فصلنامه مددکاری اجتماعی
و
بهزیستی اجتماعی

رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹

سعید آریاپوران*[۱]، ماریه عبدالقادری[۲]

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

چکیده

زمینه و هدف: کووید-۱۹ موجب چالش‌های تحصیلی در دانشجویان شده است. هدف پژوهش حاضر رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ بود.

روش: روش پژوهش توصیفی-همبستگی بود. جامعه‌ی آماری این پژوهش را کل دانشجویان دوره‌ی کارشناسی دانشگاه ملایر تشکیل دادند که از میان آنان ۳۳۱ دانشجو به صورت روش نمونه‌گیری دردسترس انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های فرسودگی تحصیلی، فرم کوتاه مقابله‌ی مذهبی، مقابله با استرس و مقیاس چند بعدی ادراک حمایت اجتماعی استفاده شد. داده‌ها با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که ۳۴/۷۴ درصد دانشجویان دارای فرسودگی تحصیلی بودند. بین مقابله مذهبی (مثبت و منفی)، راهبردهای مقابله‌ای (مسئله مدار و هیجان‌مدار) و حمایت اجتماعی (خانواده، دوستان و فرد مهم) با فرسودگی تحصیلی رابطه‌ی معنادار وجود داشت. براساس نتایج رگرسیون گام‌به‌گام به ترتیب مقابله‌ی مذهبی مثبت، حمایت فرد مهم، مقابله‌ی هیجان‌مدار، مقابله‌ی مذهبی منفی و مقابله‌ی مسئله‌مدار در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش معنادار داشتند.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌ها توجه به راهکارهای روان‌شناختی از جمله راهکارهای مبتنی بر مذهب، راهبردهای مقابله‌ای و تقویت حمایت اجتماعی برای کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان پیشنهاد می‌شود.

کلیدواژه‌ها: حمایت اجتماعی، راهبردهای مقابله، فرسودگی تحصیلی، کووید-۱۹، مقابله‌ی مذهبی.

۱. دانشیار گروه روان‌شناسی دانشگاه ملایر، نویسنده مسئول s.ariapooran@gmail.com
۲. دکتری روان‌شناسی، مدرس گروه روان‌شناسی دانشگاه ملایر

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

مقدمه

کووید-۱۹ به عنوان یک بیماری ویروسی برخاسته از ووهان چین مشکلات شدیدی را در دستگاه تنفس ایجاد می‌کند (چن، چن، لی و رن[1]، ۲۰۲۰). این بیماری همه‌گیر و به سرعت گسترش یافته در جهان منجر به ابتلا و مرگ و میر بسیاری از افراد شده است. به عنوان نمونه تا دهه‌ی اول ماه فوریه ۲۰۲۳، بالغ بر ۷۵۵،۰۴۱،۵۶۲ نفر در جهان به این ویروس مبتلا بودند و بیش از ۶،۸۳۰،۸۶۷ نفر جان خود را از دست دادند؛ در ایران نیز تا همین دهه‌ی اول فوریه ۲۰۲۳، بالغ بر ۷،۷۶۵،۰۲۵ نفر مبتلا به این اختلال بوده‌اند و ۱۴۴،۷۶۸ نفر بر اثر آن جان خود را از دست داده‌اند (سازمان بهداشت جهانی[2]، ۲۰۲۳). از پیامدهای روان‌شناختی این ویروس خطرناک مشکلات مربوط به سلامت روان است (تاکت، لوسیانو، گیدز و هاریسون[3]، ۲۰۲۱؛ پن[4] و همکاران، ۲۰۲۱). از جمله گروه‌های در معرض مشکلات روان‌شناختی در دوره‌ی کووید-۱۹ دانشجویان هستند که مشکلات روان‌شناختی را در این دوره تجربه می‌کنند (هولزر، لوفتنیگر، کورلات، پیلکان، سالملا-آرو، اسپیل و اسکوبر[5]، ۲۰۲۱).

برای جلوگیری از شیوع بیماری همه‌گیر کووید-۱۹، بسیاری از کشورها تعطیلی موقت مؤسسات آموزش عالی را در ماه مارس ۲۰۲۰ عملی کردند (هولزر و همکاران، ۲۰۲۱). به طوری که تا پایان آوریل ۲۰۲۰، مدارس و مؤسسات آموزش عالی در ۱۷۸ کشور بسته شدند که تعداد افراد (دانش‌آموزان و دانشجویان) در این مؤسسات بالغ بر یک میلیارد و ۳۰۰ فراگیر در سراسر جهان بوده است (یونسکو[6]، ۲۰۲۰). دانش‌آموزان و دانشجویان به دلیل این اقدامات، نه تنها در رابطه با تحصیلات بلکه در کل زندگی خود با یک وضعیت کاملاً تغییر یافته روبرو شده‌اند. تعطیلی دانشگاه‌ها، محدودیت در رفت‌وآمد، ایجاد اختلال در امور روزمره، فاصله‌ی جسمانی، کاهش تعاملات اجتماعی و محرومیت از روش‌های سنتی یادگیری باعث افزایش مشکلات روان‌شناختی و تحصیلی در دانشجویان شده است (یونسکو، ۲۰۲۰). یکی از مشکلات تحصیلی که دانشجویان ممکن است در دوره‌ی کووید-۱۹ تجربه کنند، فرسودگی تحصیلی[7] است.

فرسودگی تحصیلی عبارت است از بی‌علاقگی، کمبود انگیزه و خستگی در تحصیل

1. Chen, Chen, Li, & Ren
2. World Health Organization
3. Taquet, Luciano, Geddes, & Harrison
4. Pan
5. Holzer, Lüftenegger, Korlat, Pelikan, Salmela-Aro, Spiel, & Schober
6. UNESCO
7. academic burnout

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

(لیان، سون، جی، لی و پنگ[1]، ۲۰۱۴). اسکافلی، مارتینز، پینتو، سالانوا و بیکر[2] (۲۰۰۲) فرسودگی تحصیلی را به عنوان احساس فرسودگی ناشی از الزامات و خواسته‌های بالای تحصیلی تعریف می‌کنند که باعث می‌شود در فراگیران نگرش منفی و احساسات بدبینانه نسبت به تکالیف ایجاد شود. در پژوهش‌های قبلی فرسودگی تحصیلی به عنوان یک مشکل با خودکارآمدی پایین(رحمتی، ۲۰۱۵؛ آرلینکساری و آکمال[3]، ۲۰۱۷)، بی‌انگیزگی تحصیلی(رودریگز-گارسیا، سولا-مارتینز و فرناندز-کروز[4]، ۲۰۱۷)، اشتیاق تحصیلی (آرلینکساری و آکمال، ۲۰۱۷) و پیشرفت تحصیلی پایین (اویو، موارا، کینای و موتووا[5]، ۲۰۲۰) رابطه معنادار داشته است. در دوره‌ی کووید-۱۹ نیز نشان داده شده است که در میان دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ فرسودگی بالا گزارش شده است و بین فرسودگی در دانشجویان با اضطراب رابطه‌ی معنادار به دست آمد (فرناندز-گاستیلو[6]، ۲۰۲۱). در یک مطالعه در دوره‌ی کویید-۱۹ نیز نشان داده شد که تقریباً ۴۱/۳۳% از دانشجویان فرسودگی تحصیلی را در دوره‌ی کووید-۱۹تجربه کرده‌اند (الغزالی، آلکارن، الخیاط، ابراهیم و الخیاط[7]، ۲۰۲۱). در دوره‌ی قبل از کووید-۱۹، کابالرو، آبلو و پالاسیو[8] (۲۰۰۷؛ نقل از آگویا، کاناداس، آسبا-کادوری، رامیرز-بائنا و اورتگا-کامپوس[9]، ۲۰۱۹) فرسودگی تحصیلی را در ۴۱/۶% از دانشجویان روان‌شناسی مشاهده کردند. بیتار[10] (۲۰۰۸؛ نقل از آگویا و همکاران، ۲۰۱۹) شیوع فرسودگی تحصیلی را در دانشجویان رشته‌های مختلف در دامنه‌ی ۲ تا ۳۴ درصد گزارش کرد. از جمله متغیرهایی که می‌توانند با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه داشته باشند، می‌توان به مقابله‌ی مذهبی[11]، راهبردهای مقابله‌ای[12] و ادراک حمایت اجتماعی[13] اشاره کرد که در پژوهش حاضر به عنوان متغیرهای مستقل (پیش‌بین) در نظر گرفته شده‌اند.

مقابله‌ی مذهبی به عنوان تلاش برای درک و مقابله با عوامل استرس‌زای زندگی و رویدادهای منفی زندگی از راه‌های مربوط به مقدسات تعریف شده است که شامل دو نوع مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی است. مقابله‌ی مثبت مذهبی به رابطه‌ای ایمن با نیروی متعالی، احساس پیوند معنوی با دیگران و جهان‌بینی خیرخواهانه اشاره دارد؛ برعکس، مقابله‌ی مذهبی منفی منعکس‌کننده‌ی تنش‌های معنوی و مبارزات با خود، دیگران و با مقدسات است (پارگامنت، فئویلی و باردزی[14]، ۲۰۱۱). از دیدگاه شهید مطهری افراد متدیّن و مذهبی از مشکلات روان‌شناختی مصون‌تر هستند و دلهره و

1. Lian, Sun, Ji, Li, & Peng
2. Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Bakker
3. Arlinkasari, & Akmal
4. Rodríguez-García, Sola-Martínez, & Fernández-Cruz
5. Oyoo, Mwaura, Kinai, & Mutua
6. Fernández-Castillo
7. Elghazally, Alkarn, Elkhayat, Ibrahim, & Elkhayat
8. Caballero, Abello, & Palacio
9. Aguayo, Cañadas, Assbaa-Kaddouri, Ramírez-Baena, & Ortega-Campos
10. Bittar
11. religious coping
12. coping strategies
13. perceived social support
14. Pargament, Feuille, & Burdzy

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

نگرانی کمتری نسبت به امور دارند و احساس آرامش خاطر بیشتری می‌کنند(مطهری، ۱۳۷۵). پژوهش‌های قبل از کووید-۱۹ نشان دادند که بین مقابله‌ی مذهبی مثبت(نوه، چانگ، جانگ، لی و لی[1]، ۲۰۱۶؛ سفری و بدری گرگری، ۱۳۹۴) و منفی (نوه و همکاران، ۲۰۱۶) در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش معنادار داشته است. در پژوهش‌های مربوط به دوره‌ی کووید-۱۹ بین مقابله‌ی مذهبی با سلامت روان رابطه‌ی معنادار به دست آمده است(توماس و باربارتو[2]، ۲۰۲۰؛ مهامید و بدایر[3]، ۲۰۲۱؛ رضاپور شاهکلایی، طاهریخرامه، معین و خوشروش، ۲۰۱۷). در دوره‌ی کووید-۱۹ پژوهشی در مورد رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان انجام نشده است؛ اما در دوره‌ی کووید-۱۹، بین مقابله‌ی مذهبی با کیفیت زندگی دانشجویان در مالزی رابطه‌ی معنادار به دست آمد (مفایلب، مراد، تئو و محمد[4]، ۲۰۲۰). یکی از متغیرهای مرتبط با مقابله‌ی مذهبی (کراگیلو، چای، شفرد و بیلینگتون[5]، ۲۰۱۲) که می‌تواند با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه داشته باشد، راهبردهای مقابله‌ای (مسئله‌مدار و هیجان‌مدار) است.

در مدل نظری لازاروس و فولکمن[6] (۱۹۸۴؛ نقل از سوزا، سانتانا، موریرا، سوزا، کاروالو و کاروریو[7]، ۲۰۲۰)، راهبردهای مقابله‌ای شامل مسئله‌مدار و هیجان‌مدار هستند. در حالی که هدف راهبرد مسئله‌مدار مدیریت فعال وضعیت استرس‌زا از طریق استفاده از فنونی مانند اجرای یک برنامه‌ی عملی، مدیریت تعارض، جستجوی حمایت اجتماعی و ارزیابی مجدد شناختی است، راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل فرار از مسئله یا دوری از مدیریت استرس و دوری از حالات جسمی ناخوشایند مرتبط با استرس است که راهبردهایی مانند مصرف موادی مانند الکل و دخانیات و فاصله گرفتن از شرایط استرس‌زا نمونه‌هایی از این دسته هستند (سوزا و همکاران، ۲۰۲۰). در یک پژوهش نشان داده شده است که افراد در دوره‌ی کووید-۱۹ از راهبردهای مسئله‌مدار بیشتر از راهبردهای هیجان‌مدار استفاده کرده‌اند(آبروانی و غریب‌زاده، ۲۰۲۰). در یک پژوهش در میان دانشجویان یونان در دوره‌ی کووید-۱۹ نشان داده شد که راهبردهای مقابله‌ی منفی از جمله تخلیه‌ی هیجانی، انکار و مصرف مواد بسیار کم و راهبردهای مقابله‌ای مثبت مانند راهبردهای مسئله‌مدار و راهبردهای مقابله‌ای فعال بسیار زیاد مورد استفاده قرار گرفته‌اند (المنشد، العادل، علی و لطفی[8]، ۲۰۲۲). یک پژوهش در میان دانشجویان نشان داد که در دوره‌ی کووید-۱۹ بین راهبردهای مقابله‌ای با سلامت روان رابطه وجود دارد(پاتیاس، ون هوهتدروف، کازر، فلورس و اسکورسولینی-کومین[9]،

1. Noh, Chang, Jang, Lee, & Lee
2. Thomas, & Barbato
3. Mahamid & Bdier
4. Mfilb, Murad, Teoh, & Mohamad
5. Krägeloh, Chai, Shepherd, & Billington
6. Lazarus & Folkman
7. Sousa, Santana, Moreira, Sousa, Carvalho, & Craveiro
8. El-Monshed, El-Adl, Ali, & Loutfy
9. Patias, Von Hohendorff, Cozzer, Flores, & Scorsolini-Comin

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

۲۰۲۱). پژوهش‌ها در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه‌ی راهبردهای مقابله‌ای با فرسودگی کلی را تأیید کرده‌اند(ژانگ و همکاران[1]، ۲۰۲۰؛ لو[2] و همکاران، ۲۰۲۲). اما در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه راهبردهای مقابله‌ای با فرسودگی تحصیلی دانشجویان مورد بررسی قرار نگرفته است؛ با وجود این پژوهش‌های قبل از کووید-۱۹ رابطه‌ی راهبردهای مقابله‌ای را با خستگی تحصیلی در دانشجویان تأیید کرده‌اند (شیه[3] ، ۲۰۱۵؛ کیم، کیم و لی[4] ، ۲۰۱۷). در پژوهش کیم و همکاران (۲۰۱۷) راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار با خستگی تحصیلی رابطه داشت اما بین راهبردهای هیجان‌مدار با آن رابطه‌ی معنادار به دست نیامد.

یکی از متغیرهای مرتبط با مقابله‌ی مذهبی (مسیدور و اسلی[5]، ۲۰۱۹) و راهبردهای مقابله (لونگ[6] و همکاران، ۲۰۲۱)، ادراک حمایت اجتماعی است که می‌تواند با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه داشته باشد. منظور از ادراک حمایت اجتماعی، کمک‌ها و حمایت‌های اجتماعی والدین، دوستان و دیگر افراد مهم است که فرد آنها را با توجه به شرایط اجتماعی و فردی خود درک می‌کند (اروزکو[7]، ۲۰۰۷). پژوهش‌های قبل از کووید-۱۹رابطه‌ی حمایت اجتماعی با پیشرفت تحصیلی (تیناجرو، مارتینز-لوپز، رودریگز و پارامو[8]، ۲۰۲۰؛ لی، هان، ونگ، سون و چنگ[9]، ۲۰۱۸) و فرسودگی تحصیلی(پورسید ، متولی، پورسید و براهیمی، ۱۳۹۴؛ سحاقی و مریدی، ۱۳۹۴) را تأیید کرده‌اند. در دوره‌ی کووید-۱۹ فقط یک پژوهش نشان داده است که بین حمایت اجتماعی و خستگی در یادگیری در دانشجویان پزشکی رابطه وجود دارد (ژانگ، شو، زیانگ و فنگ[10]، ۲۰۲۱). در یک پژوهش نیز بین حمایت اجتماعی و خستگی هیجانی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه‌ی منفی به دست آمد (چارونسوکمانگکول و فونگسونتورن[11] ، ۲۰۲۰). اما در پژوهش‌های مختلف در دوره‌ی کووید-۱۹ (هو[12] و همکاران، ۲۰۲۱) و قبل از کووید-۱۹ (کیم، ۲۰۱۶؛ جیو، لان، لای، فنگ و یو[13]، ۲۰۱۵) بین حمایت اجتماعی و فرسودگی کلی در گروه‌های مختلف رابطه‌ی منفی به دست آمده است.

مسئله‌ی اصلی این پژوهش بررسی میزان شیوع فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ و رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و ادراک حمایت اجتماعی با آن بود. با توجه به خلأ پژوهش در این زمینه، پژوهش در مورد میزان شیوع فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ اهمیت ویژه‌ای دارد و می‌تواند توجه سیاست‌گذاران به فرسودگی تحصیلی را برانگیزاند تا بتوانند با

1. Zhang
2. Lou
3. Shih
4. Kim, Kim, & Lee
5. Mesidor & Sly
6. Long
7. Orozco
8. Tinajero, Martínez-López, Rodríguez, & Páramo
9. Li, Han, Wang, Sun, & Cheng
10. Zhang, Shu, Xiang, & Feng
11. Charoensukmongkol & Phungsoonthorn
12. Hou

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

ارائه‌ی راهکارهای مؤثر به دانشجویان چه در دوره‌ی کووید-۱۹ و چه در دوره‌های شیوع مشکلات همه‌گیر به کاهش این مشکل کمک کنند. شناسایی دانشجویان دارای فرسودگی تحصیلی در دوره‌ی کووید-۱۹ لازم است و روان‌شناسان و مشاوران مراکز مشاوره‌ی دانشجویی را ترغیب خواهد کرد تا بتواند با ارائه‌ی راهکارهای روان‌شناختی به کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان کمک کنند. تعیین متغیرهای مرتبط با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ از جمله مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و ادراک حمایت اجتماعی می‌تواند در شناسایی این متغیرها به پژوهشگران و درمانگران کمک کند تا بتوانند از طریق آموزش‌های مبتنی بر این متغیرها به دانشجویان دارای فرسودگی تحصیلی در دوره‌ی کووید-۱۹ کمک کنند. علاوه براین جدید بودن پژوهش می‌تواند تقویت ادبیات پژوهش در زمینه‌ی فرسودگی تحصیلی در دوره‌ی کووید-۱۹ و متغیرهای مرتبط با آن را تقویت کند.

روش‌شناسی

روش تحقیق در پژوهش حاضر توصیفی ـ همبستگی بود. براساس این روش فرسودگی تحصیلی به عنوان متغیر وابسته (ملاک) و مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی به عنوان متغیرهای مستقل (پیش‌بین) در نظر گرفته شدند. جامعه‌ی آماری این پژوهش را دانشجویان دوره‌ی کارشناسی مشغول به تحصیل دانشگاه ملایر تشکیل دادند که در دوره‌ی کووید-۱۹ تحت آموزش مجازی قرار داشتند. از میان این دانشجویان ۳۹۰ دانشجو به عنوان نمونه‌ی پژوهشی انتخاب شدند. با توجه به شیوع کووید-۱۹ و آنلاین بودن کلاس‌ها، با گرفتن شماره‌ی تلفن دانشجویان، پرسشنامه‌ها به صورت دردسترس و از طریق شبکه‌های اجتماعی (واتساپ و تلگرام) در اختیار آنان قرار گرفت. بعد از توزیع پرسشنامه‌ها تعداد ۳۳۱ پرسشنامه کامل پاسخ داده شده به پژوهشگران بازگردانده شد. برای گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

الف- مقیاس فرسودگی تحصیلی: این مقیاس توسط برسو، سالانوا و اسکافلی[1] (۲۰۰۷) ساخته شده است و دارای ۱۵ گویه و سه بعد فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی (۵ گویه)، بی‌علاقگی تحصیلی (۵ گویه) و ناکارآمدی تحصیلی (۵ گویه) است. به هر گویه بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) پاسخ داده می‌شود. دامنه‌ی نمرات فرسودگی تحصیلی دانشجویان از ۱ تا ۷۵ است، هرچه نمره افراد پایین‌تر باشد و به سمت ۱ سوق کند یعنی این افراد فرسودگی تحصیلی کمتری دارند و هرچه نمره افراد بالاتر باشد و به سمت ۷۵ سوق کند یعنی افراد فرسودگی تحصیلی بیشتری دارند. در پژوهش‌های قبلی نقطه‌ی برش برای خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی

1. Bresó,Salanova, & Schaufeli

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

(کل) به ترتیب برابر با ۲۰، ۱۵، ۲۵ و ۵۰ بوده است (خزائی، توکلی، جابری در میان و یعقوبی‌پور، ۱۳۹۴). در ایران پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۸۲ و ۰/۷۵ و ضرایب روایی این زیرمقیاس‌ها به ترتیب ۰/۳۸، ۰/۴۳ و ۰/۴۵ گزارش شده است(نعامی، ۱۳۸۸). در پژوهش دیگر در ایران(قدم‌پور، فرهادی، و نقی‌بیرانوند، ۱۳۹۵) میزان ضریب آلفای کرونباخ کل پرسشنامه ۰/۷۵ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با ۰/۷۸ بود.

مقیاس کوتاه مقابله‌ی مذهبی[1]: این مقیاس ۱۴ گویه‌ای برای اندازه‌گیری مقابله‌ی مذهبی مثبت (۷ ماده) و منفی (۷ ماده) توسط پارگامنت و همکاران (۲۰۱۱) ساخته است. شیوه‌ی پاسخ‌دهی به گویه‌های آن براساس مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت از ۰=«به هیچ وجه» تا ۳=«بسیار زیاد» نمره‌گذاری می‌شود. پایایی مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی در روش همسانی دورنی به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۸۱ گزارش شده است (پارگامنت و همکاران، ۲۰۱۰). در ایران ، پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) برای مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی برابر با ۰/۷۹ و ۰/۷۱ بود؛ پایایی آزمون به روش بازآزمایی برای نمره‌ی کل، مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۹۳ و ۰/۸۸ گزارش شده است (محمدزاده و نجفی، ۲۰۱۶). در پژوهش دیگر در ایران ضریب آلفای کرونباخ برای نمره‌ی کل، مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی به ترتیب ۰/۸۲ ، ۰/۹۳ و ۰/۷۳ بود (خدایاری‌فرد و همکاران، ۲۰۱۹). در پژوهش حاضر میزان ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس برابر با ۰/۸۰ و برای مقابله‌ی مثبت و منفی به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۷۴ بود.

پرسشنامه مقابله با استرس: پرسشنامه مقابله با استرس توسط بیلینگز و موس[2] (۱۹۸۱؛ نقل از حسینی و آریاپوران، ۱۳۹۳) به منظور اندازه‌گیری شیوه‌های مقابله با استرس طراحی و تدوین شده است. این مقیاس ۱۹ گویه دارد و مقابله‌ی مسئله-مدار (۱۱ گویه) و هیجانمدار(۸ گویه) را اندازه‌گیری می‌کند. هر فرد به این مقیاس با انتخاب یکی از گزینه‌ها (هیچوقت «۰»، گاهی اوقات «۱»، اغلب اوقات «۲» و همیشه «۳») پاسخ می‌دهد. دامنه‌ی نمرات این پرسشنامه بین صفر و ۵۷ متغیر است. در یک پژوهش در ایران ضریب پایایی بازآزمایی کل پرسشنامه ۰/۷۳ به دست آورده است (پورشهباز، ۱۳۷۴؛ نقل از حسینی و آریاپوران، ۱۳۹۳). در پژوهش دیگر در ایران، ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۹۲۵ گزارش شده است (دهقانی (۱۳۷۲؛ نقل از حسینی و آریاپوران، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ کل مقیاس برابر ۰/۸۸ و برای زیرمقیاس راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار به ترتیب برابر با ۰/۸۱ و ۰/۷۵ بوده است.

1. Brief Religious Coping Scale
2. Billings & Moos

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

مقیاس چند بعدی ادراک حمایت اجتماعی: این مقیاس توسط زیمت، داهلیم، زیمت و فارلی[1](۱۹۸۸) ساخته شده و دارای ۱۲ گویه است و حمایت اجتماعی را در سه بعد خانواده، دوستان و دیگر افراد مهم می‌سنجد. هر بعد این مقیاس دارای ۴ گویه است. آزمودنی به هر آیتم آن روی مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت (۱= کاملاً مخالف و ۷= کاملاً موافق) پاسخ می‌دهد. دامنه‌ی نمرات این مقیاس بین ۱۲ تا ۸۴ است. ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس برای زیر مقیاس‌های دیگر افراد مهم، خانواده و دوستان به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۸۷ و ۰/۸۵ بوده است (زیمت و همکاران، ۱۹۸۸). در ایران ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس برابر با ۰/۸۳ بود (صدوقی و حسام‌پور، ۱۳۹۶). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۴ و برای بعد دیگر افراد مهم، خانواده و دوستان به ترتیب ۰/۸۱، ۰/۷۷ و ۰/۷۴ بدست آمد.

روند اجرای پژوهش: در این پژوهش ابزارها از طریق تلگرام و واتساپ در میان دانشجویان توزیع شد و آنان به مدت تقریباً نیم‌ساعت پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. لازم به ذکر است که قبل از توزیع پرسشنامه‌های پژوهش، دانشجویان فرم رضایت از شرکت در پژوهش را امضا نمودند و عکس آن را به پژوهشگران بازگرداندند. در ابتدای پرسشنامه به آنان اطمینان داده شد که داده‌ها محرمانه است و شرکت یا عدم شرکت آنان در پژوهش هیچ تأثیری در خدمات دانشگاه برای آنان ندارد. پس از بازگرداندن پرسشنامه‌ها، داده‌ها با نرم‌افزار SPSS-۲۵ و با استفاده از آزمون آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیری با روش گام به گام تحلیل شدند.

یافته‌ها

نتایج توصیفی بیانگر این بود که ۱۷۳ نفر از دانشجویان (۵۲/۳ درصد) دختر و ۱۵۸ نفر (۴۷/۷ درصد) پسر بودند. از میان دانشجویان ۷۹ نفر (۲۳/۹ درصد) متأهل و ۲۵۲ (۷۶/۱ درصد) مجرد بودند. از میان دانشجویان ۷۹ (۲۳/۸ درصد) نفر سال اول، ۸۱ نفر (۲۴/۵ درصد) سال دوم، ۵۲ نفر (۱۵/۷ درصد) سال سوم و ۱۱۹ نفر (۳۶/۰ درصد) سال چهارم بودند. میانگین سنی دانشجویان دختر، پسر و کل به ترتیب ۲/۷۴±۲۲/۶۲، ۳/۲۳±۲۳/۰۴ و ۲/۹۹±۲۲/۸۲ بود. با توجه به اینکه در پژوهش‌های قبلی نقطه‌ی برش برای خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی، ناکارآمدی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی (کل) به ترتیب برابر با ۲۰ و بالاتر، نمره‌ی ۱۵ و بالاتر، نمره‌ی ۲۵ و بالاتر و نمره‌ی ۵۰ و بالاتر بوده است (خزائی و همکاران، ۱۳۹۴)، جدول ۱ میزان شیوع فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن را در دانشجویان نشان می‌دهد.

1. Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

جدول ۱: میزان شیوع فرسودگی شغلی و ابعاد آن در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹

گروه	خستگی تحصیلی (نمرات ۰۲ و بالاتر)		بی‌علاقگی تحصیلی (نمرات ۵۱ و بالاتر)		ناکارآمدی‌تحصیلی (نمرات ۵۲ و بالاتر)		فرسودگی‌تحصیلی (نمرات ۰۵ و بالاتر)		T مستقل برای جنسیت
	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	تعداد	درصد	
دختر (n=۳۷۱)	۰	۰/۰	۰۷	۰۴/۶۴	۰	۰/۰	۱۶	۵۳/۶۲	۱/۲۸۳
پسر (n=۸۵۱)	۰	۰/۰	۱۶	۸۳/۱۶	۰	۰/۰	۴۵	۴۳/۸۱	(p<۰/۷۱)
کل (n=۱۳۳)	۰	۰/۰	۱۳۱	۹۳/۸۵	۰	۰/۰	۵۱۱	۴۳/۴۷	

براساس جدول ۱ می‌توان گفت که در کل دانشجویان ۳۴/۷۴ درصد دارای فرسودگی تحصیلی و ۳۹/۵۸ درصد دارای بی‌علاقگی به تحصیل بودند. در میان دانشجویان دختر و پسر به ترتیب ۳۵/۲۶ درصد و ۳۴/۱۸ درصد فرسودگی تحصیلی و به ترتیب ۴۰/۴۶ درصد و ۳۸/۶۱ درصد بی‌علاقگی به تحصیل را گزارش کردند. براساس نتایج آزمون t مستقل بین دانشجویان دختر و پسر در فرسودگی تحصیلی تفاوت معنادار وجود نداشت (p<۰/۱۷). در جدول ۲ میانگین و انحراف‌معیار و همچنین کشیدگی و چولگی مربوط به متغیرها نشان داده شده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار، کشیدگی و چولگی متغیرهای پیش‌بین و ملاک

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کشیدگی	چولگی
مقابله مذهبی مثبت	۰۱/۴۳	۳/۰۹	۰/۹۱	-۰/۵۵
مقابله‌ی مذهبی منفی	۰۱/۶۳	۳/۴۰	-۰/۶۶	-۰/۸۲۴
مقابله‌ی مسئله‌مدار	۵۱/۱۹	۴/۵۸	۰/۸۱	-۱/۲۰
مقابله‌ی هیجان‌مدار	۴۱/۹۶	۲/۵۶	۰/۵۲	-۰/۷۲
حمایت خانواده	۳۱/۹۸	۳/۹۵	-۰/۹۰	-۰/۹۹
حمایت دوستان	۴۱/۴۶	۳/۲۰	-۰/۲۲	-۰/۲۹
حمایت افراد خاص	۴۱/۱۴	۴/۲۵	۰/۸۲۱	۰/۶۸
حمایت اجتماعی (کل)	۲۴/۳۹	۰۱/۲۳	۰/۲۰	۱/۵۰
خستگی تحصیلی	۳۱/۱۷	۴/۴۲	-۰/۱۶	-۰/۲۸
بس‌علاقگی تحصیلی	۳۱/۳۶	۴/۲۷	-۰/۳۰	۰/۴۲
ناکارآمدی تحصیلی	۳۱/۱۸	۴/۰۷	-۰/۲۳	-۰/۹۴
فرسودگی تحصیلی (کل)	۱۴/۶۱	۲۱/۸۷	-۰/۵۵	-۰/۳۷

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

با توجه به نتایج موجود در جدول ۲ می‌توان گفت که توزیع داده‌های مربوط به همه‌ی متغیرها نرمال بوده است؛ زیرا مقدار کشیدگی و چولگی بین ۲ و ۲- بوده است. جدول ۳ ماتریس همبستگی پیرسون را برای رابطه‌ی متغیرها نشان می‌دهد.

جدول۳: ماتریس همبستگی متغیرها

متغیرها	۲	۳	۴	۵-۱	۵-۲	۵-۳	۵	۶-۱	۶-۲	۶-۳	۶
۱-مقابله مذهبی مثبت	-۰/۸۴**	۰/۱۵**	۰/۳	۰/۱۱*	۰/۳۱*	۰/۱۲**	۰/۷۱**	-۰/۵۵**	-۰/۸۱**	-۰/۹۳**	-۰/۰۴**
۲-مقابله‌ی مذهبی منفی	۱	۰/۶۲**	۰/۹۱**	۰/۵۱**	۰/۶۱**	۰/۶۱**	۰/۸۱**	۰/۱۴**	۰/۷۱**	۰/۵۴**	۰/۶۳**
۳- مقابله‌ی مسئله‌مدار		۱	۰/۱۰**	۰/۵۳**	۰/۸۳**	۰/۴۴**	۰/۲۴**	-۰/۴۴**	-۰/۷۲**	-۰/۶۳**	-۰/۸۳**
۴- مقابله‌ی هیجان‌مدار			۱	۰/۵۱**	۰/۴۱**	۰/۶۱**	۰/۷۱**	۰/۶۲**	۰/۷۲**	۰/۱۲**	۰/۶۲**
۵-۱-حمایت خانواده				۱	۰/۷۶**	۰/۹۷**	۰/۹۸**	-۰/۸۲**	-۰/۸۳**	-۰/۲۲**	-۰/۰۳**
۵-۲-حمایت دوستان					۱	۰/۸۸**	۰/۱۹**	-۰/۴۳**	-۰/۱۴**	-۰/۰۲**	-۰/۳۳**
۵-۲-حمایت افراد خاص						۱	۰/۷۹**	-۰/۱۴**	-۰/۴۴**	-۰/۳۲**	-۰/۹۳**
۵-حمایت اجتماعی (کل)							۱	-۰/۷۳**	-۰/۵۴**	-۰/۴۲**	-۰/۷۳**
۶-۱-خستگی تحصیلی								۱	۰/۷۷**	۰/۵۸**	۰/۳۹**
۶-۲- بس‌علاقگی تحصیلی									۱	۰/۳۸**	۰/۱۹**
۶-۳- ناکارآمدی تحصیلی										۱	۰/۵۹**
۶- فرسودگی تحصیلی (کل)											۱

همانطور که در جدول ۳ آورده شده است بین مقابله‌ی مذهبی مثبت، مقابله‌ی مسئله‌مدار و حمایت اجتماعی و ابعاد آن با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی منفی معنادار وجود دارد. به این معنی که با افزایش نمره‌ی این متغیرها نمره‌ی فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن کاهش یافته است و برعکس. همچنین در این جدول نشان داده شده است که بین مقابله‌ی مذهبی منفی و مقابله‌ی هیجان‌مدار با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی مثبت معنادار به دست آمد. به این معنی که با افزایش نمره‌ی دانشجویان در این متغیرها میزان فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن افزایش یافته است و برعکس. جدول ۴ نتایج مربوط به آزمون همبستگی پیرسون با روش گام به گام را نشان می‌دهد.

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

جدول ۴: نتایج رگرسیون چندمتغیری با روش گام‌به‌گام برای پیشبینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان از طریق مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی

مدل	R	R^2	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب‌استاندارد	t	p	Tolerance	VIF
			B	خطای ستاندارد	بتا				
مقدار ثابت	-	-	۴۵/۸۶	۱/۳۸	-	۹۲/۸۵	۰/۱۰۰	-	-
مقابله‌ی مذهبی مثبت	۰/۹۳	۰/۶۱	-۱/۱۳	۰/۷۱	-۰/۹۹۳	-۷/۹۸	۰/۱۰۰	۱/۰	۱/۰
حمایت فرد مهم	۰/۰۵	۰/۵۲	-۰/۹۸	۰/۴۱	-۰/۵۱۳	-۶/۵۴	۰/۱۰۰	۰/۵۵۹	۱/۵۰
مقابله‌ی هیجان‌مدار	۱/۵۵	۰/۰۳	۱/۱۱	۰/۲۲	-۰/۶۲	۴/۱۹	۰/۱۰۰	۰/۷۹	۱/۳۰
مقابله‌ی مذهبی منفی	۱/۹۵	۰/۵۳	۱/۰۱	۰/۳۲	-۰/۴۲	۴/۴۷	۰/۱۰۰	۰/۲۹	۱/۱۵
مقابله مسئله‌مدار	۰/۰۶	۰/۶۳	-۰/۶۳	۰/۵۱	-۰/۷۳۱	-۲/۶۳	۰/۲۰	۰/۳۹	۱/۳۷

با توجه به معنادار بودن مدل رگرسیون (F=71/36 ؛p<001/0)، در جدول ۴ نشان داده شده است که تقریباً ۰/۳۶ از واریانس فرسودگی تحصیلی در دانشجویان از طریق متغیرهای پیش‌بین تبیین شده است. بنابراین با توجه به مقدار بتا به ترتیب مقابله‌ی مذهبی مثبت، حمایت فرد مهم، مقابله‌ی هیجان‌مدار، مقابله‌ی مذهبی منفی و مقابله‌ی مسئله‌مدار در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش معنادار داشته‌اند. لازم به ذکر است در پژوهش‌های همبستگی اگر مقدار عامل تورم واریانس[1] یا VIF کمتر از ۳ و مقدار اغماض[2] نزدیک به ۱ باشد، متغیرها در حد مناسب با هم رابطه‌ی هم‌خطی دارند. به عبارت دیگر، در صورتی که مقادیر عامل تورم واریانس و اغماض در حد مناسب باشد، نشانگر رابطه‌ی خطی متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک است و بین متغیرهای پیش‌بین همبستگی بسیار بالا یا رابطه‌ی هم‌خطی بالا وجود ندارد. در پژوهش حاضر مقادیر VIF و اغماض در حد مناسب بوده است.

د) بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی میزان شیوع فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ و رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و حمایت اجتماعی با آن بود. نتایج نشان داد که ۳۴/۷۴ درصد دانشجویان دارای فرسودگی تحصیلی و ۳۹/۵۸ درصد دارای بی‌علاقگی به تحصیل بودند. در میان دانشجویان دختر و پسر به ترتیب ۳۵/۲۶ درصد و ۳۴/۱۸ درصد فرسودگی تحصیلی و به ترتیب ۴۰/۴۶ درصد و ۳۸/۶۱ درصد بی‌علاقگی به تحصیل را گزارش کردند. این نتیجه در راستای یافته‌های قبلی

1. Variance Inflation Factor
2. Tolerance Value

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

(الغزالی و همکاران، ۲۰۲۱) است که میزان فرسودگی را ۴۱/۳۳ درصد گزارش کردند. همچنین یافته‌های دیگر(فرناندز-گاستیلو،۲۰۲۱) را مورد تأیید قرار داده است که میزان فرسودگی در دانشجویان را بالا گزارش کردند.

شاید یکی از دلایل فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کوید-۱۹ وجود موانع مختلفی باشد که دانشجویان هنگام استفاده از برنامه‌های یادگیری آنلاین با آن روبرو شده‌اند؛ در پژوهش‌های گذشته دانشجویان فعالیت و اطلاعات بیش از حد دریافت شده از اساتید، عدم قابلیت سازگاری و ناآشنایی با محیط جدید یادگیری آنلاین و چالش‌های بهداشت شخصی مربوط به استرس و اضطراب را به عنوان چالش‌های یادگیری آنلاین در دوره‌ی کووید-۱۹ را گزارش کرده‌اند (ال-کوماین، الهازمی، محمد، گازم، شابیر و فازیا[1]، ۲۰۲۱). از این رو می‌توان گفت که این چالش‌ها ممکن است دانشجویان را دچار فرسودگی تحصیلی کند و موجب بی‌علاقگی تحصیلی در آنان شود. در یک تبیین دیگر می‌توان گفت که برگزاری کلاس‌های آنلاین در دوره‌ی کووید-۱۹ و مشکلات احتمالی از جمله مشکلات اینترنت در حین برگزاری کلاس‌ها می‌تواند در فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش داشته باشد. علاوه بر این بلاتکلیفی در مورد درمان و پایان کووید-۱۹ و همچنین بلاتکلیفی در مورد برگزاری کلاس‌های حضوری و عدم قطعیت در این زمینه می‌تواند در افزایش میزان فرسودگی تحصیلی دانشجویان نقش داشته باشد.

نتایج همبستگی نشان داد که بین مقابله‌ی مذهبی مثبت با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی منفی و بین مقابله‌ی مذهبی منفی و با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی مثبت وجود دارد؛ به این معنی که با افزایش نمره‌ی دانشجویان در مقابله‌ی مذهبی مثبت میزان فرسودگی تحصیلی کاهش و با افزایش مقابله‌ی مذهبی منفی میزان فرسودگی تحصیلی دانشجویان افزایش پیدا کرده است و برعکس. همچنین براساس نتایج رگرسیون نقش مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان تأیید شده است. در دوره‌ی کووید-۱۹ در مورد رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان پژوهشی انجام نشده است؛ اما در پژوهش‌های قبل از کووید-۱۹(نوه و همکاران، ۲۰۱۶؛ سفری و بدری گرگری، ۱۳۹۴) رابطه‌ی مقابله‌ی مذهبی مثبت و منفی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان تأیید شده است که نتایج پژوهش حاضر می‌تواند نتایج آنان را مورد تأیید قرار دهد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که مقابله‌ی مذهبی مثبت به رابطه‌ی ایمن با نیروی متعالی و احساس پیوند معنوی با دیگران اشاره دارد (پارگامنت و همکاران، ۲۰۱۱)، از این‌رو اگر دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ رابطه‌ی ایمن با معبود حفظ شود و آنان احساس پیوند معنوی با دیگران و جهان بکنند، نه تنها موجب احساس امنیت

1. Al-Kumaim, Alhazmi, Mohammed, Gazem, Shabbir, & Fazea

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

خاطر در آنان می‌شود بلکه احتمالاً کاهش فرسودگی تحصیلی را در آنان در شرایط استرس‌زا از جمله کووید-۱۹ به دنبال دارد. اما اگر دانشجویان از مقابله‌ی مذهبی منفی استفاده کنند، ممکن است دچار تنش‌های مذهبی و معنوی شوند و با مقدسات و ارتباط با خود مشکل پیدا کنند(پارگامنت و همکاران، ۲۰۱۱)، از این رو ممکن است در آنان آثار روان‌شناختی منفی ایجاد شود و احتمالاً در آنان فرسودگی تحصیلی و بی‌علاقگی به تحصیل ایجاد خواهد شد. در تبیین دیگر می‌توان گفت که از دیدگاه شهید مطهری مذهب آثار روان‌شناختی مثبتی از جمله کاهش نگرانی و دلهره را به همراه دارد و موجب امنیت خاطر در افراد خواهد شد (مطهری، ۱۳۷۵)، بنابراین مقابله‌ی مذهبی موجب امنیت خاطر دانشجویان و کاهش نگرانی و دلهره در آنان در دوره‌ی کووید-۱۹ خواهد شد و به احتمال زیاد کاهش فرسودگی تحصیلی را در آنان به دنبال دارد.

نتایج همبستگی نشان داد که بین مقابله‌ی مسئله‌مدار و مقابله‌ی هیجان‌مدار با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی معنادار به دست آمد که برای مقابله‌ی مسئله‌مدار جهت رابطه منفی و برای مقابله‌ی هیجان‌مدار مثبت بوده است. همچنین براساس نتایج رگرسیون نقش مقابله‌ی هیجان‌مدار و مسئله‌مدار در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی تأیید شد. به این معنی که با افزایش میزان مقابله‌ی مسئله‌مدار میزان فرسودگی تحصیلی کاهش یافته است و برعکس و با افزایش میزان مقابله‌ی هیجان‌مدار میزان فرسودگی تحصیلی افزایش یافته است و برعکس. در مورد رابطه‌ی راهبردهای مقابله‌ای با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ پژوهشی صورت نگرفته است. اما می‌توان گفت که نتایج این پژوهش در راستای یافته‌های قبل از کووید-۱۹ است که رابطه‌ی راهبردهای مقابله‌ای(شیه، ۲۰۱۵؛ کیم و همکاران، ۲۰۱۷) به ویژه راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار(کیم و همکاران، ۲۰۱۷) را با خستگی تحصیلی در دانشجویان تأیید کرده‌اند.

راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار آن دسته از راهبردهایی هستند که در آن فرد وضعیت استرس‌زا را به صورت فعال مدیریت می‌کند و سعی می‌کند از طریق برنامه‌های عملی و راهکارهایی از جمله حمایت اجتماعی مثبت و ارزیابی مجدد موقعیت به کاهش استرس در خویش کمک کند(سوزا و همکاران، ۲۰۲۰)؛ از این‌رو، اگر دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ از این نوع راهبرد مقابله‌ای استفاده کنند، سعی می‌کنند با در اختیار گرفتن موقعیت استرس‌زای ناشی از کووید-۱۹ و استفاده از راهکارهای فعال به کاهش استرس در خویش کمک کنند و همین امر موجب کاهش استرس‌های تحصیلی و مشکلات تحصیلی از جمله فرسودگی تحصیلی در آنان می‌شود. به عبارت دیگر دانشجویان برخوردار از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار، هنگام موجهه با موقعیت‌های استرس‌زا سعی می‌کنند به صورت مثبت با استرس‌های تحصیلی دوره‌ی کووید-۱۹ از جمله برگزاری کلاس‌های آنلاین روبرو شوند و از این طریق به کاهش فرسودگی در خود کمک می‌کنند. اما راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار (مانند مصرف دخانیات و

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

اجتناب از موقعیت استرس‌زا) فرار از مسئله یا دوری از مدیریت استرس را به دنبال دارند (سوزا و همکاران، ۲۰۲۰) و اگر دانشجویان از این راهبردها استفاده کنند به صورت موقت با انجام یک فعالیت هیجانی مانند مصرف دخانیات از منبع استرس اجتناب می‌کنند و همین امر می‌تواند موجب مشکلات روان‌شناختی و تحصیلی در آنان در دوره‌ی کووید-۱۹ شود؛ زیرا آن‌ها نمی‌توانند به صورت مثبت شرایط استرس‌زای دوره‌ی کووید-۱۹ را کنترل کنند و همین امر به احتمال زیاد افزایش فرسودگی تحصیلی در آنان را به دنبال دارد.

نتایج همبستگی نشان داد که بین حمایت اجتماعی و ابعاد آن با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن رابطه‌ی منفی معنادار وجود دارد و براساس نتایج رگرسیون گام‌به‌گام تنها حمایت فرد مهم توانسته است فرسودگی تحصیلی دانشجویان را پیش‌بینی نماید. به این معنی که با افزایش نمره‌ی دانشجویان در حمایت اجتماعی و ابعاد آن میزان فرسودگی تحصیلی کاهش یافته است و برعکس. با توجه به عدم انجام پژوهش در زمینه‌ی رابطه‌ی حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹، این نتیجه در راستای یافته‌های قبلی است که رابطه‌ی حمایت اجتماعی با خستگی تحصیلی(ژانگ و همکاران، ۲۰۲۱) و خستگی هیجانی دانشجویان (چارونسوکمانگکول و فونگسونتورن، ۲۰۲۰) را در دوره‌ی کووید-۱۹ تأیید کردند. همچنین این نتیجه در راستای یافته‌های قبل از کووید-۱۹ است که رابطه‌ی حمایت اجتماعی را با فرسودگی تحصیلی(پورسید و همکاران، ۱۳۹۴؛ سحاقی و مریدی، ۱۳۹۴) تأیید کرده‌اند.

حمایت اجتماعی از طرف خانواده، دوستان و افراد مهم در دوره‌ی کووید-۱۹ موجب می‌شود که دانشجویان در مواقع برخورد با مشکلات روان‌شناختی و تحصیلی از حمایت اجتماعی اطرافیان بهره‌مند شوند و همین امر می‌تواند کاهش مشکلات تحصیلی از جمله فرسودگی تحصیلی را در آنان به دنبال داشته باشد. به عبارت دیگر، می‌توان گفت که اگر دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ نمرات بالاتری در حمایت اجتماعی (خانواده، دوستان و افراد مهم) به دست بیاورند، هنگام مواجهه با مشکلات تحصیلی سعی می‌کنند با کمک گرفتن از دوستان و خانواده و همچنین افراد مهم زندگی از جمله اساتید به حل مشکلات تحصیلی در خویش کمک کنند که این امر می‌تواند کاهش فرسودگی و خستگی تحصیلی را در آنان در دوره‌ی کووید-۱۹ به دنبال داشته باشد. در تبیین دیگر می‌توان گفت که اگر دانشجویان با یک مشکل تحصیلی که برای وی در دوره‌ی کووید-۱۹ مواجه شوند و نتوانند به تنهایی از پس آن مشکل بر بیایند، به احتمال زیاد سعی می‌کنند از خانواده، دوستان و به ویژه دیگر افراد مهم در زندگی (از جمله اساتید) کمک بگیرند و ممکن است آنان با دادن اطلاعات درست در مورد آن مسئله‌ی تحصیلی به دانشجویان کمک کنند و به احتمال زیاد همین امر می‌تواند به کاهش مشکلات تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در وی منجر شود.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش عدم انجام مصاحبه به دلیل مشکلات بهداشتی

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

ناشی از کووید-۱۹ برای بررسی دقیق فرسودگی تحصیلی در دانشجویانی بود که بر اساس پرسشنامه‌ی فرسودگی تحصیلی تشخیص فرسودگی تحصیلی دریافت کردند. براین اساس به پژوهش‌های بعدی پیشنهاد می‌شود که از مصاحبه برای بررسی دقیق شیوع فرسودگی تحصیلی در دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ و بیماری‌های همه‌گیر استفاده کنند. عدم امکان تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت حضوری محدودیت دیگر این پژوهش بود که این امر موجب تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت مجازی شد. به پژوهشگران بعدی پیشنهاد می‌شود که در صورت انجام چنین پژوهشی با رعایت کامل پروتکل‌های بهداشتی سعی کنند پرسشنامه‌ها را به صورات انفرادی و حضوری در بین دانشجویان توزیع کنند. نتایج پژوهش حاکی از رابطه‌ی بین مقابله‌ی مذهبی، راهبردهای مقابله‌ای و ادراک حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ بود؛ براین اساس به درمانگران مشغول به خدمات مشاوره در مراکز مشاوره‌ی دانشجویی پیشنهاد می‌شود که برای کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان در دوره‌ی کووید-۱۹ چه به صورت حضوری و چه به صورت آنلاین از راهکارهای روان‌شناختی مبتنی بر معنویت و مذهب و مبتنی بر راهبردهای مقابله‌ای مثبت استفاده کنند. همچنین تقویت منابع حمایت اجتماعی در دانشجویان مورد توجه قرار بگیرد و از طریق کارگاه‌های آموزشی به دانشجویان آموزش داده شود که حمایت اجتماعی را در خود تقویت کنند

منابع

۱. پورسید، سیدمهدی.، متولی، محمدم.؛ سعود، پورسید، سیدرضا.، و براهیمی، زهرا. (۱۳۹۴). رابطه استرس ادراک‌شده، کمال‌گرایی و حمایت اجتماعی با فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی دانشجویان. دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی. ۸ (۳)، ۱۸۷-۱۹۴.

۲. حسینی، سعیده السادات.، و آریاپوران، سعید. (۱۳۹۳). استرس آسیب‌زای ثانویه در پرستاران: نقش سبک های مقابله ای هیجان‌مدار و مساله‌مدار. مجله توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی، ۱۱(۲)، ۹۴-۸۶.

۳. خزائی، طاهره.، توکلی، محمودرضا.، جابری‌درمیان، ماندانا.، و یعقوبی‌پور، میترا. (۱۳۹۴). فرسودگی تحصیلی و ارتباط آن با سالمت روان در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. دوفصلنامه‌ی آموزش پزشکی، ۳(۲)، ۵۱-۴۶.

۴. سحاقی، حکیم.، و مریدی، ژاله. (۱۳۹۴). رابطه حمایت اجتماعی و یادگیری خودتنظیمی با فرسودگی تحصیلی در دانشجویان جندیشاپور اهواز. مجله راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی، ۲(۲)، ۵۳-۴۵.

۵. سفری، شیرین.، و بدری گرگری، رحیم. (۱۳۹۴). بررسی رابطه اسنادهای علی و مقابله مذهبی با فرسودگی تحصیلیدانشجویان ارشد دانشگاه آزاد واحد تبریز. دومین کنفرانس بین المللی روانشناسی،علوم تربیتی و سبک زندگی در سال ۱۳۹۴.

۶. صدوقی، مجید.، و حسام‌پور، ناصر. (۱۳۹۶). رابطه اضطراب، افسردگی و حمایت اجتماعی ادراک

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

شده با کیفیت زندگی بیماران همودیالیزی. مجله بالینی پرستاری و مامایی، ۶(۳): ۷۱-۵۶.
۷. قدم پور، عزت اله.، فرهادی، علی.، و ، نقی بیرانوند، فاطمه. (۱۳۹۵). تعیین رابطه بین فرسودگی تحصیلی با اشتیاق و عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان. پژوهش در آموزش علوم پزشکی. ۸ (۲) :۶۸-۶۰.
۸. مطهری، مرتضی .(۱۳۷۵). جهان‌بینی الهی و مادی، مجموعه آثار، ج سوم، تهران: انتشارات صدرا.
۹. نعامی، عبداالزهرا. (۱۳۸۸). رابطه بین کیفیت تجارب یادگیری با فرسودگی تحصیلی دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران اهواز. مطالعات روان شناختی، ۵(۳): ۱۳۴-۱۱۷.

1. Abravani, P., & Gharibzadeh, S. (2020). Coping Strategies During COVID-19 Outbreak in Islamic Republic of Iran. Journal of Experimental and Clinical Neurosciences, 7(2), 1-5.
2. Aguayo, R., Cañadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Ramírez-Baena, L., & Ortega-Campos, E. (2019). A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. International journal of environmental research and public health, 16(5), 707.
3. Al-Kumaim, N. H., Alhazmi, A. K., Mohammed, F., Gazem, N. A., Shabbir, M. S., & Fazea, Y. (2021). Exploring the impact of the COVID-19 pandemic on university students' learning life: An integrated conceptual motivational model for sustainable and healthy online learning. Sustainability, 13(5), 2546.
4. Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self-efficacy dan academic burnout pada mahasiswa. Humanitas, Jurnal Psikologi, 1(2), 81-102.
5. Bresó, E., Salanova, M., & Schaufeli, W. B. (2007). In search of the "third dimension" of burnout: Efficacy or inefficacy? Applied psychology, 56(3), 460-478.
6. Charoensukmongkol, P., & Phungsoonthorn, T. (2020). The Interaction Effect of Crisis Communication and Social Support on The Emotional Exhaustion of University Employees during the COVID-19 Crisis. International Journal of Business Communication, 2329488420953188.
7. Chen, N., Zhou, M., Dong, X., Qu, J., Gong, F., Han, Y., .. & Zhang, L. (2020). Epidemiological and clinical characteristics of 99 cases of 2019 novel coronavirus pneumonia in Wuhan, China: a descriptive study. The lancet, 395(10223), 507-513.
8. Elghazally, S. A., Alkarn, A. F., Elkhayat, H., Ibrahim, A. K., & Elkhayat, M. R. (2021). Burnout Impact of COVID-19 Pandemic on Health-Care Professionals at Assiut University Hospitals, 2020. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(10), 5368.
9. El-Monshed, A. H., El-Adl, A. A., Ali, A. S., & Loutfy, A. (2022). University students under lockdown, the psychosocial effects and coping strategies during COVID-19 pandemic: A cross sectional study in Egypt. Journal of American College Health, 70(3),679-690.

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

10. Fernández-Castillo, A. (2021). State-Anxiety and Academic Burnout Regarding University Access Selective Examinations in Spain During and After the COVID-19 Lockdown. Frontiers in Psychology, 12, 621863.
11. Holzer, J., Lüftenegger, M., Korlat, S., Pelikan, E., Salmela-Aro, K., Spiel, C., & Schober, B. (2021). Higher education in times of COVID-19: University students' basic need satisfaction, self-regulated learning, and well-being. Aera Open, 7, 23328584211003164.
12. Hou, T., Zhang, T., Cai, W., Song, X., Chen, A., Deng, G., & Ni, C. (2020). Social support and mental health among health care workers during Coronavirus Disease 2019 outbreak: A moderated mediation model. Plos one, 15(5), e0233831.
13. Ju, C., Lan, J., Li, Y., Feng, W., & You, X. (2015). The mediating role of workplace social support on the relationship between trait emotional intelligence and teacher burnout. Teaching and teacher education, 51, 58-67.
14. Khodayarifard, M., Mansouri, A., Besharat, M. A., & Lavasani, M. G. (2019). The standardization of spiritual coping questionnaire in student population. Journal of Fundamentals of Mental Health, 21(4), 245-252.
15. Kim, B., Kim, E., & Lee, S. M. (2017). Examining longitudinal relationship among effort reward imbalance, coping strategies and academic burnout in Korean middle school students. School Psychology International, 38(6), 628-646.
16. Kim, Y. (2016). Music therapists' job demands, job autonomy, social support, and their relationship with burnout and turnover intention. The Arts in Psychotherapy, 51, 17-23.
17. Krägeloh, C. U., Chai, P. P. M., Shepherd, D., & Billington, R. (2012). How religious coping is used relative to other coping strategies depends on the individual's level of religiosity and spirituality. Journal of religion and health, 51(4), 1137-1151.
18. Li, J., Han, X., Wang, W., Sun, G., & Cheng, Z. (2018). How social support influences university students' academic achievement and emotional exhaustion: The mediating role of self-esteem. Learning and Individual Differences, 61, 120-126.
19. Lian P, Sun Y, Ji Z, Li H, Peng J (2014) Moving Away from Exhaustion: How Core Self-Evaluations Influence Academic Burnout. PLoS ONE, 9(1): e87152.
20. Long, N. X., Ngoc, N. B., Phung, T. T., Linh, D. T. D., Anh, T. N., Hung, N. V., .. & Van Minh, H. (2021). Coping strategies and social support among caregivers of patients with cancer: a cross-sectional study in Vietnam. AIMS Public Health, 8(1), 1-14.
21. Lou, N. M., Montreuil, T., Feldman, L. S., Fried, G. M., Lavoie-Tremblay, M., Bhanji, F., .. & Harley, J. M. (2022). Nurses' and Physicians' Distress, Burnout, and Coping Strategies During COVID-19: Stress and Impact on Perceived Performance and Intentions to Quit. Journal of Continuing Education in the Health Professions, 42(1):e44-e52
22. Mahamid, F. A., & Bdier, D. (2021). The association between positive religious coping, perceived stress, and depressive symptoms during the spread of coronavirus (covid-19) among a sample of adults in palestine: Across sectional study. Journal of religion and health, 60(1), 34-49.

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

23. Mesidor, J. K., & Sly, K. F. (2019). Religious coping, general coping strategies, perceived social support, PTSD symptoms, resilience, and posttraumatic growth among survivors of the 2010 earthquake in Haiti. Mental Health, Religion & Culture, 22(2), 130-143.
24. Mfilb, A., Murad, N. S., Teoh, S. H., & Mohamad, M. A. (2020). Quality of Life of University Students During The COVID-19 Pandemic: Age, History of Medical Illness, Religious Coping, COVID-19 Related Stressors, Psychological Factors and Social Support Were Predictive of Quality of Life. Europe PMC, 2. file:///C:/Users/MB/Downloads/Quality_of_life_of_university_students_during_the_.pdf
25. Mohammadzadeh, A., & Najafi, M. (2016). Factor analysis and validation of the Brief Religious Coping Scale (Brief-RCOPE) in Iranian university students. Mental Health, Religion & Culture, 19(8), 911-919.
26. Noh, H., Chang, E., Jang, Y., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2016). Suppressor effects of positive and negative religious coping on academic burnout among Korean middle school students. Journal of religion and health, 55(1), 135-146.
27. Orozco, V. (2007). Ethnic Identity, Perceived Social Support, Coping Strategies, University Environment, Cultural Congruity, and Resilience of Latina/o College Students. Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Doctor of Philosophy in the Graduate School of The Ohio State University. The Ohio State University.
28. Oyoo, S., Mwaura, P., Kinai, T., & Mutua, J. (2020). Academic Burnout and Academic Achievement among Secondary School Students in Kenya. Education Research International, 2020. https://doi.org/10.1155/2020/5347828
29. Pan, K. Y., Kok, A. A., Eikelenboom, M., Horsfall, M., Jörg, F., Luteijn, R. A., .. & Penninx, B. W. (2021). The mental health impact of the COVID-19 pandemic on people with and without depressive, anxiety, or obsessive-compulsive disorders: a longitudinal study of three Dutch case-control cohorts. The Lancet Psychiatry, 8(2), 121-129.
30. Pargament, K., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. Religions, 2(1), 51-76.
31. Patias, N. D., Von Hohendorff, J., Cozzer, A. J., Flores, P. A., & Scorsolini-Comin, F. (2021). Mental health and coping strategies in undergraduate and graduate students during COVID-19 pandemic. Trends in Psychology, 29, 414–433.
32. Rahmati, Z. (2015). The study of academic burnout in students with high and low level of self-efficacy. Procedia-Social and Behavioral Sciences, 171, 49-55.
33. Rezapur-Shahkolai, F., Taheri-Kharameh, Z., Moeini, B., & Khoshravesh, S. (2017). Religious coping and resilience among students of medical sciencesForouzan Rezapur Shahkolai. European Journal of Public Health, 27(suppl_3).
34. Rodríguez-García, A. M., Sola-Martínez, T., & Fernández-Cruz, M. (2017). Impacto del Burnout en el desarrollo profesional del profesorado universitario. Una revisión de la investigación. Revista electrónica Interuniversitaria de formación del profesorado, 20(3), 161-178.

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

35. Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. Journal of cross-cultural psychology, 33(5), 464-481.
36. Shih, S. S. (2015). The relationships among Taiwanese adolescents' perceived classroom environment, academic coping, and burnout. School Psychology Quarterly, 30(2), 307-320.
37. Sousa, A. R. D., Santana, T. D. S., Moreira, W. C., Sousa, Á. F. L. D., Carvalho, E. S. D. S., & Craveiro, I. (2020). Emotions and coping strategies of men to the covid-19 pandemic in brazil. Texto & Contexto-Enfermagem, 29.
38. Taquet, M., Luciano, S., Geddes, J. R., & Harrison, P. J. (2021). Bidirectional associations between COVID-19 and psychiatric disorder: retrospective cohort studies of 62 354 COVID-19 cases in the USA. The Lancet Psychiatry, 8(2), 130-140.
39. Thomas, J., & Barbato, M. (2020). Positive religious coping and mental health among Christians and Muslims in response to the COVID-19 pandemic. Religions, 11(10), 498.
40. Tinajero, C., Martínez-López, Z., Rodríguez, M. S., & Páramo, M. F. (2020). Perceived social support as a predictor of academic success in Spanish university students. Anales De Psicología/Annals of Psychology, 36(1), 134-142.
41. UNESCO . (2020a). COVID-19 impact on education. https://en.unesco.org/covid19/educationresponse
42. World Health Organization. (2023). WHO Coronavirus Disease COVID-19 Dashboard. https://covid19.who.int/.
43. Zhang, J. Y., Shu, T., Xiang, M., & Feng, Z. C. (2021). Learning Burnout: Evaluating the Role of Social Support in Medical Students. Frontiers in Psychology, 12, 277.
44. Zhang, Y., Wang, C., Pan, W., Zheng, J., Gao, J., Huang, X., .. & Zhu, C. (2020). Stress, burnout, and coping strategies of frontline nurses during the COVID-19 epidemic in Wuhan and Shanghai, China. Frontiers in psychiatry, 11, 1154.
45. Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. Journal of Personality Assessment, 52(1), 30-41.

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]

The Relationship between Religious Coping, Coping Strategies, and Social Support with Student Academic Burnout in the COVID-19 Outbreak

Introduction: COVID-19 has created academic challenges for students. The aim of the present study was to investigate the relationship between religious coping, coping strategies, and social support with student academic burnout in the COVID-19 outbreak.

Method: he research method was descriptive-correlation. The statistical population of this study consisted of all undergraduate students of Malayer University, from which 331 students were selected by convenience sampling method. The Academic Burnout, Short form of Religious Coping, Coping with Stress and Multidimensional Social Support Scales were used to collect the data. Data were analyzed using Pearson correlation and stepwise regression.

Results: The results showed that 34.74% of students had academic burnout. There was a significant relationship between religious coping (positive and negative), coping strategies (problem-centered and emotion- centered) and social support (family, friends, significant other) with academic burnout. Based on the results of stepwise regression, positive religious coping, support from significant other, emotional coping strategies, negative religious coping, and problem-centered coping had a significant negative role in predicting students' burnout, respectively.

Conclusion: Based on the findings, it is suggested to pay attention to psychological strategies such as religion-based strategies, coping strategies and strengthening social support to reduce students' academic burnout.

Keywords: academic burnout, coping strategies, COVID-19, religious coping, social support

دوره ۲
شماره ۱
سال ۱۴۰۲

[Downloaded from swasw.socialwork.ir on 2026-11-17]