

## تعیین روابط ساختاری خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با بهزیستی ذهنی دانشجویان علوم

### پزشکی دانشگاه تهران: نقش میانجی خستگی هیجانی و مشغولیت تحصیلی

ثریا حکیمی<sup>۱\*</sup>، سیاوش طالع پسند<sup>۲</sup>

#### چکیده

مقدمه: بررسی عوامل مرتبط با مسائل آموزشی و تعیین پیشامدها و پیامدهای موجود، منجر به بهبود عملکرد تحصیلی و بهزیستی دانشجویان می‌شود. هدف از انجام پژوهش حاضر، تعیین روابط ساختاری بهزیستی ذهنی، خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با خستگی هیجانی و نقش میانجی مشغولیت تحصیلی خواهد بود.

روش بررسی: نمونه مورد بررسی این مطالعه، شامل ۳۱۰ دانشجوی پزشکی (۱۴۲ زن و ۱۶۸ مرد) بود که در دامنه سنی ۲۴ تا ۴۷ سال قرار داشتند و با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان به پرسشنامه‌های بهزیستی ذهنی (رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و منفی)، مقیاس خستگی هیجانی، پرسشنامه مشغولیت تحصیلی، مقیاس خودکارآمدی و پرسشنامه حمایت اجتماعی پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مسیر برای آزمون مدل فرضی استفاده شد.

نتایج: یافته‌ها نشان داد که خستگی هیجانی به‌طور مستقیم بر روی بهزیستی اثر ساختاری دارد. همچنین، حمایت اجتماعی نیز با واسطه‌گری خستگی هیجانی اثر غیر مستقیم بر بهزیستی دارد. به‌علاوه، متغیرهای خودکارآمدی و حمایت اجتماعی بر متغیرهای مشغولیت تحصیلی و خستگی هیجانی اثر مستقیم دارند. از سوی دیگر، این دو متغیر با واسطه‌گری مشغولیت تحصیلی بر خستگی هیجانی اثر غیر مستقیم نیز دارند.

نتیجه‌گیری: ارتقاء سطح منابع درونی مثل بهزیستی، مشغولیت و خودکارآمدی از طریق مداخلات انگیزشی و نیز ایجاد حمایت اجتماعی دانشجویان باعث می‌شود تا افراد با انجام تکالیف مطابق با شایستگی‌های خود، نیازهای تحصیلی محیط خود را برآورده سازند بدون اینکه احساس خستگی هیجانی کنند.

واژه‌های کلیدی: بهزیستی ذهنی، خستگی هیجانی، مشغولیت تحصیلی، خودکارآمدی، حمایت اجتماعی

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه سمنان، ایران.

۲. دانشیار گروه روانشناسی تربیتی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، ایران.

\* (نویسنده مسئول): تلفن: ۰۹۱۹۶۷۸۴۶۷۷ پست الکترونیکی: hakimi.sorayya@semnan.ac.ir

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۱/۲۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۹/۰۷

## مقدمه:

پژوهشگران، خستگی هیجانی را با "احساس بیش از حد خالی بودن از منابع هیجانی و فیزیکی" تعریف کرده‌اند (۱). در واقع یک مجموعه رو به رشد از ادبیات پژوهش، خستگی هیجانی را بعد اصلی مفهومی به نام فرسودگی می‌دانند که همان تهی شدن از نظر جسمی و روانی است و بر این باورند که خستگی هیجانی نقش محوری در فرآیند فرسودگی ایفا می‌کند (۲،۳). مفهوم فرسودگی به فشار مداوم به دلیل کار کردن با افرادی که از نظر هیجانی، شما را تحت فشار شدید الزامات و تقاضاها می‌گذارند مربوط شده است (۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند مفهوم فرسودگی به فراتر از محیط‌های شغلی گسترش یافته و جمعیت دانشجویان نیز مستعد ابتلا به فرسودگی می‌باشند. امروزه این مفهوم که در شرایط آموزشی و تحصیلی مورد استفاده قرار می‌گیرد، در جمعیت‌های دانشجویی شامل سه مرحله است. احساس خستگی که به دلیل الزامات و تقاضاهای تحصیلی است، وجود حس بدبینی و بی‌علاقگی نسبت به مطالب و تکالیف درسی و در نهایت پیشرفت تحصیلی ضعیف که باعث کاهش سطح خودکارآمدی شخصی می‌شود (۵، ۶). هرچند دانشجویان در موقعیتهای آموزشی، به‌عنوان کارمند شغل خاصی ندارند، اما از دیدگاه روانشناسی، فعالیت‌ها و تکالیف آموزشی آنها را می‌توان به‌عنوان یک کار در نظر گرفت (۶). برنامه‌های آموزشی چالش برانگیز و رقابتی در محیط دانشگاه و برخی بی‌عدالتی‌های ادراک شده دانشجویان از سوی اساتید نیز باعث افزایش سطح استرس و زمینه ساز ایجاد فرسودگی تحصیلی می‌شوند (۷). علاوه بر این، آموزش و یادگیری، خود تجربه‌ای تنش‌زا است، به‌خصوص در رشته‌های گروه پزشکی که ماهیت آنها به گونه‌ای است که به‌عنوان یکی از پراسترس‌ترین رشته‌ها محسوب می‌شوند و دانشجویان این رشته‌ها علاوه بر فشارهای آموزش نظری، تحت تأثیر مسائل دیگری مانند کار کردن در بیمارستان قرار می‌گیرند، چرا که در این مکان، مسئله حیات انسان‌ها مطرح است (۸). دانشجویان پزشکی به ویژه در

سالهای آخر تحصیل خود، به‌خاطر درگیری با تکالیف درسی که به‌طور مستقیم به بیمارستان مربوط می‌شوند به نوعی شاغل محسوب شده و مستعد فرسودگی هستند. ازسوی دیگر، مطالعات نشان می‌دهد که دغدغه دانشجویان پزشکی در مورد آینده شغلی و رضایت از محیط آموزشی هم از جمله عوامل مؤثر در فرسودگی تحصیلی این گروه از دانشجویان می‌باشد (۹). دانشجویانی که خستگی را تجربه می‌کنند، دچار نوعی بدبینی و کاهش انگیزش در رابطه با مطالعات‌شان می‌شوند و حتی ممکن است احساس بی‌لیاقتی کنند (۱۰). به‌علاوه، تجربه فارغ التحصیل نشدن به شدت استرس‌زاست. فشار مقاطع تحصیلی، محدودیت‌های زمانی و درخواستهای محیط درونی و بیرونی می‌تواند باعث تشدید استرس دانشجویان شود (۱۱). به‌طور مشابه، دانشجویانی که از نظر هیجانی خسته هستند ممکن است دچار افزایش غیبت و کاهش انگیزش برای مشارکت در کارهای ضروری مدرسه شوند و سرانجام از دانشگاه اخراج شوند. گلد نشان داد که حداقل ۴۰٪ دانشجویان دوره پزشکی در اتمام دوره شکست می‌خورند و داده‌هایی مبنی بر ترک تحصیل این دانشجویان نیز وجود دارد (۱۲). گوستاو و رادمن (۱۳) در پژوهش خود، با مطالعه بر روی ۱۷۰۲ دانشجوی پرستاری در سوئد، نشان دادند که در پیگیری یک سال پس از فراغت از تحصیل، دانشجویانی که در طی تحصیل دچار فرسودگی می‌شوند مهارت کمتری در انجام وظایف شغلی‌شان دارند و تمایل بیشتری به ترک شغل داشتند. در ایران نیز پژوهش شریفی فرد، نوروزی، حسینی، آسایش و نوروزی (۱۴) که بر روی ۲۶۴ دانشجوی پزشکی و پرستاری انجام شده بود، نشان داد درصد قابل توجهی از دانشجویان دچار فرسودگی تحصیلی هستند. در مجموع ۲۴٪ دانشجویان فرسودگی بالا و ۴۶٪ فرسودگی تحصیلی در حد متوسط داشتند و فراوانی نسبی خستگی هیجانی ۴۴/۸٪ به‌دست آمد. همچنین دریافتند که با افزایش سنوات تحصیل، دانشجویان در خطر بالاتر فرسودگی تحصیلی قرار می‌گیرند.

پژوهش طولی سالملا آرو و اپادیا (۱۸) بر روی دانش‌آموزان نیز به‌دست آمد.

از سوی دیگر، شواهد روزافزونی وجود دارند که نشان می‌دهند خستگی هیجانی به‌طور منفی با متغیر دیگری به نام مشغولیت تحصیلی نیز رابطه دارد (۱۹). مشغولیت، یک حالت ذهنی مثبت است که بوسیله قدرت و توان، تعهد و وقف شدن و مجذوب شدن در تکلیف تعریف می‌شود (۲۰). افرادی که در انجام تکالیف خود مشغولیت دارند، در حقیقت به لحاظ فیزیکی درگیر وظایف‌شان هستند، از نظر شناختی بسیار هوشیارند و موکدا با دیگران در ارتباط‌اند (۲۱). پژوهش‌ها حاکی از اینست که خستگی هیجانی به‌ویژه با مولفه‌های مشغولیت یعنی توان، تعهد و مجذوب بودن در تضاد است. شواهد نشان می‌دهد که مشغولیت و هسته اصلی فرسودگی یعنی خستگی هیجانی به‌طور منفی مرتبط هستند (۲۰، ۲۲، ۱۶، ۵). سالملا آرو و اپادیا (۱۸) در مطالعه خود، حدود ۱۷۰۰ دانش‌آموز سال آخر دبیرستان را در یک مطالعه طولی ۴ مقطعی جهت تعیین رابطه بین متغیرهای خستگی تحصیلی، مشغولیت و خودکارآمدی بررسی کردند. نتایج نشان داد که فرسودگی مدرسه به‌طور منفی، مشغولیت تحصیلی را حتی تا ۱ سال بعد پیش بینی کرد. در مطالعات پیگیری، مشغولیت همچنین تا ۲ سال بعد با رضایت از زندگی رابطه مستقیم داشت، این یافته‌ها نشان می‌دهد که مشغولیت می‌تواند پیشاینده موثری برای خستگی هیجانی باشد.

به‌علاوه، پژوهش‌های بسیاری در مورد خستگی از نظریه خودکارآمدی بهره گرفته‌اند. زیرا باور پژوهشگران بر این است که خودکارآمدی یک منبع شخصی و درونی است که باعث می‌شود خستگی کاهش پیدا کند و حتی اثربخشی مربوط به کار را هم تعیین می‌کند (۲۳). از همین رو خودکارآمدی بالا، باعث کاهش استرس و افسردگی ناشی از محیط‌های تقاضاگر و تهدیدکننده می‌شود و توانایی فرد برای سازگار شدن بالاتر می‌رود (۲۴). در واقع خودکارآمدی رابطه منفی و معناداری با خستگی هیجانی دارد (۲۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که

یکی از متغیرهایی که به‌نظر می‌رسد تحت تاثیر خستگی هیجانی باشد، بهزیستی است. محیط‌های آموزشی همانقدر که مکانی برای دستیابی به اهداف عالی هستند، گاهی فراگیران را با چالش‌هایی مواجه می‌کنند که می‌تواند بر روی بهزیستی آنها اثر منفی بگذارد. تجربه‌هایی مانند حجم کاری دانشگاهی زیاد، نگرانی‌های مالی، فشارهای دانشگاهی، آزمون‌های متوالی، تکالیف طاقت‌فرسا و مطالعه سخت منجر به فرسودگی تحصیلی در برخی دانشجویان خواهد شد که این امر به نوبه خود، منجر به کاهش سطح بهزیستی و عملکرد افراد می‌شود. زیرا فراگیرانی که دچار خستگی و فرسودگی هیجانی هستند به احتمال بیشتری دچار افت تحصیلی و حتی ترک تحصیل شوند و همین مساله خود می‌تواند بستری برای دیگر نتایج منفی روانی فراهم کند (۶). نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که ارتباط منفی بین خستگی هیجانی و بهزیستی وجود دارد. برای مثال، سونتاز، کوتلر و فریتز (۱۵) معتقدند که خستگی هیجانی به‌عنوان هسته اصلی فرسودگی باعث یک آسیب حاد به بهزیستی روانی می‌شود و مطالعه آنان نشان داد که یک وضعیت کاری و تحصیلی پر استرس، نه تنها سطح بالایی از خستگی هیجانی را موجب می‌شود، بلکه همچنین موجب "عدم انفعال روانی" از امور مربوطه در اوقات فراغت می‌شود. این اصطلاح در واقع یک حالت ذهنی را بازگو می‌کند که در آن افراد، در اوقات استراحت نیز، همچنان از نظر ذهنی به کار خود متصل هستند. "اتصال روانی" افراط‌گونه به کار و تحصیل، باعث ایجاد استرسورهایی می‌شود که سطح رضایت را پایین می‌آورد و باعث کاهش بهزیستی روانشناختی در افراد می‌شود (۱۵). مشابه با این یافته، پژوهش گاروسا، بلانکو، کارمونا و مورنو (۱۶) که بر روی ۲۰۹ دانشجوی لیسانس انجام شد نشان داد جنبه‌های انگیزشی که باعث پائین رفتن سطح خستگی هیجانی دانش‌آموزان می‌شود، بهزیستی آنها را افزایش می‌دهد و برعکس. پژوهشی دیگر در میان پرستاران نشان داد که خستگی می‌تواند موجب افت سطح کیفیت و رضایت از زندگی افراد و افزایش علائم افسردگی شود (۱۷). همین نتایج در

مشغولیت دانش‌آموزان شود، چرا که خودکارآمدی به‌عنوان یک منبع برای مشغولیت تحصیلی دانش‌آموزان عمل می‌کند. در پژوهشی دیگر (۳۳) محققان دریافتند که دانشجویان با خودکارآمدی بالاتر، مشغولیت بیشتری داشتند و خود را بیشتر وقف تکالیف می‌کردند. همچنین پژوهشگران متعددی در حال مطالعه رابطه بین مشغولیت و حمایت اجتماعی هستند. کرافورد، لپاین و ریچ (۳۴) در نتایج پژوهش خود، این‌گونه مطرح می‌کنند که منابعی مانند حمایت اجتماعی رابطه مثبت مستقیم با مشغولیت افراد دارد. به‌نظر می‌رسد این منابع، از طریق یک فرایند انگیزشی که باعث تحت‌تاثیر قرار دادن مثبت افراد می‌شود، منجر به افزایش پیامدهای مثبت گردد (۳).

با توجه به اینکه دانشجویان در آینده‌ای نزدیک از مدیران و برنامه‌ریزان کشور خواهند بود، بهزیستی و سلامت روان آنان بسیار حائز اهمیت است. این موضوع در رابطه با دانشجویان پزشکی که نبض حیات جامعه در دستان آنهاست، اهمیت مضاعفی خواهد یافت. از طرفی تأثیر منفی خستگی بر عواملی مثل عملکرد تحصیلی، مشغولیت دانشجویان به انجام امور آموزشی در دانشکده، علاقه به ادامه تحصیل و مشارکت علمی پس از فراغت از تحصیل، از دلایل مهم دیگر برای این دست پژوهش‌ها به شمار می‌رود. همچنین با توجه به این نکته که مطالعات بسیار اندکی در کشور ما در زمینه خستگی هیجانی در دانشجویان به‌ویژه دانشجویان رشته پزشکی انجام شده است، از این‌رو این پژوهش گامی است در جهت پرکردن شکاف موجود در ادبیات پژوهش، راجع به خستگی هیجانی دانشجویان پزشکی و عوامل مرتبط با آن، تا با اقدامات مداخله‌جویانه به کم کردن یا برطرف نمودن این عوامل زمینه ساز این موضوع، مبادرت ورزید. لذا، پژوهش حاضر روابط ساختاری بهزیستی ذهنی، خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با خستگی هیجانی و مشغولیت تحصیلی را مورد بررسی قرار می‌دهد.

#### روش بررسی:

طرح مورد استفاده در این پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان علوم

خودکارآمدی بالا با خستگی هیجانی پائین و کاهش فرسودگی همراه در دانشجویان همراه است (۲۶، ۳، ۲۷). به‌علاوه، مطالعه سالملا آرو و اپادیا (۱۸) نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی افراد در عین حال که به‌طور منفی با خستگی هیجانی مرتبط است، رابطه مثبتی با مشغولیت تحصیلی دارد.

یکی دیگر از متغیرهای مهم اثرگذار بر خستگی تحصیلی که در این پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرد، حمایت اجتماعی است. حمایت اجتماعی به‌عنوان یک منبع محیطی، بر روی زندگی افراد و به‌ویژه دانشجویان تاثیر گذار است. یافته‌ها نیز قریب به اتفاق نشان می‌دهند که رابطه منفی بین حمایت اجتماعی و فرسودگی وجود دارد. مطالعات نشان داده است که حمایت اجتماعی از همکاران، افراد خاص، دوستان و خانواده ممکن است در کاهش فرسودگی افراد کمک می‌کند (۲۸). همچنین از یافته‌ها این‌طور بر می‌آید که حمایت اجتماعی مشاوران و روانشناسان نیز تاثیر قابل توجهی بر کاهش فرسودگی و خستگی هیجانی دانشجویان دارد (۲۷). در پژوهش جاکوبز و داد (۴)، حمایت از طرف دوستان، رابطه معنی‌دار آماری منفی با فرسودگی در دانشجویان دانشگاه داشت. در مطالعه Boren (۲۹) که بر روی ۲۱۳ دانشجوی ارشد و دکترا انجام شده بود، حمایت اجتماعی رابطه منفی معناداری با خستگی هیجانی داشت. یانگ (۳۰) نیز در پژوهش خود بر روی دانشجویان، دریافت که حمایت اجتماعی و خودکارآمدی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معناداری دارد. زیرا حمایت اجتماعی به دانشجویان، به آنها کمک می‌کند تا با خستگی هیجانی خود مقابله کنند.

بر اساس برخی مطالعات، خودکارآمدی (منابع شخصی) و حمایت اجتماعی (منابع محیطی) می‌توانند هم به‌طور مستقیم بر روی خستگی هیجانی تاثیر بگذارند و هم به‌صورت غیر مستقیم و از طریق مشغولیت اثرگذار باشند (۳۱). از طرفی مولفان متعددی روابط بین خودکارآمدی و مشغولیت را نیز مورد مطالعه قرار داده‌اند. واسالمپی، سالملا آرو و نائومی (۳۲) معتقدند که خودکارآمدی ممکن است باعث ارتقاء سطح

پزشکی دانشگاه تهران در سال ۹۲-۹۳ بود (N=2100). نمونه مورد بررسی این مطالعه، شامل ۳۱۰ دانشجوی پزشکی (۱۴۲ زن و ۱۶۸ مرد) بود. که در دامنه سنی ۲۴ تا ۴۷ سال قرار داشتند. از روش نمونه گیری تصادفی خوشه‌ای استفاده شد. ابتدا از بین ده دانشکده این دانشگاه، سه دانشکده (دانشکده های پزشکی، دندانپزشکی و داروسازی) انتخاب شدند. در مرحله دوم به طور تصادفی از هر دانشکده ۳ کلاس دانشجویان سال سوم و چهارم انتخاب شدند.

### ابزارهای اندازه گیری:

بهبودی دهنی. برای اندازه‌گیری ابعاد مختلف بهزیستی دهنی، از پرسشنامه‌های عاطفه مثبت و منفی و رضایت از زندگی استفاده شد.

### رضایت از زندگی:

برای اندازه گیری رضایت از زندگی به‌عنوان مؤلفه شناختی بهزیستی دهنی از پرسشنامه پنج سؤالی رضایت از زندگی (SWLS) استفاده شد که توسط داینر و همکاران (۳۵) طراحی شده است. این آزمون برای اندازه گیری قضاوت کلی فرد از رضایت زندگی بر اساس مقایسه شرایط زندگی با استانداردهای از پیش تعیین شده، طراحی شده است. از آنجا که افراد مختلف ممکن است ایده‌های مختلفی در مورد ترکیبات یک زندگی خوب داشته باشند، SWLS برای اندازه‌گیری رضایت از زندگی کلی افراد طراحی شده است. این مقیاس جنبه مثبت تجارب فرد را بجای تمرکز بر هیجان‌های منفی اندازه می‌گیرد و مقیاس پاسخگویی آن هفت درجه‌ای (کاملاً درست است ۷، تا کاملاً نادرست است) است. نمره ۱ بالا نشان دهنده رضایت بالاتر است. این آزمون توسط بیانی، محمد کوچکی و گودرزی (۳۶) به فارسی ترجمه شده است و پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و با استفاده از روش بازآزمایی ۰/۶۹ تعیین شده است. آلفای کرونباخ این آزمون در پژوهش حاضر، ۰/۸۸ به‌دست آمد.

### عاطفه مثبت و منفی:

این مقیاس توسط واتسون، کلارک و تیلجن (۳۷) تهیه و ارائه شد. در این پرسشنامه، ۲۰ مقوله که بیانگر ۲۰ احساس (۱۰ احساس مثبت و ۱۰ احساس منفی) است، در قالب کلمات مطرح شده و نظر تکمیل کننده در مورد این احساسات، در یک مقیاس ۵ درجه ای (به هیچ وجه ۱ تا بسیار زیاد ۵) ارزیابی می‌شود. اعتبار این مقیاس در پژوهش‌های مختلف تأیید شده است. واتسون و همکاران (۳۷) ضریب آلفای کرونباخ زیر مقیاس عاطفه مثبت را ۰/۸۸ و عاطفه منفی را ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند. ضریب همبستگی درونی مؤلفه‌ها و کل مقیاس در پژوهش ابوالقاسمی (۳۸) بین ۰/۷۴ تا ۰/۹۴ به‌دست آمده است. در این پژوهش، آلفای کرونباخ برای عاطفه مثبت ۰/۸۳ و عاطفه منفی ۰/۸۹ به‌دست آمد.

### خستگی هیجانی:

یک نسخه اصلاح شده از پرسشنامه عمومی فرسودگی مسلش (MBI-SS) توسط شافلی و همکاران (۱۰) در نمونه دانشجویان برای ارزیابی خستگی هیجانی مورد استفاده قرار گرفت. در مطالعه حاضر، خستگی هیجانی توسط خرده مقیاس این پرسشنامه ارزیابی شده است. نسخه هنجار شده این مقیاس در ایران توسط رستمی، عابدی و شافلی (۳۹) تهیه شد و در بررسی روایی عاملی، هفت آیتم به خستگی هیجانی اختصاص پیدا کرد که نشان می‌دهد دانش‌آموزان و دانشجویان، اغلب چگونه از نظر هیجانی به‌خاطر مطالعات درسی خود احساس خستگی و فرسودگی شدید می‌کنند. همه سؤالات در یک پیوستار ۷ درجه ای از هرگز (۰) تا همیشه (۶) نمره‌گذاری می‌شوند. هر چه نمره بالاتر باشد، نشان دهنده احساس خستگی بیشتر افراد است. اعتبار و روایی این مقیاس در سراسر جمعیت دانشجویی در چند کشور تأیید شده است و مشخص شده است که به اندازه کافی برای استفاده از این هدف معتبر است (۱۰). آلفای کرونباخ برای خستگی هیجانی در ایران توسط رستمی و همکاران (۳۹)، ۰/۸۸ و با روش بازآزمایی ۰/۷۴ به‌دست آمد. ضریب آلفای کرونباخ برای این پژوهش، ۰/۸۸ به‌دست آمد.

## خودکارآمدی:

خودکارآمدی افراد با ۶ آیتم از مقیاس خودکارآمدی حرفه‌ای که برگرفته از پرسشنامه MBI-SS (۱۰) است، ارزیابی شد. این آیت‌ها بر روی پیوستار ۷ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۶) اندازه‌گیری می‌شود. آلفای کرونباخ برای این مقیاس در پژوهش ریگ و همکاران (۳) ۰/۸۳ به دست آمد. ترجمه و هنجارسازی مقیاس خودکارآمدی نیز یکسان با مقیاس خستگی هیجانی توسط رستمی و همکاران (۳۹) انجام شد. همه‌ی سؤال‌ها در یک پیوستار ۷ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۶) نمره گذاری می‌شوند. هر چه نمره بالاتر باشد، نشان دهنده احساس خستگی بیشتر افراد است. آلفای کرونباخ برای خودکارآمدی در ایران توسط رستمی و همکاران (۳۹)، ۰/۸۴ و با روش بازآمایی ۰/۶۷ به دست آمد. آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر، ۰/۸۵ بود.

## مشغولیت:

مشغولیت با استفاده از پرسشنامه (UWES-S) که توسط شافلی و همکاران (۱۰) تهیه شده بود، سنجیده شد. این مقیاس، فرم اصلاح شده‌ای از نسخه اصلی آن بود که ۱۷ آیتم دارد و دارای سه بعد است: توان و انرژی ۶ آیتم، خود را وقف کاری کردن ۵ آیتم و جذب کار شدن ۶ آیتم بود. با این حال، نسخه جدید شامل ۱۴ آیتم است (۱۰) که بر روی یک طیف مشابه ۷ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۶) اندازه‌گیری می‌شود. در پژوهش ریگ و همکاران (۳)، آلفای کرونباخ برای توان و انرژی ۰/۸۳ است، برای وقف شدن ۰/۸۹ و برای مجذوب شدن ۰/۸۰ بود. نمره بالاتر نشان دهنده سطوح بالاتری از مشغولیت است. نمره ترکیبی از این سه خرده مقیاس است که برای نشان مفهوم مشغولیت مورد استفاده قرار می‌گیرد. در یک مطالعه (۴۰)، استفاده از نمره کلی و نمرات جداگانه از سه خرده مقیاس، مورد مقایسه قرار گرفت و نتایج نشان داد که به دلیل همبستگی بالا بین این خرده مقیاس‌ها و امکان بوجود آمدن هم‌خطی چندگانه، به نظر می‌رسد که نمره کل شاخص بهتری برای ارزیابی این متغیر باشد (۴۱، ۴۲، ۱۰). به‌طور مشابه، توصیه می‌شود وقتی مقیاس‌ها همبستگی بالایی

با هم دارند، از یک مقیاس ترکیبی استفاده شود (۴۳). از آنجا که این پرسشنامه در ایران ترجمه و هنجاریابی نشده بود، طی مکاتباتی با پروفیسور شافلی، ابتدا گویه‌های پرسشنامه توسط پژوهشگر به فارسی ترجمه و سپس با بهره‌گیری از روش ترجمه معکوس، متن مورد نظر توسط یک متخصص زبان انگلیسی مجدداً به انگلیسی برگردانده شد. پس از چندین بار تغییر در متن فارسی و سلیس نمودن ترجمه، در نهایت با مقایسه دو متن پرسشنامه، اصلاحات انجام و فرم نهایی تهیه گردید. پس از آماده شدن فرم نهایی اعتبار آن در آزمودنی‌های این مطالعه بررسی شد. در مطالعه حاضر، مقیاس مشغولیت به صورت ترکیبی مورد استفاده قرار گرفت. ضریب آلفا برای این مقیاس ۰/۸۹ به دست آمد.

## حمایت اجتماعی:

مقیاس حمایت اجتماعی ادراک شده MSPSS برای سنجش میزان حمایت اجتماعی دریافت شده توسط دانشجویان استفاده شد (۴۴). این مقیاس چندبعدی است و متشکل از ۱۲ آیتم است که حمایت اجتماعی از دوستان، خانواده و افراد دیگر را ارزیابی می‌کند. عبارات در یک مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای سنجیده می‌شوند که از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) را شامل می‌شود. مقیاس دارای قابلیت اطمینان بالا است. در مطالعه کانتی-میشل و زیمت (۴۵) ضریب آلفا برای اندازه‌گیری اعتبار درونی، ۰/۹۳ برای کل آیت‌ها به دست آمد. در ایران آلفای کرونباخ خرده مقیاس‌های آن توسط رستمی و همکاران (۴۶) بین ۰/۷۶ تا ۰/۸۹ به دست آمد. در مطالعه حاضر این ضریب ۰/۸۹ شد.

همکاران (۴۶) بین ۰/۷۶ تا ۰/۸۹ به دست آمد. در مطالعه حاضر این ضریب ۰/۸۹ شد.

روش اجرا و تجزیه و تحلیل داده‌ها نخست، هدف طرح برای دانشجویان بیان شد و رضایت آنان برای شرکت در این پژوهش اخذ شد. به تمامی شرکت‌کنندگان، توضیحات لازم در خصوص اختیاری بودن شرکت در پژوهش و امکان خروج از آن، بدون محدودیت در هر زمانی داده شد. اطلاعات دموگرافیک دانشجویان از قبیل: سن، جنس، وضعیت تاهل، معدل، و

وضعیت اشتغال به تحصیل، جمع‌آوری شد. سپس پرسشنامه‌ها توسط پژوهشگر در اختیار آنان قرار گرفت. متوسط زمان تکمیل ۳۰ دقیقه بود. برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل مسیر برای آزمون مدل فرضی استفاده شد. داده‌ها با نرم افزار LISREL8/50 تحلیل شدند.

این مقاله دارای تاییدیه اخلاق در دانشگاه سمنان می باشد.

### نتایج:

نمونه مورد بررسی را ۵۴ درصد مردان و ۴۶ درصد را زنان تشکیل می‌دهند همچنین ۶۶/۵ درصد افراد مجرد و بقیه متاهل بودند و میانگین پیشرفت تحصیلی آنان ۱۶/۴۸ بود. برای بررسی

میانگین متغیرهای خودکارآمدی، حمایت اجتماعی، بهزیستی ذهنی، مشغولیت تحصیلی و خستگی هیجانی از آمار توصیفی میانگین، انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش استفاده شد (جدول ۱). متغیر بهزیستی، رابطه مثبت و معناداری با حمایت اجتماعی، خودکارآمدی و مشغولیت تحصیلی دارد، که در این میان، رابطه با خودکارآمدی قوی‌تر است. شدت رابطه معنادار بهزیستی با خستگی هیجانی به‌طور معکوس، اما بیش از سایر متغیرهاست. حمایت اجتماعی، بیشترین رابطه را با مشغولیت تحصیلی دارد. به‌طور مشابهی، خودکارآمدی نیز با مشغولیت تحصیلی قوی‌ترین رابطه را دارد.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

	۵	۴	۳	۲	۱	
۱					۱	خستگی هیجانی
۲				۱	-۰/۳۰۷**	حمایت اجتماعی
۳			۱	۰/۳۰۳**	-۰/۴۶۰**	خودکارآمدی
۴		۱	۰/۲۶۹**	۰/۱۶۵**	-۰/۴۰۲**	بهزیستی
۵	۱	۰/۱۷۶**	۰/۵۹۴**	۰/۳۴۹**	-۰/۴۷۵**	مشغولیت
۶	۴۸/۰۰	۳۶/۸۴	۲۹/۰۷	۶۲/۶۵	۱۷/۲۰	میانگین
۷	۱۴/۲۰	۱۹/۲۷	۶/۰۸	۱/۴۰	۷/۰۷	انحراف استاندارد

\*\*P<0/001

معنا که تعداد پارامترهای قابل برآورد مدل با تعداد واریانس و واریانسهای مشاهده شده دقیقاً برابر است (C=P). از این‌رو برای بررسی برازندگی مدل فرضی ضرایب مسیر و معناداری آنها بررسی شد. بررسی شاخصهای برازش مدل حاکی از آن است که مدل نهایی، برازش نسبتاً مطلوبی با داده‌ها دارد (جدول ۲).

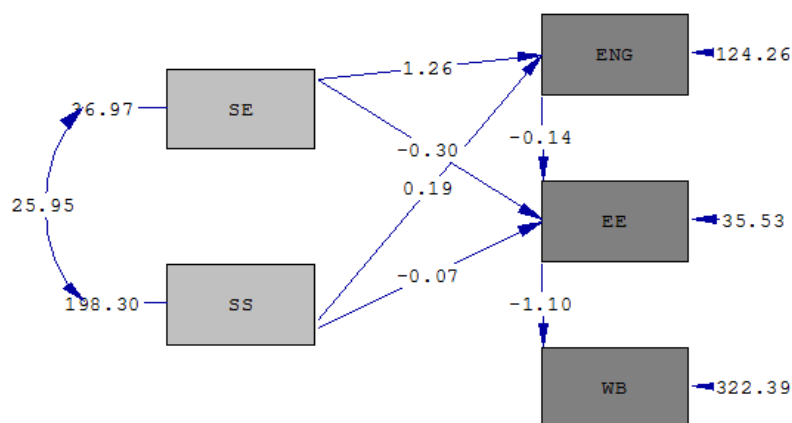
برای آزمون مدل فرضی این مطالعه، الگوی روابط همبستگی بین متغیرها در نظر گرفته شد. نخست کشیدگی و چولگی تک متغیری و چند متغیری بررسی شد. یافته‌ها حاکی از آن است که فرض توزیع نرمال چندمتغیری در داده‌ها صادق است. به این ترتیب، شاخصهای برازش مدل فرضی بررسی شد. نتایج نشان داد که مدل فرضی یک مدل دقیقاً شناسا است. به این

جدول ۲: نتیجه شاخص‌های آزمون برازندگی مدل نهایی

شاخص	مقدار	نتیجه
<b>X2</b>	۵/۷۳	تأیید
<b>df</b>	۳	—
<b>X2/df</b>	۱/۹۱	تأیید
<b>RMSEA</b>	۰/۰۵	تأیید
<b>CI (90%) RMSEA</b>	۰/۰۰۰ - ۰/۱۲۲	تأیید
<b>GFI</b>	۰/۹۹	تأیید
<b>AGFI</b>	۰/۹۶	تأیید
<b>NFI</b>	۰/۹۸	تأیید
<b>NNFI</b>	۰/۹۷	تأیید
<b>CFI</b>	۰/۹۹	تأیید
<b>IFI</b>	۰/۹۹	تأیید

به‌طور مشابه، حمایت اجتماعی نیز که با مشغولیت تحصیلی و خستگی هیجانی رابطه مستقیم دارد، با واسطه‌گری مشغولیت تحصیلی، در ارتباط غیر مستقیم با خستگی هیجانی نیز هست (شکل ۱). اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل نیز در جدول ۳ گزارش شده است

در مدل نهایی درحالی‌که خستگی هیجانی بر بهزیستی اثر مستقیم دارد، اما بقیه متغیرها با میانجی‌گری خستگی هیجانی بر روی بهزیستی اثر غیرمستقیم دارد. به این معنا که خودکارآمدی که به‌طور مستقیم هم با مشغولیت تحصیلی و هم با خستگی هیجانی رابطه دارد، با واسطه‌گری مشغولیت تحصیلی، با خستگی هیجانی نیز در ارتباط غیر مستقیم است.





متریک گزارش شده اند. همه ضرایب مسیر، در سطح ۵ درصد معنادار هستند).

تذکر: خودکارآمدی (SE)، حمایت اجتماعی (SS)، مشغولیت تحصیلی (ENG)، خستگی هیجانی (EE)، بهزیستی (WE).

شکل ۱. مدل نهایی روابط ساختاری متغیرهای خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با بهزیستی ذهنی: نقش میانجی مشغولیت تحصیلی و خستگی هیجانی (ضرایب مسیر،

جدول ۳: اثر مستقیم، غیر مستقیم و کل خودکارآمدی، حمایت اجتماعی، مشغولیت تحصیلی و خستگی هیجانی بر بهزیستی ذهنی

اثر	مسیر	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل
برونزاد بر درونزاد	خودکارآمدی بر مشغولیت تحصیلی	۰/۵۴	-	۰/۵۴
	خودکارآمدی بر خستگی هیجانی	-۰/۲۵	-۰/۱۵	-۰/۴۰
	خودکارآمدی بر بهزیستی	-	۰/۱۶	۰/۱۶
	حمایت اجتماعی بر مشغولیت تحصیلی	۰/۱۸	-	۰/۱۸
	حمایت اجتماعی بر خستگی هیجانی	-۰/۱۳	-۰/۰۵	-۰/۱۸
درونزاد بر درونزاد	حمایت اجتماعی بر بهزیستی	-	۰/۰۷	۰/۰۷
	مشغولیت تحصیلی بر خستگی هیجانی	-۰/۲۸	-	-۰/۲۸
	مشغولیت تحصیلی بر بهزیستی	-	۰/۱۱	۰/۱۱
	خستگی هیجانی بر بهزیستی	-۰/۴۰	-	-۰/۴۰

ضرایب استاندارد گزارش شده اند.\*

بحث:

یادگیری آنها، ضروری باشد. در همین راستا پژوهش حاضر به نتایج قابل ملاحظه‌ای دست یافته است.

نتایج نشان داد که خستگی هیجانی اثر ساختاری مستقیم در جهت معکوس با بهزیستی دارد. این یافته‌ها با پژوهش گاروسا و همکاران (۱۶) و سالملا ارو و اپادیا (۱۸) همسو است. در همین راستا، مطالعه لی و وانگ (۴۸) نشان داد که بهزیستی و سلامت روان به‌عنوان یک شاخص مثبت مهم در تعیین کیفیت زندگی است؛ در حالیکه فرسودگی هیجانی یک شاخص منفی در زندگی است. به‌علاوه، این دو فاکتور بازتابی از جنبه‌های فیزیکی و روانی کیفیت زندگی انسان‌ها است، پس می‌توان تبیین کرد که در نتیجه خستگی هیجانی، دانشجویان پشتکار کمتری از خود نشان می‌دهند و تکالیفشان را به‌راحتی رها می‌کنند که در نهایت منجر به کسب نتایج تحصیلی بدتری

با توجه به نتایج پژوهش‌های مختلف، به نظر می‌رسد پدیده خستگی هیجانی در بین دانشجویان پزشکی و پرستاری بیش از بقیه رشته‌ها است. چرا که به علت ماهیت کار آنان که به نوعی حمایت کردن از دیگران است، این افراد بیشتر در معرض این خطر قرار دارند. از آنجا که هدف اصلی آموزش، یادگیری است و با توجه به اینکه یادگیری دانشجویان، عمدتاً به وسیله عملکرد تحصیلی‌شان سنجیده می‌شود، بنابراین شناسایی متغیرهای اثر گذار بر عملکرد تحصیلی فراگیران از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. یکی از این متغیرها، خستگی هیجانی است که نیومن (۴۷) آن را به‌عنوان یکی از موضوعات مهمی میداند که لازم است در محیط دانشگاهی بررسی شود. واضح است که بررسی و تعیین پیامدها و پیامدهای خستگی هیجانی دانشجویان، به‌خاطر بهبود پیشرفت تحصیلی و انگیزش

استرس‌های روانشناختی و سلامت روانشناختی را تعدیل می‌کند (۲۰). در میان دانشجویان، گروه‌های اجتماعی دوستان و هم‌دانشگاهیان باعث می‌شود آنان به یکدیگر اعتماد کنند و بدین‌وسیله محیط خوشایندی را فراهم کنند تا در مورد مشکلاتشان با هم صحبت کنند. با در نظر گرفتن این موضوع که محیط اجتماعی خود می‌تواند به‌عنوان یک سپر در برابر بسیاری از آسیب‌های محیط به افراد کمک کند، این امر محرز خواهد بود که خستگی تحصیلی یکی از پیامدهای اجتناب‌ناپذیر عدم وجود حمایت اجتماعی در شرایط دشوار تحصیلی خواهد بود.

از سوی دیگر، متغیر خودکارآمدی اثر مستقیم، معنادار و مثبتی بر مشغولیت تحصیلی داشت که این یافته نیز با نتایج ریگ و همکاران (۳)، لورنز و همکاران (۳۳) و اگزانتوپولوس و همکاران (۳۱)، سالملا ارو و اپادیا (۱۸) همسو است. در حقیقت، هر چقدر باور دانشجویان به خود در توانایی برای انجام انواع تکالیف تحصیلی بالاتر باشد، بیشتر مجذوب مطالعاتشان می‌شوند تا جاییکه احساس پر انرژی بودن و درگیری در تکلیف میکنند و برایشان سخت است که خود را به آسانی از آن جدا کنند. لذا، اعتماد داشتن به تواناییها و قابلیت‌های خود، همانگونه که مانند یک عامل سوق دهنده به سوی مشغولیت در انجام وظایف عمل می‌کند، می‌تواند با واسطه قرار دادن متغیر مشغولیت، باعث شود که سطح استرس و خستگی ناشی از انجام تکالیف کاهش پیدا کرده و در نهایت منجر به بهبود عملکرد نیز شود.

به‌علاوه، حمایت اجتماعی نیز اثر مثبت و معناداری بر مشغولیت تحصیلی و اثر غیر مستقیم بر خستگی هیجانی داشت. این نتیجه با یافته‌های ریگ و همکاران (۳) و کرافورد و همکاران (۳۴) همسو است که معتقدند پشتیبانی و حمایت اطرافیان باعث می‌شود که افراد انگیزه بیشتری پیدا کنند، احساس توانمند بودن کنند و در نتیجه بیشتر خود را وقف کار کنند. در واقع حضور جوانان در گروه‌های اجتماعی دوستی و خانوادگی به‌مثابه یک مانع یا سپر برای جلوگیری از تاثیر

می‌شود. به‌همین ترتیب این نتایج می‌تواند اثری منفی بر روی بهزیستی شخصی آنها بگذارد (۱۶).

در یافته‌ها همچنین نشان داد که مشغولیت تحصیلی اثر ساختاری مستقیم در جهت معکوس با خستگی هیجانی دارد که همسو با نتایج ریگ و همکاران (۳)، ژانگ و همکاران (۵)، شافلی و سالانوا (۲۲) و سالملا ارو و اپادیا (۱۸) است. در واقع، دانش‌آموزانی که درگیری و تعهد بیشتری به مدرسه دارند نمرات بالاتری را کسب میکنند و سازگاری شخصی بهتری به مدرسه و مسائل فراتر از آن نشان می‌دهند. در همین حال فردی که خود را متعهد می‌داند، به انجام آن تکلیف مشتاق و مفتخر خواهد بود و از آن به‌عنوان یک چالش الهام می‌گیرد. فرد مجذوب، با شیفتگی وظیفه‌اش را انجام می‌دهد، طوریکه جدا شدن از آن برایش سخت خواهد بود (۴۹).

به‌علاوه، پژوهش حاضر نشان داد که خودکارآمدی رابطه مستقیم، منفی و معناداری با خستگی هیجانی دارد. نتایج سالملا ارو و اپادیا (۱۸)، فایوز و همکاران (۲۶) و ریگ و همکاران (۳) همسو با این یافته هستند. به‌نظر می‌رسد منابع شخصی و درونی مانند خودکارآمدی به‌خاطر ساختار انگیزشی خود، در هنگام رویارویی دانشجویان با تکالیف دشوار به آنها کمک می‌کند تا با انگیزه و تعهد بیشتری در انجام تکالیف تلاش کنند. زیرا احساس شایستگی ناشی از باورهای خودکارآمدی، منجر به دستاوردهای موثری در زمینه عملکرد تحصیلی می‌شود (۵۰). به‌همین ترتیب، دستاوردهای موفقیت آمیز در زمینه تحصیلی قطعاً می‌تواند به کاهش سطح فرسودگی و خستگی هیجانی کمک کند.

در رابطه با اثر حمایت اجتماعی بر خستگی هیجانی، نتایج معلوم کرد که رابطه منفی و معناداری بین این دو متغیر وجود دارد. این یافته همسو با نتایج بورن (۲۹)، یانگ (۳۰) و باکر و همکاران (۲۸) است. آشکار است که حمایت اجتماعی به‌عنوان منبعی است که افراد را قادر می‌سازد که با استرس‌ها و نیازهای زندگی مقابله کنند (۲۸). به‌علاوه، حمایت اجتماعی یک متغیر سازمان‌دهی شده در تحقیقات بسیاری است که روابط بین

**نتیجه‌گیری:**

پژوهش‌ها همواره به تأثیر رضایت از زندگی و بهزیستی در سازگاری نوجوانان و جوانان تأکید کرده‌اند. سالملا ارو و اپادیا (۱۸) معتقدند هرگونه سازگاری و یا ناهنجاری در محیط تحصیلی در نهایت می‌تواند به دیگر حوزه‌های زندگی فرد، گسترش پیدا کند و این یافته، بسیار مهم است چرا که نشان می‌دهد شرایط تحصیلی می‌تواند نقش حیاتی در پیشگیری علائم افسردگی و ارتقاء بهزیستی داشته باشد. به‌علاوه، امروزه محققان، معلمان و سیاست‌گذاران به‌طور فزاینده‌ای با تمرکز بر روی مفهوم مشغولیت در دانش‌آموزان و دانشجویان، از آن به‌عنوان یک وسیله برای پرداختن به مشکلاتی از قبیل خستگی دانشجو، پیشرفت تحصیلی کم و میزان بالای ترک تحصیل، استفاده می‌کنند.

نتایج این پژوهش نیز که نشان می‌دهد بهزیستی دانشجویان در گرو مشغولیت و خودکارآمدی بیشتر و فرسودگی کمتر است، تلویحات عملی فراوانی دارد. ارتقاء سطح منابع درونی مثل مشغولیت و خودکارآمدی از طریق مداخلات انگیزشی که باعث شکوفا شدن خصوصیات فردی می‌شود تا با انجام تکالیف مطابق با شایستگی‌های خود، نیازهای تحصیلی محیط خود را برآورده سازند بدون اینکه احساس خستگی هیجانی کنند. از طرفی، معلمان نقش مهمی در شکل‌گیری خودکارآمدی، حمایت اجتماعی و حتی مشغولیت تحصیلی دانش‌آموزان از طریق حمایت انگیزشی، آموزشی و سازمانی در فرایند کلاسی دارند. علاوه بر این، می‌توان با به‌کار گرفتن آنها به‌عنوان دستیار آموزشی یا پژوهشی، ارائه بازخورد مثبت و بازسازی محیط یادگیری دانشجویان با اطلاعات به‌روز شده می‌توان به آنها حس استقلال و کنترل در تکالیفشان القا کرد.

**تقدیر و تشکر:**

این مقاله، حاصل کار پژوهشی نویسندگان است.

فرسودگی‌ها و استرس‌ها بر روان افراد، نقش موثری بازی می‌کند. از سوی دیگر، با توجه به اینکه قصد ترک تحصیل به‌طور معمول، نتیجه‌ای از خستگی هیجانی است؛ بنابراین مشغولیت به واسطه رابطه بین منابع حمایت اجتماعی و پیامدهایی مانند قصد به ترک تحصیل به‌عنوان یک واسطه‌گر شناخته می‌شود (۲۰). چرا که فردی که با حمایت اطرافیان خود، دل‌گرمی بیشتری برای انجام تکالیف خود می‌یابد، تا اندازه‌ای مجذوب تکالیف خود می‌شود که احساس ناکارآمدی خستگی هیجانی را تجربه نمی‌کند.

با در نظر گرفتن این موضوع که متغیرهای خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با واسطه خستگی هیجانی به بهزیستی مرتبط هستند، می‌توان گفت این یافته جزء یافته‌های منحصر به فرد در این پژوهش می‌باشد و نشان‌دهنده این مطلب است که خستگی هیجانی حتی باعث کاهش اثر بخشی متغیرهای درونی مانند خودکارآمدی و بیرونی مانند حمایت اجتماعی بر بهزیستی ذهنی دانشجویان می‌شود.

**محدودیت‌ها:**

تفسیر یافته‌های پژوهش توجه به برخی از محدودیت‌ها ضروری به نظر می‌رسد. تعیین نمونه از دانشجویان علوم پزشکی دانشگاه تهران، به جهت برخی توانایی‌های شناختی و هیجانی این دانشجویان، تعمیم نتایج را به کل دانشجویان مشکل می‌سازد. همچنین از آنجایی که پژوهش حاضر، روابط بین متغیرها را به صورت مقطعی بررسی کرده است؛ لذا جهت تعیین جهت‌گیری این روابط، پژوهش‌های طولی و آزمایشی ضروری به نظر می‌رسد. در نهایت، اعتبار و روایی ابزارهای پژوهش، صرفاً با تکیه بر خود گزارش دهی دانشجویان بود. بنابراین پژوهشگران نسبت به تعمیم‌های غیرمجاز هشدار می‌دهند.

## References

- 1- Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. *Job burnout. Annual review of psychology*. 2001; 52(1): 397-422.
- 2- Maslach C. Burnout: *The cost of caring*. ISHK; 1982.
- 3- Rigg J, Day J, Adler H. *Emotional exhaustion in graduate students: The role of engagement, self-efficacy and social support*. Journal of Educational and Developmental Psychology. 2013 3(2):138-152.
- 4- 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.
- 5- Zhang Y, Gan Y, Cham H. *Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis*. Personality and Individual Differences. 2007 43(6):1529-1540.
- 6- Salmela-Aro K, Savolainen H, Holopainen L. *Depressive symptoms and school burnout during adolescence: Evidence from two cross-lagged longitudinal studies*. Journal of Youth and Adolescence. 2009; 38(10):1316-1327.
- 7- Uludag O, Yaratan H. *The effects of justice and burnout on achievement: An empirical investigation of university students*. Croatia Journal of Education. 2013; 15(2):97-116.
- 8- Abazari F, Abbaszadeh A, Arab M. *A study on level and sources of stress in nursing students*. Journal of Strides in Development of Medical Education. 2004; 1(1): 23-31.
- 9- Oliveira RD, Caregnato RC, Câmara SG. *Burnout syndrome in senior undergraduate nursing*. Acta Paulista de Enfermagem. 2012; 25(2):54-60.
- 10- 10. 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):464-481.
- 11- Offstein EH, Larson MB, Mcneill AL, Mjoni Mwale H. *Are we doing enough for today's graduate student?*. International Journal of Educational Management. 2004 18(7):396-407.
- 12- Golde CM. *The role of the department and discipline in doctoral student attrition: Lessons from four departments*. The Journal of Higher Education. 2005 Nov; 76(6):669-700.
- 13- Rudman A, Gustavsson JP. *Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: a longitudinal study*. International journal of nursing studies. 2012; 49(8): 988-1001.
- 14- Sharififard F, Nourozi K, Hosseini MA, Asayesh H, Nourozi M. *Related factors with academic burnout in nursing and paramedics students of Qom University of Medical Sciences in 2014*. Journal of Nursing Education. 2014; 3(3):59-68. [Persian]
- 15- Sonnentag S, Kuttler I, Fritz C. *Job stressors, emotional exhaustion, and need for recovery: A multi-source study on the benefits of psychological detachment*. Journal of Vocational Behavior. 2010; 76(3): 355-365.

- 16- Garrosa E, Blanco-Donoso LM, Carmona-Cobo I, Moreno-Jiménez B. How do Curiosity, Meaning in Life, and Search for Meaning Predict College Students' Daily Emotional Exhaustion and Engagement?. *Journal of Happiness Studies*. 2017; 18(1): 17-40.
- 17- Takai M, Takahashi M, Iwamitsu Y, Ando N, Okazaki S, Nakajima K, Oishi, et al. *The experience of burnout among home caregivers of patients with dementia: Relations to depression and quality of life*. *Archives of gerontology and geriatrics*. 2009; 49(1):1-5.
- 18- Salmela-Aro K, Upadyaya K. School burnout and engagement in the context of demands–resources model. *British Journal of Educational Psychology*. 2014; 84(1):137-151.
- 19- Moneta GB. *Need for achievement, burnout, and intention to leave: Testing an occupational model in educational settings*. *Personality and Individual Differences*. 2011; 50(2): 274-278.
- 20- Schaufeli WB, Bakker AB. *Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study*. *Journal of organizational Behavior*. 2004 May 1; 25(3):293-315.
- 21- Kahn WA. *Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work*. *Academy of management journal*. 1990; 33(4):692-724.
- 22- Schaufeli WB, Salanova M. Efficacy or inefficacy, that's the question: Burnout and work engagement, and their relationships with efficacy beliefs. *Anxiety, Stress, and Coping*. 2007; 20(2):177-196.
- 23- Luthans F, Peterson SJ. *Employee engagement and manager self-efficacy*. *Journal of management development*. 2002; 21(5):376-387.
- 24- Bandura A. *Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change*. *Psychological review*. 1977; 84(2):191-215.
- 25- Afta N, Shah AA, Mehmood R. *Relationship of self-efficacy and burnout among physicians*. *Academic Research International*. 2012; 2(2):539-548.
- 26- Fives H, Hamman D, Olivarez A. *Does burnout begin with student-teaching? Analyzing efficacy, burnout, and support during the student-teaching semester*. *Teaching and Teacher Education*. 2007; 23(6):916-34.
- 27- Yang HJ, Farn CK. *An investigation the factors affecting MIS student burnout in technical-vocational college*. *Computers in Human Behavior*. 2005; 21(6):917-932.
- 28- Bakker AB, Demerouti E, Euwema MC. *Job resources buffer the impact of job demands on burnout*. *Journal of occupational health psychology*. 2005; 10(2):170-180.
- 29- Boren JP. *Co-rumination partially mediates the relationship between social support and emotional exhaustion among graduate students*. *Communication Quarterly*. 2013; 61(3):253-267.
- 30- Yang HJ. *Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical–vocational colleges*. *International Journal of Educational Development*. 2004; 24(3):283-301.
- 31- Xanthopoulou D, Bakker AB, Demerouti E, Schaufeli WB. *Reciprocal relationships between job resources, personal resources, and work engagement*. *Journal of Vocational behavior*. 2009; 74(3):235-244.

- 32- Vasalampi K, Salmela-Aro K, Nurmi JE. *Education-related goal appraisals and self-esteem during the transition to secondary education: A longitudinal study*. International Journal of Behavioral Development. 2010; 34(6):481-490.
- 33- Llorens S, Schaufeli W, Bakker A, Salanova M. *Does a positive gain spiral of resources, efficacy beliefs and engagement exist?*. Computers in human behavior. 2007; 23(1):825-841.
- 34- Crawford ER, LePine JA, Rich BL. *Linking job demands and resources to employee engagement and burnout: a theoretical extension and meta-analytic test*. Journal of Applied Psychology, 2010; 95(5): 834-848.
- 35- Diener ED, Emmons RA, Larsen RJ, Griffin S. *The satisfaction With Life Scale*. Journal of Personality Assessment. 1985; 49 (1): 71-75.
- 36- Bayani AA, Koocheky AM, Goodarzi H. *The reliability and validity of the satisfaction with life scale*. Journal of Iranian psychologists. 2007; 3(11):259-265. [Persian]
- 37- Watson D, Clark LA, Tellegen A. *Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales*. Journal of personality and social psychology. 1988; 54(6): 1063-1070.
- 38- Abolghasemi F. *Validation and Normalization of Positive affect and negative scale (PANAS)*. MS Thesis. Isfahan University, Faculty of Psychology and Educational Sciences; 2003. [Persian]
- 39- Rostami Z, Abedi MR, Schaufeli VB. *Standardization of Maslach burnout inventory among female students at university of Isfahan*. Journal of New Educational Approaches. 2011; 6(1): 21-38. [Persian]
- 40- Kim HJ, Shin KH, Swanger N. *Burnout and engagement: A comparative analysis using the Big Five personality dimensions*. International Journal of Hospitality Management. 2009; 28(1):96-104.
- 41- Schaufeli WB, Bakker AB. *Utrecht Work Engagement Scale: Preliminary Manual*. Utrecht Occupational Health Psychology unit, utrecht university.2004;60
- 42- Schaufeli WB, Bakker AB, Salanova M. *The measurement of work engagement with a short questionnaire: A cross-national study*. Educational and psychological measurement. 2006; 66(4):701-716.
- 43- Berry WD, Feldman S. *Multiple regression in practice*. Sage University Paper londen; 1985; (50): 1-15
- 44- Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. *The multidimensional scale of perceived social support*. Journal of personality assessment. 1988; 52(1):30-41.
- 45- Canty-Mitchell J, Zimet GD. *Psychometric properties of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support in urban adolescents*. American journal of community psychology. 2000; 28(3):391-400.
- 46- Rostami R, Shahmohamadi K, Ghaedi G, Besharat MA, Akbari Zardkhaneh S, Nosratabadi M. *Relations among self-efficacy, emotional intelligence and perceived social support in university students*. The Horizon of Medical Sciences. 2010; 16(3):46-54.
- 47- Neumann Y, Neumann EF. *Quality of Learning Experience and Students' College Outcomes*. International Journal of Educational Management. 1993; 7(1): 1-16.
- 48- Wang H, Li J. *How trait curiosity influences psychological well-being and emotional exhaustion: The mediating role of personal initiative*. Personality and Individual Differences. 2015; 75:135-140.

- 49- Harter JK, Schmidt FL, Hayes TL. *Business-unit-level relationship between employee satisfaction, employee engagement, and business outcomes: a meta-analysis*. Journal of Applied Psychology. 2002; 87(2): 268-279.
- 50- Pirkamali MA, Momeni Mahmoei H, Pakdaman M. *Review of the relationship between self-efficacy of science teachers on motivation, attitude and academic achievement of fifth grade elementary school students*. Research in Curriculum Planning. 2013; 10(10):123-35. [Persian]

***The structural relations of self-efficacy and social support with subjective well-being in medical students: Mediator role of emotional exhaustion and academic engagement***

***Hakimi S (PhD)<sup>\*1</sup>, Talepasand S (PhD)<sup>2</sup>***

1. *PhD Student, University of Semnan, Semnan, Iran*
2. *Associated Professor, University of Semnan, Semnan, Iran*

***Received:*** 28 Nov2017

***Accepted:*** 11 Apr 2018

***Abstract***

***Introduction:*** Evaluation of relationships among effective factors on educational issues of medical students is important. The aim of this study was to determine the structural relationships among subjective well-being, self-efficacy and social support with emotional exhaustion by mediating academic engagement.

***Methods:*** The study sample consisted of 310 medical students (142 females and 168 males) who were 24 to 47 years old according to cluster random sampling. Participants completed subjective well-being questionnaires including; life satisfaction, positive affect and negative, emotional exhaustion, academic engagement, self-efficacy and social support. Data were analyzed by path analysis using LISREL software.

***Result:*** Mean age of participants was  $23.2 \pm 2.0$ . Most students were female (71.8 percent), single (85.9 percent) and live in dormitories (69 percent). Level of motivation in most subjects was average and had significant relation with age, sex, parents' education level, field of study, welfare, faculty education, Training centers and job future ( $p < 0.001$ ).

***Conclusion:*** The results showed that emotional exhaustion has a structural effect on well-being, directly. Also, emotional exhaustion has a mediator role in relation between social support and well-being. In addition, self-efficacy and social support have direct effects on academic engagement and emotional exhaustion. On the other hand, academic engagement has a mediator role between these two variables and emotional exhaustion.

***Keywords:*** Self-efficacy, social support, subjective well-being, emotional exhaustion, academic engagement.

***This paper should be cited as:***

Hakimi S, Talepasand S. ***The Structural relations of self-efficacy and social support with subjective well-being in medical students: Mediator role of emotional exhaustion and academic engagement.*** J Med Edu Dev; 13(1): 42-57.

***\* Corresponding Author: Tel: +989196784677, Email: hakimi.sorayya@semnan.ac.ir***