

رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی

مجید صدوقی^{۱*}، آمنه مرکوبی^۲

۱. دکتری روانشناسی، استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

● دریافت مقاله: ۹۶/۵/۲۳ آخرین اصلاح مقاله: ۹۶/۱۰/۲۳ ● پذیرش مقاله: ۹۶/۱۰/۲۴

زمینه و هدف: فرسودگی تحصیلی پیامدهای منفی متعددی همچون کاهش انگیزه، اشتیاق و عملکرد تحصیلی دانشجویان را به دنبال دارد. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی با فرسودگی تحصیلی انجام شد. روش کار: این مطالعه از نوع توصیفی با طرح همبستگی بود. ۲۳۳ نفر دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی کاشان (۱۴۰ دختر و ۹۳ پسر) در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ با استفاده از روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی، پرسش‌نامه نیازهای اساسی روان‌شناختی Gagné و سؤالات دموگرافیک پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از تحلیل همبستگی کانونی در نرم‌افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: همبستگی منفی معنی‌داری بین فرسودگی تحصیلی با نیاز خودمختاری ($r = -0/296, P < 0/01$)، نیاز شایستگی ($r = -0/548, P < 0/01$) و نیاز ارتباط ($r = -0/290, P < 0/01$) مشاهده گردید. ضریب همبستگی کانونی، ۰/۶۱ به دست آمد. نتایج تحلیل کانونی نشان داد که تنها یک مجموعه معنی‌دار بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و مؤلفه‌های فرسودگی وجود داشت و هر قدر نیازهای روان‌شناختی به ویژه نیاز شایستگی ارضا شود، احتمال فرسودگی تحصیلی به ویژه در بعد ناکارآمدی تحصیلی به عنوان مؤلفه اصلی فرسودگی تحصیلی کاهش می‌یابد.

نتیجه‌گیری: برآورده شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی به ویژه نیاز شایستگی، نقش مهمی در پیشگیری از مؤلفه ناکارآمدی فرسودگی تحصیلی دانشجویان دارد. توجه به ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی در برنامه‌های آموزشی، می‌تواند عامل محافظت‌کننده‌ای در برابر فرسودگی تحصیلی دانشجویان و بهبود وضعیت تحصیلی آنان باشد.

کلید واژه‌ها: نیازهای اساسی روان‌شناختی، فرسودگی تحصیلی، دانشجویان علوم پزشکی

نویسنده مسؤول: گروه روانشناسی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران

● تلفن: ۰۳۱-۵۵۹۱۳۷۵۰ ● نمابر: ۰۳۱-۵۵۹۱۳۷۳۷

مقدمه

فراگیران در راستای دستیابی به اهداف یادگیری در محیط آموزشی، با چالش‌های متعددی روبه‌رو هستند که در صورت منفی بودن، اثرات زیانباری بر انگیزش، عملکرد تحصیلی و بهزیستی روان‌شناختی فراگیران خواهد داشت. از مهم‌ترین این چالش‌ها می‌توان به فرسودگی تحصیلی اشاره نمود (۱). هرچند مطالعه فرسودگی در ابتدا به افراد یاریگر یا آموزش حرفه‌ای (مانند کارکنان بهداشت یا معلمان مدرسه) محدود می‌شد، اما در چند دهه گذشته، موضوع فرسودگی به موقعیت‌های آموزشی نیز گسترش پیدا کرده است که از آن با عنوان فرسودگی تحصیلی نام برده می‌شود و در نظریه و عمل، توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است (۲). تا همین اواخر پژوهش بر روی فرسودگی دانشجویان، محدود به دانشجویان در نقش‌های نظارتی و مشورتی مانند دستیاران پژوهش و آموزش بود (۳).

فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان، به احساس خستگی به دلیل تقاضاها و الزامات تحصیلی (خستگی)، بدبینی و عدم علاقه به تکالیف درسی خود (بی‌علاقگی) و احساس عدم شایستگی به عنوان یک دانشجو (ناکارآمدی) اشاره می‌کند (۴). فرسودگی تحصیلی نوعی واکنش استرس مزمن در دانشجویان به دلیل وجود الزامات تحصیلی است که این واکنش ناشی از تفاوت بین عملکرد دانشجویان با انتظارات خودشان یا دیگران درباره موفقیت تحصیلی است (۵). مسأله فرسودگی در دانشگاه‌ها طی سال‌های گذشته افزایش یافته و پیامدهای منفی بسیاری همچون افت تحصیلی، افسردگی و... را به دنبال داشته است (۶). از آن‌جا که فرسودگی تحصیلی شوق و اشتیاق فراگیران به ادامه تحصیل و رابطه فراگیران با محیط آموزشی را تحت تأثیر قرار می‌دهد و پیامدهای زیانباری مانند کاهش عملکرد تحصیلی آنان را به همراه دارد (۷)، بررسی عوامل زمینه‌ساز و تشدید کننده آن از جمله عرصه‌های مهم تحقیقاتی در محیط‌های آموزشی به شمار می‌رود و می‌تواند کمک شایانی به درک رفتارهایی همچون عملکرد

تحصیلی دانشجویان نماید.

پژوهش‌های پیشین عوامل مختلفی از جمله کمال‌گرایی، جهت‌گیری هدف پیشرفت، حمایت اجتماعی، هوش هیجانی، تاب‌آوری، اضطراب و نارسایی هیجانی، عزت نفس و سطح امیدواری را به عنوان عوامل مرتبط با میزان فرسودگی تحصیلی بررسی کرده‌اند. از جمله مواردی که به نظر می‌رسد عدم توجه به آن باعث افزایش فرسودگی چه در مشاغل متفاوت و چه در سطح محیط‌های آموزشی می‌شود و کمتر به آن پرداخته شده است، بحث ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی می‌باشد. نظریه نیازهای اساسی روان‌شناختی، سه نیاز روانی جهان شمول و ذاتی را مطرح می‌کند که شامل خودمختاری، شایستگی و ارتباط است. نیاز به خودمختاری به معنای نیاز فرد به خودهدایتی، خودسازماندهی تجارب و رفتارها، درگیر شدن با فعالیت‌های شخصی و همچنین، نیاز فرد به حق انتخاب و خودآغازگری و احساس عدم اجبار یا مهار شدن در انجام امور و تکالیف است و نیاز به ارتباط به معنای احساس اطمینان از ارتباط با دیگران و تجربه خود به عنوان فردی سزاوار عشق و احترام است (۸). نیاز به شایستگی به معنای نیاز به تأثیرگذار بودن در تعامل‌ها و ارتباط با محیط که بیانگر میل به استفاده از استعدادها و مهارت‌ها، دنبال کردن راه‌حل‌های بهینه و تسلط بر آن‌ها می‌باشد (۹). ارضای این نیازها برای رشد سالم و سلامت روانی افراد در همه فرهنگ‌ها ضروری است. چنانچه نیازهای اساسی روان‌شناختی برآورده شود، احساس اعتماد به نفس و خودارزشمندی در افراد شکل می‌گیرد، اما در صورت ممانعت و عدم برآورده شدن این نیازها، فرد درکی شکننده، منفی و انتقادآمیز از خود خواهد داشت (۱۰).

نتایج مطالعات گذشته نشان می‌دهد که ارتباط منفی بین ارضای نیازهای اساسی با فرسودگی مشاهده می‌شود. به عنوان مثال، Van den Broeck و همکاران به این نتیجه رسیدند که بین ارضای نیازهای اساسی با خستگی و فرسودگی رابطه منفی وجود دارد (۱۱). در محیط‌های علمی و به ویژه دانشگاه‌ها به دلیل وجود رقابت و تقاضای زیاد تحصیلی و عدم توجه به

روش کار

این تحقیق توصیفی از نوع همبستگی بنیادی بود؛ چرا که هدف از انجام آن، پی بردن به تغییرات چندین متغیر ملاک «مؤلفه‌های فرسودگی» بر اساس متغیرهای پیش‌بین «نیازهای روان‌شناختی» بود. از آنجایی که متغیر ملاک یک مجموعه سه‌متغیری از مؤلفه‌های فرسودگی تشکیل شده است که از لحاظ نظری با یکدیگر ارتباط دارد و یک مجموعه به نام فرسودگی تحصیلی را تشکیل می‌دهد، در این حالت استفاده از روش رگرسیون امکان‌پذیر نیست (۱۶). بنابراین، برای بررسی رابطه نیازهای روان‌شناختی با فرسودگی تحصیلی، از تحلیل همبستگی کانونی استفاده شد.

جامعه آماری مطالعه شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان در مقطع کارشناسی و دکتری عمومی در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود. بر اساس فرمول Cochran، ۲۳۳ نفر دانشجو (۱۴۰ دختر و ۹۳ پسر) دانشگاه علوم پزشکی کاشان با استفاده از روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای طبقه‌ای (متناسب با جنسیت) انتخاب شدند. به این ترتیب که ابتدا از بین دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی کاشان، دو دانشکده پرستاری و مامایی و پزشکی و سپس از هر دانشکده ۱۰ کلاس و از هر کلاس بین ۱۰ تا ۱۲ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. از آنجا که حدود ۶۰ درصد دانشجویان را دختران و بقیه را پسران تشکیل می‌دادند، این نسبت در نمونه‌های انتخابی حفظ گردید. شرکت‌کنندگان به پرسش‌نامه‌های نیازهای اساسی روان‌شناختی (Gagné Basic Needs Satisfaction in General Scale یا BNSG-S)، پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی و معدل کل تا پایان ترم قبل و سؤالات دموگرافیک پاسخ دادند. اجرای پرسش‌نامه‌ها به صورت فردی بود و رضایت شفاهی تمامی شرکت‌کنندگان در پژوهش گرفته شد و به آن‌ها اطمینان داده شد که پرسش‌نامه‌ها بدون نام و محرمانه می‌باشد و داده‌ها به صورت گروهی تجزیه و تحلیل خواهد شد. مدت زمان مناسب برای اجرای پرسش‌نامه‌ها در نظر گرفته شد. داده‌ها در

عوامل روان‌شناختی، سلامت روان دانشجویان تحت تأثیر قرار می‌گیرد و به تدریج منجر به فرسودگی آنان می‌شود. فرسودگی از جمله عواملی است که باعث کاهش انگیزه دانشجویان در انجام تکالیف و آمادگی برای امتحانات می‌شود. انگیزش، عامل مهمی برای پیشرفت تحصیلی است و طبق نتایج تحقیقات صورت گرفته، افراد دارای انگیزه درونی، فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌کنند. بنابراین، تقویت این ویژگی فردی در دانشجویان می‌تواند منجر به کاهش فرسودگی تحصیلی شود (۱۲). از طرف دیگر، پرداختن به نیازهای اساسی روان‌شناختی در ارتقای سطح انگیزه درونی دانشجویان نقش مؤثری دارد و با ارضای این نیازها در افراد انگیزه درونی افزایش می‌یابد (۱۳) و دانشجویان از اثرات مثبت آن از جمله کاهش فرسودگی تحصیلی برخوردار می‌باشند.

با توجه به اهمیت فرسودگی تحصیلی دانشجویان و نقش آن در سرنوشت علمی و سلامت روانی آنان و با توجه به پژوهش‌های متعددی که در زمینه اثرات منفی فرسودگی تحصیلی بر روی متغیرهای تحصیلی از جمله پیشرفت، اشتیاق و درگیری تحصیلی (۵) و نیز متغیرهای مربوط به سلامت دانشجویان از جمله سلامت روان (۱۴) و استرس ادراک شده (۱۵) انجام گرفته است، ضروری است که موضوع فرسودگی دانشجویان مورد توجه قرار گیرد و پژوهش‌های گوناگونی در این راستا انجام شود تا ضمن شناسایی دیگر عوامل مؤثر بر فرسودگی، راه‌های مقابله با آن نیز مد نظر قرار گیرد. با این وجود، مرور پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که مطالعات اندکی به بررسی نقش برآورده شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی در حوزه تحصیل پرداخته و تحقیقات انجام شده به طور عمده در زمینه‌های شغلی صورت گرفته و پژوهشی در ایران که به بررسی نقش نیازهای اساسی روان‌شناختی در فرسودگی تحصیلی دانشجویان پرداخته باشد، مشاهده نشد. بنابراین، لزوم انجام تحقیق در این زمینه احساس می‌شود. بر این اساس، مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان انجام شد.

مدت سه هفته جمع‌آوری شد و با استفاده از تحلیل همبستگی کانونی (بنیادین) در نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۲ (version 22, IBM Corporation, Armonk, NY) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

به منظور سنجش فرسودگی تحصیلی دانشجویان، از پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی استفاده شد. این پرسش‌نامه در سال ۱۹۹۷ توسط Bresó و همکاران تهیه گردید و سه مؤلفه خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی (بدبینی) تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را مورد سنجش قرار می‌دهد. مقیاس مذکور از ۱۵ ماده در طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق تشکیل شده است. دامنه نمرات پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی از ۱۵ تا ۷۵ بود. در این پرسش‌نامه خستگی تحصیلی شامل پنج ماده (برای نمونه، مطالب درسی خسته کننده هستند)، بی‌علاقگی تحصیلی شامل چهار ماده (برای نمونه: احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه‌ای ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی شامل شش ماده (برای نمونه: احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده مشکلات درسی بریایم) بود. پایایی پرسش‌نامه را سازندگان آن به ترتیب برای سه حیطه خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ محاسبه نمودند (۱۷). همچنین، عظیمی و همکاران در تحقیق خود ضریب Cronbach's alpha را برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۵ و برای مؤلفه‌های خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی به ترتیب ۰/۶۱، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ گزارش کردند (۱۸). در مطالعه حاضر ضرایب اعتبار هر یک از مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی شامل خستگی هیجانی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی از طریق ضریب Cronbach's alpha به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۸۲ و ۰/۷۲ به دست آمد.

به منظور بررسی نیازهای اساسی روان‌شناختی از پرسش‌نامه نیازهای اساسی روان‌شناختی عمومی Gagné استفاده شد. Gagné مقیاس نیازهای اساسی روان‌شناختی عمومی را از مقیاس نیازهای بنیادین در کار اقتباس کرد. این مقیاس شامل سه زیرمقیاس «خودمختاری، شایستگی و ارتباط» می‌باشد و

ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی را در سطح عمومی اندازه‌گیری می‌کند و از ۲۱ گویه در یک مقیاس هفت درجه‌ای لیکرت تشکیل شده است. نمره بالاتر در هر زیرمقیاس نشان دهنده سطح بالاتر ارضای آن نیاز است. بشارت و رنجبر این مقیاس را در جامعه ایرانی بر روی گروهی از دانشجویان اعتباریابی نمودند که نتایج بیانگر اعتبار و پایایی کافی در نمونه‌های ایرانی بود و ضریب Cronbach's alpha زیرمقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۷ و ۰/۹۱ به دست آمد (۱۹). در تحقیق حاضر ضریب Cronbach's alpha سه زیرمقیاس خودمختاری، شایستگی و ارتباط به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۱ و ۰/۶۷ محاسبه گردید. این یافته‌ها با نتایج مطالعات غیر ایرانی از جمله Johnston و Finney (۹) همخوانی داشت. در پژوهش حاضر، ضرایب اعتبار از طریق ضریب Cronbach's alpha برای سه نیاز خودمختاری، شایستگی و ارتباط به ترتیب ۰/۶۳، ۰/۶۷ و ۰/۷۰ محاسبه گردید.

یافته‌ها

میانگین فرسودگی تحصیلی دانشجویان دختر و پسر به ترتیب $9/80 \pm 4/13$ و $10/51 \pm 4/19$ بود. در بین دانشجویان دختر، میانگین نیاز خودمختاری $6/35 \pm 34/18$ ، میانگین نیاز شایستگی $5/57 \pm 27/84$ و میانگین نیاز ارتباط $6/57 \pm 38/37$ و در بین دانشجویان پسر نیز میانگین نیاز خودمختاری $5/51 \pm 34/26$ ، میانگین نیاز شایستگی $5/17 \pm 29/65$ و میانگین نیاز ارتباط $6/67 \pm 39/53$ به دست آمد. بر اساس آزمون Independent t تفاوت معنی‌داری در متغیرهای فرسودگی تحصیلی ($t = 0/437, P = 0/966$)، نیاز خودمختاری ($t = 0/103, P = 0/918$) و نیاز ارتباط ($t = 1/315, P = 0/190$) بین دانشجویان دختر و پسر وجود نداشت، اما میانگین نیاز شایستگی در بین دختران به طور معنی‌داری ($t = 2/490, P = 0/013$) بالاتر از پسران بود. ارتباط معنی‌داری بین سن دانشجویان با نیاز خودمختاری

انحراف معیار) و ضرایب همبستگی نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط و نمره کل فرسودگی تحصیلی و مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی شامل خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی در بین دانشجویان ارایه شده است.

($P = 0/044$, $r = 0/050$)، شایستگی ($P = 0/050$, $r = 0/050$) و ارتباط ($P = 0/095$, $r = -0/003$) مشاهده نشد، اما بین سن و فرسودگی تحصیلی ($P = 0/020$, $r = 0/153$) رابطه معنی‌داری وجود داشت. در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی (میانگین و

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی و ماتریس ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین \pm انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- نیاز خودمختاری	$34/21 \pm 6/02$	۱					
۲- نیاز شایستگی	$28/56 \pm 5/47$	** $0/615$	۱				
۳- نیاز ارتباط	$38/84 \pm 6/62$	** $0/497$	** $0/492$	۱			
۴- خستگی تحصیلی	$13/61 \pm 4/15$	** $0/151$	** $0/352$	* $-0/167$	۱		
۵- بی‌علاقگی تحصیلی	$10/69 \pm 4/00$	** $0/199$	** $0/387$	** $0/203$	** $0/725$	۱	
۶- ناکارآمدی تحصیلی	$6/84 \pm 4/24$	** $0/366$	** $0/590$	** $0/332$	** $0/334$	** $0/418$	۱
۷- نمره کل فرسودگی تحصیلی	$41/15 \pm 10/07$	** $0/296$	** $0/548$	** $0/290$	** $0/841$	** $0/873$	** $0/726$

* $P < 0/05$, ** $P < 0/01$

جهت بررسی رابطه بین مجموعه نیازهای اساسی روان‌شناختی (خودمختاری، شایستگی و ارتباط) با فرسودگی تحصیلی (خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی) از تحلیل همبستگی بنیادی استفاده شد. در جدول ۲ نتایج تحلیل کانونی ارایه شده است.

بر اساس داده‌های جدول ۱، بین نیازهای خودمختاری، شایستگی و ارتباط با فرسودگی تحصیلی و مؤلفه‌های آن همبستگی منفی معنی‌داری وجود داشت که نشان می‌دهد هرچه ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی دانشجویان در سطح بالاتری باشد، فرسودگی تحصیلی کمتری خواهند داشت.

جدول ۲: نتایج همبستگی کانونی رابطه مجموعه نیازهای اساسی روان‌شناختی با مجموعه فرسودگی تحصیلی

مجموعه اول	ارزش ویژه	همبستگی کانونی	Wilks' lambda	χ^2	درجه آزادی	P
۱	۰/۶۱۴۰	۰/۶۱۷	۰/۶۱۴	۱۳/۶۰۰	۹	< ۰/۰۰۱
۲	۰/۰۰۸۰	۰/۰۸۹	۰/۹۹۲	۰/۴۵۰	۴	۰/۷۶۶
۳	۰/۰۰۰۴	۰/۰۰۶	۰/۹۹۹	۰/۰۰۸	۱	۰/۹۲۶

در مجموعه اول، نیاز شایستگی و در بین مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی بیشترین اهمیت را داشت. میزان واریانس استخراج شده متغیر کانونی مجموعه اول نیازهای اساسی روان‌شناختی، ۵۴/۶ درصد و میزان واریانس استخراج شده متغیر کانونی فرسودگی تحصیلی، ۵۴/۹ درصد بود و

بر اساس یافته‌های جدول ۲، آماره χ^2 تنها برای متغیرهای مستقل و وابسته مجموعه اول معنی‌دار بود و مجموعه اول نیازهای اساسی روان‌شناختی می‌تواند به شکل معنی‌داری ۰/۶۱ از واریانس مجموعه فرسودگی تحصیلی را تبیین کند. جدول ۳ وزن‌های کانونی مجموعه معنی‌دار اول را نشان می‌دهد.

جدول ۳: همبستگی، ضریب استاندارد شده کانونی و واریانس تبیین شده مجموعه اول متغیرهای پیش‌بین و ملاک

ضرایب استاندارد	ضریب همبستگی		
-۰/۰۷	۰/۵۸	نیاز خودمختاری	متغیرهای پیش‌بین
۰/۹۹	۰/۹۹	نیاز شایستگی	
۰/۰۹	۰/۵۴	نیاز ارتباط	
۵۴/۶۰		درصد واریانس	
۲۰/۷۹		همپوشی	
-۰/۱۹	۰/۵۷	خستگی تحصیلی	متغیرهای ملاک
-۰/۱۴	۰/۶۳	بی‌علاقگی تحصیلی	
-۰/۸۳	۰/۹۵	ناکارآمدی تحصیلی	
۵۴/۹۲		درصد واریانس	
۲۰/۹۱		همپوشی	

نیازهای اساسی روان‌شناختی ۲۰/۹ درصد از تغییرات فرسودگی تحصیلی را تبیین می‌کند. برای شناسایی متغیرهای معنی‌دار در مجموعه‌ها یا متغیرهای کانونی، Tabachnick و Fidell پیشنهاد نمودند که بار کانونی ۰/۳۰ و بیشتر نشان دهنده معنی‌دار بودن آن در مجموعه خویش است (۲۰). بنابراین، چنین تفسیر می‌شود که هرچه نیازهای شایستگی، خودمختاری و ارتباط، بیشتر ارضا شده باشد، خستگی، بی‌علاقگی و ناکارآمدی تحصیلی کمتری به دنبال خواهد داشت (جدول ۳).

بحث و نتیجه‌گیری

فرسودگی تحصیلی نتیجه قرار گرفتن بیش از حد در معرض عوامل تنش‌زای دایمی محیط تحصیلی است و اگر اشخاص در همان وضعیت به تحصیل خود ادامه دهند، این فرسودگی به صورت پایدار و مداوم باقی خواهد ماند (۲۱). پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی با فرسودگی تحصیلی انجام شد. نتایج نشان داد که ارتباط منفی بین ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی به ویژه نیاز شایستگی با فرسودگی و به طور خاص ناکارآمدی تحصیلی وجود داشت. این یافته با نتایج مطالعات Li و همکاران (۲۲)، Hodge و همکاران (۲۳) و

Bentzen و همکاران (۲۴) همخوانی داشت. بر اساس پژوهش Sulea و همکاران، تحقق نیازهای اساسی با درگیری تحصیلی رابطه مثبت و با خستگی و فرسودگی تحصیلی رابطه منفی دارد (۲۵). در تبیین این یافته می‌توان گفت هنگامی که دانشجویان سطح پایینی از انتخاب و آزادی روان‌شناختی را تجربه می‌نمایند، شایستگی و ارتباط با دیگران را احساس نمی‌کنند و دچار عدم رضایت، انرژی پایین و احساس خستگی می‌شوند. در تحقیق Li و همکاران مشخص گردید که ارتباط منفی بین ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی با فرسودگی ورزشکاران وجود دارد و از بین نیازهای اساسی، به ترتیب نیاز شایستگی و خودمختاری در مقایسه با نیاز ارتباط پیش‌بین‌های قوی‌تری برای فرسودگی بودند (۲۲). همچنین، نتایج مطالعه Hodge و همکاران نشان داد که افراد دارای فرسودگی بالا، ارضای کمتر نیازهای اساسی به ویژه در دو نیاز شایستگی و خودمختاری را نسبت به دیگران گزارش می‌کنند (۲۳) که ترتیب اهمیت نیازهای روان‌شناختی با آنچه در پژوهش حاضر مشاهده می‌شود، هم‌راستا بود. در پژوهش Sullivan و همکاران بین شایستگی با هر سه مؤلفه فرسودگی ارتباط قوی وجود داشت (۲۶).

رابطه معکوس میان نیازهای اساسی روان‌شناختی و فرسودگی را می‌توان از طریق تئوری خودتعیین‌گری که نظریه

نیازهای اساسی روان‌شناختی از آن گرفته شده است، تبیین نمود. طبق این تئوری، ارضای نیازهای اساسی با انگیزه درونی رابطه مثبتی دارد. در مقابل، عدم ارضای نیازها باعث افزایش بی‌انگیزگی در دانشجویان می‌شود. طبق نتایج پژوهش Zhang و همکاران، دانشجویانی که نمره بالاتری را در انگیزه درونی دریافت می‌کنند، فرسودگی تحصیلی کمتری را نشان می‌دهند (۴). علاوه بر این، نتایج مطالعه Doménech-Betoret و همکاران نشان داد که ارضای نیازهای اساسی باعث افزایش درگیری تحصیلی دانشجویان می‌شود (۲۷) و در نتیجه، فرسودگی تحصیلی آنان را کاهش می‌دهد (۷). نتایج تحقیق حاضر حاکی از آن بود که ارضای نیازهای اساسی خودمختاری و شایستگی، باعث افزایش بهزیستی در فراگیران می‌شود و از میان نیازهای اساسی روان‌شناختی، به ترتیب نیاز خودمختاری، شایستگی و ارتباط، قوی‌ترین پیش‌بین‌های بهزیستی ذهنی در دانش‌آموزان می‌باشند (۲۸) و از سوی دیگر، بین ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی با بهزیستی به عنوان نقطه مقابل فرسودگی ارتباط قوی وجود دارد (۲۹).

به طور کلی، نتایج پژوهش حاضر از سودمندی نظریه خودتعیین‌گری برای محیط‌های آموزشی حمایت می‌کند. نتایج مطالعه Niemiec و Ryan نشان داد که استقلال، توانایی‌های شخصی (شایستگی) و روابط بین فردی سالم، یک تکلیف مهم آموزشی است (۸). علاوه بر این، ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی دانشجویان، ارتباط معنی‌داری با نتایج یادگیری بهتر و سرمایه‌گذاری بیشتر در زمان و انرژی برای فعالیت‌های تحصیلی دارد. در این راستا، می‌توان بیان کرد که ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی از طریق بهبود عملکرد تحصیلی فراگیران، منجر به کاهش فرسودگی تحصیلی آنان می‌شود (۷). افراد با نیازهای روانی ارضا شده، انگیزه بیشتری نسبت به دیگران برای انجام تکالیف آموزشی دارند و در فعالیت‌هایی درگیر می‌شوند که ارزشمند می‌باشد یا برایشان جالب و لذت‌بخش است (۳۰). در مقابل، برآورده نشدن نیازها مانع پیشرفت فراگیران می‌شود و با کاهش بهزیستی و خستگی

هیجانی همراه است (۳۱)؛ چرا که با عدم ارضای نیازها، انگیزه‌های مطلوب و بهینه خنثی می‌شود (۱۱) و فرد برای اجتناب از تنبیه، به دست آوردن پاداش و یا تقویت به وسیله احساس ارزشمندی خود، در فعالیت‌ها شرکت می‌کند.

به نظر می‌رسد که حمایت معلم از خودمختاری فراگیران، باعث برآورده شدن بهتر نیازهای اساسی فراگیران می‌شود. این افراد در مقایسه با فراگیرانی که معلمان آنان کنترل کننده‌اند، شایستگی، انگیزش درونی و عملکرد تحصیلی بالاتری دارند و محیط‌های آموزشی که فرهنگ آن‌ها به روابط دوستانه اعضا، وجود ارتباط بین اعضا و احترام مقابل تأکید دارد و دارای کیفیت خدمات آموزشی و امنیت بالا می‌باشد، حس انسجام، خودمختاری و شایستگی در میان فراگیران را افزایش می‌دهند. با افزایش فرهنگ محیط‌های آموزشی و حمایت معلم از خودمختاری افراد، نیازهای اساسی آنان بهتر برآورده می‌شود و در نتیجه، با افزایش رضایتمندی از نیازهای روانی، فرسودگی تحصیلی کاهش می‌یابد (۲۷). در این زمینه، Salmela-Aro و همکاران بیان کردند که جو حاکم بر مدرسه و انگیزه مثبت دریافت شده از سوی معلمان، با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی دارد و می‌تواند در توجیه آن بیان کرد که جو حاکم بر محیط آموزشی با واسطه ارضای نیازهای اساسی، باعث افزایش یا کاهش فرسودگی تحصیلی می‌شود؛ چرا که بر اساس نظریه خودتعیین‌گری، ادراک از ارضای نیازهای اساسی تحت تأثیر محیط اجتماعی است (۳۲).

در مجموع، از آنجا که نتایج تحقیقات پیشین نشان داده‌اند که بین جو حاکم بر محیط آموزشی از نظر ارضا یا عدم ارضای نیازهای اساسی با فرسودگی ارتباط منفی وجود دارد، استادان می‌توانند با ایجاد محیط حمایتی و چالشی برای دانشجویان، ارضای نیازهای اساسی آنان را تسریع کنند. این موضوع می‌تواند از طریق توضیح دادن هدف و اهمیت فعالیت‌های درسی، تشویق دانشجویان به انتخاب فعالیت‌های علمی مناسب، درگیر کردن آن‌ها در پروژه‌های پرورش دهنده مهارت و فراهم کردن منابع کافی برای دانشجویان صورت گیرد. نیاز

دانشجویی باید جانب احتیاط را رعایت کرد. این تحقیق به روش همبستگی انجام شد. از این رو، نمی‌توان روابط علی و معلولی بین نیازهای اساسی و فرسودگی تحصیلی را بر اساس آن استنباط نمود و تفسیر نتایج باید با احتیاط صورت گیرد. علاوه بر این، با توجه به دانش اندکی که در پیشینه پژوهش نسبت به موضوع وجود دارد، مداخله‌گرهای احتمالی مورد بررسی قرار نگرفته‌اند. همچنین، مطالعه حاضر فقط به صورت کمی انجام گردید و پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آینده از روش‌ها و ابزارهای کیفی همچون مصاحبه‌های عمیق و نیمه ساختار یافته استفاده گردد تا نتایج کامل‌تری به دست آید.

سیاسگزاری

بدین وسیله از دانشجویانی که با تکمیل پرسش‌نامه‌ها، در انجام این پژوهش همکاری نمودند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

References:

1. Bowers M L. Burnout among undergraduate athletic training students. California University of Pennsylvania; 2012:99.
2. Nikodijević A, Labrović J, Doković A. Academic burnout among students at faculty of organizational sciences. *Innovative Management and Business Performance*. 2012; 11: 565-71.
3. Jacobs SR, Dodd D. Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*. 2003; 44(3): 291-303.
4. Zhang X, Klassen RM, Wang Y. Academic burnout and motivation of Chinese secondary students. *International Journal of Social Science and Humanity*. 2013; 3(2): 134-8.
5. Salmela-Aro K, Savolainen H, Holopainen L. Depressive symptoms and school burnout during adolescence: Evidence from two cross-lagged longitudinal studies. *J Youth Adolesc*. 2009; 38(10): 1316-27.
6. Toker S, Biron M. Job burnout and depression: unraveling their temporal relationship and

به استقلال دانشجویان را می‌توان با فراهم کردن فرصت برای انجام پروژه‌های مطالعاتی برآورده نمود. استادان می‌توانند از نیاز شایستگی دانشجویان از طریق ایجاد چالش‌ها و اهداف در دسترس، پشتیبانی و ارایه بازخوردهای مثبت، حمایت کنند. نیاز ارتباط دانشجویان می‌تواند با نشان دادن پذیرش و درک و توجه برآورده شود. استادان باید با دادن فرصت کار گروهی به فراگیران، به این نیاز در میان دانشجویان پاسخ و آن را پرورش دهند. بنابراین، با آگاهی از نیازهای اساسی روان‌شناختی دانشجویان و تلاش برای ارضای این نیازها در محیط آموزشی، می‌توان اثرات مخرب عدم ارضای صحیح این نیازها در خانواده را تا حدودی جبران نمود و زمینه بهتری برای پیشرفت تحصیلی فرد فراهم کرد و در نتیجه، با کاهش فرسودگی تحصیلی، زمینه رشد و بالندگی در عرصه‌های مختلف علمی را برای دانشجویان فراهم آورد.

پژوهش حاضر محدودیت‌هایی را به دنبال داشت. نمونه‌های مطالعه محدود به دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان بود و بنابراین، در تعمیم نتایج آن به کل جامعه considering the role of physical activity. *Journal Appl Psychol*. 2012; 97(3): 699-710.

7. Schaufeli WB, Martinez IM, Pinto AM, Salanova M, Bakker AB. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2002; 33(5): 464-81.
8. Niemiec CP, Ryan RM. Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *School Field*. 2009; 7(2): 133-44.
9. Johnston MM, Finney S J. Measuring basic needs satisfaction: Evaluating previous research and conducting new psychometric evaluations of the Basic Needs Satisfaction in General Scale. *Contemp Educ Psychol*. 2010; 35(4): 280-96.
10. Amani Saribagl J, Jahadi N, Hashemi Nosrat Abad T, Vahedi S. School Culture and Academic Performance: the Meditational Role of Basic Psychological Needs Satisfaction Applied Research in Educational Psychology 2015; 1(2): 11-22. [In Persian]
11. Van den Broeck A, Vansteenkiste M, De Witte H, Lens W. Explaining the relationships between job

- characteristics, burnout, and engagement: The role of basic psychological need satisfaction. *Work Stress*. 2008; 22(3): 277-94.
12. Sharififard F, Asayesh H, Nourozi K, Hosseini MA, Taheri Kharameh Z. The Relationship between Motivation and Academic burnout in Nursing and Paramedical Students of Qom University of Medical Sciences, Iran. *Qom Univ Med Sci J*. 2016; 9(12): 72-8. [In Persian]
 13. Kharazmi A, Kareshki H, Moshki M. The Role of Satisfying Basic Psychological Needs and Cognitive Beliefs in the Intrinsic Motivation of E-learning Students. *Interdisciplinary Journal of Virtual Learning in Medical Sciences (IJVLMs)*. 2014; 4(4): 9-17.
 14. Khazaei T, Tavakkoli M R, Jaberi darmiyani M, Yaghoobi Poore M. Educational Burnout and Its Relation with Mental Health in Birjand university of medical sciences Students. *J Medical Education Education Development Center*. 2015; 3 (2) :46-51. [In Persian].
 15. Pourseyyed S M, Motevalli M, Pourseyyed S R, Barahimi Z. Relationship of Perceived Stress, Perfectionism and Social Support with Students' Academic Burnout and -Academic Performance . *Educ Strategy Med Sci*. 2015; 8(3) :187-194. [In Persian]
 16. Hooman HA. *Multivariate data analysis in scientific research*. Tehran: Parsa; 2001: 490-508. [In Persian]
 17. Bresó E, Salanova M, Schaufeli WB. In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy?. *Appl Psychol*. 2007; 56(3): 460-78.
 18. Azimi m, Piri m, Zavaar T. Relationship of academic burnout and self-regulated learning with academic performance of high school students. *Curriculum Planning Knowledge & Research In Educational Sciences*. 2013; 10(11): 116-28. [In Persian]
 19. Besharat M, Ranjbar E. Basic psychological needs scale: Reliability, validity and factorial analysis. *Quarterly journal of educational measurement*. 2013;14(4):147-68. [In Persian]
 20. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using Multivariate statistics* (5th ed). Boston: Pearson Education; 2007.
 21. Shin H, Puig A, Lee J, Lee JH, Lee SM. Cultural validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean students. *Asia Pacific Education Review*. 2011; 12(4): 633-9.
 22. Li C, Wang CJ, Pyun DU, Kee YH. Burnout and its relations with basic psychological needs and motivation among athletes: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*. 2013; 14(5): 692-700.
 23. Hodge K, Lonsdale C, Ng JY. Burnout in elite rugby: Relationships with basic psychological needs fulfilment. *J Sports Sci*. 2008; 26(8): 835-44.
 24. Bentzen M, Lemyre P-N, Kenttä G. The process of burnout among professional sport coaches through the lens of self-determination theory: a qualitative approach. *Sports Coaching Review*. 2014; 3(2): 101-16.
 25. Sulea C, Van Beek I, Sarbescu P, Virga D, Schaufeli WB. Engagement, boredom, and burnout among students: Basic need satisfaction matters more than personality traits. *Learning and Individual Differences*. 2015; 42: 132-8.
 26. Sullivan GS, Lonsdale C, Taylor I. Burnout in high school athletic directors: A self-determination perspective. *J Appl Sport Psychol*. 2014; 26(3): 256-70.
 27. Doménech-Betoret F, Lloret-Segura S, Gómez-Artiga A. Teacher support resources, need satisfaction and well-being. *Span J psychol*. 2015; 18: 6.
 28. Sikholeslami R, Dafrarchi E. The prediction of student's subjective vitality by goal orientations and basic psychological needs. *J Psychol*. 2015; 19(2): 147-74.[In Persian]
 29. Milyavskaya M, Koestner R. Psychological needs, motivation, and well-being: A test of self-determination theory across multiple domains. *Personality and Individual Differences*. 2011; 50(3): 387-91.
 30. Vansteenkiste M, Lens W, Deci EL. Intrinsic versus extrinsic goal contents in self-determination theory: Another look at the quality of academic motivation. *Educational psychologist*. 2006; 41(1): 19-31.
 31. Vansteenkiste M, Neyrinck B, Niemiec CP, Soenens B, Witte H, Broeck A. On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction and job outcomes: A self-determination theory approach. *J Occup Organ Psychol*. 2007; 80(2): 251-77.
 32. Salmela-Aro K, Kiuru N, Pietikäinen M, Jokela J. Does School Matter? The Role of School Context in Adolescents' School-Related Burnout. *Eur Psychol*. 2008; 13(1): 12-23.