

مقاله پژوهشی

مطالعه رابطه هوش اجتماعی و کمک خواهی تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان
دانشگاه علوم پزشکی: بررسی نقش میانجیگری شخصیت برونگرایی

Study of the Relationship Between Student's Social Intelligence and Academic Help
Seeking With Academic Burnout: Explaining of Extraversion Character as
Mediator Variable

جمال سلیمی^{۱*}، شیرکوه محمدی^۲، کویستان محمدیان شریف^۳

پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۷-۰۸

دریافت مقاله: ۱۳۹۸/۱۰-۱۴

چکیده

هدف: پژوهش حاضر تعیین رابطه‌ی بین هوش اجتماعی و کمک خواهی تحصیلی با فرسودگی تحصیلی با میانجیگری ویژگی شخصیت برونگرایی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سنندج است.

روش: بدین‌سان، از روش توصیفی- تحلیلی از نوع همبستگی استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سنندج دانشکده پرستاری و مامایی (اتاق عمل، پرستاری، مامایی) به تعداد ۴۰۰ نفر بودند که با استفاده از روش برآورد حجم نمونه‌ی کوکران، تعداد ۱۹۸ نفر از آن‌ها تعیین و با تکیه بر روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی انتخاب شدند. به‌منظور گردآوری داده‌های پژوهش از چهار پرسشنامه استاندارد که شامل پرسشنامه هوش اجتماعی (سیلورا و همکاران، ۲۰۰۱)، کمک خواهی تحصیلی (قدم‌پور و سرمد، ۱۳۸۵)، فرسودگی تحصیلی (برسو و همکاران، ۱۹۹۷) و پرسشنامه ویژگی‌های شخصیت برونگرایی (مک کرا و کاستا، ۱۹۸۷) بود، استفاده شد. داده‌های پژوهش نیز با استفاده از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌های این پژوهش نشان داد که هوش اجتماعی با ضریب ۰/۳۸ و کمک‌خواهی تحصیلی با ضریب ۰/۸۳، هم به‌صورت مستقیم و هم با نقش میانجی‌گری شخصیت برون‌گرایی می‌توانند فرسودگی تحصیلی را تبیین کنند.

نتیجه‌گیری: در مجموع، باید اذعان داشت که اگرچه، پژوهش‌ها اغلب، فرسودگی تحصیلی را به‌عنوان آسیبی تحصیلی و روانشناختی ارزیابی می‌کنند اما یافته‌های این پژوهش نشان داد که با استفاده از تدابیری از جمله بهبود وضعیت هوش اجتماعی و یا ارتقای کمک‌خواهی تحصیلی می‌توان فرسودگی تحصیلی را کاهش داد.

کلید واژه‌ها: هوش اجتماعی، کمک خواهی، فرسودگی تحصیلی.

۱. دانشیار برنامه ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

۲. استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

۳. دانش‌آموخته دکتری برنامه‌ریزی توسعه آموزش عالی دانشگاه کردستان، کردستان، ایران

۱. مقدمه

امروزه از دانشگاه‌ها انتظار می‌رود که نقشی برجسته در سازوکارهای فنی و اقتصادی جامعه داشته باشند و با آموزش‌ها، پژوهش‌ها و خدمات مشاوره‌ای خود بستری برای رشد و توسعه اقتصادی فراهم کنند (هچ^۱، ۲۰۱۳). اینکه آیا دانشگاه‌ها می‌توانند تنها عامل توسعه اقتصادی و اجتماعی باشند یا خیر جای پرسش‌ها و مناقشه‌های فراوانی است؛ اما پر واضح است که یکی از منابعی که دانشگاه‌ها همواره بر آن تکیه می‌کنند تا به نیازها و انتظارات محیط بیرونی پاسخ دهند، دانشجویان دانشگاه‌ها هستند. چراکه این دانشجویان هستند که با کسب توانایی‌ها، مهارت‌ها و شایستگی‌های موردنیاز جامعه می‌توانند نقشی تعیین‌کننده داشته باشند. بدین‌سان، کم و کیف شرایط آموزشی و تحصیلی دانشجویان موردتوجه فراوان قرار گرفته و پیوسته پژوهش‌های گونه‌گونی به بررسی و تحلیل این شرایط پرداخته‌اند. بسیاری از این پژوهش‌ها نشان داده‌اند که یکی از پدیده‌هایی که بیش‌وکم دانشجویان دانشگاه‌ها با آن دست‌وپنجه نرم می‌کنند، فرسودگی تحصیلی^۲ است (برای مثال، پژوهش آگویایو^۳ و همکاران، ۲۰۱۹؛ لی، چویی و چی^۴، ۲۰۱۷؛ ونگ^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). جالب‌تر آنکه، آمارها و شواهد گوناگونی نشان داده‌اند که به‌همه‌ی تلاش‌هایی که برای کاهش فرسودگی تحصیلی در بسیاری از نظام‌های آموزش عالی و آموزش پزشکی در کشورهای پیشرفته‌ی دنیا انجام شده است اما همچنان فرسودگی تحصیلی دانشجویان پزشکی و رزیدنت‌های مراکز بهداشت و درمان همچنان به‌طور نگران‌کننده‌ای بالا است (لیندمن^۶ و همکاران، ۲۰۱۷). فرسودگی تحصیلی، فشار مرتبط با امور تحصیلی و به‌طور خاص خستگی ناشی از تکالیف و کار مضاعف مدرسه تعریف می‌شود. اولین مرحله‌ی فرآیند گسترش فرسودگی، با عدم توازن بین منابع و تقاضاها، مشخص می‌شود (عباسی و درتاج، ۱۴۰۰).

فرسودگی تحصیلی را حالت خستگی هیجانی و روانشناختی دانسته‌اند که به‌موجب آن، احساس زوال شخصیت و کاهش پیشرفت را در پی دارد (یانگ^۷، ۲۰۰۷). پاره‌ای از پژوهش‌ها نیز با تمرکز بر دانشجویان دانشگاه‌ها، فرسودگی تحصیلی را باز تعریف کرده‌اند. به‌باور آن‌ها، فرسودگی تحصیلی در دانشجویان اشاره به احساس خستگی نسبت به تقاضاها و وظایف تحصیلی، احساس بدبینی و بی‌علاقگی به تکالیف درسی و احساس عدم شایستگی به‌عنوان یک دانشجو (کارآمدی پایین) دارد (یانگ و همکاران، ۲۰۰۷؛ ژانگ^۸ و همکاران، ۲۰۰۷، به نقل از ایمان پرور و همکاران، ۱۳۹۹). این

-
1. hatch
 2. academic burnout
 3. Aguayo
 4. Lee, Choi and Chae
 5. Wang
 6. Lindeman
 7. young
 8. zhang

پژوهش‌ها، همواره، فرسودگی تحصیلی را به‌عنوان مانعی بر سر راه پیشرفت تحصیلی و دانشگاهی دانسته‌اند و هم‌بدان دلیل است که پیوسته در پی کاوش پیشایندها و پسایندهای این پدیده هستند. این در حالی است که پژوهش‌های مختلفی نشان داده‌اند که فرسودگی تحصیلی می‌تواند منجر به عدم مشارکت و کاهش انرژی لازم برای انجام فعالیت‌های تحصیلی شود. به‌گونه‌ای که دانشجویانی که دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند، انگیزه‌ای برای شرکت در فعالیت‌های کلاسی ندارند و به‌طور روزافزونی رفتارهایی مانند غیبت در کلاس، تأخیر در حضور در کلاس و ترک زودهنگام کلاس را از خود نشان می‌دهند (کاتسال و بیلگه^۱، ۲۰۱۲). افزون بر آن، این دانشجویان، نه‌تنها در کلاس به مطالب درسی گوش نداده و در فعالیت‌های کلاسی گروهی شرکت نمی‌کنند بلکه برای کلاس و معلم نیز ارزشی قائل نیستند و همواره، برای عملکرد ضعیف تحصیلی خود بهانه‌تراشی می‌کنند. در نتیجه، حس مسؤولیت‌پذیری و پاسخگویی نیز در این افراد رخت برمی‌بندد (مازرول^۲، ۲۰۱۲). این پی‌آمدهای منفی تا بدان‌جا پیش‌رفته که برخی از پژوهشگران باوری راستین دارند که نه‌تنها دانشجو، بلکه خانواده‌ها و نزدیکانشان نیز از این فرسودگی در امان نیستند (مازرول، مونسما، دیکسون و منسج^۳، ۲۰۱۲). ناگفته پیداست که نادیده گرفتن فرسودگی تحصیلی، می‌تواند پی‌آمدهایی هم برای خود دانشجو و هم برای اطرافیان در پی داشته باشد. بدان دلیل است که پژوهش‌های مختلفی تلاش کرده‌اند تا دوشادوش پی‌آمدهای ناگوار فرسودگی تحصیلی، شرایط علی و پیشایندهای این پدیده را واکاوی کنند و یا دست‌کم، عوامل دیگری که با فرسودگی تحصیلی در ارتباط هستند را شناسایی کنند.

عوامل زیادی با فرسودگی تحصیلی در ارتباط هستند و محققان در پژوهش‌های خود عواملی همچون خودکارآمدی، کمال‌گرایی، احساس‌غریت، انگیزش، عملکرد تحصیلی، هوش اجتماعی، استرس، جو حاکم بر آموزش را بررسی کرده‌اند (عظیمی و همکاران، ۱۳۹۰). از جمله مهم‌ترین عاملی که به نظر می‌رسد در فرسودگی تحصیلی دخیل باشد، هوش اجتماعی دانشجویان می‌باشد. هوش اجتماعی، متغیری است که می‌تواند با فرسودگی تحصیلی در ارتباط باشد که توانایی برقرار کردن ارتباط با دیگران را در نظر می‌گیرد. هوش اجتماعی، اصطلاح فراگیری است که مجموعه گسترده‌ای از مهارت‌ها و خصوصیات فردی را دربر گرفته و معمولاً به آن دست از مهارت‌های درون فردی و بین‌فردی گفته می‌شود که فراتر از دانش‌ها و آموزه‌های پیشین فراگیر باشد. مفاهیمی چون هوش اجتماعی، هوش بین‌فردی و هوش هیجانی به‌عنوان مؤلفه‌های مؤثر در مراحل مختلف زندگی فرد در حال حاضر، ذهن پژوهشگران متعددی را به خود معطوف ساخته است و هوش اجتماعی به‌عنوان شاخه‌ای از هوش عمومی، راهی برای رشد و پیشرفت در امور مربوط به زندگی و روابط زندگی و اجتماعی محسوب می‌گردد (نورایی و ساعی ارسی، ۱۳۸۹). هوش اجتماعی را از این نظر

1. Kutsal & Bilge
2. mazerolle
3. mazerolle, monsmma, dixon & mensch

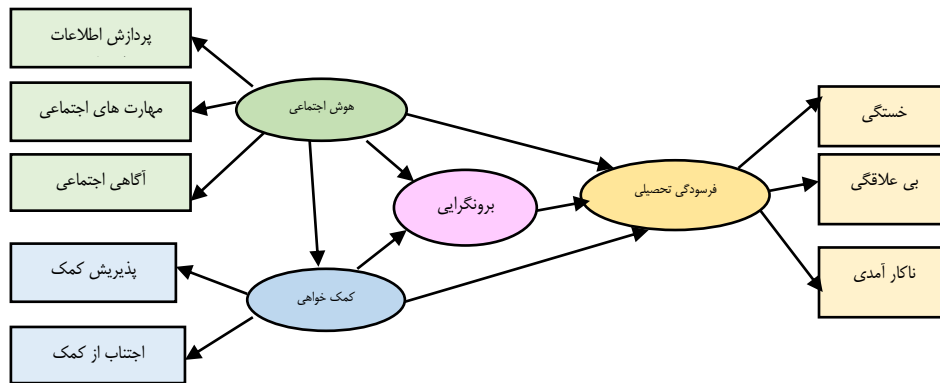
به‌عنوان متغیری مهم در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی در نظر گرفته‌اند که وضعیت هوش اجتماعی را می‌توان با آموزش و تجربه‌اندوزی، بهبود داد (زینودین و ایستیونو^۱، ۲۰۱۹).

عامل دیگری که با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در ارتباط است، کمک‌خواهی تحصیلی^۲ می‌باشد. کمک‌خواهی تحصیلی را بدان دلیل مطرح کرده‌اند که پژوهش‌ها نشان داده است که یکی از مهم‌ترین راهبردهایی که می‌توان برای پیش‌گیری از و یا کاهش فرسودگی تحصیلی به‌کار برد، کمک خواستن از یک هم‌کلاسی مطلع و آگاه در آن زمینه و یا کمک خواستن از استادان آن حوزه است (نیومن^۳، ۲۰۰۶). کمک‌خواهی این مزیت را دارد که یادگیرنده ضمن اینکه مشکل تحصیلی خود را حل می‌کند به‌طور فعالانه‌ای در فعالیت‌های کلاسی مشارکت می‌نماید و این امر انگیزه دانش‌آموز را برای یادگیری افزایش می‌دهد (خسروشاهی و همکاران، ۱۳۹۶).

یکی از عوامل دیگری که به نظر می‌رسد که با فرسودگی تحصیلی و کمک‌خواهی می‌تواند در ارتباط باشد برون‌گرایی شخصیتی است. عملکرد انسان بازتاب دانش، مهارت، رفتار و به‌طور کلی شخصیت اوست (سبزی پور، رشوندی، امیری و کرم‌الهی، ۱۳۹۴). برخی از پژوهش‌ها با تمرکز بر دانشجویان پزشکی، نشان داده‌اند که ویژگی‌های شخصیتی، نقشی تعیین‌کننده در فرسودگی تحصیلی دارند (برای مثال، پژوهش لی و همکاران، ۲۰۱۷). با اندکی اغماض، می‌توان تیپ شخصیتی افراد را به دو دسته تقسیم کرد که عبارتند از درون‌گرایی و برون‌گرایی (لی و همکاران، ۲۰۱۷). البته شاید نتوان از نظر عملی مرزی افراط‌گونه و مشخص بین درون‌گرایی و برون‌گرایی ایجاد کرد. چراکه هر فردی ممکن است جنبه‌هایی از برون‌گرایی و جنبه‌هایی از درون‌گرایی را در شخصیتش نمود دهد اما پرواضح است که یکی از این ویژگی‌ها بر دیگری غالب‌تر است و بر آن اساس است که گونه‌شناسی‌های شخصیت نیز معنی پیدا می‌کنند. فرد برون‌گرا به بیرون و به جهان خارج گرایش دارد و همزیستی اجتماعی‌اش در حد بالایی است (یوسفی، تیموری، آزادی و خاصی، ۱۳۹۵). بر این اساس، فرد برون‌گرا، فردی پر انرژی در معاشرت، جسور، فعال، هیجان‌خواه و دارای شور و شوق، دارای اعتمادبه‌نفس و دارای احساسات مثبت هست. افراد برون‌گرا تمایل به اجتماعی بودن، احساسی بودن و صمیمی بودن داشته و معمولاً با افراد متفاوت بهتر کنار می‌آیند. در کل می‌توان گفت فرد برون‌گرا با چند ویژگی مشخص می‌شود: رفتار گرم و دوستانه، مردم‌دوست، جسور، فعال، در جست‌وجوی تهییج و دارای هیجان‌های مثبت. برون‌گرایی، تمایل فرد برای مثبت بودن، جرأت‌طلبی، پر انرژی بودن را که لازمه انجام تکالیف به‌صورت مطلوب است را نشان می‌دهد (هازن سکی و بروچانان^۴، ۲۰۰۰). با توجه به نقش مهم عامل برون‌گرایی شخصیت که ارتباط فرد را با بیرون از خود فرد در نظر دارد با هوش اجتماعی می‌تواند رابطه قوی داشته باشد، جامعه‌گرایی از

1. Zainudin and Istiyono
2. academic help seeking
3. newman
4. hazenseky & buchanan

ویژگی‌های افراد برون‌گراست و براساس علاقه به افراد، یادگیران می‌توانند خوش‌بینی، قاطعیت و هیجان‌خواهی را در انجام تکالیف خود درآمیخته تا نتایج بهتری دریافت کنند. بدین‌سان، با توجه اینکه استرس دانشجویان علوم پزشکی به سبب حضور در بیمارستان که یکی از پراسترس‌ترین محیط‌های کاری است، نسبت به سایر دانشجویان بالاتر بوده و آن‌ها را در دوران تحصیل در مقابل عوارض ناشی از استرس مانند اضطراب، افسردگی و فرسودگی آسیب‌پذیرتر نموده است (چامبرلین، ویلیامز، استانلی، ملور، کراس و سیگلوف، ۲۰۱۶) و همچنین نظر به اهمیت درک و اطلاع و آگاهی از هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی و ارتباط آن‌ها با فرسودگی تحصیلی، پژوهش حاضر در نظر دارد تا رابطه بین هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی دانشجویان را با فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش ویژگی شخصیتی برون‌گرایی دانشجویان موردبررسی قرار دهد. با این اوصاف و با توجه به نقش متغیرهای پژوهش، مدل زیر در نظر گرفته شد.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش

۲. هدف پژوهش

پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با نقش میانجی برون‌گرایی شخصیت.

۳. فرضیه‌ی پژوهش

هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با نقش میانجی برون‌گرایی شخصیت می‌تواند فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی کند.

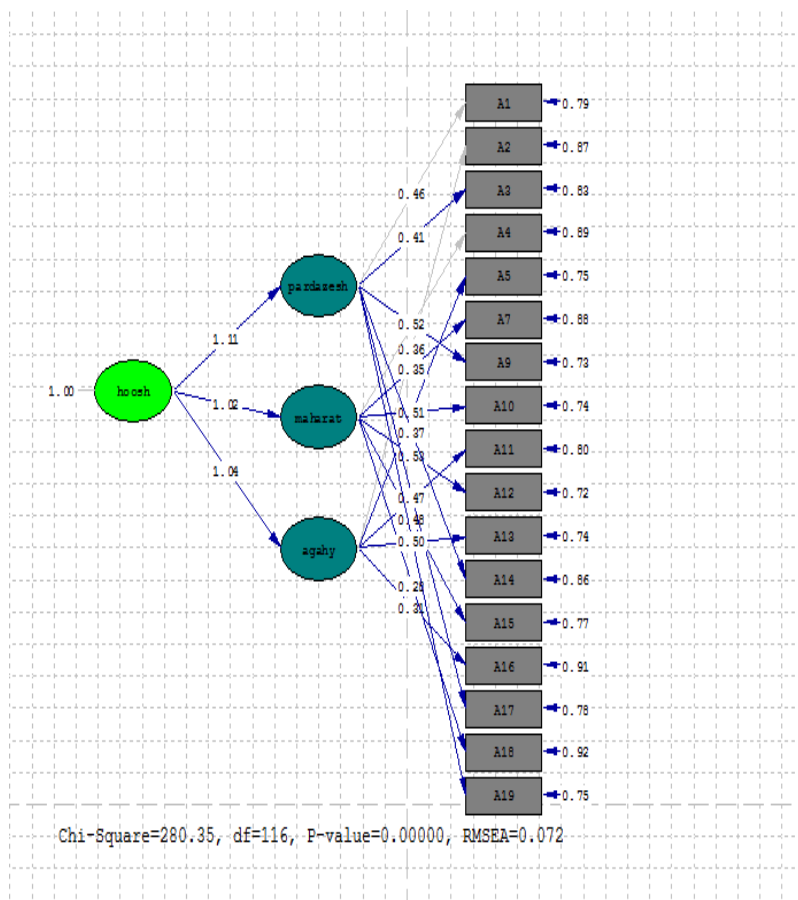
۴. روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف کاربردی، از نظر روش اجرا توصیفی - تحلیلی و به‌دلیل استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری^۱ از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی، اتاق عمل به تعداد ۴۰۰ نفر بود که از این تعداد، ۱۹۸ نفر براساس فرمول کوکران به‌عنوان حجم نمونه انتخاب و با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی - طبقه‌ای از بین دانشجویان علوم پزشکی سنندج در رشته‌های اتاق عمل، پرستاری، مامایی انتخاب گردیدند. پژوهشگر در این پژوهش تلاش داشت تا در راستای موازین اخلاقی پژوهش حرکت کند. در مجموع، می‌توان این موازین را حول دو اصل، الف) رعایت حقوق انسانی مشارکت‌کننده‌های پژوهش؛ ب) رعایت انصاف و دقت در مطالعه علمی تعریف کرد. روش گردآوری داده‌ها در این پژوهش به‌صورت میدانی بود، به‌صورتی که پرسشنامه‌های مورد استفاده در میان دانشجویان مورد مطالعه توزیع شد و پس از تکمیل و بازگشت پرسشنامه‌ها، داده‌های لازم از آن استخراج شد. برای جمع‌آوری داده‌ها در این پژوهش از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد که ترتیب ارائه پرسشنامه‌ها هوش اجتماعی، کمک‌خواهی تحصیلی، فرسودگی تحصیلی می‌باشد.

۱. پرسشنامه هوش اجتماعی ترومسو^۲: این پرسشنامه را سیلورا و همکارانش در سال ۲۰۰۱ برای بررسی هوش اجتماعی دانشجویان ساختند. یک ابزار خودگزارش دهی ۲۱ سؤالی با سه خرده مقیاس پردازش اطلاعات، مهارت‌های اجتماعی، آگاهی اجتماعی، می‌باشد. در این پرسشنامه از پاسخ‌دهندگان خواسته می‌شود تا عقاید خودشان درباره هرگویه را بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای مشخص کنند. گزینه کاملاً مخالفم، مخالفم، نه موافقم و نه مخالفم، موافقم، کاملاً موافقم به ترتیب نمره‌های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵ نمره‌گذاری می‌شود. سیلورا، مارتین یوسن و داهل (۲۰۰۱) ضرایب پایایی آن‌ها را برای خرده‌مقیاس‌های پردازش اطلاعات اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی و آگاهی اجتماعی را به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۸۶ و ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. برای بررسی پایایی از آلفای کرونباخ استفاده شد. هم‌چنین، نتایج حاصل از تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که پرسشنامه از روایی مطلوبی برخوردار است (RMSEA=۰/۰۷، NFI=۰/۹۸، CFI=۰/۹۶، IFI=۰/۹۵).

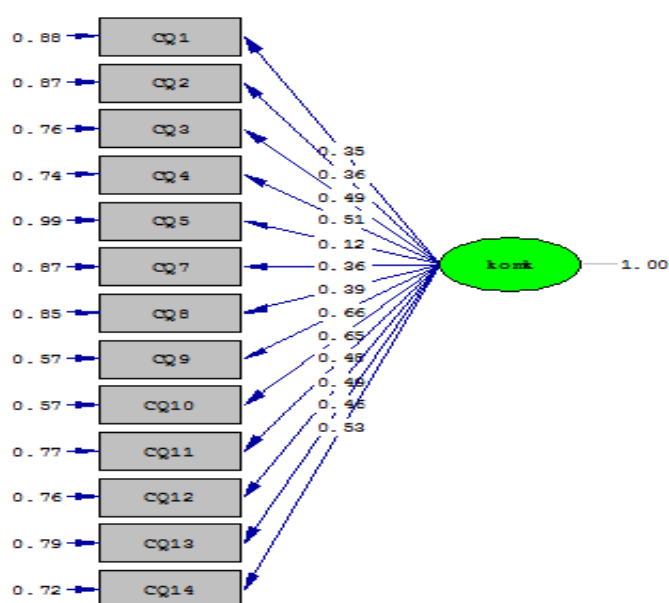
1. Structural Equation Modeling

2. Tromso



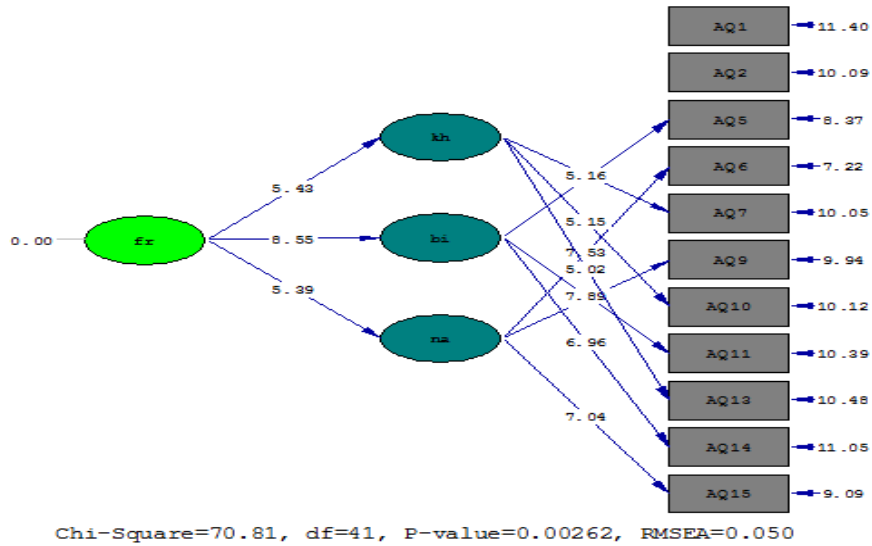
۲. پرسشنامه کمک‌خواهی تحصیلی: برای سنجش کمک‌خواهی تحصیلی دانش‌آموزان از مقیاس کمک‌خواهی تحصیلی قدم‌پور و سرمد (۱۳۸۵) استفاده شد. در این پژوهش، پرسشنامه رفتار کمک‌خواهی شامل دو مقوله پذیرش و اجتناب از کمک‌خواهی است که براساس نظریات ریان و پنتریج^۱ (۱۹۹۷) توسط قدم‌پور (۱۳۷۷) ساخته شده است (قدم‌پور، ۱۳۸۵). این پرسش‌نامه ۱۴ سؤال دارد؛ که ۷ سؤال آن پذیرش کمک‌خواهی و ۷ سؤال اجتناب از کمک‌خواهی است. برای نمره‌گذاری گویه‌ها (مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت) "۵ کاملاً موافقم تا ۱ کاملاً مخالفم" استفاده شده است. با محاسبه میزان پایایی مقیاس کمک‌خواهی تحصیلی از روش آلفای کرونباخ، پایایی کل مقیاس ۰/۷۴ به‌دست‌آمده و پایایی برای دو حیطه کمک‌خواهی تحصیلی به‌ترتیب برای پذیرش کمک‌خواهی ۰/۶۰ و اجتناب از کمک‌خواهی ۰/۶۷ محاسبه شده است. هم‌چنین، نتایج حاصل از

تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که پرسشنامه از روایی مطلوبی برخوردار است ($RMSEA=0/07$ ، $IFI=0/94$ ، $CFI=0/94$ ، $NFI=0/96$).

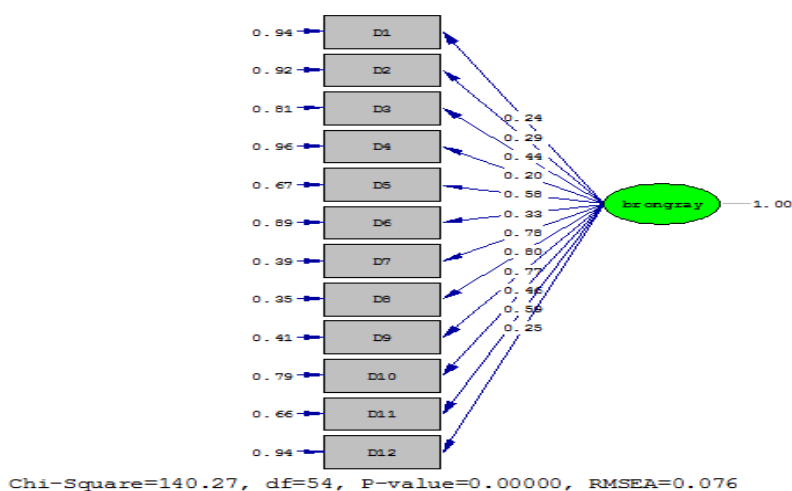


Chi-Square=190.07, df=65, P-value=0.00000, RMSEA=0.07

۳. پرسشنامه فرسودگی تحصیلی: این پرسشنامه را برسوا و همکاران (۲۰۰۷)، ساخته‌اند. این پرسشنامه سه حیطه فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه مذکور ۱۵ ماده دارد که با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت "کاملاً مخالف" تا "کاملاً موافق" توسط آزمودنی‌ها درجه‌بندی شده است، خستگی تحصیلی ۵ ماده، بی‌علاقگی تحصیلی ۴ ماده، ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده دارد. سؤال‌های ۱، ۴، ۷، ۱۰، ۱۳ مربوط به خرده مقیاس خستگی هیجانی؛ سؤال‌های ۲، ۵، ۱۱، ۱۴ مربوط به خرده‌مقیاس بدبینی (بی‌علاقگی) و سؤال‌های ۳، ۶، ۸، ۹، ۱۲، ۱۵ مربوط به خرده‌مقیاس ناکارآمدی درسی هستند. پایایی پرسشنامه را سازندگان آن به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۸۲، ۰/۷۵ برای سه حیطه فرسودگی تحصیلی محاسبه کرده‌اند. هم‌چنین، جهت بررسی روایی پرسشنامه از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم استفاده شد، نتایج حاصل از تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که پرسشنامه از روایی مطلوبی برخوردار است ($RMSEA=0/05$ ، $IFI=0/98$ ، $CFI=0/98$ ، $NFI=0/94$).



۴. پرسشنامه ویژگی شخصیتی برونگرایی: این پرسشنامه توسط مک کرا و کاستا^۱ در سال ۱۹۸۷ ساخته شد، شامل ۱۲ سؤال می‌باشد که با طیف ۵ درجه‌ای لیکرت "کاملاً مخالف" تا "کاملاً موافق" توسط آزمودنی‌ها درجه‌بندی شده است. پایین‌ترین نمره پرسشنامه ۱۲ و بالاترین نمره ۶۰ می‌باشد نقطه برش پرسشنامه ۳۶ می‌باشد. پایایی پرسشنامه را سازندگان آن ۰/۷۹ محاسبه کرده اند. پایایی پرسشنامه در مطالعات پیشین توسط هیلز و آرگیل (۲۰۰۱) ۰/۶۵ گزارش شده است. هم‌چنین، جهت بررسی روایی پرسشنامه از تحلیل عامل تأییدی مرتبه اول استفاده شد، نتایج حاصل از تحلیل عامل تأییدی نشان داد که پرسشنامه از روایی مطلوبی برخوردار است (IFI=۰/۹۴، CFI=۰/۹۴، NFI=۰/۹۰، RMSEA=۰/۰۷).



در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از رگرسیون چندگانه و مدل معادلات ساختاری جهت بررسی روابط علی بین متغیرها استفاده شده است. از نرم‌افزارهای SPSS و Amos و LISREL جهت تحلیل داده‌های پژوهش استفاده شده است.

۴. یافته‌های پژوهش

۴-۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

در این قسمت آماره توصیفی مؤلفه‌های متغیرهای فرسودگی تحصیلی، کمک‌خواهی تحصیلی، هوش اجتماعی و شخصیت برونگرایی براساس جنسیت در جدول زیر گزارش شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش براساس جنسیت دانشجویان

متغیرها	جنسیت			
	پسر		دختر	
	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
فرسودگی تحصیلی	۳۵/۱۵۷	۷/۸۱	۳۵/۵۶	۸/۳۲
کمک‌خواهی تحصیلی	۵۶/۷۱	۶/۸۷	۵۴/۳۲	۵/۰۲
هوش اجتماعی	۴۰/۶۴	۸/۰۰	۴۲/۷۶	۸/۷۰
شخصیت برونگرایی	۳۳/۶۴	۶/۶۸	۳۴/۴۷	۵/۶۶

همان‌گونه که در جدول ۱ نشان داده می‌شود میانگین متغیرهای فرسودگی تحصیلی، کمک‌خواهی تحصیلی، هوش اجتماعی، برون‌گرایی در دختران به ترتیب ۳۵/۱۷، ۵۶/۷۱، ۴۰/۶۴، ۳۶/۶۴ و انحراف استاندارد ۷/۸۱، ۶/۸۷، ۸/۰۰، ۶/۶۸ که بالاترین میانگین مربوط به متغیر کمک‌خواهی تحصیلی (۵۶/۷۱) و کمترین میانگین مربوط به متغیر برون‌گرایی (۳۳/۶۴) می‌باشد. همچنین طبق این جدول متغیرهای ذکر شده در پسران به ترتیب برابر است با ۳۵/۵۶، ۵۴/۳۲، ۴۲/۷۶، ۳۴/۴۷ و انحراف استاندارد به ترتیب متغیرها، برابر با ۸/۳۲، ۵/۰۲، ۸/۷۰، ۵/۶۶ می‌باشد که بالاترین میانگین مربوط به متغیر کمک‌خواهی (۵۴/۳۲) و کمترین میانگین مربوط به متغیر برون‌گرایی (۳۴/۴۷) می‌باشد.

فرضیه اصلی پژوهش: هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با نقش میانجی برون‌گرایی شخصیت می‌تواند فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی کند.

برای پاسخ به سؤال اصلی پژوهش از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. در واقع، براساس این رویکرد به برازش مدل مفهومی پژوهش (شکل ۱) با داده‌های گردآوری شده پرداخته می‌شود. همان‌طور که در جدول ۲ (جدول پایین) مشاهده می‌شود، نتایج در دو مدل ارائه شده است. در مدل ۱ که مطابق با الگوی مفهومی پژوهش (شکل ۱) می‌باشد، برازش داده‌ها با مدل در شاخص‌های نیکویی برازش (GFI) و ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) کمتر از مقدار قابل قبول می‌باشد. اینکه مدل اولیه نتواند به برازش کافی برسد، غیرمعمول نیست و پژوهشگران به فکر اصلاح آن می‌افتند (یعنی مشخص کردن مجدد). برای اصلاح مدل، شاخص‌های اصلاح پیشنهادی AMOS مورد بررسی قرار گرفت. از بین اصلاحات پیشنهاد شده، کواریانس متغیرهای خطای E1 و E2، E2 و E4 و E6 و E7، براساس مبانی نظری و تجربی، قابل توجیه بود. لذا برازش مدل معادله ساختاری، بعد از انجام اصلاح موردنظر، مجدداً انجام گرفت. در جدول ۳ با مقایسه شاخص‌های برازش مدل اصلاح‌شده با مدل اولیه، مشاهده می‌شود که بهبود نسبی در شاخص‌های برازش مطلق، تطبیقی و مقتصد حاصل شده و براساس ملاک براون^۱ (۲۰۰۶) و نیز کلاین^۲ (۲۰۰۵)، مدل ساختاری اصلاح‌شده پژوهش، برازش مطلوب را با داده‌های تجربی دارد.

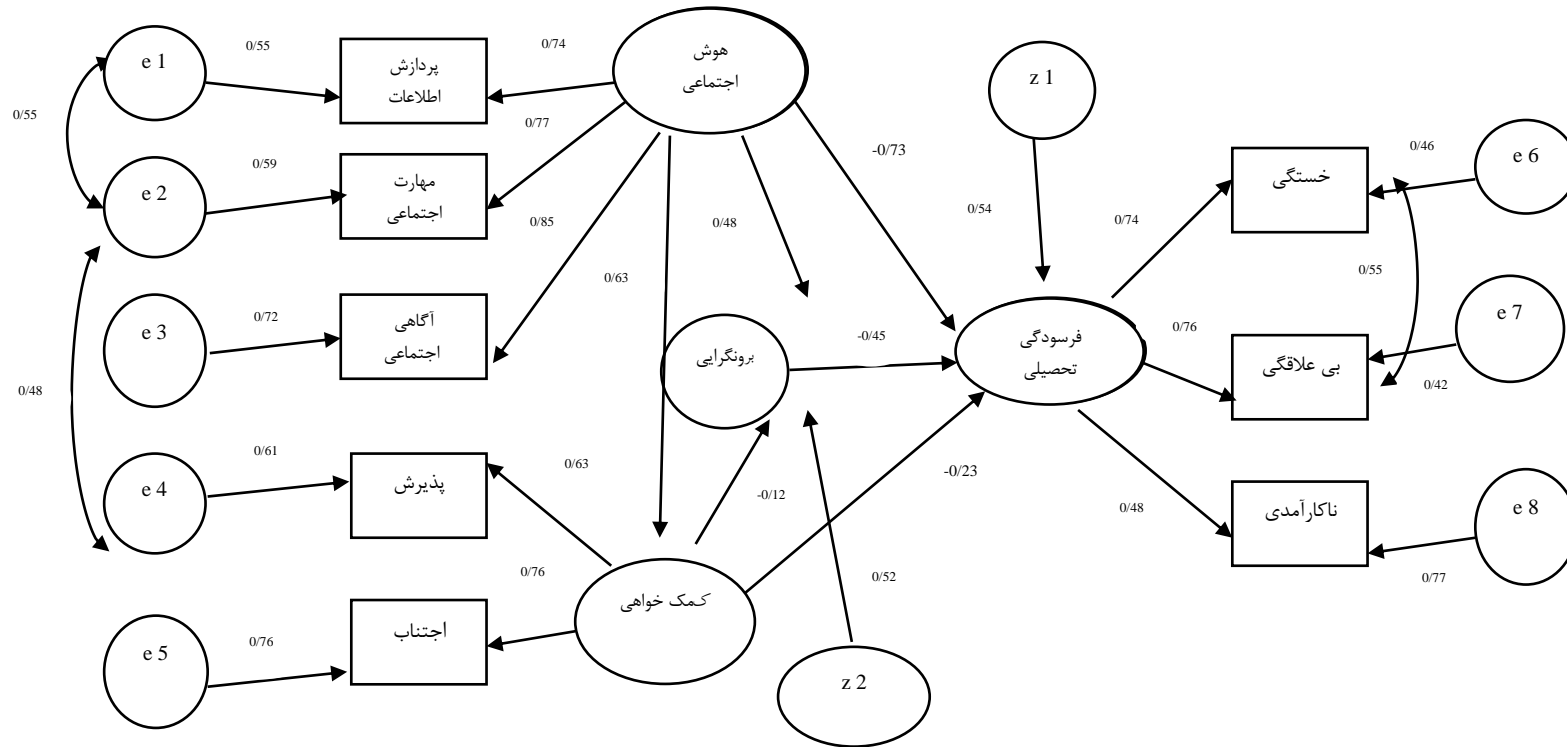
1. Brown

2. Kline

جدول ۲: شاخص‌های برازش مدل ساختاری تبیین فرسودگی تحصیلی براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برونگرایی

مدل ۲ بعد از اصلاح	مدل ۱ (مطابق با الگوی اصلی)	معادل فارسی	علامت اختصاری
۰/۹۷	۰/۹۲	شاخص برازش تطبیقی	CFI
۰/۹۷	۰/۹۲	شاخص توکر- لویس	TLI
۰/۹۵	۰/۸۷	شاخص برازش هنجار شده	NFI
۰/۹۶	۰/۹۳	شاخص نیکویی برازش	GFI
۰/۰۷	۰/۱	ریشه میانگین مربعات خطای برآورد	RMSEA
۱/۶۲	۲/۲۲	کای اسکور بهنجار شده	CMIN/DF

در نهایت در شکل ۲، مدل ساختاری (نهایی) را برای تبیین و پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با توجه به متغیر واسطه‌ای ویژگی شخصیت برونگرایی بعد از اعمال اصلاحات نشان می‌دهد.



شکل ۲: مدل ساختاری تبیین و پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی براساس هوش اجتماعی و کمک خواهی تحصیلی با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برونگرایی

همچنین در جدول ۳ ضرایب رگرسیون استاندارد و غیراستاندارد برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برون‌گرایی در مدل اولیه پژوهش (مدل مفهومی) و بعد از اصلاح مدل نشان داده شده است.

جدول ۳: ضرایب رگرسیون برای تبیین و پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برون‌گرایی

معنی داری	برآورد		مسیر	مدل	
	غیراستاندارد	استاندارد			
۰/۰۰۱	۳/۸۲	-۰/۴۱	هوش اجتماعی ← فرسودگی تحصیلی	اولیه	
۰/۰۱	۰/۵۰	-۰/۱۲	کمک‌خواهی تحصیلی ← فرسودگی تحصیلی		
۰/۰۱	۵۲/۳	۰/۴۲	هوش اجتماعی ← کمک‌خواهی		
۰/۰۰۱	۴/۸۶	۰/۴۱	هوش اجتماعی ← برون‌گرایی		
۰/۰۷	۰/۴۸	-۰/۰۸	کمک‌خواهی ← برون‌گرایی		
۰/۰۵	۲/۵۸	-۰/۳۱	برون‌گرایی ← فرسودگی تحصیلی		
۰/۰۰۱	۶/۹۱	-۰/۷۳	هوش اجتماعی ← فرسودگی تحصیلی		
۰/۰۱	۰/۵۳	-۰/۲۳	کمک‌خواهی تحصیلی ← فرسودگی تحصیلی		
۰/۰۱	۸/۵۹	۰/۶۳	هوش اجتماعی ← کمک‌خواهی		بعد اصلاح
۰/۰۰۱	۴/۷۵	۰/۴۳	هوش اجتماعی ← برون‌گرایی		
۰/۰۰۱	۰/۵۸	-۰/۱۲	کمک‌خواهی ← برون‌گرایی		
۰/۰۱	۴/۵۹	-۰/۴۵	برون‌گرایی ← فرسودگی تحصیلی		

در جدول ۳ ضرایب رگرسیون برای تبیین و پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی براساس هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برون‌گرایی در مدل اولیه و بعد اصلاح نشان داده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود برآوردهای استاندارد بعد از اصلاح مدل معنی‌دار شدند.

یافته مربوط به فرضیه اصلی پژوهش که با استفاده از مدل‌سازی معادلات ساختاری به آن پاسخ داده شد، نشان داد که کمک‌خواهی و هوش اجتماعی چه به‌صورت مستقیم و چه با واسطه متغیر ویژگی شخصیت‌قادرند به شکل معناداری فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی کنند. به‌طوری‌که اثر علی هوش اجتماعی بر فرسودگی تحصیلی دارای بتای ۰/۷۳- (رابطه معکوس) و اثر علی کمک‌خواهی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی دارای بتای ۰/۲۳- بودند که از لحاظ آماری نیز معنادار بودند. علاوه‌بر این اثرات مستقیم، هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی قادر بودند به‌صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری ویژگی شخصیت برون‌گرایی را پیش‌بینی کنند که در کل

نشان‌دهنده پیش‌بینی بالای متغیرهای هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر بر آن بود تا فرسودگی تحصیلی دانشجویان از طریق هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی دانشجویان با توجه به میانجیگری متغیر ویژگی شخصیت برونگرایی پیش‌بینی کند. یافته‌های پژوهش نشان داد که هوش اجتماعی به‌طوری معناداری قادر است فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی کند. این بخش از یافته‌های پژوهش با یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش‌های مهربابی‌زاده هنرمند و همکاران (۱۳۸۸) هماهنگ است. یافته‌های آن پژوهش نشان داده بود که آموزش جرأت‌ورزی باعث کاهش اضطراب اجتماعی و افزایش مهارت‌های اجتماعی و عملکرد دانشجویان می‌شود. این در حالی است که فرسودگی تحصیلی اساساً با اضطراب تحصیلی گره خورده است. از دیگر سو، پژوهش‌های پورعبدل (۱۳۹۸)، پورفلاحتی (۱۳۹۸)، ملت (۱۳۸۷)، طالب‌زاده (۱۳۸۷) و خانجانی (۱۳۸۶) به یافته‌های بیش‌وکم همخوانی با یافته‌های پژوهش حاضر دست یافته بودند. این پژوهش‌ها نیز بیشتر بر شاخص‌های سلامت روانی مانند اعتمادبه‌نفس متمرکز شده بودند و نشان داده بودند که مهارت‌های اجتماعی باعث افزایش اعتماد بنفس می‌شود. سلیمانی و همکاران (۱۳۸۸) نیز در پژوهش خود، نشان داده بودند که با انتخاب مهارت‌های مناسب و آموزش آن‌ها می‌توان سطح سازگاری اجتماعی و عملکرد تحصیلی یادگیرندگان را افزایش داد. این یافته‌ها، نظریه‌ی مازلاک (۲۰۰۱) را تأیید می‌کند که بر آن است که عوامل اجتماعی نقش مهمی در موفقیت تحصیلی دانشجویان ایفا می‌کنند و شناسایی جنبه‌های اجتماعی که تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی است باعث برجسته شدن نقش عملکردهای اجتماعی و روابط بین فردی دانشجویان برای درک انگیزش و توانایی موفقیت تحصیلی آن‌ها می‌شود. به‌طورکلی می‌توان گفت هر چقدر دانشجویان دارای هوش اجتماعی بالایی باشند فرسودگی تحصیلی و افت تحصیلی کمتر می‌باشد و این کمتر شدن و کم‌رنگ‌تر شدن افت تحصیلی باعث عملکرد تحصیلی بالا و در نتیجه موفقیت تحصیلی دانشجویان می‌شود.

یافته‌های پژوهش حاضر همچنین نشان داد که کمک‌خواهی تحصیلی قادر بود ۴۵ درصد فرسودگی تحصیلی دانشجویان را تبیین کند. این بخش از یافته‌های پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش موناتا^۱ (۲۰۱۱) همخوان است که نشان داده بود که بین نیاز به پیشرفت (کمک‌خواهی به‌موقع) و فرسودگی تحصیلی یک رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین بخشی از یافته‌های این تحقیق با پژوهش ریان و پنتریج (۱۹۹۷) همخوان بود. این یافته‌ها نشان می‌دهند که دانشجویانی که کمک‌خواهی به‌موقع در هنگام مواجهه با مشکلات تحصیلی را دارند از لحاظ

پیشرفت تحصیلی موفق‌تر هستند و بی‌علاقگی، ناکارآمدی، خستگی را کاهش دهد. خودکارآمدی بالای دانشجویان از مؤلفه‌های انگیزشی مهمی است که در تحقیقات پیشین، برای تعیین رفتار کمک‌خواهی آنان بررسی شده است.

در نهایت، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که کمک‌خواهی و هوش اجتماعی چه به صورت مستقیم و چه با واسطه متغیر ویژگی شخصیت‌قادرند به شکل معناداری فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی کنند. به طوری که اثر علی هوش اجتماعی بر فرسودگی تحصیلی دارای بتای ۰/۷۳- (رابطه معکوس) و اثر علی کمک‌خواهی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی دارای بتای ۰/۲۳- بودند که از لحاظ آماری نیز معنادار بودند. علاوه بر این اثرات مستقیم، هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی قادر بودند به صورت غیرمستقیم و با میانجی‌گری ویژگی شخصیت برون‌گرایی را پیش‌بینی کنند که در کل نشان‌دهنده پیش‌بینی بالای متغیرهای هوش اجتماعی و کمک‌خواهی تحصیلی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی می‌باشد. نتایج این تحقیق با یافته‌های پژوهش موناتا (۲۰۱۱)، ریان و پنتریج (۱۹۹۷)، ریان و شین^۱ (۲۰۱۱)، ملت (۱۳۸۷) و خانجانی (۱۳۸۶)، طالب زاده (۱۳۸۷)، سلیمانی (۱۳۸۸) و مهرابی‌زاده هنرمند و همکاران (۱۳۸۸)، خدایاری (۱۳۹۰) همسو می‌باشد. البته از بین این پژوهش‌ها، تنها پژوهش لی و همکاران (۲۰۱۷) است که اگرچه نقش ویژگی‌های شخصیت بر فرسودگی تحصیلی را مثبت و معنی‌دار می‌داند اما این تأثیر را تأثیری مستقیم و نه غیرمستقیم، می‌داند.

در مجموع، باید اذعان داشت که اگرچه، پژوهش‌ها اغلب، فرسودگی تحصیلی را به‌عنوان آسیبی تحصیلی و روانشناختی ارزیابی می‌کنند اما یافته‌های این پژوهش نشان داد که با استفاده از تدابیری از جمله بهبود وضعیت هوش اجتماعی و یا ارتقای کمک‌خواهی تحصیلی می‌توان فرسودگی تحصیلی را کاهش داد. این در حالی است که بنیان‌گذاران مفاهیم و مبانی نظری هوش اجتماعی و کمک‌خواهی بر آن بوده‌اند که این ویژگی‌ها، ثابت و بدون تغییر نیستند. بدین‌سان، اگرچه فرسودگی تحصیلی واقعیتی اجتناب‌ناپذیر و همه‌گیر است اما محکوم به پذیرفتن آن و منفعل ماندن در برابر آن نیستیم. در این میان، البته برون‌گرایی شخصیت نیز بر این پدیده نقش دارد که خاصیتی ثابت و بیش‌وکم بدون تغییر است اما همچنان که یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد، نقش برون‌گرایی شخصیت، نقشی واسطه‌ای و میانجی است. از اینرو، شخصیت نیز بیشتر از آنکه عامل دست‌وپاگیر و مزاحمی در بهبود وضع فرسودگی تحصیلی باشد می‌تواند نقشی اساسی و مؤثر در آن ایفا کند. بدین‌سان، با ارتقای سطح هوش اجتماعی دانشجویان، نظم و برنامه‌ریزی آن‌ها در انجام کارها بهبود پیدا کرده و کم‌تر به دنبال بهانه‌تراشی و عیب‌جویی هستند. همچنین با توجه به نقش مهمی که برون‌گرایی در ارتباط فرد با بیرون از خود دارد و از آنجایی که برون‌گرایی تأثیر زیادی بر علاقه به افراد دارد فراگیران می‌توانند خوش‌بینی، قاطعیت و هوش اجتماعی خود را در انجام تکالیف در

آمیزند و نتایج بهتری به دست آورند. بیرکنیرووا^۱ (۲۰۱۱) نیز نشان داد که صلاحیت‌های عاطفی و هیجانی در ایجاد شخصیت دخیل‌اند و افراد را برای درک شخصی خودشان از احساسات‌شان و در موفقیت در روابط بین‌فردی آنان کمک می‌کند.

پیشنهادهای کاربردی

۱. از آنجاکه یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که می‌توان هوش اجتماعی را ارتقا داد، بدین‌سان، پیشنهاد می‌شود با استفاده از روش‌های آموزشی اکتشافی و پویا، مهارت‌های حل مسئله و هوش در دانشجویان ارتقا پیدا کند.

۲. یافته‌های این پژوهش همچنین نشان داد که اگر دانشجو به‌موقع نیاز تحصیلی، از دیگران (همکلاسی یا استاد) کمک بخواهد در عملکرد و پیشرفت تحصیلی او تأثیر می‌گذارد. بدین‌سان، با استفاده از تکنیک‌های تغییر نگرش، نگرش منفی دانشجویان از کمک‌خواهی در بین آن‌ها از بین برده شود.

محدودیت پژوهش

پژوهش حاضر از ابزار پرسشنامه که اساساً ابزاری مبتنی بر خوداظهاری و خودگزارشی است استفاده کرد و این ابزارها صرفاً برای سنجش نگرش‌ها و علایق شرکت‌کنندگان در پژوهش مناسب هستند. درحالی‌که داوری درباره‌ی متغیری مانند تیپ شخصیتی و یا فرسودگی تحصیلی باید بر سنجه‌ها عملکردی استوار شوند. بدین‌سان، این ابزار خود یکی از محدودیت‌های پژوهش حاضر بود.

تشکر و قدردانی

از مسئولان و دانشجویان محترم دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی سنجند بابت همکاری در اجرای موفق پژوهش تشکر و قدردانی می‌گردد. همچنین از معاونت پژوهشی دانشگاه کردستان - آقای دکتر کرمی - بابت زحمت مکاتبات با دانشگاه علوم پزشکی هم تقدیر و تشکر می‌نماییم.

منابع

- ایمان‌پرور، سهیلا؛ نریمانی، محمد؛ تکلوی، سمیه و هاشمی، تورج. (۱۳۹۹). «تهیه بسته روانی - آموزشی مبتنی بر مدرسه و بررسی اثربخشی آن بر فرسودگی تحصیلی و ارتقای اشتیاق تحصیلی دانش‌آموزان دختر پایه دوازدهم متوسطه». *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، سال هشتم، شماره چهاردهم، ۲۱-۳۶.
- بهادری‌خسروشاهی، جعفر؛ حبیبی‌کلپیر، رامین و فرید، ابوالفضل. (۱۳۹۶). «رابطه جهت‌گیری هدف پیشرفت و خودارزشمندی با کمک‌خواهی تحصیلی دانش‌آموزان». *پژوهش‌های نوین روانشناختی*، سال دوازدهم، شماره ۴۶، ۲۲-۱.
- پورعبدل، سعید؛ صبحی قراملکی، ناصر؛ قائدی، غلامحسین و نبی دوست، علیرضا. (۱۳۹۸). «اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر کاهش فرسودگی و تعلق‌ورزی تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری خاص». *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، سال هفتم، شماره سیزدهم، ۴۹-۸۶.
- پورفلاحتی، علی؛ حاجبی، مجید و حبیب‌زاده، عباس. (۱۳۹۸). «پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی براساس نقاط نیرومند شخصیتی و سبک‌های یادگیری». *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، سال هفتم، شماره سیزدهم، ۶۹-۸۹.
- خانجانی، احمد؛ شکوهی، مهدی؛ یکتا، محسن و حیدری، محمود. (۱۳۸۶). «بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر عزت‌نفس دانش‌آموزان نابینا». *پژوهش در سلامت روانشناختی*، شماره ۳، ۲۹-۳۷.
- خدایاری فرد، محمد؛ چشمه‌نوشی، میترا؛ رحیمی‌نژاد، عباس و فراهانی، حجت‌اله. (۱۳۹۰). «اثربخشی آموزش مؤلفه‌های هوش هیجانی بر سازگاری اجتماعی و صمیمیت اجتماعی». *مجله روانشناسی* ۶۰، سال پانزدهم، شماره ۴، ۳۵۳-۳۶۸.
- عباسی، سمیرا و درتاج، فریبرز. (۱۴۰۰). «پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی براساس راهبردهای رویارویی و حمایت اجتماعی ادراک شده در دانشجویان». *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۹(۱۶)، ۳۳-۱۷.
- عظیمی، محمد. (۱۳۹۰). *بررسی رابطه یادگیری خود‌نظم داده‌انگیزش پیشرفت و فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر اردبیل در سال تحصیلی ۱۹-۹۰*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان.
- قدم‌پور، عزت‌اله و سرمد، زهره. (۱۳۸۵). «نقش باورهای انگیزشی در رفتار کمک‌خواهی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان». *مجله روانشناسی*، دوره ۷، شماره ۲، ۱۱۲-۱۲۶.
- ملت، زهرا. (۱۳۸۷). «افزایش اعتمادبنفس و مهارت‌های اجتماعی و رفتار با دیگران». *مجله علوم تربیتی: تعلیم و تربیت استثنائی*، شماره ۷۶ و ۷۷، ۴۲-۵۱.

مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز؛ تقوی، فرخنده و عطاری، یوسف علی. (۱۳۸۸). «تأثیر آموزش جرأت‌ورزی بر مهارت‌های اجتماعی، اضطراب اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر». *روانشناسی علوم رفتاری*، شماره ۷، ۵۹-۶۴.

نورایی، محمود؛ ساعری ارسی، ایرج. (۱۳۸۹). «بررسی اثر هوش عاطفی (هوش اجتماعی) بر عملکرد آموزشی اعضای هیات علمی (مطالعه موردی واحدهای منطقه ۲ دانشگاه آزاد اسلامی)». *نشریه علوم رفتاری*، دوره دوم، شماره ۳، ۱۸۳-۱۵۵.

یوسفی، فایق؛ تیموری، پروانه؛ آزاد، نامعلی و خاصی، بیتا. (۱۳۹۵). «بررسی فراوانی تیپ شخصیتی (درونگرا و برونگرا) و هیجان (ثبات، نوروژ و سایکوز) دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کردستان». *مجله علوم پزشکی زانکو، دانشگاه علوم پزشکی کردستان*، سال هفدهم، شماره ۳، ۲۷-۱۸.

Aguayo, R.; Canadas, G. R.; Kaddouri, L. A.; Canadas, G. A.; Baena, L. R. & Campos, E. O. (2019). "A risk profile of socio demographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students". *International journal of environmental research and public health*. 16, 707, 2-10.

Breso, E., Salanova, M. & Schoufeli, B. (2007). "In search of the third dimension of Burnout", *Applied psychology*, 56(3), 460-472.

Chamberlain, D., Williams, A., Stanley, D., Mellor, P., Cross, W., Siegloff, L. (2016). "Dispositional Mindfulness and employment status as predictors of resilience in third year nursing students: a quantitative study". *Nurs Open*, 2, 3(4), 212-221.

Hatch, M, J. (2013). *Organization theory: modern, symbolic and postmodern perspectives. (Third edition)*. London: Oxford university press.

Lee, S. J.; Choi, Y. J. & Chae, H. (2017). "The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students". *Intermeddles* 6, 207-213.

Lindeman, B., McKinley, S., Hasshimoto, D., Gee, D., Smink, D., S., Mullen, J. T. & Phitayakorn, R. (2017). Association of Burnout With Emotional Intelligence and Personality in Surgical Residents: Can We Predict Who Most at Risk Is? Association of Program Directors in Surgery.

Mazerolle, S. M; Monsma, E. V; Mensch, J. (2012). "An Assessment of Burnout in Graduate Assistant Certified Athletic Trainers". *Journal of Athletic Training* 47(3), 320-328.

Moneta, G. B. (2011). "Need for achievement, burnout, and intention to leave". *Testing personality and in dividable differnces*, 5(2), 274-278.

Newman, R. (2010). "Encourage students to seek academic help: The role of the educational therapist". *The Educational Therapist*, 31(2), 8-10.

Ryan, A. M. and Shin, H. (2011). "Help seeking tendencies during early adolescence: An examination of motivational correlates and consequences for an Achievement". *Learning and instruction*, 21, 247-256.

Ryan, A. M., Pintrich, P.R. (1997). "Should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescent's help-seeking in math class". *Journal of Educational Psychology*, 89, 329-341.

- Wang, M., Guan, H., Li, Y., Xing, C. & Rui, B. (2019). "Academic burnout and professional self-concept of nursing students: A cross-sectional study". *Nurse Education Today*, 77, 27–31.
- Zainudin, M. & Istiyono, E. (2019). "Scientific Approach to Promote Response Fluency Viewed from Social Intelligence: Is It Effective?", *European Journal of educational Research*, Volume 8, Issue 3, 801-808.
- Williams, J. D. & Takaku, S. (2011). "Help seeking self-efficacy and writing performance among college students". *Journal of writing research*, 3(1), 1-18.
- Young., M.E., and Long., L.L. (2007). *Counseling and Therapy for Couples*. Brooks/Cole Publishing Company: USA.
- Zhang, Y, Gam, Y, Cham, H. (2007). "Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis", *Personality and Individual Differences*, 43(6), 1529-1540.