

Predicting Academic Burnout Based on Dysfunctional Attitudes and Experiential Avoidance with Regard to the Moderating Role of Family Support in Nursing Students

Peyman Hatamian^{1*} 

1. Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

ARTICLE INFO

Article type

Research article

Article history

Received: 2024/12/22

Accepted: 2025/02/21

Keywords

Family support

Dysfunctional attitudes

Experiential avoidance

Academic burnout



10.22038/hmed.2025.84822.1459

ABSTRACT

Introduction: Since academic burnout is one of the major problems of students in various fields of study, the present study aimed to predict academic burnout based on dysfunctional attitudes and experiential avoidance, considering the moderating role of family support in nursing students.

Materials & Methods: The present study was correlational. The statistical population of the study included nursing students of the Faculty of Nursing and Midwifery of Shahid Beheshti University of Medical Sciences who were studying in 2024 and 224 of them were selected by convenience sampling method. The research tools included the Academic Burnout Questionnaire of Biros (2007), Dysfunctional Attitudes Scale of Weisman and Beck (1978), the Experiential Avoidance Questionnaire of Bond et al. (2011), and the Family Support Scale of Procidano and Heller (2002). Finally, the obtained data were analyzed using SPSS version 25 and with the help of correlation coefficient tests and regression analysis.

Results: The results showed that both dysfunctional attitudes and experiential avoidance have a 41% ability to predict academic burnout. Also, the results of hierarchical regression analysis to predict academic burnout based on the multiplicative variable of deviant scores of dysfunctional attitudes and experiential avoidance confirmed the moderating role of family support. These relationships were significant at $P < 0.001$ level.

Conclusion: It can be concluded that both dysfunctional attitudes and experiential avoidance can predict changes in academic burnout, and family support can also play a moderating role

Cite this paper as:

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(3):6-14

* Corresponding author: Peyman Hatamian

Email: hatamian.p@lu.ac.ir

Address: Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی با توجه به نقش تعدیل‌کننده حمایت خانواده در دانشجویان پرستاری

پیمان حاتمیان^{1*} 

۱. گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

چکیده	مشخصات مقاله
مقدمه: از آنجایی که فرسودگی تحصیلی یکی از عمده‌ترین مشکلات دانشجویان در رشته‌های مختلف تحصیلی است، بنابراین پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی با توجه به نقش تعدیل‌کننده حمایت خانواده در دانشجویان پرستاری انجام شد.	نوع مقاله مقاله پژوهشی
روش کار: پژوهش حاضر جزو طرح‌های همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی که در سال ۱۴۰۳ مشغول به تحصیل بودند و به روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۲۲۴ نفر از آنها انتخاب شدند، ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه فرسودگی تحصیلی برسو (۲۰۰۷)، مقیاس نگرش‌های ناکارآمد وایزمن و بک (۱۹۷۸)، پرسشنامه اجتناب تجربی بوند و همکاران (۲۰۱۱) و مقیاس حمایت خانواده پروسیدانو و هلر (۲۰۰۲) بود. در نهایت داده‌های حاصل با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ و به کمک آزمون‌های ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل شد.	پیشینه پژوهش تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۰/۰۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۰۴ کلمات کلیدی حمایت خانواده نگرش ناکارآمد اجتناب تجربی فرسودگی تحصیلی
نتایج: نتایج نشان داد که نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی هر دو با همدیگر ۴۱ درصد توان پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی را دارند، همچنین نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی نیز جهت پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی از روی متغیر مضروب نمرات انحرافی نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی نقش تعدیل‌گری حمایت خانواده را تایید کرد. این روابط در سطح $P < 0.001$ معنادار بود.	
نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی هر دو با هم می‌توانند تغییرات فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند و در این میان حمایت خانواده نیز می‌تواند نقش تعدیل‌کننده ایفا کند.	 10.22038/hmed.2025.84822.1459

► نحوه ارجاع به این مقاله

Name of writer. Article title. Horizon of Medical Education Development. 2026;17(3):6-14

ایمیل: hatamian.p@lu.ac.ir

*نویسنده مسئول: پیمان حاتمیان

آدرس: دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

مقدمه

دانشجویان به دلیل داشتن دغدغه‌های مرتبط با تکالیف تحصیلی به گونه‌ای شاغل محسوب می‌شوند، به همین دلیل است که گاهی به دلیل مشغله‌های تحصیلی به نوعی دچار خستگی عاطفی و در سطح گسترده‌تر فرسودگی تحصیلی می‌شوند (۱). فرسودگی تحصیلی احساس بی‌کفایتی و خستگی ذهنی است که دانشجویان در مقابل استرس مزمن ناشی از فقدان منابع لازم برای انجام دادن وظایف و تکالیف محوله از خود نشان می‌دهند (۲). فرسودگی تحصیلی در واقع به بدبینی تحصیلی، خستگی ناشی از تقاضاهای تحصیلی اشاره دارد که می‌تواند از عوامل بازدارنده در موفقیت تحصیلی و از چالش‌های عمده تحصیلی باشد که موجب می‌شود افراد انگیزه و اشتیاق خود را برای ادامه تحصیل از دست دهند (۳).

به عبارت دیگر، فرسودگی یک حالت منفی خستگی فیزیکی، هیجانی و ذهنی همراه با حس عمیق شکست از کار است که منجر به حس ضعف در امور درسی و تحصیلی فرد می‌شود و فرد را از احساس پیشرفت باز می‌دارد (۴).

برخی از نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که در بین رشته‌های مختلف تحصیلی، دانشجویان رشته پرستاری به دلیل تنش‌ها و استرس‌های زیادی که این رشته ممکن است در آینده برای آنها دنبال داشته باشد، به احتمال بیشتری مستعد فرسودگی تحصیلی خواهند بود (۵). یکی از متغیرهای روانشناختی که با فرسودگی تحصیلی ارتباط تنگاتنگی دارد، نگرش‌های ناکارآمد است (۶).

نگرش‌های ناکارآمد به عنوان یک سازه روانشناختی شامل عقاید و باورهایی هستند که فرد را مستعد آشفته‌گی روانی می‌کنند. این باورها که در اثر تجربه نسبت به خود و جهان کسب می‌شوند، فرد را آماده می‌سازند تا موقعیت‌های خاص را بیش از حد منفی و ناکارآمد تعبیر کنند (۷). مطابق مدل شناختی بک نگرش‌های ناکارآمد معیارهای انعطاف‌ناپذیر و کمال‌گرایانه‌ای هستند که فرد از آن برای قضاوت درباره خود و دیگران استفاده می‌کند. این نگرش‌ها در برابر تغییر انعطاف‌ناپذیر و افراطی و مقاوم هستند، بنابراین ناکارآمدند (۸).

نتایج حاکی از آن است که افرادی که نگرش‌های ناکارآمدی دارند معمولاً دارای تحمل هیجانی پایینی هستند و در مواجهه با موقعیت‌های هیجانی دچار آشفته‌گی هیجانی می‌شوند (۹). عباسی و همکاران (۱۳۹۴)، در مطالعه‌ای که با هدف بررسی نقش عوامل استرس‌زای و ناکارآمد دانشجویی در پیش‌بینی تعلل‌ورزی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان پرستاری انجام دادند، دریافتند که عوامل استرس‌زای

دانشجویی در تعلل‌ورزی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان پرستاری نقش پررنگی دارد، چراکه این عوامل موجب تشدید فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پرستاری می‌شوند (۵).

یکی دیگر از متغیرهایی که می‌تواند مرتبط با فرسودگی تحصیلی باشد اجتناب تجربی است. منظور از اجتناب تجربی در واقع شامل فرآیندی است که دربرگیرنده جنبه‌های منفی و افراطی از احساسات و افکار خصوصی است که فرد تمایلی به تجربه کردن آن‌ها به صورت عملیاتی نخواهد داشت (۱۰). طی سال‌های اخیر توجه زیادی به اجتناب تجربی به عنوان یک عامل آسیب‌زای شناختی در طیف مختلف اختلالات روانشناختی، صورت گرفته است (۱۱). جنادله و همکاران (۱۳۹۷)، در مطالعه‌ای به این نتیجه دست یافتند که اجتناب تجربی پیش‌بین قدرتمندی برای اضطراب امتحان و استرس تحصیلی در دانشجویان آموزان است (۱۲).

حمایت خانواده به عنوان یک عامل اجتماعی بسیار مهم در موقعیت‌های تنش‌زای هیجانی نقش تعدیل‌کننده بر عهده دارد. در واقع حمایت خانواده بخشی از حمایت اجتماعی ادراک شده محسوب می‌شود (۱۳)، که درسه سطح خانواده، دوستان و افراد خاص قابل بررسی است (۱۴).

حمایت خانواده از افراد حس درونی‌شده‌ی خودارزشمندی را به افراد انتقال داده و باعث می‌شود به‌جای وابسته بودن به عوامل بیرونی و تایید دیگران برای درک خویشتن به عوامل درونی یعنی ارضاء نیازهای روانی-عاطفی و مدیریت خویشتن معطوف شوند و به‌جای وابسته بودن به عوامل بیرونی برای حس خودارزشمندی، هرگونه حس ارزشمندی و خودباوری را از درون خود دریافت می‌کنند (۱۵). یایان و چلبی بیوغلو^۱ در مطالعه‌ای نشان دادند که نوجوانانی که حمایت اجتماعی ادراک شده را از سوی خانواده، معلمان و همکلاسی- هادر یافت کنند احساس مثبت‌تری نسبت به خویشتن دارند (۱۶).

حاتمیان و سپهری نژاد (۱۳۹۷)، در مطالعه‌ای که با هدف پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس دشواری تنظیم هیجان و حمایت اجتماعی در دانشجویان پرستاری انجام دادند، بدین نتیجه دست یافتند که حمایت خانواده، دوستان و افراد مهم زندگی می‌تواند از جمله مهمترین فاکتورهای مقابله با فرسودگی شغلی در بین دانشجویان پرستاری محسوب شود (۱۷).

در نهایت بایستی گفت از آنجایی که دانشجویان نیروهای انسانی برگزیده و سازندگان فردای کشور هستند و موفقیت تحصیلی آن‌ها از جمله اهداف مهم برنامه‌های آموزشی در کشور است، و از طرفی

¹ Yayan & Chelebioglu



افسردگی تهیه شده است. این مقیاس از ۴ خرده مقیاس موفقیت-کامل طلبی، نیاز به تأیید دیگران، نیاز به راضی کردن دیگران و آسیب پذیری-ارزشیابی عملکرد می باشد. در این مقیاس پاسخ دهنده میزان موافقت یا مخالفت خود را با هر عبارت روی یک مقیاس ۷ نقطه ای لیکرت به صورت کاملاً مخالفم ۱ تا کاملاً موافقم ۷ مشخص می کند. در پژوهش ابراهیمی و موسوی همدانی درونی سوال های نسخه ۲۶ سوالی DAS از طریق آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۲ بدست آمد (۱۸). ضریب پایایی این مقیاس با استفاده از بازآزمایی ۰/۷۳ گزارش شده است (۱۹). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۳ و برای خرده مؤلفه های موفقیت-کامل طلبی، نیاز به تأیید دیگران، نیاز به راضی کردن دیگران و آسیب پذیری-ارزشیابی عملکرد به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۷۷، ۰/۸۰ و ۰/۸۱ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش می باشد.

پرسشنامه اجتناب تجربی: این پرسشنامه پذیرش اجتناب تجربی و عدم انعطاف پذیری روانی را اندازه گیری می نماید. بوند و همکاران (۲۰۱۱)، آخرین نسخه این پرسشنامه را که شامل ۱۰ ماده است تدوین نمودند. سوالات این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت ۷ درجه ای به صورت هرگز (۱)، خیلی بندرت (۲)، بندرت (۳)، گاهی اوقات (۴)، تقریباً (۵)، تقریباً همیشه (۶)، همیشه (۷) درجه بندی می شوند. نمرات بالاتر در این مقیاس نشان دهنده انعطاف پذیری شناختی پایین تر و اجتناب تجربه ای بالاتر است. میانگین ضریب آلفای کرونباخ آن برای گروه های بالینی و غیر بالینی ۰/۸۴ و روایی بازآزمایی ۳ و ۱۲ ماهه آن به ترتیب ۰/۸۱ و ۰/۸۷ گزارش شده است (۲۰). همچنین در ایران ضریب پایایی آلفای کرونباخ این پرسشنامه دردانشجویان ۰/۸۶ گزارش شده است (۲۱). در پژوهش حاضر روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۴ به دست آمد.

پرسشنامه حمایت خانواده: پرسشنامه حاضر ۲۰ سوالی برای سنجش میزان ارضای انسان از حمایت خانواده است که توسط پروسیدانو و هلر (۲۰۰۲) منتشر شد. این پرسشنامه شامل سوالاتی در مورد تجارب، ادراک ها و احساساتی است که اکثر مردم گه گاه در رابطه با خانواده خود پیدا می کنند. برای هر عبارت سه پاسخ بله، خیر و نمی دانم می تواند وجود داشته باشد. پاسخ نمی دانم نمره صفر، پاسخ خیر در سوالات ۳، ۱۶، ۴، ۱۹ و ۲۰ نمره ۱ و بله، نمره صفر و در سایر سوالات پاسخ خیر، نمره صفر و بله نمره ۱ در نظر گرفته می شود. دامنه نمره کل سوالات بین صفر تا ۲۰ می باشد و نمره بالا به منزله حمایت اجتماعی بیشتر است. نسخه فارسی این پرسشنامه

عوامل مختلف روانشناختی وجود دارد که می تواند مشکلات تحصیلی را برای این قشر از گروه آینده ساز جامعه به وجود آورد، از سوی دیگر به نظر می رسد هر چند که هر کدام از این متغیرهای در پژوهش های قبلی به تنهایی مورد مطالعه قرار گرفته اند ولی در کنار هم به شکل یک مطالعه جامع و پیش بین مطالعه ای انجام نشده است. از این رو، پژوهش حاضر با هدف پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی با توجه به نقش تعدیل کننده حمایت خانواده در دانشجویان پرستاری انجام شد.

روش کار

طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی که در سال ۱۴۰۳ مشغول به تحصیل بودند و تعداد ۲۲۴ نفر از آن ها به روش نمونه گیری در دسترس با استناد به جدول مورگان انتخاب شد. (قابل ذکر است طبق جدول مورگان و کیریجسی مشخص شده است در جامعه نزدیک به ۱۵۰۰ نفر حدود ۲۰۵ نفر انتخاب شود ولی جهت تعمیم پذیری حجم نمونه به جامعه و امکان ریزش نمونه تعداد ۲۲۴ نفر انتخاب و تحلیل شد). پس از انتخاب شرکت کنندگان و توضیح مختصر و جلب مشارکت آنها پرسشنامه های پژوهش در اختیار آنها قرار گرفت. قابل ذکر است که ملاک های ورود برای شرکت در پژوهش شامل: ۱- حداقل دانشجوی ترم ۲ پرستاری ۲- رضایت کامل جهت شرکت در پژوهش بود.

معیار خروج نیز شامل عدم رضایت جهت شرکت در مطالعه بود. نهایتاً برای شرکت کنندگان توضیح داده شد که پرسشنامه ها محرمانه و بدون نام است و پاسخ آن ها در اختیار هیچ ارگان یا سازمانی قرار نمی گیرد و فقط نتایج آن برای یک کار پژوهشی است. قابل ذکر است که تمامی ملاحظات اخلاقی مورد نظر در پژوهش های حاضر رعایت شد. در نهایت پس از گردآوری، پرسشنامه ها توسط آزمون های آماری مربوطه (همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون، رگرسیون سلسله مراتبی) و به وسیله نرم افزار SPSS-25 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

ابزار پژوهش

مقیاس نگرش های ناکارآمد: این مقیاس توسط وایزمن و بک (۱۹۷۸) بر مبنای نظریه بک در مورد محتوای ساختار شناختی در

همبستگی بین متغیرهای پژوهش (نگرش‌های ناکارآمد، اجتناب تجربی با فرسودگی تحصیلی) در جدول ۲ آمده است. جدول ۲. نمره کلی ضریب همبستگی بین نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی با فرسودگی تحصیلی

متغیرها	ضریب همبستگی	سطح معناداری
نگرش‌های ناکارآمد	۰/۴۶	۰/۰۲
اجتناب تجربی	۰/۵۱	۰/۰۰۱

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که بین نگرش‌های ناکارآمد با فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۴۶، بین اجتناب تجربی و فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۵۱ وجود دارد که در سطح $(P < ۰/۰۰۱)$ معنادار هستند.

برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس نگرش‌های ناکارآمد، اجتناب تجربی از تحلیل رگرسیون به شیوه همزمان استفاده شد که همراه با خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۳ آمده است. جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس متغیرهای نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی

متغیر ملاک	خلاصه مدل	متغیر پیش‌بین	B	β	T	سطح معنی داری
فرسودگی تحصیلی	$R = ۰/۴۶$ $R^2 = ۰/۴۱$ $F = ۱۹/۱۱$ $P < ۰/۰۰۱$	نگرش‌های ناکارآمد	۰/۳۰	۰/۳۸	۱۲/۰۹	۰/۰۰۱
		اجتناب تجربی	۰/۳۳	۰/۴۶	۱۵/۱۲	۰/۰۰۱

براساس جدول ۳ متغیرهای نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربی با هم می‌توانند ۴۱ درصد از واریانس فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. بر این اساس مدل رگرسیونی معنادار است $(P < ۰/۰۰۱)$. قابل ذکر است که اجتناب تجربی با ضریب تاثیر ۰/۴۶ توان پیش‌بینی بیشتری برای فرسودگی تحصیلی دارد. برای بررسی نقش تعدیل‌کننده‌ی حمایت خانواده در رابطه بین متغیر مضروب نمره انحرافی نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی با فرسودگی تحصیلی از تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی استفاده شد، که نتایج آن در جدول ۴ آمده است.

تهیه و در مطالعات متعدد به کار گرفته شده و روایی آن تایید و پایایی این پرسشنامه ۰/۹۰ گزارش شده است (۲۲). در پژوهش حاضر روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۷۸ به دست آمد.

پرسشنامه فرسودگی تحصیلی: این پرسشنامه را برسو و همکاران (۲۰۰۷) ساخته اند، که دارای ۱۵ سوال و سه خرده مقیاس که شامل؛ خستگی تحصیلی، بی علاقه‌ی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی است. همه سوال‌ها در یک پیوستار لیکرت ۵ درجه ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافق (۵) طراحی شده است. پایایی پرسشنامه برای خرده مقیاس خستگی تحصیلی ۰/۷۰، بی علاقه‌ی تحصیلی ۰/۸۲ و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۷۵ گزارش نموده اند (۲۳). در پژوهش کرمی و حاتمیان نیز روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۸ گزارش شد (۲۴). در پژوهش حاضر روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۷ به دست آمد.

یافته‌ها

نمونه مورد مطالعه شامل ۲۲۴ دانشجوی پرستاری که ۱۵۹ نفر دانشجو دختر (۷۱ درصد) و ۶۵ نفر دانشجو پسر (۲۹ درصد) بودند که میانگین سنی نمونه مورد نظر به صورت کلی ۲۳ سال و ۴ ماه بود. در ادامه میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد
فرسودگی تحصیلی	۳۹/۱۱	۴/۸۹
نگرش‌های ناکارآمد	۴۶/۲۹	۵/۵۳
اجتناب تجربی	۲۹/۴۵	۵/۰۵
حمایت خانواده	۱۶/۷۷	۲/۹۷

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون همزمان و سلسله مراتبی استفاده شد. قبل از استفاده از این آزمون‌ها، مفروضه‌هایی که برای تحلیل رگرسیون لازم بود از جمله مفروضه‌ی نرمال بودن توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون کالموگروف-اسمیرنوف (آماره آزمون بزرگتر از ۰/۰۵ بدست آمد)، مفروضه استقلال باقیمانده‌ها با استفاده از دوربین-واتسون، مفروضه فقدان چند هم خطی بین متغیرهای مستقل با استفاده از شاخص تولرانس مورد بررسی و تایید قرار گرفت. ضرایب

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی برای بررسی پیش بینی فرسودگی تحصیلی از روی متغیر مضروب نمرات انحرافی نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی با نقش تعدیل کننده ی حمایت خانواده

گام	خلاصه نتایج	متغیر پیش بین	B	β	سطح معناداری
گام اول	$R=0/53$ $R^2=0/39$ $F=19/01$ $P<0/001$	نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی	0/42	0/32	0/001
گام دوم	$R=0/59$ $R^2=0/44$ $F=32/69$ $P<0/001$	نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی متغیر مضروب (نمرات انحرافی نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی $\times$ نمرات انحرافی حمایت خانواده)	0/35 -0/09	0/20 -0/11	0/001 0/001

نتایج جدول ۴ نشان می دهد که در گام اول که متغیرهای نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی وارد معادله رگرسیونی می شوند، نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی به تنهایی می تواند ۰/۳۹ فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند. اما در گام دوم که متغیر مضروب وارد می شود، نقش پیش بینی کنندگی به ۰/۴۴ افزایش می یابد. در این مرحله نیز نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی توان پیش بینی فرسودگی تحصیلی را دارند، اما میزان ضریب تاثیر از ۰/۳۲ به ۰/۲۰ کاهش می یابد. میزان ضریب تاثیر برای متغیر مضروب ۰/۱۱- است که در سطح $P<0/001$ معنادار است و این یعنی اینکه متغیر مضروب در ورای متغیر نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی توان پیش بینی فرسودگی را دارد. بنابراین می توان گفت که در رابطه بین نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربی با فرسودگی تحصیلی، حمایت خانواده نقش تعدیل کننده دارد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی فرسودگی تحصیلی براساس نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی با توجه به نقش تعدیل کننده حمایت خانواده در دانشجویان پرستاری انجام شد. نتایج یافته ها نشان داد که هر یک از متغیرهای نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی رابطه معنی داری با فرسودگی تحصیلی دارند، به گونه ای که این دو متغیر توان پیش بینی فرسودگی تحصیلی در دانشجویان پرستاری را داشتند، چنین نتیجه ای تا حدودی همسو با نتایج پژوهش های رجی و همکاران (۲۰۲۴) (۲۵)؛ دسوازا (۲۰۱۹) (۲۶)؛ حاجی هاشمی (۱۳۹۷) (۲۷) بود. کانر (۲۰۲۰) در مطالعه ای که با هدف بررسی استرس، فرسودگی و اجتناب تجربی در دانشجویان دکتری روانشناسی بالینی انجام داد، بدین نتیجه دست یافتند که

هرچه دانشجویان با اجتناب تجربی بیشتری درگیر شوند، نمرات استرس و فرسودگی درک شده بالاتری خواهند داشت، از طرفی هر چه سطوح استرس ادراک شده بالاتر باشد، سطوح فرسودگی نیز بالاتر خواهد بود، بنابراین نتیجه مطالعه آنها نشان داد که با توجه به سبک های مقابله ای رویکردی و اجتنابی، افراد با مقابله اجتنابی گسترده تر، سطوح بالاتری از استرس ادراک شده و فرسودگی را گزارش می کردند (۲۸).

جهت تبیین این نتیجه می توان چنین بیان نمود، از آنجایی که نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی هر دو دربرگیرنده جنبه های منفی و افراطی از احساسات و هیجان های افراد هستند که در مواجهه با موقعیت های مختلف زندگی فرد را دچار سردرگمی و استرس می کنند، بنابراین دانشجویانی که از چنین ویژگی های روانشناختی برخوردار باشند به احتمال بیشتری در هنگام روبروی با دشواری های تحصیلی علامت های فرسودگی تحصیلی را نشان خواهند داد. از سوی نیز می توان گفت از آنجایی که نگرش های ناکارآمد، نگرش ها و باورهایی هستند که فرد را مستعد آشفته گی روانی می کند، بنابراین این باورها که در اثر تجربه نسبت به خود و جهان کسب می شوند، فرد را آماده می سازند تا موقعیت های خاص را بیش از حد منفی و ناکارآمد تعبیر کنند.

برواتی و همکاران (۱۳۹۹) در مطالعه ای بدین نتیجه دست یافتند که نگرش های ناکارآمد زمینه ساز بسیاری از پریشانی های روانی است و مانع جدی جهت شادکامی و نشاط افراد در سنین مختلف است (۲۹). از طرفی دیگر، نتایج پژوهش نشان دهنده آن است که حمایت خانواده به عنوان یک عامل ارزشمند روانشناختی نقش تعدیل کننده ای در ارتباط بین نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی با فرسودگی تحصیلی ایفا می کند، می توان گفت چنین نتیجه ای نیز

تقدیر و تشکر

پژوهشگران بر خود لازم می دانند که از تمامی کسانی که در به سرانجام رسیدن این پژوهش یاری نمودند سپاسگزاری کنند.

تضاد منافع

نویسنده هیچگونه تعارض منافی در خصوص انتشار نتایج این مقاله اعلام نمی دارد.

حمایت مالی

در این مطالعه حمایت مالی وجود ندارد.

ملاحظات اخلاقی

در مقاله حاضر تمامی ملاحظات اخلاقی مورد نظر در پژوهش های علمی رعایت شده است.

تا حدودی همسو با نتایج پژوهش های وو، وانگ، وانگ و لی (۲۰۲۲) (۳۰) و بیان فر، بوتو نژاد و طباطبایی (۱۴۰۱) (۳۱) بود. مسعودی و بهزاد پور (۱۴۰۳) در مطالعه ای به این نتیجه دست یافت که حمایت والدین مهمترین عامل در کاهش استرس و سایر مشکلات هیجانی است (۳۲). حاتمیان و همکاران (۱۳۹۷) در مطالعه ای دریافتند که حمایت اجتماعی دوستان، خانواده و افراد مهم زندگی مهمترین عوامل کمک کننده به کاهش مشکلات هیجانی و شناختی در پرستاران هستند (۳۳). پژوهش حاضر نیز همچون هر مطالعه علمی یک سری از محدودیت ها داشت، از جمله اینکه چون جامعه آماری شامل دانشجویان پرستاران بود، بنابراین در تعمیم نتایج به کل دانشجویان رشته های مختلف بایستی جانب احتیاط را رعایت کرد. همچنین از آنجایی که روش نمونه گیری در مطالعه حاضر از نوع در دسترس بود، بنابراین ممکن است نتایج با محدودیت تعمیم پذیری به جامعه کلی دانشجویان همراه باشد. از این رو پیشنهاد می شود که متغیرهای حاضر، در سایر رشته های تحصیلی حوزه سلامت نیز انجام شود. همچنین پیشنهاد می شود که متغیرهای موجود در مطالعه حاضر در قالب طرح آزمایشی نیز توسط پژوهشگران به کار گرفته شود.

نتیجه گیری

نهایتاً می توان نتیجه گرفت که نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی هردو با هم می توانند تغییرات فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند، از طرفی حمایت خانواده می تواند به عنوان یک متغیر تعدیل کننده نقش مثبتی در کنترل نگرش های ناکارآمد و اجتناب تجربی داشته باشد. بنابراین توجه به نقش مهم حمایت خانواده می تواند در کمک به دانشجویانی که از فرسودگی تحصیلی رنج می برند، تا حد بسیار زیادی کمک کننده باشد.

مشارکت نویسندگان



References

1. Kamalpours, Forouzi M A, Targary B. Relationship between academic burnout and achievement in nursing students. *J Prevent Med* 2019;6(2):81-74. <https://doi.org/10.29252/jpm.6.2.8>
2. Sharififard F, Nourozi K, Hosseini M, Asayesh H, Nourozi M. Related factors with academic burnout in nursing and paramedics students of Qom University of Medical Sciences in 2014. *JNE* 2014; 3 (3) :59-68.
3. Salmela-Aro K, Upadyaya K. Co-development of educational aspirations and academic burnout from adolescence to adulthood in Finland. *Research in Human Development*. 2017;14(2):106-121. <https://doi.org/10.1080/15427609.2017.1305809>
4. Barnett MD, Flores J. Narcissus, exhausted: Self-compassion mediates the relationship between narcissism and school burnout. *Personality and Individual Differences*. 2016;97:102-108. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.026>
5. Abbasi M, Dargahi S, Mohammad alipor Z, Mehrabi A. The Role of Student Stressors in Predicting Procrastination and Academic Burnout among Nursing Students. *Iranian Journal of Medical Education* 2015; 15 :293-303.
6. Zorrahim R, Beyrami M. Relationship between Dysfunctional Attitudes with the Components of Psychological Well-being in Students of Islamic Azad University of Tabriz, *Community Health Journal (CHJ)*, 2015, 9(3): 9-17.
7. Momenpour S, Saffarinia M, Bazzazian S, Vatankhah H. The Role of Negative Spontaneous Thoughts and Dysfunctional Attitudes in Psychological Well-being Mediated by Perceived Stress in Women with Breast Cancer. *IJNR* 2022; 17 (1) :19-30.
8. Golzar H R, Aflakseir A, Molazadeh J. Structural Equation Modeling of Dysfunctional Attitudes and Depression Symptoms: Investigation of the Mediation Role of Ruminative Response Style. *IJPCP* 2017;22(4):318-329. <https://doi.org/10.18869/nirp.ijpcp.22.4.318>
9. Thomas J, Altareb B. Cognitive vulnerability to depression: An exploration of dysfunctional attitudes and ruminative response styles in the United Arab Emirates. *Psychology & Psychotherapy: Theory, Research & Practice*. 2011; 85(1):117-21. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.2011.02015.x>
10. Sepehreinjad M, Hatamian P. Forecast of Suicidal thoughts based on Emotional Dysregulation and Experimental Avoidance in Nurses. *IJNR* 2018; 13 (4) :39-44.
11. Karekla, M. & Panayiotou, G. "Coping and experiential avoidance: Unique or overlapping constructs?". *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 2011 42 (22), 163-170. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2010.10.002>
12. Junadele, K., Basaknejad, S., Yonsi, A., Saadatmand, K. The relationship between anxiety sensitivity, experiential avoidance and resilience with exam anxiety in students. *Clinical psychology*, 2017; 10(1): 71-78.
13. Lu, W., & Hampton, K. N. Beyond the power of networks: Differentiating network structure from social media affordances for perceived social support. *New Media & Society*, 2018, 19(6), 861-879. <https://doi.org/10.1177/1461444815621514>
14. Finlay, K. A., Peacock, S., & Elander, J. Developing successful social support: An interpretative phenomenological analysis of mechanisms and processes in a chronic pain support group. *Psychology & Health*, 2018, 33(7), 846-871. <https://doi.org/10.1080/08870446.2017.1421188>
15. Zhang, H., Ye, Z., Tang, L., Zou, P., Du, C., Shao, J., ... & Mu, S. Y. Anxiety symptoms and burnout among Chinese medical staff of intensive care unit: the moderating effect of social support. *BMC psychiatry*, 2020, 20(1), 1-7. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02603-2>
16. Yayan, E. H., & Çelebioğlu, A. Effect of an obesogenic environment and health behaviour-related social support on body mass index and body image of adolescents. *Global health promotion*, 2018, 25(3), 33-42. <https://doi.org/10.1177/1757975916675125>
17. Sepehri Nezhad M, Hatamian P. The prediction of academic burnout based on the emotion dysregulation and social support in nursing students. *Educ Strategy Med Sci* 2018;11(1) :59-65.
18. Ebrahimi, A; Mousavi, S. G. Psychometric properties of the Dysfunctional Attitudes Scale (DAS-26) in patients with mood disorders, *Scientific Journal of Ilam University of Medical Sciences* 2012, 21 (5): 20-28.
19. Fatah, L. Determining identity statuses and their relationship with identity styles and depression in Tehran adolescents, PhD thesis, Iran University of Medical Sciences, 2003.
20. Bond FW, Hayes SC, Baer RA, Carpenter KM, Guenole N, Orcutt HK, et al. Preliminary psychometric properties of the Acceptance and

Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behav Ther.* 2011;42(4):676-88. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>

21.Izaadi A, Karimi J, Rahmani M. Psychometric Analysis of Persian Version of Body Image flexibility Questionnaire (BI-AAQ) among University student. *Hayat.* 2014;19(3):56-69.

22.Hamidi F. Relationship between Social support and mental health among female- headed households employed a military university]. *Journal of Military Psychology.* 2010;1(2):51-60.

23.Naami A. The relationship between quality of learning experience and academic burnout of MA students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Psychol Stud J* 2010; 5(3): 25-37.

24.Karami J, Hatamian P. The relationship between self-efficacy and perfectionism with academic burnout students. *Pejouhandeh* 2016;21(4):186-191.

25.Rajabi R, Eslami Aliabadi H, Afrazandeh S S. Relationship between social support, dysfunctional attitude, and perceived academic stress in students of Ferdows school of medical sciences. *JMED* 2024; 1(52):75-83. <https://doi.org/10.32592/jmed.2023.16.52.75>

26.D'Souza, C. G. The role of early maladaptive schemas in the development of depression, anxiety and academic burnout. 2019. https://scholarworks.uaeu.ac.ae/psych_theses/2

27.Hajihassani M. Predicting Academic Burnout in Female Medical Students of Shahrekord University of Medical Sciences Based on Perfectionism and Family Emotional Climate in 2016-2017 Academic Year. *JRUMS* 2018; 17 (4) :293-304.

28.Connor, K. M. Stress, Burnout, and Experiential Avoidance in Clinical Psychology Doctoral Students. 2020. <https://repository.fit.edu/etd/253>

29.Baravati, Nadia Rezaei Zadeh, et al. "The effect of coping skills training on Dysfunctional Attitudes and happiness in divorced women." *Journal of Advanced Pharmacy Education and Research* 2020, 10.1,124-130.

30.Wu, K., Wang, F., Wang, W., & Li, Y. Parents' education anxiety and children's academic burnout: The role of parental burnout and family function. *Frontiers in Psychology*, 2022; 12, 764824. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.764824>

31.Bayanfar F, Partonejad N, Tabatabaee S M. Predicting Students' Academic Engagement Based on Academic Support and Family Emotional Climate: The Mediating Role of Academic Emotions. *QJFR* 2022; 18 (4) :31-48.

32.Massoudi S, Behzadpoor S. The Relationship between Parental Stress and Child's Behavioral Problems with the Moderating Role of Maternal Reflective Functioning: A Descriptive Study. *JRUMS* 2024;23(4):293-306. <https://doi.org/10.61186/jrums.23.4.193>

33.Hatamian P, Karami J, Momeni K. Relationship Between Perceived Social Support (Family, Friends and Other Important People) With the Tendency of Using Psychotropic Substances Among the Nurses of Hospitals in Kermanshah City. *Iran J Health Educ Health Promot* 2018;5(4):367-373 <https://doi.org/10.30699/acadpub.ijhehp.5.4.367>