

# بررسی رابطه کمال‌گرایی با فرسودگی به واسطه درگیری تحصیلی

محمد حسن صیف<sup>۱</sup>، احمد رستگار<sup>۲</sup>، راحله ارشادی<sup>۳\*</sup>

تاریخ دریافت مقاله: ۹۵/۰۱/۱۲

تاریخ پذیرش: ۹۶/۰۷/۱۵

## چکیده:

**مقدمه:** امروزه محققین به این حقیقت دست یافته‌اند که دانشجویان پزشکی مستعد فرسودگی تحصیلی بوده که به پیامدهای نامطلوبی منجر می‌شود که نه تنها موجب افت تحصیلی، مشروط شدن، عدم کسب تخصص لازم و حتی اخراج می‌شود، بلکه موجب هدر رفتن سرمایه‌های مادی و معنوی آن‌ها و جامعه می‌گردد. هدف از این مطالعه بررسی رابطه کمال‌گرایی با فرسودگی تحصیلی به واسطه درگیری تحصیلی در دانشجویان پزشکی بود.

**روش‌ها:** پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی - تحلیلی از نوع همبستگی بر روی ۱۷۵ دانشجوی پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ بر اساس فرمول کوکران و به روش نمونه‌گیری در دسترس انجام گرفت. داده‌ها از طریق سه پرسشنامه مقیاس فرسودگی تحصیلی مسلک (۲۰۰۲)، مقیاس کمال‌گرایی فراست و همکاران (۱۹۹۷) و درگیری تحصیلی شافلی و بکر (۲۰۰۶) جمع‌آوری گردید. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مسیر و ضریب همبستگی پیرسون و از طریق نرم افزارهای Lisrel و SPSS تجزیه و تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** براساس برآوردهای ضرایب استاندارد شده بدست آمده از تحلیل مسیر اثرات مستقیم کمال‌گرایی ناسازگار، کمال‌گرایی سازگار و درگیری بر فرسودگی تحصیلی به ترتیب  $t=4/54$ ،  $t=3/03$  و  $t=5/86$  که با توجه به مقادیر  $t$  در سطح  $P < 0/01$  معنی‌دار بودند. همچنین، ابعاد کمال‌گرایی از طریق درگیری تحصیلی دارای اثر غیرمستقیم بر فرسودگی تحصیلی بودند.

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش نشان داد که ابعاد کمال‌گرایی از طریق درگیری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی ارتباط دارند. لذا توصیه می‌گردد مسئولان تعلیم و تربیت به دانشجویان آموزش دهند تا معیارهای متناسب با توانایی خود انتخاب کنند و در صورت عدم دستیابی به این معیارها، تلاش و عزت نفس خود را از دست ندهند، بلکه تلاش‌هایشان را برای رسیدن به اهداف منطقی خود بیشتر کنند تا فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه نمایند و درگیری تحصیلی بالاتری را نشان دهند.

**کلید واژه‌ها:** فرسودگی، کمال‌گرایی، درگیری تحصیلی، دانشجویان، پزشکی

## مقدمه

فراگیران به سبب انجام تکالیف درسی مانند آزمون‌ها، مقاله‌ها، ارائه مطالب و غیره به نوعی شاغل محسوب شده و مستعد فرسودگی هستند. آموزش و یادگیری به خصوص در رشته‌های گروه پزشکی از پراسترس‌ترین مشاغل محسوب می‌شوند، چرا که دانشجویان این رشته‌ها علاوه بر چالش‌های آموزش نظری، تحت تأثیر فشارهای دیگری از جمله حضور در بیمارستان‌ها که به دلیل ارتباط با زندگی و مرگ یکی از پراسترس‌ترین محیط‌های کاری می‌باشد قرار دارند، در معرض فرسودگی قرار می‌گیرند (۵). استرس زیاد منجر به آسیب‌های فیزیکی مانند ضعف سیستم ایمنی بدن و اعصاب و در نتیجه کم‌خوابی می‌شود و همچنین صدمات عاطفی و روانی نیز به دنبال دارد. هنگامی که بدن، دیگر قادر به سازگاری با این مشکلات و عوامل استرس‌زای دیگر نیست، شروع به در هم شکستن از

فرسودگی برای اولین بار توسط Freudenberger با عنوان فرسودگی شغلی (Job Burnout) در مشاغلی که در تعامل مستقیم با مردم بودند، مطرح شد (۱، ۲). امروزه، این مفهوم با عنوان فرسودگی تحصیلی (Academic Burnout) به موقعیت‌های آموزشی گسترش پیدا کرده و به صورت احساس خستگی به دلیل مطالبات علمی، داشتن نگرش بدبینانه و منفعلانه نسبت به تحصیل آشکار می‌شود و با ابعاد خستگی عاطفی (Emotional Exhaustion)، بدبینی (Cynicism) و ناکارآمدی (Reduced Efficacy) توصیف می‌شود (۱، ۳، ۴).

نویسنده مسئول: راحله ارشادی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران  
rahele.ershadi@yahoo.com

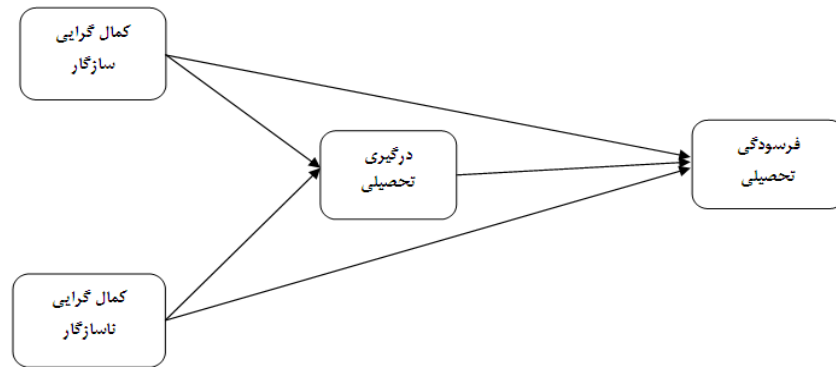
محمد حسن صیف، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران  
احمد رستگار، گروه علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

فرد و رفتار خاصی متمرکز نیست و اشاره به حالت نافذ، پایدار و مثبت ذهنی مرتبط با کار است که از سه مؤلفه توانمندی، تعهد و جذب در یادگیری و تحصیل تشکیل شده است (۱۲). نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که درگیری تحصیلی - کیفیت تلاشی که دانش‌آموزان صرف فعالیت‌های هدفمند آموزشی می‌کنند تا به صورت مستقیم در دستیابی به نتایج مطلوب نقش داشته باشند - نیز با مؤلفه‌های فرسودگی ارتباط منفی دارند (۱، ۱۳). پژوهش‌های انجام شده در خارج از ایران مانند مطالعات Bilge (۱۴)، Ugwu (۱۵) و Adie & Wakefield (۱۳) نیز تأییدی بر وجود رابطه بین درگیری و فرسودگی می‌باشند. اگرچه پژوهش‌های مختلفی در زمینه فرسودگی انجام شده، اما اغلب آن‌ها در میان مشاغل بوده و با عنوان فرسودگی شغلی صورت گرفته است و در میان دانشجویان ناکافی بوده است. اگر دانشجویان رشته‌های علوم پزشکی که بعد از پایان دوره دانشگاهی مسؤول جان جامعه هستند، بر اثر فرسودگی تحصیلی دچار مشکلات روانی - عاطفی و به خصوص عدم کفایت علمی و عملی در رشته تحصیلی و شغلی خود شوند، اثرات منفی و عقده‌های روانی - اجتماعی و اقتصادی زیادی در همه جوانب جامعه سالم به وجود می‌آورند. از این رو، شناسایی علل و همبسته‌های فرسودگی تحصیلی و یافتن راه‌هایی برای پیشگیری یا جبران آن، از موضوعات کاربردی و مهم در حوزه پژوهش‌های آموزشی است. واضح است که کنترل فرسودگی تحصیلی دانشجویان به خاطر بهبود پیشرفت تحصیلی و یادگیری آن‌ها ضروری است (۱۶، ۱۷). بنابراین شناسایی متغیرهای اثرگذار بر عملکرد تحصیلی این دانشجویان، از کارهای مهم روانشناسان است (۱۸). مطالعاتی برای یافتن عوامل مرتبط با فرسودگی تحصیلی انجام شده است. نکته مهم در استفاده از نتایج بیشتر این مطالعات آن است که وقتی درباره پدیده پیچیده‌ای مانند فرسودگی بحث می‌شود، توجه به نقش مجموعه‌ای از عوامل بسیار ضروری و اساسی می‌باشد و باید توجه داشت که یک متغیر به تنهایی اثری را بر متغیر دیگری دارد که اگر اثر آن با سایر متغیرها به‌طور هم‌زمان مطالعه گردد، ممکن است نتایج متفاوتی به‌دست آید (۳۱). تحقیقاتی که تاکنون درباره فرسودگی در میان دانشجویان انجام شده نتوانسته به همه‌ی این عوامل و متغیرهای ذکر شده در کنار هم و در ارتباط با هم بپردازد و این موضوعی است که پژوهش حاضر مد نظر قرار می‌دهد و ارتباط متغیرهای ذکر شده را نه تنها با فرسودگی، بلکه در ارتباط با یکدیگر در قالب الگوی تحلیل مسیر در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز مورد بررسی قرار می‌دهد (شکل ۱).

نظر فیزیکی و ذهنی می‌کند که این رویدادها به پدیده‌ای به نام فرسودگی (Burnout) می‌انجامد که با افزایش استرس، فرسودگی بیشتر می‌شود (۶) که به پیامدهای نامطلوبی منجر می‌شود که نه تنها موجب افت تحصیلی، مشروط شدن، عدم کسب تخصص لازم و حتی اخراج دانشجویان می‌شود، بلکه موجب هدر رفتن سرمایه‌های مادی و معنوی آن‌ها و جامعه می‌گردد. به‌علاوه، تصور می‌شود فرسودگی تحصیلی منجر به کاهش پیشرفت تحصیلی و در نتیجه افزایش ترک تحصیل می‌شود و همچنین منجر به درماندگی‌های ذهنی از جمله اضطراب، افسردگی، سرکوبی، خصومت و یا ترس می‌شود (۷، ۸).

بدیهی است که با توجه به اهمیت و پیامدهای فرسودگی تحصیلی، کنترل آن در دانشجویان به خاطر بهبود پیشرفت تحصیلی و یادگیری آن‌ها ضروری است. بنابراین شناسایی متغیرهای اثرگذار بر عملکرد تحصیلی فراگیران، از کارهای مهم روان‌شناسان تربیتی است. پژوهش‌های زیادی بر متغیرهایی که بر فرسودگی شغلی و تحصیلی اثر می‌گذارند، انجام شده است و نظریه‌ها و مدل‌های شناختی - اجتماعی انگیزش، سازه‌های انگیزشی را مطرح کرده‌اند که با توجه به پژوهش حاضر ممکن است انگیزش، یادگیری و عملکرد تحصیلی فراگیران را تسهیل یا محدود نمایند. بسیاری از محققان، نقش کمال‌گرایی بر فرایندها و پیامدهای تحصیلی را مهم تلقی می‌کنند. کمال‌گرایی یک متغیر شخصیتی است که زمینه‌ساز انواع مشکلات روانی است و شامل تلاش برای کمال و اعتقاد به این که شکست برای به دست آوردن کمال غیرقابل قبول است، می‌باشد (۱، ۷، ۹) و دارای دو بعد کمال‌گرایی ناسازگارانه (Maladaptive Perfectionism) که مجموعه‌ای از معیارهای بسیار بالا برای عملکرد است که با خود ارزیابی‌های منفی، انتقاد و سرزنش خود همراه می‌باشد و در دانشجویان باعث افزایش فرسودگی می‌شود و کمال‌گرایی سازگارانه (Adaptive Perfectionism) که در آن اشخاص به کارهای سخت روی آورده و با هدف موفقیت، برانگیخته شده و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، می‌توانند واقعیت‌های بیرونی را درک کرده و محدودیت‌ها را بپذیرند، می‌باشد (۱). مطالعات زاهد بابلان (۱۰) و بهروزی (۱۱) نیز وجود اهمیت و تأثیر کمال‌گرایی را بر فرسودگی تحصیلی تأیید کردند.

متغیر دیگر، درگیری است که از آن به‌عنوان یک رفتار مثبت یاد می‌شود و یک حالت روانشناختی و نقطه مقابل فرسودگی است. این حالت انگیزشی به صورت گذرا و موقتی نبوده، بلکه حالت عاطفی - شناختی پایداری است که بر یک شی، حادثه،



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

## روش‌ها

رستمی، عابدی و شافلی به منظور تعیین پایایی این ابزار از دو روش همسانی درونی و بازآزمایی استفاده کردند. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های خستگی عاطفی ۰/۸۸، بی‌علاقگی تحصیلی ۰/۹۰ و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۸۴ تعیین شد که نشان از پایایی مناسب این ابزار است. ضریب آلفای به‌دست آمده در روش بازآزمایی برای خستگی عاطفی ۰/۸۹، بی‌علاقگی تحصیلی ۰/۸۴ و ناکارآمدی تحصیلی ۰/۶۷ بود. روایی عاملی آزمون نیز به روش تحلیل عوامل و چرخش واریمکس نیز محاسبه و بر اساس نتایج مقیاس فرسودگی تحصیلی - این پرسشنامه برای سنجش فرسودگی تحصیلی دانشجویان ابزاری پایا و روا است (۱۹).

۲- **مقیاس کمال‌گرایی چند بعدی:** این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ توسط Frost و همکاران بر پایه مدل چند بعدی کمال‌گرایی، ساخته شد و شامل شش مولفه و ۳۵ گویه است (۲۱). ابعاد ناسازگار و منفی پرسشنامه شامل نگرانی درباره اشتباه‌ها (۹ گویه)، شک درباره اعمال (۴ گویه)، انتظارات والدینی (۵ گویه) و انتقادگری والدینی (۴ گویه) و ابعاد سازگار و مثبت پرسشنامه شامل استانداردهای شخصی (۷ گویه) و سازماندهی (۶ گویه) می‌باشد (۲۲). همه گویه‌ها در یک پیوستار ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره‌گذاری می‌شوند و دامنه نمرات بین ۳۵ و ۱۷۵ می‌باشد. در نسخه ایرانی این پرسشنامه، ضریب همسانی درونی برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۶ و برای زیرمقیاس‌های بالا به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۷۲، ۰/۷۸، ۰/۴۷، ۰/۵۷ و ۰/۸۳ به دست آمد. ضریب همبستگی بازآزمایی با فاصله یک هفته نیز برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۹۰ به‌دست آمد. همچنین روایی همگرای پرسشنامه کمال‌گرایی چند بعدی فراست براساس رابطه با پرسشنامه کمال‌گرایی مثبت و منفی مناسب گزارش شده است (۲۲).

۳- **پرسشنامه درگیری تحصیلی:** در این مطالعه درگیری تحصیلی (Engagement) توسط مقیاس ۹ گویه‌ای درگیری تحصیلی

این پژوهش، یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود که در سال تحصیلی ۹۴-۹۳ بر روی دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز (۵۶۰ نفر علوم پایه و ۵۶۰ نفر بالینی) که مشغول بودند، انجام شد. حجم نمونه طبق فرمول کوکران ۱۶۶ نفر بدست آمد که با توزیع بیش از ۲۵۰ پرسشنامه تعداد ۱۷۵ پرسشنامه قابل قبول بدست آمد. از معیارهای ورود به پژوهش، تمایل دانشجویان ترم دوم به بالا به شرکت در پژوهش بود که با انتخاب نمونه به صورت در دسترس صورت گرفت. معیار خروج، عدم تمایل آن‌ها در تکمیل پرسشنامه بود.

داده‌ها با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی)، آمار استنباطی (تحلیل مسیر و ضریب همبستگی پیرسون) و برای بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش در قالب یک مدل علی بر اساس پیشینه نظری و تجربی، از طریق نرم افزارهای آماري SPSS.Ver. 22 و Lisrel.Ver 8.3 تجزیه و تحلیل شدند.

اطلاعات از طریق سه پرسشنامه زیر جمع‌آوری گردید:

۱- **مقیاس فرسودگی تحصیلی (Maslach):** این پرسشنامه اصلاح شده مقیاس فرسودگی مسلک - فرم عمومی است، که برای استفاده در نمونه دانشجویان توسط Schaufeli و همکارانش اصلاح شده است (۳). این پرسشنامه در کل ۱۵ گویه و سه خرده مقیاس فرسودگی تحصیلی - خستگی تحصیلی (۵ گویه)، بی‌علاقگی تحصیلی (۴ گویه) و ناکارآمدی تحصیلی (۶ گویه) را اندازه می‌گیرد. سؤال‌ها در یک پیوستار ۵ درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۵) نمره‌گذاری می‌شوند. پایایی پرسشنامه را Schaufeli و همکاران برای سه حیطة فرسودگی به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ و Yavuz & Dogan ۰/۸۳، ۰/۸۴ و ۰/۸۷ محاسبه کرده‌اند (۳، ۱۸).

ناسازگار ۰/۷۹ و درگیری تحصیلی ۰/۸۰ به‌دست آمده که این ضرایب حاکی از قابلیت اعتماد مطلوب این پرسشنامه‌ها می‌باشد. همچنین روایی صوری و محتوایی هم‌پوشانی پرسشنامه‌ها نیز از نظر متخصصان و اساتید راهنما بررسی و تأیید شد. پژوهشگر، پس از معرفی خود به واحدهای پژوهش و ارائه توضیحات لازم در مورد اهداف پژوهش، اخذ رضایت‌نامه کتبی و دادن اطمینان به آنان در محرمانه بودن اطلاعات پرسشنامه‌ها را توزیع نمود.

### یافته‌ها

در این پژوهش ۱۷۵ نفر از دانشجویان پزشکی سال تحصیلی ۹۳-۹۴ دانشگاه علوم پزشکی شیراز با میانگین سنی و انحراف استاندارد ۲۳/۲۵ ± ۳/۸۶ (۶۲ درصد) زن بودند. در جدول شماره یک میانگین و انحراف استاندارد فرسودگی تحصیلی، کمال‌گرایی سازگار، کمال‌گرایی ناسازگار و درگیری تحصیلی آمده است. همچنین، با توجه به این امر که ماتریس همبستگی مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌های علی است، ماتریس همبستگی متغیرهای مورد بررسی نیز در این جدول آورده شد.

Utrecht اندازه‌گیری شد که Salanova و Schaufeli، Bakker معرفی کرده‌اند (۱۲) و سه خرده مقیاس توانمندی، تعهد و جذب را در بر می‌گیرد. آلفای کرونباخ برای سه بعد آن به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۷۶ و ۰/۷۰ و برای کل ۹ گویه ۰/۸۴ محاسبه گردید (۲۳). هر بعد متشکل از سه گویه است که بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت [از هرگز (۱) تا همیشه (۵)] تنظیم شده است و دامنه نمرات بین ۹ تا ۴۵ قرار می‌گیرد. این مقیاس فرم کوتاه شده پرسشنامه درگیری یوترکت ۱۷ گویه‌ای است که پرکاربردترین ابزار تحقیقاتی در حوزه درگیری شغلی می‌باشد (۲۴). حاصل پایایی نسخه ایرانی ۹ UWES- را از طریق محاسبه ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس و ابعاد سه‌گانه آن محاسبه کرد. ضرایب آلفای کرونباخ برای سه بعد آن به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۷۲ و ۰/۷۹ و برای کل ۹ گویه، ۰/۷۶ حاصل شد و به منظور کسب اطمینان از روایی ۹ UWES-، از روایی همگرا و واگرا بر اساس رابطه با رضایت شغلی استفاده که مناسب گزارش شده است (۲۳).

در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای فرسودگی تحصیلی ۰/۸۱، کمال‌گرایی سازگار ۰/۷۲، کمال‌گرایی

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین ± انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی	۱	۲	۳	۴
فرسودگی تحصیلی	۸/۴۲ ± ۳/۸۶	-۰/۲۲	-۰/۵۱	۱			
کمال‌گرایی سازگار	۳/۷۸ ± ۲/۲۵	-۰/۱۳	-۰/۳۲	-۰/۳۳**	۱		
کمال‌گرایی ناسازگار	۱۰/۵۸ ± ۶/۸۰	۰/۱۲	۰/۱۹	۰/۳۷**	۰/۳۵**	۱	
درگیری تحصیلی	۵/۸۹ ± ۳/۵۴	-۰/۰۹	-۰/۱۰	-۰/۵۵**	۰/۵۲**	۰/۱۱	۱

\* P < ۰/۰۵ \*\* P < ۰/۰۱

نبود. از میان متغیرهای پژوهش به ترتیب درگیری تحصیلی (-۰/۵۵)، کمال‌گرایی سازگار (-۰/۳۳) و کمال‌گرایی ناسازگار (۰/۲۷) بالاترین تا پایین‌ترین ضریب همبستگی را با فرسودگی تحصیلی دارا هستند که در سطح ۰/۰۱ معنی‌دار بودند.

نتایج نشان داد که بالاترین ضریب همبستگی در میان متغیرهای پژوهش مربوط به رابطه‌ی درگیری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی (-۰/۵۵) و پایین‌ترین ضریب همبستگی به دست آمده نیز مربوط به رابطه‌ی بین درگیری تحصیلی و کمال‌گرایی ناسازگار (۰/۱۱) است که از نظر آماری معنی‌دار

جدول ۲: برآورد ضرایب اثرات مستقیم کمال‌گرایی و درگیری بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان

متغیرها	پارامتر استاندارد شده	t
	اثر مستقیم کمال‌گرایی سازگار	
درگیری تحصیلی	۰/۴۷**	۷/۵۹
فرسودگی تحصیلی	-۰/۱۸**	۳/۰۳
	اثر مستقیم کمال‌گرایی ناسازگار بر:	
درگیری تحصیلی	-۰/۰۳	۰/۵۴
فرسودگی تحصیلی	۰/۲۴**	۴/۵۴
	اثر مستقیم درگیری تحصیلی بر:	
فرسودگی تحصیلی	-۰/۲۹**	۵/۸۶

جدول شماره دو بیانگر برآوردهای ضرایب اثر مستقیم، اثر غیرمستقیم و اثر کل متغیرها است. در این پژوهش برای بررسی اثرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای کمال‌گرایی سازگار، کمال‌گرایی ناسازگار و درگیری تحصیلی بر یکدیگر و بر فرسودگی تحصیلی در دانشگاه علوم پزشکی شیراز با استفاده از آزمون توزیع  $t$  یک مدل فرضی بر اساس پیشینه نظری و تجربی طراحی شد که در مقدمه ارائه شد (شکل ۱). بر اساس نتایج گزارش شده در جدول شماره دو اثر مستقیم کمال‌گرایی سازگار بر درگیری تحصیلی برابر با  $[0.47^{**} (t=7/59)]$  و بر فرسودگی تحصیلی برابر با  $[0.18^* (t=2/18)]$  در سطح  $0.05$  معنی‌دار است.

جدول ۳: برآورد ضرایب اثرات کل کمال‌گرایی و درگیری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان

متغیرها	پارامتر استاندارد شده	t
فرسودگی تحصیلی	اثر کل کمال‌گرایی سازگار بر:	۵/۵۷
	۰/۳۵**	
فرسودگی تحصیلی	اثر کل کمال‌گرایی ناسازگار بر:	۵/۱۷
	۰/۳۲**	

و در نهایت، طبق جدول شماره سه، اثر کل کمال‌گرایی سازگار بر فرسودگی تحصیلی برابر با  $[0.35^{**} (t=5/57)]$  و کمال‌گرایی ناسازگار بر فرسودگی برابر با  $[0.32^{**} (t=5/17)]$  معنی‌دار بودند.

### بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه مستقیم و غیرمستقیم کمال‌گرایی سازگار و ناسازگار با فرسودگی تحصیلی به واسطه درگیری تحصیلی در دانشجویان پزشکی انجام شد. نتایج حاکی از ارتباط مستقیم و معنی‌دار کمال‌گرایی سازگار، کمال‌گرایی ناسازگار و درگیری تحصیلی با فرسودگی و همچنین ارتباط غیرمستقیم و معنی‌دار کمال‌گرایی سازگار و کمال‌گرایی ناسازگار از طریق درگیری تحصیلی با فرسودگی بود.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد که اثر مستقیم کمال‌گرایی سازگار بر درگیری تحصیلی مثبت و معنی‌دار است که با مطالعات Shih (۲۵)، Zhang (۱) و Shim (۲۶) همخوانی دارد. در تبیین این نتیجه می‌توان گفت که کمال‌گرایی سازگار منجر به افزایش مؤلفه توانمندی درگیری تحصیلی می‌شود. بر اساس نتایج می‌توان چنین استدلال کرد که هر چه دانشجویان گرایش و انگیزه بیشتری برای روی آوردن به کارهای سخت داشته باشند و با هدف موفقیت برانگیخته شوند و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی، بتوانند

واقعیت‌های بیرونی را درک کرده و محدودیت‌ها را بپذیرند، توانمندی بیشتری برای درگیر شدن در امور تحصیلی و یادگیری خود داشته، تعهد بالاتری به تحصیل دارند و بیشتر مجذوب یادگیری و تحصیل می‌شوند (۱۵). نتایج مطالعه حاضر نشان داد که اثر مستقیم کمال‌گرایی سازگار بر فرسودگی تحصیلی منفی و معنی‌دار است. این نتیجه با نتایج پژوهش‌های Zhang (۱)، Harris (۲۷)، Yu (۲۸) و زاهدباپلان (۱۰) مطابقت، ولی با نتایج مطالعات موسوی، قافله باشی و گلشنی (۲۹) مغایرت دارد. لذا می‌توان گفت دانشجویانی که برای رسیدن به اهداف منطقی خود به شکل انعطاف‌پذیر کوشش می‌کنند و همواره توانایی‌ها و محدودیت‌های خود را در نظر می‌گیرند، فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌نمایند. همچنین نتایج حاکی از آن بود که اثر مستقیم کمال‌گرایی ناسازگار بر درگیری تحصیلی معنی‌دار نبود که مغایر با مطالعات Shih (۲۵) و Zhang (۱) بود. احتمال دارد که عدم وجود ارتباط معنی‌دار بین این دو متغیر به علت نبودن حالات مناسب و مثبت ذهنی مانند درگیری در مقایسه با فرسودگی باشد. با این حال، می‌توان چنین استدلال کرد که ترس فراگیران از اشتباه کردن در تلاش و کارشان اختلال ایجاد می‌کند و علاوه بر این، شک کردن زیاد در مورد کیفیت عملکردشان، به احتمال زیاد منجر به تخلیه انرژی و توانمندی آن‌ها می‌شود (۲۵). نتیجه دیگر بدست آمده از این پژوهش اثر مستقیم مثبت و معنی‌دار کمال‌گرایی ناسازگار بر

خودکارآمدی و عملکرد دانشجویان اثر می‌گذارد و باعث می‌شود که فرد کمال‌گرا پس از شکست اعتماد به نفس خود را از دست می‌دهد. در نتیجه، این افراد، برای رهایی از این اضطراب تکالیف تحصیلی را به تأخیر می‌اندازند و در واقع دچار اهمال‌کاری می‌شوند (۳۲). دانشجویانی که دارای اهمال‌کاری بالایی هستند، معمولاً کمتر به دنبال فعالیت‌های کلاسی، پیگیری نقش‌ها و رفتارهای مرتبط با تحصیل هستند، در نتیجه، احساسات و نگرش آن‌ها نسبت به خود و تحصیل‌شان منفی می‌شود. بنابراین به سختی می‌توانند وظایف‌شان را انجام دهند که منجر به فرسودگی تحصیلی می‌شود (۳۳).

با توجه به نتایج بدست آمده از پژوهش حاضر، کمال‌گرایان سازگار از تلاش‌های دشوار لذت می‌برند، به گونه‌ای انعطاف‌پذیر برای موفقیت تحصیلی مبارزه می‌کنند، محدودیت‌های شخصی و موقعیتی را می‌پذیرند و هدف‌های چالش‌انگیز و در عین حال منطقی برای خود تعیین می‌کنند و در صورت نرسیدن به معیارها، عزت نفس خود را از دست نمی‌دهند که منجر به افزایش توانمندی برای درگیر شدن و تعهد بالاتر در امور تحصیلی و یادگیری می‌شود که در نتیجه فرسودگی تحصیلی کمتری را تجربه می‌نمایند. از آن سو، می‌توان گفت که کمال‌گرایان ناسازگار به دلیل انتخاب معیارها و استانداردهای غیرواقعی و بالا که گاهی با توانایی‌هایشان هماهنگ نمی‌باشد، به طور معمول نگران و مضطرب می‌شوند و این نگران بودن درباره رسیدن به اهداف و انتظارات شخصی با اطمینان پایین شخص به توانایی‌هایش در انجام یک تکلیف ارتباط دارد که همین امر، باعث داشتن احساسات منفی در مورد آموزش، عدم احساس تعلق به محیط آموزشی، رابطه منفی با دانشکده و دیگر دانشجویان و صرف وقت و درگیری کمتر در امور آموزشی می‌شود. بنابراین با توجه به نقش پر اهمیت کمال‌گرایی در شکل‌گیری متغیرهای درون‌زای پژوهش، به ویژه متغیر نهایی یعنی فرسودگی تحصیلی، پیشنهاد می‌شود عوامل و فاکتورهای اثرگذار بر این متغیر برون‌زا نیز شناسایی گردد تا دستیابی به هدف اصلی که کاهش سطح فرسودگی تحصیلی است با سهولت بیشتری امکان‌پذیر گردد. همچنین به دلیل اینکه فرسودگی و درگیری تحصیلی با هم ارتباط معنی‌دار معکوس داشتند، باید سیاست‌های سازمانی طوری طراحی شود که اثر منفی فرسودگی تحصیلی بر یادگیری را کاهش دهد و هنگامی که این عمل صورت گیرد، استرس

فرسودگی تحصیلی بود که با نتایج تحقیقات Cam (۷)، Taris (۹)، Zhang (۱)، زاهدبابلان (۱۰) مغایرت دارد. کمال‌گرایان ناسازگار با توجه به این که معیارهای غیرواقع‌بینانه و در حد بالاتر از توان خود انتخاب کرده‌اند، تلاش می‌کنند اما به این معیارها نمی‌رسند. به همین دلیل، تلاش‌هایشان نسبت به دفعات قبل کمتر می‌شود و مهم‌تر این که عزت نفس خود را از دست می‌دهند و به همین ترتیب، واکنش‌های منفی گوناگونی را از خود نشان می‌دهند (۳۰). بنابراین، می‌توان گفت که یکی از عوامل تعیین‌کننده فرسودگی تحصیلی در فراگیران، کمال‌گرایی ناسازگارانه است.

علاوه بر این، نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اثر مستقیم درگیری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی منفی و معنی‌دار است که با یافته‌های تحقیقات Friedman (۳۱)، Ugwu (۱۵)، & Wakefield Adie (۱۳)، Zhang (۱) و Merino-Tejedora (۳۰) همخوانی دارد. به طور کلی، می‌توان گفت افرادی که فرسودگی تحصیلی دارند، معمولاً علائمی مانند بی‌اشتیاقی نسبت به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه حضور مستمر در کلاس درس، مشارکت نکردن در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می‌کنند (۸) که کاملاً متضاد افرادی هستند دارای درگیری تحصیلی بالا می‌باشند.

بالاخره نتایج مطالعه حاضر نشان داد که کمال‌گرایی سازگار و کمال‌گرایی ناسازگار از طریق واسطه‌گری درگیری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی اثر مثبت دارد. بر همین اساس می‌توان چنین استدلال نمود که هر چه دانشجویان گرایش و انگیزه بیشتری برای روی آوردن به کارهای سخت داشته باشند و با هدف موفقیت برانگیخته شوند و ضمن تأکید بر معیارهای سطح بالای عملکردی (کمال‌گرایی سازگار)، بتوانند واقعیت‌های بیرونی را درک کرده و محدودیت‌ها را بپذیرند، باورهای نیرومندتری درباره توانمندی‌های خود برای کسب موفقیت و نائل آمدن به دستاوردهای مطلوب در محیط‌های آموزشی خواهند داشت. بنابراین، این دانشجویان تعهد بیشتری به تحصیل داشته و بیشتر مجذوب یادگیری و تحصیل می‌شوند؛ ضمن اینکه این قبیل افراد به خاطر تقاضاها و الزامات تحصیل، احساس خستگی کمتری دارند، دارای نگرش بدبینانه و منفعلانه نسبت به تحصیل و تکالیف درسی نیستند و به عنوان یک دانشجوی احساس شایستگی و کفایت می‌کنند (۱، ۱۲). همچنین می‌توان گفت که رفتار کمال‌گرایانه منفی با ایجاد اضطراب که به کاهش عزت‌نفس منجر می‌شود، بر

دانشجویان پزشکی دانشگاه شیراز صورت گرفته است. لذا، نتایج حاصل به این جامعه آماری قابل تعمیم است و در تعمیم آن به سایر جوامع آماری می‌بایست احتیاط لازم صورت گیرد.

### قدردانی

مطالعه حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته تحقیقات آموزشی به شماره ۱۶۲۷۲-۰۵/۲ که در سال تحصیلی ۹۳-۹۴ انجام شد، می‌باشد. نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از مسؤولین محترم دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز و همچنین دانشجویان پزشکی این دانشگاه قدردانی نمایند.

دانشجویان کاهش خواهد یافت که می‌تواند آن‌ها را به درگیری بیشتر با امور تحصیلی خود فراخواند.

پژوهش‌های پیمایشی مانند این پژوهش دارای محدودیت‌هایی هستند. محققان ادعان دارند که علیت را نمی‌توان قطعاً بر اساس الگوهای همبستگی بین متغیرها مشخص کرد. به عنوان مثال عوامل مختلفی ممکن است بر احساس خستگی دانشجویان در طول زمان تأثیر بگذارد و سطح خستگی آن‌ها در دوره‌های زمانی مختلف، متفاوت باشد. بنابراین با استفاده از مطالعات آزمایشی یا طولی می‌توان بر این چالش‌ها و محدودیت‌ها چیره گشت. از دیگر محدودیت‌های این مطالعه، قابلیت تعمیم آن است. بدین معنی که پژوهش حاضر بر روی

### References

- Zhang Y, Gan Y, Cham H. Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling Analysis. *Personality and Individual Difference* 2007; 43: 1529- 1540.
- Shin H, Puig A, Lee J, Lee J, Lee SM. Cultural Validation of the Maslach Burnout Inventory for Korean Students. *Asia Pacific Educational Review* 2011; 12(4): 633– 639.
- Schaufeli WB, Martinez I, Pinto AM, Salanova M, Bakker A. Burnout and engagement in university students: A cross- national study. *Journal of Cross- Cultural Psychology* 2002; 33: 464– 481.
- Salmela- Aro K, Kiuru N, Pietikäinen M, Jokela J. Does school matter? The role of school context in adolescents' school- related burnout. *European Psychologist* 2008; 13 (1): 12- 23.
- Marine A, Ruotsalainen J, Serra C, Verbeek J. Preventing occupational stress in healthcare workers. *Cochrane Database Syst Rev* 2006; (4): CD002892.
- Bowers ML. Burnout Among Undergraduate Athletic Training Students.[dissertation]. California:University of Pennsylvania; 2012.
- Çam Z, Deniz KZ, Kurnaz A. School Burnout: Testing a Structural Equation Model Based on Perceived Social Support, Perfectionism and Stress Variables. *Education and Science* 2014;39 (137): 310-325.
- Naami A. [Rabeteḥ beine keifiate tajarobe yadgiri ba farsoodegi tahsili daneshjooyane karshenasi arshade Shahid Chamran University of Ahvaz]. *Psychol Stud* 2009; 5 (3): 19– 28. [Persian]
- Taris T, Van Beek W I, Schaufeli WB. Why Do Perfectionists Have a Higher Burnout Risk Than Other? The Meditational Effect of Workaholism. *Romanian Journal of Applied Psychology*. 2010; 12 (1): 1-7.
- Zahedbabolan A, Poorbahram R, Rahmani Javanmard S.[Rabeteḥ Kamalgarāee, Jahatgozini hadaf va Amalkard Tahsili ba Farsoodegi Tahsili]. *Quarterly Journal of New Approach in Educational Administration* 2014;5(2): 109- 124. [Persian]
- Behroozi N, Shahni Yeilagh M, Poorseyed M. Relationship between perfectionism, perceived social support and academic burnout. *Rahbord Farhang* 2012; 5 (20): 83- 102. [Persian]
- 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.

13. Adie J, Wakefield C. Perceptions of the teaching environment, engagement and burnout among university students on a sports- related degree program in the UK. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport and Tourism Education* 2011; 10 (2): 74- 84.
14. Bilge F, Tuzgol Dost M, Çetin B. Factors Affecting Burnout and School Engagement among High School Students: Study Habits, Self- Efficacy Beliefs, and Academic Success. *Educational Sciences: Theory & Practice* 2014; 14 (5): 1721- 1727.
15. Ugwu FO, Onyishi IE, Tyoyima W. exploring the relation- ships between academic burnout, self- efficacy and academic engagement among nigerian college students. *The African Symposium* 2013; 37 (13): 37- 45.
16. Galbraith CS, Merrill GB. Academic Performance and Burnout: An Efficient Frontier Analysis of Resource Use Efficiency among Employed University Students. *Journal of Further and Higher Education* 2015; 39 (2): 255- 277.
17. Duru E, Duru S, Balkis B. Analysis of Relationships among Burnout, Academic Achievement *Educational Sciences: Theory & Practice* 2014; 14 (4): 1274- 1284.
18. Yavuz G, Dogan N. Maslach Burnout Inventory- Student Survey (MBI- SS): A Validity Study *Procedia- Social and Behavioral Sciences* 2013; 116: 2453– 2457.
19. Rostami Z, Abedi MR, Schaufeli WB. [Reliability and validity of the Mslach burnout inventory (MBISS) among female students in University of Isfahan (Iran)]. *New Educational Approaches* 2011; 1 (13): 21- 38. [Persian]
20. Frost RO, Marten PA, Lahart C, Rosenblate R. The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research* 1990; 14(5): 449- 468.
21. Hawkins C, Watt H, Sinclair K. Psychometric Properties of the Frost Multidimen- sional Perfectionism Scale With Australian Adolescent Girls: Clarification of Multidimensionality and Perfectionist Typology, *Educational and Psychological Measurement* 2006; 66 (6): 1001- 1022.
22. Bitaraf Sh, Shairi MR, Hakimjavadi M. Social fear, parenthood and perfectionism styles. *The periodical of Trnsformational and Iranian psychology* 2011; 25 (2): 75- 82. [Persian]
23. Hajloo N. [Psychometric Properties of the Iranian Version of the Utrecht Work Engagement Scale (UWES- 9)]. *Knowledge & Research in Applied Psychology* 2013; 14 (2): 61- 68. [Persian]
24. Schaufeli WB, Bakker A. UWES Utrecht Work Engagement Scale. Preliminary Manual [Cited 2016 Sept 20]. Utrecht University: Occupational Health Psychology Unit. Available from: [http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test\\_manual\\_UWES\\_English.pdf](http://www.wilmarschaufeli.nl/publications/Schaufeli/Test%20Manuals/Test_manual_UWES_English.pdf)
25. Shih Sh. An Examination of Academic Burnout Versus Work Engagement Among Taiwanese Adolescents. *The Journal of Educational Research* 2012; 105:286–298.
26. Shim SS, Rubenstein LDV, Drapeau CW. When perfectionism is coupled with low achievement: The effects on academic engagement and help seeking in middle school. *Learning and Individual Differences* 2016; 45: 237– 244.
27. Harris PW, Pepper CM, Maack, DJ. The relationship between maladaptive perfectionism and depressive symptoms: The mediating role of rumination. *Personality and Individual Differences* 2008; 44 (1): 150– 160.
28. Yu JH, Chae SJ, Chang, K.H. The relationship among self- efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean J Med Educ* 2016; 28 (1): 49- 55.



29. Mousavi F, Ghafelehbashi M, Golshani F. [Academic Burnout in Students: the Predictive role of Perfectionism & Goal Orientation]. *Journal of Educational Psychological Studies* 2015; 12 (22): 20- 30. [Persian]
30. Stoeber J, Rambow A. Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences* 2007; 42: 1379- 1389.
31. Friedman G. Student Stress, Burnout and Engagement. [dissertation]. Johannesburg: University of the Witwatersrand; 2014.
32. Yao M. An Exploration of Multidimensional Perfectionism, Academic Self-Efficacy, Procrastination Frequency, and Asian American Cultural Values in Asian American University Students [dissertation]. School of the Ohio State University; 2009.
33. Balkis M. the relationship between academic procrastination and students' burnout. *hacettepe üniversitesi eğitim fakültesi dergisi .H.U Journal of Education*.2013; 28 (1): 68- 78.

# The Relationship between Perfectionism with Burnout through Academic Engagement

Seif MH<sup>1</sup>, Rastgar A<sup>2</sup>, Ershaddi R<sup>3\*</sup>

Received: 2016/ 03/ 31

Accepted: 2017/10/07

## Abstract

**introduction:** Today, researchers identified medical students susceptible to burnout that it not only leads to undesirable outcome such as failed, conditional pass, unsuccessful in acquiring necessary specialty even deportation but also, losing physical and moral resources of community. This study examines the impact of perfectionism on academic burnout with the intermediating role of academic engagement among medical students.

**Methodology:** This is a descriptive correlation research which examined on 175 medical students of Shiraz university of Medical sciences in 93-94 that were selected based on Cochran Formula by simple random sampling .Data were selected through Maslach Burnout questionnaire Inventory-Student Survey (2002), Ferasat & colleagues perfectionism scale(1997) and Shaffeli & Bekr Work Engagement Scale for Students (2006). To analyze the data, path analysis and the Pearson correlation coefficient Lisrel and SPSS software were used.

**Findings:** The result indicated that the direct impact of maladaptive perfectionism (0. 24; t= 4.54) adaptive perfectionism (0.-18; t= 3.03) and academic engagement (-0.29; t= 5.86) on academic burnout were respectively, It was also found that perfectionism had indirect impact on academic burnout through academic engagement.

**Conclusion:** based on findings, perfectionism had relationship with academic burnout through academic engagement, it is suggested that authorities train the students to choose their appropriate criteria and help them to maintain their self-esteem if they do not meet these criteria, but they should attempt more to fulfill their logical goals and consequently, experience less burnout and show more engagement.

**Key Words:** Academic burnout, Perfectionism, Academic Engagement, Student, Medical

**Corresponding Author:** Ershaddi R, education dept, Payame Noor university, Tehran, Iran rahele.ershadi@yahoo.com  
Seif MH, education dept, Payame Noor university, Tehran, Iran  
Rastgar A, education dept, Payame Noor university, Tehran, Iran