MEJDS. 2021; 11:178.

Published online 2021 Dec. **Original Article**

Providing a Model of Academic Burnout based on Quality of University Life, Academic Resilience, and Hope for Employment in Anxious Students

Gol Aflak Z[1], *Dasht Bozorgi Z[2]

Author Address
1. MA Student in Clinical Psychology, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran;
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran.
***Corresponding author's email:** zahradb2000@yahoo.com

Received: 2020 Sep 17; **Accepted:** 2020 Nov 25

Abstract

Background & Objectives: Anxiety can effectively create and increase the inability to achieve goals. Anxious students encounter academic failure or even academic burnout. Academic burnout is a response to academic difficulties and results from a mismatch between educational resources and own and others' expectations for academic success. Factors affecting academic burnout include the quality of university life, academic resilience, and hope for employment. The quality of university life is a complex, dynamic, and multifaceted concept, indicating students' satisfaction from university life, with a significant impact on the quality of students' learning and the improvement of the university education system. Academic resilience is the rate of academic flexibility in the face of difficulties, stresses, and challenging situations that lead to academic achievement. Hope to employment means the rate of hope to get a job in the future and use appropriate strategies to achieve it. The anxiety rate is high in university students. Besides, anxiety in students leads to a decline in academic performance, and in the case of intensification and persistence, it causes academic burnout. Thus, this research aimed at providing a model of academic burnout based on the quality of university life, academic resilience, and hope to employment in anxious students.

Methods: This was a cross-sectional and correlational study. The research population was all anxious students of the Islamic Azad University of Ahvaz Branch in the 2019-2020 academic year (N=~3800). Of them, 300 students were selected based on Cochran's formula as the sample by the convenience sampling method. Data collection tools included the questionnaires of academic burnout (Breso, Salanova & Schaufeli, 2007), quality of university life (Sirgy, Lee, Grzeskowiak & Yu, 2010), academic resilience (Martin & Marsh, 2008), hope to employment (Qureshirad, 2008), and anxiety (Beck, Epstein, Brown & Steer, 1988). The obtained data were analyzed by Pearson correlation coefficient and structural equations modeling using path analysis in SPSS and LISREL at the significance level of 0.05.

Results: The findings suggested that 46.7% and 53.3% of anxious students were male and female, respectively. Thus, 71.7% were aged 21-30 years, 25% were aged 31-40 years, and 3.3% were aged 41-50 years. In addition, 43.3% were studying at the undergraduate level, 52.7% at the Master's level, and 4% at the PhD level. The Pearson correlation data revealed that the quality of university life (r=-0.41, p<0.001), academic resilience (r=-0.62, p<0.001), and hope to employment (r=-0.46, p<0.001) presented an inverse relationship with academic burnout; quality of university life with academic resilience (r=0.37, p<0.001) and hope to employment (r=0.59, p<0.001) and academic resilience with hope to employment (r=0.43, p<0.001) demonstrated a direct relationship. Also, the quality of university life (Beta=0.41, p<0.001) and academic resilience (Beta=0.34, p<0.001) positively impacted hope to employment, the quality of university life (Beta=-0.32, p<0.001), academic resilience (Beta=-0.45, p<0.001), and hope to employment (Beta=-0.36, p<0.001) negatively affected academic burnout and the quality of university life (Beta=-0.15, p<0.001) and academic resilience (Beta=-0.12, p<0.001) with the mediation of hope to employment had a negative effect on academic burnout. Based on the index of root mean square error of approximation (RMSEA=0.02), the model of academic burnout based on quality of university life, academic resilience, and hope to employment in anxious students had a good fit.

Conclusion: Based on the current study findings, to reduce the academic burnout of anxious students, it is necessary to design programs to improve the quality of university life, academic resilience, and hope for employment.

Keywords: Academic Burnout, Quality of University Life, Academic resilience, Hope to employment, Anxious, Students.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

Copyright © 2016, MEJDS. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License (http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

مجله مطالعات ناتوانی ۱۴۰۰؛ (۱۱):۱۷۸.

انتشار برخط آذر ۱۴۰۰ مقاله پژوهشی اصیل

ارائهٔ مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب

زیبا گل‌افلاک[۱]، *زهرا دشت‌بزرگی[۲]

توضیحات نویسندگان

۱. دانشجوی کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران؛

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

***رایانامهٔ نویسندهٔ مسئول:** zahradb2000@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۲۷ شهریور ۱۳۹۹؛ **تاریخ پذیرش:** ۵ آبان ۱۳۹۹

چکیده

زمینه و هدف: اضطراب می‌تواند نقش مؤثری در ایجاد و افزایش ناتوانی در تحقق اهداف داشته باشد و دانشجویان مضطرب دچار افت تحصیلی یا حتی فرسودگی تحصیلی می‌شوند؛ درنتیجه، هدف این پژوهش ارائهٔ مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب بود.

روش‌بررسی: مطالعهٔ حاضر مقطعی از نوع همبستگی بود. جامعهٔ پژوهش را تمامی دانشجویان مضطرب دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز در سال تحصیلی ۹۹ـ۱۳۹۸ تشکیل دادند. از میان آن‌ها سیصد دانشجو با روش نمونه‌گیری دردسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای گردآوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های فرسودگی تحصیلی (بریسو و همکاران، ۲۰۰۷)، کیفیت زندگی دانشگاهی (سیرجی و همکاران، ۲۰۱۰)، تاب‌آوری تحصیلی (مارتین و مارش، ۲۰۰۸)، امید به اشتغال (قریشی راد، ۱۳۸۷) و اضطراب (بک و همکاران، ۱۹۸۸) بود. داده‌ها با روش تحلیل مسیر در نرم‌افزارهای SPSS نسخهٔ ۲۱ و LISREL نسخهٔ ۸/۸ در سطح معناداری کوچک‌تر از ۰/۰۵ تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد، کیفیت زندگی دانشگاهی (Beta=۰/۴۱ ،p<۰/۰۰۱) و تاب‌آوری تحصیلی (Beta=۰/۳۴ ،p<۰/۰۰۱) بر امید به اشتغال اثر مثبت، کیفیت زندگی دانشگاهی (Beta=-۰/۳۲ ،p<۰/۰۰۱)، تاب‌آوری تحصیلی (Beta=-۰/۴۵ ،p<۰/۰۰۱) و امید به اشتغال (Beta=-۰/۳۶ ،p<۰/۰۰۱) بر فرسودگی تحصیلی اثر منفی و کیفیت زندگی دانشگاهی (Beta=-۰/۱۵ ،p<۰/۰۰۱) و تاب‌آوری تحصیلی (Beta=-۰/۱۲ ،p<۰/۰۰۱) با میانجی امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی اثر منفی دارند. براساس شاخص ریشهٔ میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA=۰/۰۲) مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب دارای برازش مناسبی بود.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت، برای کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان مضطرب طراحی برنامه‌هایی برای بهبود کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال ضروری است.

کلیدواژه‌ها: فرسودگی تحصیلی، کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی، امید به اشتغال، دانشجویان مضطرب.

حق انتشار محفوظ است © ۱۳۹۵، مجله مطالعات ناتوانی. این یک مقاله با دسترسی آزاد است که تحت مجوز اختیار_غیرتجاری ۴/۰ بین‌المللی (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.fa) منتشر شده است که به شما اجازه می‌دهد که مواد منتشر شده در این مقاله را با شرط ارجاع مناسب به نسخهٔ اصلی، به‌طور غیرتجاری نسخه‌برداری و توزیع کنید.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

۱ مقدمه

اضطراب به‌عنوان یکی از اختلال‌های بسیار شایع روان‌شناختی، نوعی احساس ترس و ناراحتی بدون دلیل و واکنش دربرابر خطرهای نامعلوم، درونی، مبهم، ناخودآگاه و کنترل‌نشدنی است که باعث ناتوانی در تحقق اهداف می‌شود (۱). میزان شیوع اضطراب در جامعهٔ ایران زیاد است و بیش از ۳۵درصد از دانشجویان مبتلا به اضطراب متوسط و شدید هستند. این میزان بیشتر از گزارش دیگر کشورها است (۲). اضطراب نقش مهمی در فرسودگی تحصیلی دارد و این سازه به احساس خستگی به‌دلیل تقاضاها و الزامات تحصیلی (خستگی)، داشتن حس منفی و بدبینانه و علاقه‌نداشتن به تکالیف درسی (بی‌علاقگی) و احساس شایستگی‌نداشتن یا کارآمدی ضعیف در انجام تکالیف تحصیلی (کارآمدنبودن) اشاره دارد (۳). درواقع فرسودگی تحصیلی پاسخ به دشواری‌های تحصیلی و نتیجهٔ ناهمخوانی میان منابع آموزشی و انتظارهای خود و دیگران برای موفقیت تحصیلی است (۴). از عوامل مؤثر بر فرسودگی تحصیلی، کیفیت زندگی دانشگاهی است (۵). کیفیت زندگی دانشگاهی مفهومی پیچیده، پویا و چندوجهی به‌معنای میزان رضایت دانشجویان از زندگی دانشگاهی است که تأثیر زیادی بر کیفیت یادگیری دانشجویان و ارتقای نظام آموزشی دانشگاه دارد (۶). کیفیت زندگی دانشگاهی مطلوب باعث افزایش انگیزش برای یادگیری و تحصیل می‌شود و موفقیت در تحصیل را ارتقا می‌بخشد (۵). یکی دیگر از عوامل مؤثر بر فرسودگی تحصیلی، تاب‌آوری تحصیلی است (۷). تاب‌آوری تحصیلی میزان انعطاف‌پذیری تحصیلی دربرابر مشکلات، استرس‌ها و شرایط چالش‌انگیز است که موجب دستیابی به موفقیت تحصیلی می‌شود (۸). افراد دارای تاب‌آوری تحصیلی انگیزهٔ بیشتری برای مطالعه و یادگیری دارند، در دوران تحصیل تلاش بیشتری از خود نشان می‌دهند، به‌جای فرار از مشکلات تحصیلی به مقابله با آن‌ها می‌پردازند، احساس کارآمدی بیشتری در یادگیری دارند و به موفقیت‌های بیشتری دست می‌یابند (۷). یکی از عواملی که می‌تواند بین کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش میانجی داشته باشد، امید به اشتغال است. اشتغال دانشجویان یکی از مسائلی است که همواره ذهن دانشجویان و سیاست‌گذاران را به خود مشغول می‌سازد و همواره عاملی استرس‌زا به‌شمار می‌رود (۵). این سازه به‌معنای میزان امیدواری یا توانایی ذهنی برای رسیدن به شغل در آینده و استفاده از راهکارهای مناسب به‌منظور تحقق آن است (۹).

پژوهش‌های اندکی دربارهٔ روابط کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی، امید به اشتغال و فرسودگی تحصیلی انجام شده است؛ برای مثال نتایج پژوهش اوضاعی و همکاران حاکی‌از رابطهٔ منفی و معنادار تاب‌آوری تحصیلی و کیفیت زندگی تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بود (۱۰). شیخ‌الاسلامی و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که کیفیت زندگی دانشگاهی و امید به اشتغال با فرسودگی تحصیلی دارای رابطهٔ منفی و معنادار است (۵). در پژوهشی دیگر یو گزارش کرد، کیفیت دانشگاه بر استخدام اولیهٔ دانشجویان تأثیر معناداری دارد (۱۱). نتایج پژوهش عجم اکرامی و همکاران نشان داد، امید به کار و اشتغال و انگیزش تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دارای رابطهٔ معکوس و معنادار است (۱۲). بیانی و همکاران ضمن پژوهشی دریافتند، امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی تأثیر منفی و معنادار دارد (۱۳). نعمتی و همکاران در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که تاب‌آوری تحصیلی و امیدواری دارای رابطهٔ مثبت و معنادار است (۱۴). نتایج پژوهش طاهری خرامه و همکاران حاکی‌از رابطهٔ منفی و معنادار تاب‌آوری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان بود (۱۵). در پژوهش ایو و همکاران مشخص شد، تاب‌آوری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی رابطهٔ منفی و معنادار دارد (۱۶).

اضطراب در دانشجویان سبب افت عملکرد تحصیلی و در صورت تشدید و تداوم آن باعث فرسودگی تحصیلی می‌شود؛ پس باید ابتدا عوامل مؤثر بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان مضطرب را شناخت و سپس براساس آن‌ها برنامه‌هایی برای کاهش فرسودگی شغلی آنان طراحی و اجرا کرد. پژوهش‌هایی به بررسی رابطهٔ کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی، امید به اشتغال و فرسودگی تحصیلی پرداخته است؛ اما این پژوهش‌ها بسیار اندک بوده و یکی از خلأهای پژوهشی بررسی‌نشدن روابط علت و معلولی بین آن‌ها است. باتوجه به مطالب مطرح‌شده و اینکه آمار دانشجویان مبتلا به اضطراب شدید و امید به اشتغال در دانشجویان به‌ویژه دانشجویان مضطرب نقش مؤثری در عملکرد تحصیلی و متغیرهای مرتبط با آن دارد، هدف پژوهش حاضر ارائهٔ مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب بود.

۲ روش‌بررسی

مطالعهٔ حاضر مقطعی از نوع همبستگی بود. جامعهٔ پژوهش را تمامی دانشجویان مضطرب دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز در سال تحصیلی ۹۹ـ۱۳۹۸ به تعداد حدود ۳۸۰۰ نفر تشکیل دادند. از میان آن‌ها سیصد دانشجو با روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. حداقل حجم نمونه در پژوهش‌های معادلات ساختاری دویست نفر است (۱۷) که برای دستیابی به توان آماری کافی و باتوجه به شیوع بیش از ۳۵درصدی اضطراب متوسط و شدید در دانشجویان ایران (۲) تعداد سیصد نفر به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. برای انجام این پژوهش پس از هماهنگی با مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز از میان دانشجویان مشکوک به اضطراب معرفی‌شده توسط اساتید رشته‌های روان‌شناسی و علوم تربیتی خواسته شد تا به پرسش‌نامهٔ اضطراب بک پاسخ دهند و در صورت کسب نمرهٔ ۸تا۲۵ به‌عنوان نمونه در نظر گرفته شدند؛ به‌طوری‌که از میان ۴۷۸ دانشجوی معرفی‌شده تعداد سیصد نفر واجد شرایط بودند. بیان رعایت نکات اخلاقی ازجمله محرمانه‌ماندن اطلاعات شخصی، رازداری و حفظ حریم شرکت‌کنندگان، اهمیت و ضرورت پژوهش برای نمونه‌ها صورت گرفت و از آنان خواسته شد تا با دقت پرسش‌نامه‌های فرسودگی تحصیلی، کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال را تکمیل کنند. داده‌ها با کمک فرم اطلاعات دموگرافیک و ابزارهای زیر جمع‌آوری شد.

ـ پرسش‌نامهٔ اضطراب بک (بک و همکاران، ۱۹۸۸): این پرسش‌نامه دارای ۲۱ گویه است. گویه‌ها براساس مقیاس چهاردرجه‌ای لیکرت از صفر تا سه نمره‌گذاری می‌شود و نمرهٔ پرسش‌نامه با جمع نمرهٔ همهٔ گویه‌ها به‌دست می‌آید؛ لذا دامنهٔ نمرات بین صفر تا ۶۳ قرار دارد. نمرهٔ

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

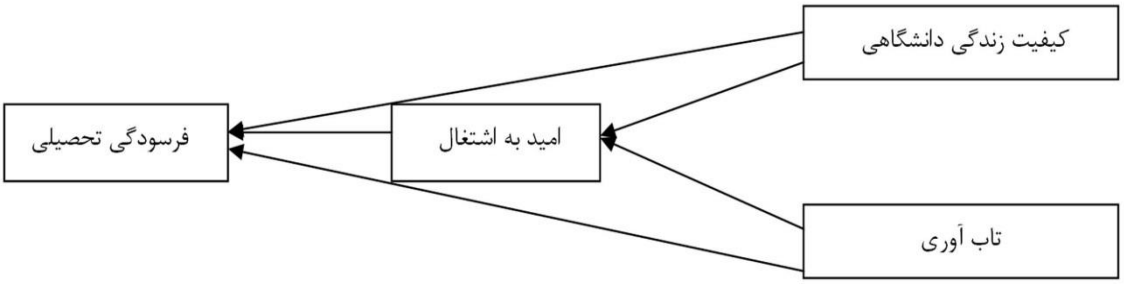
بیشتر نشان‌دهندهٔ اضطراب بیشتر است. در این ابزار دامنهٔ نمرات صفر تا ۷ نداشتن اضطراب، ۸تا۱۵ اضطراب خفیف، ۱۶تا۲۵ اضطراب متوسط و ۲۶تا۶۳ اضطراب شدید را نشان می‌دهد. بک و همکاران پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و با روش بازآزمایی یک‌هفته‌ای ۰/۷۵ گزارش کردند (۱۸). رفیعی و سیفی پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰۲ به‌دست آوردند (۲).

ـ پرسش‌نامهٔ فرسودگی تحصیلی (بریسو و همکاران، ۲۰۰۷): این پرسش‌نامه دارای پانزده گویه است. گویه‌ها براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود و نمرهٔ پرسش‌نامه با جمع نمرهٔ همهٔ گویه‌ها به‌دست می‌آید؛ لذا دامنهٔ نمرات بین ۱۵تا۷۵ قرار دارد. نمرهٔ بیشتر نشان‌دهندهٔ فرسودگی تحصیلی بیشتر است. بریسو و همکاران روایی پرسش‌نامه را با روش تحلیل عاملی تأیید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کردند (۱۹). شیخ‌الاسلامی و همکاران پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به‌دست آوردند (۵).

ـ پرسش‌نامهٔ کیفیت زندگی دانشگاهی (سیرجی و همکاران، ۲۰۱۰): این پرسش‌نامه دارای ۲۳ گویه است. گویه‌ها براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود و نمرهٔ پرسش‌نامه با جمع نمرهٔ همهٔ گویه‌ها به‌دست می‌آید؛ لذا دامنهٔ نمرات بین ۲۳تا۱۱۵ قرار دارد. نمرهٔ بیشتر نشان‌دهندهٔ کیفیت زندگی دانشگاهی مطلوب‌تر است. سیرجی و همکاران روایی پرسش‌نامه را با روش تحلیل عاملی تأیید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش کردند (۶). شیخ‌الاسلامی و همکاران پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به‌دست آوردند (۵).

ـ پرسش‌نامهٔ تاب‌آوری تحصیلی ساموئلز (۲۰۰۴): این پرسش‌نامه دارای چهل گویه است. گویه‌ها براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود و نمرهٔ پرسش‌نامه با جمع نمرهٔ همهٔ گویه‌ها به‌دست می‌آید، لذا دامنهٔ نمرات بین ۴۰تا۲۰۰ قرار دارد. نمرهٔ بیشتر نشان‌دهندهٔ تاب‌آوری تحصیلی زیادتر است. ساموئلز پایایی پرسش‌نامه را ازطریق همبستگی گویه‌ها با کل پرسش‌نامه در دامنهٔ ۰/۵۷تا۰/۸۹ گزارش کرد که حاکی‌از روایی مناسب بود و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به‌دست آوردند (۷). اوضاعی و همکاران پایایی پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ گزارش کردند (۱۰).

ـ پرسش‌نامهٔ امید به اشتغال (قریشی راد، ۱۳۸۷): این پرسش‌نامه دارای بیست گویه است. گویه‌ها براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از یک تا پنج نمره‌گذاری می‌شود و نمرهٔ پرسش‌نامه با جمع نمرهٔ همهٔ گویه‌ها به‌دست می‌آید؛ لذا دامنهٔ نمرات بین ۲۰تا۱۰۰ قرار دارد. نمرهٔ بیشتر نشان‌دهندهٔ امید به اشتغال بیشتر است. قریشی راد روایی محتوایی پرسش‌نامه را با نظر متخصصان تأیید و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش کرد (۲۰)؛ بنابراین، مدل مفهومی پژوهش در شکل ۱ ارائه شد.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

این پژوهش دارای کد اخلاق با شمارهٔ IR.IAU.Ahvaz.REC.1398.134 از کمیتهٔ اخلاق پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز بود. در این پژوهش تحلیل داده‌ها در دو بخش توصیفی و استنباطی صورت گرفت. در سطح توصیفی از روش‌های تعداد، درصد، میانگین و انحراف معیار و در سطح استنباطی برای پیش‌فرض‌ها از آزمون کولموگروف‌اسمیرنف برای نرمال‌بودن، از ضرایب همبستگی پیرسون برای بررسی همبستگی بین متغیرها، از تحلیل مسیر برای آزمون فرض‌های آماری و از روش بوت‌استراپ برای اثرهای غیرمستقیم استفاده شد؛ همچنین شاخص‌های برازش مدل شامل شاخص مجذور کای به درجهٔ آزادی (χ^2/df) با حد پذیرش ۱تا۳، شاخص ریشهٔ میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) با حد پذیرش کمتر از ۰/۰۵ و چهار شاخص نکویی برازش (GFI)، شاخص نکویی برازش اصلاح‌شده (AGFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و شاخص برازش هنجارشده (NFI) با حد پذیرش بیشتر از ۰/۹۵ برای بررسی نکویی برازش مدل به‌کار رفت (۱۷). لازم به ذکر است که داده‌ها در نرم‌افزارهای SPSS نسخهٔ ۲۱ و LISREL نسخهٔ ۸/۸ در سطح معناداری برابر با ۰/۰۵ تحلیل شدند.

۳ یافته‌ها

در این پژوهش سیصد دانشجوی مضطرب حضور داشتند که اطلاعات دموگرافیک آن‌ها در جدول ۱ ارائه شده است.

طبق نتایج جدول ۱ بیشتر دانشجویان مضطرب زن (۱۶۰ نفر معادل ۵۳/۳۳درصد)، دارای گروه سنی ۲۱تا۳۰ سال (۲۱۵ نفر معادل ۷۱/۶۷درصد) و مشغول به تحصیل در مقطع تحصیلی کارشناسی‌ارشد (۱۵۸ نفر معادل ۵۲/۶۷درصد) بودند. بررسی مفروضهٔ نرمال‌بودن داده‌ها براساس آزمون کولموگروف‌اسمیرنف به‌دلیل مقدار معناداری بیشتر از ۰/۰۵ رد نشد. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی پیرسون کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی، امید به اشتغال و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان مضطرب در جدول ۲ مشاهده می‌شود.

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

جدول ۱. اطلاعات دموگرافیک دانشجویان مضطرب

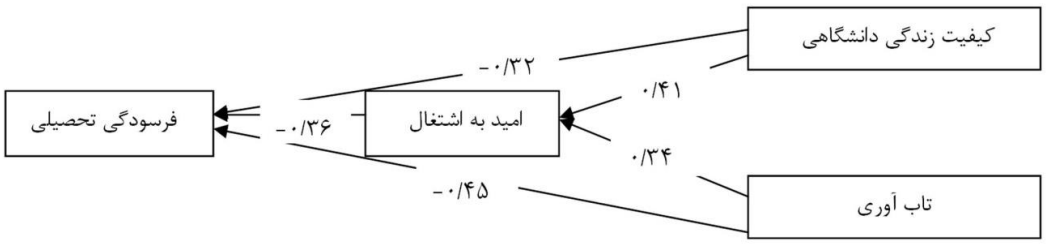
متغیرها	ابعاد	تعداد	درصد
جنسیت	مرد	۱۴۰	۴۶/۷
	زن	۱۶۰	۵۳/۳
گروه سنی	۲۱تا۳۰ سال	۲۱۵	۷۱/۷
	۳۱تا۴۰ سال	۷۵	۲۵/۰
	۴۱تا۵۰ سال	۱۰	۳/۳
مقطع تحصیلی	کارشناسی	۱۳۰	۴۳/۳
	کارشناسی‌ارشد	۱۵۸	۵۲/۷
	دکتری تخصصی	۱۲	۴

جدول ۲. میانگین، انحراف معیار و ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش در دانشجویان مضطرب

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴
۱. کیفیت زندگی دانشگاهی	۷۴/۴۲	۱۴/۹۲	۱			
۲. تاب‌آوری تحصیلی	۱۴۱/۷۱	۱۵/۲۶	۰/۳۷**	۱		
۳. امید به اشتغال	۷۰/۱۷	۳۹/۱۲	۰/۵۹**	۰/۴۳**	۱	
۴. فرسودگی تحصیلی	۲۴/۷۵	۱/۹۶	-۰/۴۱**	-۰/۶۲**	-۰/۴۶**	۱

**$p<۰/۰۵$

طبق نتایج جدول ۲ کیفیت زندگی دانشگاهی ($p<۰/۰۰۱$، r=-۰/۴۱)، تاب‌آوری تحصیلی ($p<۰/۰۰۱$، r=-۰/۶۲) و امید به اشتغال ($p<۰/۰۰۱$، r=-۰/۴۶) با فرسودگی تحصیلی رابطهٔ معکوس، کیفیت زندگی دانشگاهی با تاب‌آوری تحصیلی ($p<۰/۰۰۱$، r=۰/۳۷) و امید به اشتغال ($p<۰/۰۰۱$، r=۰/۵۹) و تاب‌آوری تحصیلی با امید به اشتغال ($p<۰/۰۰۱$، r=۰/۴۳) رابطهٔ مستقیم داشتند. مدل برازش‌شدهٔ فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی با میانجی امید به اشتغال به‌همراه ضرایب استاندارد مسیرها در دانشجویان مضطرب در شکل ۲ و نتایج تاثیرهای مستقیم و غیرمستقیم مدل پژوهش در جدول ۳ آورده شده است.



شکل ۲. مدل برازش شده پژوهش به همراه ضرایب استاندارد مسیرها در دانشجویان مضطرب

جدول ۳. نتایج تأثیرهای مستقیم و غیرمستقیم پژوهش در دانشجویان مضطرب

تأثیرهای مستقیم و غیرمستقیم	ضرایب غیراستاندارد	خطای معیار برآورد	ضرایب استاندارد	آمارهٔ t	مقدار احتمال
تأثیر مستقیم کیفیت زندگی دانشگاهی بر امید به اشتغال	۲/۳۴	۰/۲۸	۰/۴۱	۸/۳۶	<۰/۰۰۱
تأثیر مستقیم کیفیت زندگی دانشگاهی بر فرسودگی تحصیلی	-۲/۴۸	۰/۳۸	-۰/۳۲	-۶/۵۴	<۰/۰۰۱
تأثیر مستقیم تاب‌آوری تحصیلی بر امید به اشتغال	۱/۴۹	۰/۲۱	۰/۳۴	۷/۱۲	<۰/۰۰۱
تأثیر مستقیم تاب‌آوری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی	۳/۴۰	۰/۳۵	-۰/۴۵	-۹/۷۱	<۰/۰۰۱
تأثیر مستقیم امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی	۴/۳۸	۰/۵۶	-۰/۳۶	-۷/۸۳	<۰/۰۰۱
تأثیر غیرمستقیم کیفیت زندگی دانشگاهی با میانجی امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی	۲/۷۳	۰/۲۳	-۰/۱۵	-۱۱/۸۹	<۰/۰۰۱
تأثیر غیرمستقیم تاب‌آوری تحصیلی با میانجی امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی	۲/۴۸	۰/۲۴	-۰/۱۲	-۱۰/۳۴	<۰/۰۰۱

طبق نتایج شکل ۲ و جدول ۳ کیفیت زندگی دانشگاهی ($p<۰/۰۰۱$، Beta=۰/۴۱) و تاب‌آوری تحصیلی ($p<۰/۰۰۱$، Beta=۰/۳۴) بر

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

امید به اشتغال اثر مثبت، کیفیت زندگی دانشگاهی (Beta=-۰/۳۲ ،p<۰/۰۰۱)، تاب‌آوری تحصیلی (Beta=-۰/۴۵ ،p<۰/۰۰۱) و امید به اشتغال (Beta=-۰/۳۶ ،p<۰/۰۰۱) بر فرسودگی تحصیلی اثر منفی داشتند. اثرهای غیرمستقیم با روش بوت‌استراپ به‌دست آمد. براساس آن کیفیت زندگی دانشگاهی (Beta=-۰/۱۵ ،p<۰/۰۰۱) و تاب‌آوری تحصیلی (Beta=-۰/۱۲ ،p<۰/۰۰۱) با میانجی امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی دارای تأثیر منفی بودند. نتایج شاخص‌های نکویی مدل برازش‌شدهٔ پژوهش در دانشجویان مضطرب در جدول ۴ مشاهده می‌شود.

جدول ۴. شاخص‌های نکویی برازش‌شدهٔ مدل پژوهش در دانشجویان مضطرب

شاخص‌ها	χ^2/df	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	NFI
آماره	۱/۹۳	۰/۰۲	۰/۹۸	۰/۹۷	۰/۹۹	۰/۹۹

طبق نتایج جدول ۴ مدل برازش‌شده به‌دلیل مقادیر شاخص مجذور کای به درجهٔ آزادی (χ^2/df)، شاخص ریشهٔ میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)، شاخص نکویی برازش (GFI)، شاخص نکویی برازش اصلاح‌شده (AGFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و شاخص برازش هنجارشده (NFI) دارای برازشی مناسبی بود.

۴ بحث

هدف این پژوهش ارائهٔ مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب بود.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد، کیفیت زندگی دانشگاهی بر امید به اشتغال دانشجویان مضطرب اثر مستقیم و مثبت و بر فرسودگی تحصیلی آنان اثر مستقیم و منفی دارد؛ پس، کیفیت زندگی دانشگاهی علت و امید به اشتغال و فرسودگی تحصیلی معلول است. این یافته در زمینهٔ اثر کیفیت زندگی دانشگاهی بر امید به اشتغال با یافتهٔ پژوهش یو (۱۱) و در زمینهٔ اثر کیفیت زندگی دانشگاهی بر فرسودگی تحصیلی با نتایج پژوهش‌های شیخ‌الاسلامی و همکاران (۵) و اوضاعی و همکاران (۱۰) همسوست. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، کیفیت زندگی دانشگاهی مقوله‌ای پیچیده، اما از معیارها و ملاک‌های بهتر به‌منظور اندازه‌گیری توان فرد برای سازگاری موفقیت‌آمیز با چالش‌های موجود در زندگی دانشگاهی است. دانشجویان دارای کیفیت زندگی دانشگاهی مطلوب‌تر، عملکرد تحصیلی بهتر و ادراک استرس و اضطراب کمتری دارند؛ درمقابل وجود کیفیت زندگی دانشگاهی ضعیف، استرس‌ها و اضطراب‌های دوران دانشجویی را افزایش می‌دهد و منجربه افت عملکرد تحصیلی و حتی ترک تحصیل می‌شود (۵). کیفیت زندگی دانشگاهی تأثیر زیادی در یادگیری و افزایش دانش علمی و موفقیت‌های تحصیلی دانشجویان دارد و می‌تواند نقش مؤثری در موفقیت‌های شغلی در آینده داشته باشد. کیفیت زندگی دانشگاهی با تمرکز بر زندگی تحصیلی دارای ابعاد متعددی نظیر آموزشی، جسمی، روانی، رفتاری، پژوهشی، فرهنگی، اجتماعی، رفاهی، تفریحی، اقتصادی و آینده‌نگری است و افزایش آن باعث ارتقای کیفیت نظام آموزش عالی می‌شود (۱۱)؛ درنتیجه، کیفیت زندگی دانشگاهی می‌تواند ازطریق بهبود عملکرد و موفقیت‌های تحصیلی و دستیابی به سطوح عالی علمی باعث افزایش امید به اشتغال و ازطریق افت استرس‌ها و اضطراب‌های تحصیلی سبب کاهش فرسودگی تحصیلی شود.

همچنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد، تاب‌آوری تحصیلی بر امید به اشتغال دانشجویان مضطرب اثر مستقیم و مثبت و بر فرسودگی تحصیلی آنان اثر مستقیم و منفی دارد؛ پس، تاب‌آوری تحصیلی علت و امید به اشتغال و فرسودگی تحصیلی معلول است. این یافته در زمینهٔ اثر تاب‌آوری تحصیلی بر امید به اشتغال با یافتهٔ پژوهش نعمتی و همکاران (۱۴) و در زمینهٔ اثر تاب‌آوری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی با یافتهٔ پژوهش‌های اوضاعی و همکاران (۱۰)، طاهری خرامه و همکاران (۱۵) و ایو و همکاران (۱۶) همسوست. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، دانشجویان دارای تاب‌آوری بیشتر در مواجهه با استرس‌های تحصیلی و استرس‌های زندگی روزانه درمقایسه با سایر دانشجویان کمتر دچار افسردگی می‌شوند و کیفیت زندگی و سلامت بهتری خواهند داشت. از سوی دیگر به‌دلیل سطح تاب‌آوری تحصیلی مناسب میزان حمایت اجتماعی بیشتری دریافت می‌کنند و جو دانشگاهی را مثبت ارزیابی کرده و درمقابل سایر عوارض ناشی‌از استرس‌های تحصیلی مقاوم‌تر هستند (۱۵). تاب‌آوری زیاد در دانشجویان مانند فیلتری قوی شناختی عمل می‌کند و می‌تواند دیدگاه افراد را دربارهٔ حوادث تعدیل کند و منجربه سازگاری و واکنش مناسب به رویدادهای استرس‌زا و چالش‌انگیز شود. نکتهٔ حائز اهمیت دیگر آن است که این سازه مانند عاملی محافظت‌کننده دانشجویان را دربرابر مشکلات و چالش‌های محیط آموزشی مقاوم می‌کند و تلاش آنان را برای داشتن آینده و شغلی مناسب بهبود می‌بخشد (۱۴)؛ درنتیجه، براساس مفاهیم مطرح‌شده تاب‌آوری تحصیلی می‌تواند نقش مؤثری در افزایش امید به اشتغال و کاهش فرسودگی تحصیلی داشته باشد.

یافتهٔ دیگر پژوهش حاضر نشان داد، امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان مضطرب اثر مستقیم و منفی دارد؛ پس، امید به اشتغال علت و فرسودگی تحصیلی معلول است. این یافته با نتایج پژوهش‌های شیخ‌الاسلامی و همکاران (۵)، عجم اکرامی و همکاران (۱۲) و بیانی و همکاران (۱۳) همسوست. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت، امید به کار و اشتغال زیاد، فرسودگی تحصیلی دانشجویان را کم می‌کند و داشتن امید به اشتغال به کارکرد بهتر در فعالیت‌های آموزشی دانشجویان می‌انجامد و علاقه و انگیزهٔ آنان را افزایش می‌دهد. چنین دانشجویانی به‌احتمال بیشتری به اندازهٔ کافی تلاش می‌کنند و این توجه و تلاش به‌نوبهٔ خود باعث افزایش رضایت از رشتهٔ تحصیلی و کاهش فرسودگی شغلی می‌شود (۱۲). امید، هیجانی منفعل نیست که تنها در لحظه‌های تاریک زندگی پدیدار شود؛

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

بلکه فرایندی شناختی است که افراد به‌وسیلهٔ آن به‌صورت فعال برای دست‌یافتن به هدف‌های خود تلاش می‌کنند. برای این منظور راهکارهای مناسبی به‌کار می‌برند و انگیزهٔ خود را در مسیر دستیابی به اهداف حفظ کرده و ارتقا می‌دهند. امید به اشتغال نیز ازطریق افزایش تلاش، استفاده از راهکارهای مناسب و حفظ و ارتقای انگیزهٔ دستیابی به اهداف باعث افزایش انگیزهٔ تحصیلی و کاهش استرس و فرسودگی تحصیلی می‌شود (۱۳).

علاوه بر آن، کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی با میانجی امید به اشتغال بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان مضطرب اثر غیرمستقیم و منفی داشت. پژوهشی در این زمینه یافت نشد؛ اما در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که تأثیر کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی با واسطهٔ مکانیزم‌های شناختی و انگیزشی صورت می‌گیرد. از مکانیزم‌های مهم‌تر شناختی می‌توان به باور دربارهٔ کارآمدی، خودرهبری، برنامه‌ریزی، خودگردانی و غیره و از مکانیزم‌های مهم‌تر انگیزشی می‌توان به خوش‌بینی، شادمانی، مثبت‌اندیشی، امید و غیره اشاره کرد. امید و امید به اشتغال به‌معنای میزان امیدواری یا توانایی ذهنی و فکری برای رسیدن به شغل در آینده و استفاده از راهکارهای مناسب به‌منظور تحقق آن است (۹)؛ پس دارای ابعاد شناختی و نیز دارای ابعاد انگیزشی است؛ درنتیجه، امید به اشتغال می‌تواند بین کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی نقش میانجی داشته باشد و این سازه میانجی مناسبی بین کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان مضطرب بود؛ بنابراین، کیفیت زندگی دانشگاهی و تاب‌آوری تحصیلی با میانجی امید به اشتغال باعث کاهش فرسودگی تحصیلی می‌شود.

محدودیت‌های مهم‌تر پژوهش حاضر شامل استفاده از روش نمونه‌گیری دردسترس، استفاده از ابزارهای خودگزارشی و محدودشدن جامعه به دانشجویان مضطرب دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز بود. براساس محدودیت‌ها استفاده از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی، استفاده از مصاحبهٔ ساختاریافته برای جمع‌آوری داده‌ها و انجام پژوهش بر دانشجویان سایر دانشگاه‌ها یا حتی دانشجویان به‌تفکیک جنسیت پیشنهاد می‌شود.

۵ نتیجه‌گیری

نتایج نشان داد که مدل فرسودگی تحصیلی براساس کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال در دانشجویان مضطرب برازش مناسبی دارد؛ بنابراین، برنامه‌ریزی برای کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان مضطرب ازطریق طراحی و اجرای برنامه‌هایی برای بهبود کیفیت زندگی دانشگاهی، تاب‌آوری تحصیلی و امید به اشتغال ضروری است.

۶ تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله نویسندگان مقالهٔ حاضر از مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز و دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش تشکر و قدردانی می‌کنند.

۷ بیانیه‌ها

تأییدیهٔ اخلاقی و رضایت‌نامه از شرکت‌کنندگان

این مقاله حاصل پایان‌نامهٔ کارشناسی‌ارشد رشتهٔ روان‌شناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز با کد اخلاق از کمیتهٔ اخلاق پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز با شمارهٔ IR.IAU.Ahvaz.REC.1398.134 است و فرم رضایت‌نامهٔ شرکت آگاهانه در پژوهش به امضای همهٔ شرکت‌کنندگان رسید.

رضایت‌نامهٔ انتشار

در این پژوهش رضایت برای انتشار غیرقابل اجرا است.

دسترسی به داده‌ها و مواد

در این پژوهش امکان دسترسی به داده‌ها و مواد وجود دارد.

تضاد منافع

نویسندگان اعلام می‌کنند که هیچ‌گونه تضاد منافعی ندارند.

منابع مالی

این مقاله با هزینهٔ شخصی و بدون هیچ حمایت مالی از سوی سازمان یا نهادی انجام شده است.

مشارکت نویسندگان

در این مقاله نویسندهٔ اول نگارش پروپوزال، جمع‌آوری داده‌ها و نگارش اولیهٔ مقاله بر عهده داشت. نویسندهٔ دوم تحلیل داده‌ها و نگارش نهایی مقاله را انجام داد.

References

1. Herhaus B, Kersting A, Brahler E, Petrowski K. Depression, anxiety and health status across different BMI classes: A representative study in Germany. J Affect Disord. 2020;276:45-52. doi: 10.1016/j.jad.2020.07.020
2. Rafiei M, Seifi A. An investigation into the reliability and validity of Beck anxiety inventory among the university students. Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology. 2013;7(27):37-46. [Persian] https://jtbcp.riau.ac.ir/article_13_en.html
3. Johnson AK, Blackstone SR, Skelly A, Simmons W. The relationship between depression, anxiety, and burnout among physician assistant students: A multi-institutional study. Health Professions Education. 2020;6(3):420-7. doi: 10.1016/j.hpe.2020.04.003
4. Wang M, Guan H, Li Y, Xing C, Rui B. Academic burnout and professional self-concept of nursing students: A cross-sectional study. Nurse Educ Today. 2019;77:27-31. doi: 10.1016/j.nedt.2019.03.004
5. Sheykholeslami A, Karimianpoor Gh, Veysi R. The prediction of academic burnout based on quality of college life and hope to employment in university students. Educational Psychology. 2016;12(39):25-43. [Persian] doi: 10.22054/JEP.2016.4080
6. Sirgy MJ, Lee D, Grzeskowiak S, Yu GB. Quality of college life (QCL) of students: Further validation of a

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]

measure of well-being. Social Indicators Research. 2010;99(3):375-90. doi: 10.1007/s11205-010-9587-6
7. Martin AJ, Marsh HW. Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. Journal of School Psychology. 2008;46(1):53-83. doi: 10.1016/j.jsp.2007.01.002
8. Hwang E, Shin S. Characteristics of nursing students with high levels of academic resilience: A cross-sectional study. Nurse Educ Today. 2018;71:54-9. doi: 10.1016/j.nedt.2018.09.011
9. Hong PYP, Hong R, Choi S. Validation of the employment hope scale (EHS) among summer youth employment program participants. Children and Youth Services Review. 2020;111:1048–11. doi: 10.1016/j.childyouth.2020.104811
10. Ozayi N, Azimpoor E, Emamjomeh MR. The roles of academic burnout and academic resilience as mediators in the relationship between academic vitality and quality of life in school. Journal of Educational and Scholastic Studies. 2019;8(1):237-62. [Persian] http://pma.cfu.ac.ir/article_910.html
11. Yu L. Did better colleges bring better jobs? Estimating the effects of college quality on initial employment for college graduates in China. Current Issues in Comparative Education. 2017;19(2):166-97. https://eric.ed.gov/?id=EJ1144809
12. Ajam Ekrami A, Rezaei T, Bayani AA. Relationship between hope to work and academic motivation with academic burnout. Journal of Knowledge & Health 2015;10(1):44-50. [Persian] doi: 10.22100/jkh.v10i1.503
13. Bayani AA, Bayani A, Rajabi A. The relationship between psychological capital, hope for employment and academic burnout with mental health among students of Islamic Azad University-Azadshahr Branch: A path analysis. JHPM. 2016;5(5):40-7. [Persian] doi: 10.21859/jhpm-06016
14. Nemati S, Badri R, Shahrif H. The relationships between hope, self-efficacy and resiliency with educational motivation in students with physical disabilities. Journal of Exceptional Children. 2019;19(3):61-70. [Persian] http://joec.ir/browse.php?a_id=1076&sid=1&slc_lang=en
15. Taheri Kharameh Z, Sharififard F, Asayesh H, Sepahvandi M R. Academic resilience and burnout relationship of the student of Qom University of Medical Sciences. Educ Strategy Med Sci. 2017;10(5):375-83. [Persian] http://edcbmj.ir/article-1-1183-en.html
16. Oyoo S, Mwaura P, Kinai T. Academic resilience as a predictor of academic burnout among form four students in Homa-Bay county, Kenya. International Journal of Education and Research. 2018;6(3):187-200.
17. Boomsma A. The robustness of LISREL against small sample sizes in factor analysis models. Systems under Indirect Observation: Causality, Structure Prediction; 1982, pp: 149-73.
18. Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. J Consult Clin Psychol. 1988;56(6):893-7. doi: 10.1037//0022-006x.56.6.893
19. Breso E, Salanova M, Schaufeli WB. In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy? Applied Psychology. 2007;56(3):460-78. doi: 10.1111/j.1464-0597.2007.00290.x
20. GhoreishiRad F. Investigate the level of hope for future employment of humanities students. Research Journal of Isfahan University (Humanities). 2008;29(1):47-66. [Persian]

[Downloaded from www.jdisabilstud.org on 2026-11-03]