصیلی می‌تواند منجر به غیبت‌گرایی بیش‌ازحد، کاهش انگیزش جهت انجام تقاضای محیط کار، افزایش درصد افت تحصیلی در دانشکده و مانند آن شود. (رامیست<sup>۶</sup>، ۱۹۸۱، به نقل از یانگ، ۲۰۰۵).

یانگ<sup>۷</sup> (۲۰۰۵) فرسودگی تحصیلی را بدین‌گونه تعریف می‌کند «دانشجویان در فرآیندی به‌دلیل استرس دوره تحصیلی، بار ناشی از دوره تحصیلی با دیگر مؤلفه‌های شناختی که موجب حالت خستگی هیجانی<sup>۸</sup>، تمایل به عدم‌توجه به هویت فردی (زوال شخصیت)<sup>۹</sup> و افت عملکرد شخصی<sup>۱۰</sup> می‌باشد را نشان می‌دهد». در پژوهشی که یانگ (۲۰۰۵) انجام داد بین فرسودگی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی رابطه معنی‌داری به‌دست آورد در پژوهش که ژانگ<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۷) انجام داد بین کمال‌گرایی<sup>۱۲</sup> به‌عنوان یک ویژگی فردی با فرسودگی تحصیلی و مشغولیت در دانشجویان دانشگاه چینی ارتباط کامل بدست آمد. با نظر به اینکه فرسودگی

<sup>۱</sup>.Freudenberger

<sup>۲</sup>.Lewis

<sup>۳</sup>.Parker

<sup>۴</sup>.Kvnyngtvn

<sup>۵</sup>.Feynman

<sup>۶</sup>.Ramist

<sup>۷</sup>.Yang

<sup>۸</sup>.emotional exhaustion

<sup>۹</sup>.depersonalization

<sup>۱۰</sup>.reduced professional efficacy

<sup>۱۱</sup>.Zhang

<sup>۱۲</sup>.Perfectionism