CJHaA
Caspian Journal of Health and Aging
Fateme Zahra Nursing and Midwifery School of Ramsar
e-ISSN: 2645-5749
p-ISSN: 2588-3763
مجله سلامت و سالمندی خزر
دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر
دانشگاه علوم پزشکی بابل

The Relationship between Academic Procrastination and Academic Burnout Among Nursing Students at Ramsar Nursing Faculty

Abbas Shamsalinia(PhD)[1,2], Sajedeh Shamsalinia(MD)[3], Marziyeh Useframaki (Msc),[4] Soodabeh Einipour (Msc) [2], Nushinkohan(PhD)*[5], Soleiman.Ahmadi(PhD) [6]

1. Department of Medical Education and Depatment of e-learning in medical education.Smart University of Medical Sciences ، Tehran, I.R.Iran
2. Nursing Care Research Center, Health Research Institute, Babol University of Medical Sciences, Babol, I.R.Iran
3. Ramsar, Health and Treatment Network, Comprehensive Health Center No. 2, Mazandaran, I.R.Iran
4. Imam Sajjad hospital, MazandaranUniversity of Medical Sciences,Mazandaran, I.R.Iran
5. Department of Medical Education and Depatment of e-learning in medical education.Smart University of Medical Sciences ، Tehran, I.R.Iran
6. Department of Medical Education, School of Medical Education and Learning Technology, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, I.R.Iran

Corresponding Author: N.kohan (PhD)
Address: Department of Medical Education and Depatment of e-learning in medical education.Smart University of Medical Sciences ،Tehran, Iran.
Tel: +98 (11) 32199592. **E-mail:** Nu.kohan@gmail.com

Article Info

Article Type:
Research Article

Received:
Dec 29th 2024

Revised:
Feb 18th 2025

Accepted:
Feb 21th 2025

Published online:
Mar 16th 2025

ABSTRACT

Background and Objective: Academic procrastination, as a debilitating factor, is associated with anxiety, low self-esteem and academic burnout. The aim of this study was to determine the extent of academic procrastination and academic burnout among students at Ramsar Nursing Faculty.

Methods: In this descriptive-correlational study, 250 nursing students were studied using a census sampling method. Data were collected through the Maslach and Jackson Academic Burnout Questionnaire (1981) and the Solomon and Rothblum Academic Procrastination Scale (PASS, 1984 - Student Version). The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and regression with SPSS 16.

Findings: The results indicated that the students had a moderate level of academic procrastination (82.86 ± 14.35) and academic burnout (41.20 ± 13.97). A significant positive correlation was found between academic procrastination and academic burnout (r=0.556, P<0.001). Additionally, academic procrastination and burnout showed significant relationships with demographic variables.

Conclusion: Based on the findings, academic procrastination among nursing students was at a moderate level. Given the significant impact of academic procrastination on various aspects of education and students' future careers, it is critical for faculty and academic advisors to address this issue. Identifying the causes and implementing appropriate strategies to reduce this behavior—such as organizing workshops on time management, stress management techniques, and ways to increase academic motivation—can be effective in minimizing academic procrastination among students.

Keywords: *Procrastination, Academic, Burnout, Students, Nursing*

Cite this article: Shamsalinia A, Shamsalinia S, Useframaki M, Einipour S, kohan N, Ahmadi S. The Relationship between Academic Procrastination and Academic Burnout Among Nursing Students at Ramsar Nursing Faculty. *Caspian Journal of Health and Aging*. 2024; 9 (2): 22-36. DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2

Copyright© 2025 The Authors, published by Babol University of Medical Sciences. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/.) Noncommercial uses of the work are permitted, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

CJHaA
Caspian Journal of Health and Aging
Fateme Zahra Nursing and Midwifery School of Ramsar
e-ISSN: 2645-5749
p-ISSN: 2588-3763
مجله سلامت و سالمندی خزر
دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر
دانشگاه علوم پزشکی بابل

بررسی رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر

عباس شمسعلی‌نیا(PhD) [۱]، ساجده شمسعلی‌نیا(MD) [۳]، مرضیه یوسف‌رمکی(Msc) [۴]، سودابه عینی پور (Msc) [۲]، نوشین کهن(PhD) * [۵]، سلیمان احمدی(PhD, MD) [۶]

۱. گروه آموزش پزشکی و گروه یادگیری الکترونیکی در علوم پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی هوشمند، تهران، ایران
۲. مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی بابل، بابل، ایران
۳. شبکه بهداشت و درمان رامسر، مرکز جامع سلامت شماره ۲، مازندران، ایران
۴. بیمارستان امام سجاد (ع) رامسر، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ایران
۵. گروه آموزش، پزشکی، دانشکده آموزش پزشکی و فناوری‌های یادگیری، دانشگاه علوم پزشکی شهید. بهشتی، تهران، ایران
۶. گروه آموزش، پزشکی، دانشکده آموزش پزشکی و فناوری‌های یادگیری، دانشگاه علوم پزشکی شهید. بهشتی، تهران، ایران

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:
مقاله پژوهشی

دریافت:
۱۴۰۳/۱۰/۹

اصلاح:
۱۴۰۳/۱۱/۳۰

پذیرش:
۱۴۰۳/۱۲/۳

انتشار:
۱۴۰۳/۱۲/۲۶

چکیده

سابقه و هدف: اهمال‌کاری تحصیلی به‌عنوان یک عامل ناتوان‌کننده با اضطراب، عزت‌نفس پایین و فرسودگی تحصیلی همراه است. این مطالعه باهدف تعیین اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر انجام شد.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی – همبستگی است. در این مطالعه ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشکده پرستاری که به روش سرشماری انتخاب شدند مورد بررسی قرار گرفتند. داده‌ها از طریق دو پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی Maslach و Jackson (۱۹۸۱) و اهمال‌کاری تحصیلی Solomon و Rothblum (۱۹۸۴)، نسخه دانشجو (*PASS*) جمع‌آوری گردید. داده‌ها از طریق ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون با استفاده از نرم‌افزار *SPSS* نسخه ۱۶ تجزیه‌وتحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج حاکی از وجود اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان با میانگین نمره (۱۴/۳۵ ± ۸۲/۸۶) و فرسودگی تحصیلی دانشجویان با میانگین نمره (۱۳/۹۷ ± ۴۱/۲۰) در سطح متوسط بود. بین اهمال‌کاری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی ($P<۰/۰۰۱$، $r=۰/۵۵۶$) رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت. میزان اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی با متغیرهای جمعیت‌شناسی رابطه معنی‌داری داشت.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های پژوهش، اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانشجویان دانشکده در حد متوسط می‌باشد. باتوجه به نقش مهم اهمال‌کاری تحصیلی برجنبه های مختلف آموزشی و آینده شغلی دانشجویان توجه به این امر برای اساتید، مشاوران تحصیلی ضروری می‌باشد و بررسی علل و راهکارهای مناسب جهت کاهش این رفتار و همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی در خصوص مدیریت زمان، راه‌های مقابله با استرس و افزایش انگیزه تحصیلی می‌تواند در کاهش اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان مؤثر باشد.

واژه‌های کلیدی: اهمال‌کاری، تحصیلی، فرسودگی، دانشجویان، پرستاری

استناد: عباس شمسعلی‌نیا، ساجده شمسعلی‌نیا، مرضیه یوسف‌رمکی، سودابه عینی پور ، نوشین کهن، سلیمان احمدی. بررسی رابطه بین اهمال‌کاری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر. مجله سلامت و سالمندی خزر، ۱۴۰۳؛ ۹ (۲): ۳۶-۲۲.

▣ این مقاله مستخرج از طرح تحقیقاتی با کد اخلاق IR.VUMS.REC.1399.016 دانشگاه علوم پزشکی بابل می باشد.

* مسئول مقاله: دکتر نوشین کهن

آدرس: دانشکده آموزش پزشکی و فناوری‌های یادگیری، دانشگاه علوم پزشکی شهید. بهشتی، تهران، ایران تلفن: ۵۵۲۲۵۱۵۱(۱۱)۹۸+ رایانامه:Nu.kohan@gmail.com

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

سابقه و هدف

فرسودگی تحصیلی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل در اختلال سلامت روان در بین دانشجویان و بار سنگینی بر پیشرفت تحصیلی آن‌ها محسوب می‌شود. از جمله علائم این اختلال بی‌تفاوتی نسبت به مطالعه دروس، احساس خستگی و بی‌کفایتی است(۳) .اگرچه فراگیران به‌عنوان کارمند در محیط‌های آموزشی کار نمی‌کنند، اما از نظر روان‌شناسی، فعالیت‌های یادگیری و یادگیری آن‌ها می‌تواند به‌عنوان یک وظیفه در نظر گرفته شود (۴). فرسودگی تحصیلی به‌عنوان احساس خستگی ناشی از خواسته‌ها و الزامات مطالعه، داشتن یک احساس بدبینانه و بدون علاقه به محتوای دوره و همچنین احساس عدم رشد فردی ضعیف در برنامه درسی و آموزش تعریف می‌شود (۵) . فرسودگی تحصیلی یکی از مواردی است که سیستم آموزشی را در همه سطوح تحت تأثیر قرار می‌دهد و منجر به هدر رفتن نیروی انسانی و افزایش هزینه‌ها می‌شود. علاوه بر اثرات منفی که در طول تحصیل رخ می‌دهد، خستگی همچنین اثرات طولانی‌مدت دیگری نیز به همراه دارد (۶).

دانشجویانی که در حین تحصیل خسته شده‌اند، در آینده مسئولیت‌های شغلی کمتری را بر عهده می‌گیرند، کمتر از نتایج تحقیقاتی که در زمینه شغل انجام شده استفاده می‌کنند و پس از استخدام شغل خود را ترک می‌کنند (۷). یکی از عواملی که با فرسودگی تحصیلی می‌تواند ارتباط داشته باشد اهمال‌کاری تحصیلی است. اهمال‌کاری تحصیلی تمایل غالب و همیشگی فراگیران برای به تعویق انداختن فعالیت‌های تحصیلی تعریف می‌شود که تقریباً همیشه با اضطراب توأم است.(۸) نمونه بارز آن به تعویق انداختن مطالعه درس‌ها تا شب امتحان و شتاب ناشی از آن است که گریبان گیر دانشجو می‌شود (۹)

اهمال‌کاری باعث می‌شود دانشجویان دانشگاه کار علمی خود را به تعویق بیندازند و خود را معذور می‌دانند و مسئولیت‌های تحصیلی خود را در کل دوره تحصیل نادیده می‌گیرند. آن‌ها در تهیه و ارسال تکالیف خود و ارائه، تکمیل پروژه‌ها، حتی آماده شدن برای امتحانات تأخیر دارند (۱۰). عبارت اهمال‌کاری تحصیلی معمولاً برای نشان دادن تأخیر در فعالیت‌های دانشگاهی استفاده می‌شود که امکان دارد عمدی، اتفاقی و یا عادی باشد اما به‌طور قابل‌توجهی بر یادگیری و موفقیت دانشجویان دانشگاه تأثیر می‌گذارد و عملکرد دانشجویان را کاهش می‌دهد و آن‌ها بی‌دقت، تنبل، منفعل و از نظر علمی راکد و غیرمسئول هستند (۱۱).

اهمال‌کاری یک تمایل به نظر می‌رسد، نگرش یا ویژگی رفتاری آن را به‌عنوان وضعیت بلاتکلیف، فاقد قدرت اراده و نشاط برای انجام کار توصیف شده است. دانشجویان قادر به انجام کار درست در زمان مناسب نیستند و آن را برای مدتی دیگر ترک می‌کنند که ممکن است منجر به عدم موفقیت و وضعیت آشفتگی عاطفی در آنان شود، لذا بر ویژگی‌های شخصیتی دانشجویان و یادگیری آن‌ها تأثیر می‌گذارد (۱۲).

Steel (۲۰۱۸) اشاره کرد که اهمال‌کاری تحصیلی در خودکارآمدی، حواس‌پرتی، تکانشگری، کنترل خود و رفتار سازمانی دانشجویان تأثیر می‌گذارد، این باعث می‌شود دانشجویان تنبل و منفعل باشند و تمایل به تأخیر در آن‌ها ایجاد می‌کنند یا در ابتکار عمل دچار تردید می‌شوند یا از شروع کار یا تکلیف ترس دارند (۱۳). به نظر می‌رسد عوامل مختلفی مانند عدم تعهد، عدم راهنمایی و تشویق، مهارت‌های نامناسب مدیریت زمان، استرس عاطفی، مشکلات اجتماعی، اعتمادبه‌نفس بیش از حد و بیماری باعث به تعویق انداختن فعالیت‌ها توسط دانشجویان می‌شوند (۱۴). اهمال‌کاری تحصیلی در سطح بالا باعث می‌شود دانشجویان نتوانند آن‌ها را تنظیم و سازمان‌دهی کنند تا به اهداف علمی خود برسند و باعث افسردگی، اضطراب و استرس شوند، اثرات روان‌شناختی اهمال‌کاری شامل بی‌ثباتی عاطفی و استرس ذهنی است (۱۵).

یافته‌های مطالعه Vargas (۲۰۱۷) نشان داد که ۷۰ تا ۹۵ درصد دانشجویان گاه‌گاهی و ۲۰ تا ۴۰ درصد به‌طور دائم دچار اهمال‌کاری تحصیلی بودند (۱۶). یافته‌های مطالعه هاشمی پور و همکاران (۱۳۹۹) در ایران روی ۳۰۳ دانشجو نشان داد که میانگین اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان ۶۸/۳۴ بود (۱۷) بین اهمال‌کاری تحصیلی و نمرات دانشجو، میزان یادگیری و رضایت از زندگی ارتباط وجود دارد(۱۸).

بنابراین، در صورت فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری تحصیلی، توانمندسازی می‌تواند اقدامی مؤثر در دستیابی به اهداف آموزش عالی باشد، علاوه بر این، به ویژه در دانشجویان پرستاری در طول فعالیت‌های بالینی، فرسودگی تحصیلی باعث استرس در این دوره‌ها شود(۱۸) مطالعات نشان داده است دانشجویانی که از فرسودگی تحصیلی رنج می‌برند پس از ورود به محیط بالینی و حتی زمانی که شاغل هستند عملکرد خوبی ندارند (۶). از آنجا که اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی پدیده شایعی در میان دانشجویان هستند با این حال کمتر مورد توجه محققین و نظام‌های

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

آموزشی بوده است. انجام مطالعه در این زمینه به واضح‌سازی وضعیت موجود دانشجویان از نظر دو متغیر مهم و تأثیرگذار در سلامت روان دانشجویان کمک خواهد کرد. ازاین‌رو، با توجه به اهمیت عملکرد دانشجویان پرستاری در بیمارستان‌ها و شرایط فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری، تحقیق حاضر با هدف بررسی رابطه بین فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر صورت گرفته است.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع توصیفی–همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر که در سال تحصیلی ۱۴۰۰–۱۴۰۱ مشغول به تحصیل بودند. نمونه آماری این پژوهش، ۲۵۰ نفر از دانشجوهای رشته پرستاری و بهداشت عمومی دانشکده پرستاری رامسر بودند که به روش سرشماری انتخاب شدند. ابزار مطالعه شامل پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلج و جکسون و مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راثبلوم – نسخه دانشجو (PASS) بوده است.

پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلج و جکسون در کل ۱۵ سؤال دارد و شامل سه خرده مقیاس است. خستگی عاطفی با ۵ سؤال. شک و بدبینی از طریق ۴ سؤال، خودکارآمدی تحصیلی با ۶ سؤال اندازه‌گیری می‌شود. همه سؤال‌ها در یک پیوستار ۷ درجه‌ای از هرگز (۰) تا همیشه (۶) نمره‌گذاری می‌شوند. نمره‌های بالا در خستگی عاطفی و شک و بدبینی و نمره‌های پایین در خودکارآمدی نشان دهندهٔ فرسودگی تحصیلی‌اند که البته، خودکارآمدی به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. Carlotto (۲۰۰۶) طی پژوهش روایی و پایایی این پرسشنامه را در بین دانشجویان برزیلی بررسی کرده و پایایی آن را برای خرده مقیاس خستگی عاطفی ۰/۸۱، شک و بدبینی ۰/۵۹ و برای مقیاس خودکارآمدی ۰/۷۴ گزارش شده است.

در ایران در مطالعه رستمی و عابدی (۲۰۱۱) پرسشنامهٔ فرسودگی تحصیلی میلش و جکسون با ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های خستگی عاطفی برابر ۸۸ / ۰، شک و تردید برابر ۹۰ / ۰ و خودکارآمدی برابر ۸۴ / ۰ به دست آمده که نشان از روایی مناسب این ابزار دارد. همچنین، پایایی به روش بازآزمایی پس از یک ماه برای خرده مقیاس‌های خستگی عاطفی، شک و بدبینی و خودکارآمدی تحصیلی به ترتیب با ضرایب ۸۹ / ۰، ۸۴ / ۰ و ۶۷ / ۰ به دست آمده است. در پژوهش رستمی و همکاران (۱۳۹۰) روایی و پایایی این پرسشنامه با ضرایب آلفای کرونباخ در ابعاد مختلف معادل ۰/۸۹ تا ۰/۶۷ مورد تائید قرارگرفته است.

پرسش‌نامه دیگر مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و راثبلوم – نسخه دانشجو (PASS) بود که توسط سولومون و راثبلوم (۱۹۸۴) برای بررسی اهمال‌کاری تحصیلی، در سه حوزه آماده کردن تکالیف، آماده شدن برای امتحان و تهیه گزارش نیمسالی یا ارائه مقالات، ساخته شده و شامل ۲۷ گویه است. در مقابل هر گویه، طیف پنج گزینه‌ای، به‌صورت هرگز (۱)، به ندرت (۲)، گهگاهی (۳)، اکثر اوقات (۴) و همیشه (۵) قرار دارد. این پرسشنامه توسط جوکار و دلاور پور (۱۳۸۶) به فارسی ترجمه شد. جوکار و دلاورپور (۱۳۸۶) به‌منظور تعیین روایی مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی از روش تحلیل عاملی و همبستگی گویه با نمره کل استفاده کرده‌اند. در بررسی مقدماتی برای انجام تحلیل عاملی، مقدار KMO برابر ۰/۸۸ و همبستگی گویه‌ها با نمره کل آزمون در سطحی مطلوب و معنادار گزارش شده است (۱۹). همچنین روایی این مقیاس را در بعد آمادگی برای امتحان ۰/۸۵، بعد آمادگی برای تکلیف ۰/۸۶ و آمادگی برای تکالیف پایان ترم ۰/۸۹ گزارش داده است. در پژوهش مهدیون وکیانی (۲۰۱۷) پایایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۵ محاسبه شد (۲۰).

به منظور جمع‌آوری داده‌ها پرسشنامه تهیه شده برای این تحقیق به‌صورت مجازی و با استفاده از نرم‌افزار پرس آنلاین در اختیار دانشجویان پرستاری و بهداشت عمومی دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) قرار گرفت و از دانشجویان خواسته شد که در پر کردن آن‌ها همکاری نمایند معیارهای ورود پژوهش شامل دانشجویان پرستاری و بهداشت عمومی دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) که در سال ۱۴۰۰–۱۴۰۱ در دانشگاه مشغول به تحصیل است و معیارهای خروج، شامل تمایل نداشتن شرکت‌کننده‌ها به ادامه همکاری در هر مرحله از پژوهش بود. برای انجام پژوهش از کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی مجازی مجوزی گرفته شد و از شرکت‌کنندگان از طریق مجازی رضایت‌نامه کتبی دریافت شد.

از روش‌های آماری در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد که در سطح آمار توصیفی از نمودار، میانگین و انحراف استاندارد و در سطح آمار استنباطی از آزمون تی تک نمونه‌ای و ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد، کلیه عملیات آماری به‌وسیله نرم‌افزار SPSS ۱۶ در سطح معنی‌داری P<۰/۰۵ انجام شد.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

یافته‌ها

مشخصات جمعیت‌شناختی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر در جدول ۴-۱ ارائه شده است. تعداد ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر با میانگین سنی ۳/۹۹±۲۱/۸۴ سال در طیف سنی ۱۸ تا ۴۱ سال مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

جدول ۱. مشخصات جمعیت‌شناختی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر (n=۲۵۰)

مشخصات جمعیت‌شناختی دانشجویان		تعداد (٪)
جنس	زن	۱۶۰(۶۴)
	مرد	۹۰(۳۶)
وضعیت تأهل	مجرد	۲۲۶(۹۰/۴)
	متأهل	۲۴(۹/۶)
وضعیت اقتصادی	ضعیف	۳۴(۱۳/۶)
	متوسط	۱۷۰ (۶۸)
	خوب	۴۶ (۱۸/۴)
محل سکونت	منزل شخصی	۱۵۰ (۶۰)
	خوابگاه	۱۰۰ (۴۰)
رشته	پرستاری	۱۸۲ (۷۲/۸)
	بهداشت عمومی	۶۸(۲۷/۲)
وضعیت بومی	بومی	۱۱۸(۴۷/۲)
	غیربومی	۱۳۲(۵۲/۸)
سن (سال)؛ میانگین (انحراف معیار)		۲۱/۸۴(۳/۹۹)
ترم تحصیلی؛ میانگین (انحراف معیار)		۳/۴۰(۲/۵۸)

جهت بررسی میزان نمره کل اهمال‌کاری تحصیلی از نمره آزمودنی‌ها پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی (سؤالات ۱ تا ۲۷) استفاده شد (جدول ۲).نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار نمره کل اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان (۱۴/۳۵ ± ۸۲/۸۶) و در سطح متوسط بود. بطوری‌که اهمال‌کاری تحصیلی ۱۸ نفر از دانشجویان (۷/۲٪) در سطح بالا، ۲۰ نفر (۸٪) در سطح پایین و ۲۱۲ نفر (۸۴/۸٪) در سطح متوسط بودند.

میانگین و انحراف معیار مؤلفه‌های اهمال‌کاری تحصیلی به ترتیب آماده شدن برای امتحان (۴/۹۵ ± ۲۳/۵۸)، آماده شدن برای تکلیف (۷/۲۳ ± ۳۵/۸۶) و آماده شدن برای مقاله‌های پایان ترم (۵/۱۷ ± ۲۳/۴۱) بود.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

جدول ۲. تعیین وضعیت اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر (میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی)

متغیرهای پژوهش	Mean±SD	بیشینه- کمینه	کجی	کشیدگی
اهمال‌کاری تحصیلی	۸۲/۸۶ ± ۱۴/۳۵	۳۴-۱۱۲	-۰/۶۹۳	۱/۲۴۲
آماده شدن برای امتحان	۲۳/۵۸ ± ۴/۹۵	۷-۳۳	-۰/۸۴۵	۱/۲۶۰
آماده شدن برای تکلیف	۳۵/۸۶ ± ۷/۲۳	۱۱-۵۱	-۰/۶۶۴	۱/۴۱۱
آماده شدن برای مقاله‌های پایان ترم	۲۳/۴۱ ± ۵/۱۷	۱۰-۳۶	-۰/۰۵۲	۰/۰۲۳
فرسودگی تحصیلی	۴۱/۲۰ ± ۱۳/۹۷	۲-۷۶	۰/۰۲۴	۰/۴۶۱
عاطفی	۱۵/۸۲ ± ۹/۴۱	۰-۴۲	۰/۴۲۱	۰/۰۴۷
شک و بدبینی	۴/۷۶ ± ۳/۵۹	۰-۱۲	۰/۴۱۱	-۰/۸۲۲
خودکارآمدی تحصیلی	۲۰/۶۲ ± ۶/۱۰	۰-۳۰	-۰/۹۳۶	۱/۱۳۱

جهت بررسی میزان نمره کل فرسودگی تحصیلی از نمره آزمودنی‌ها پرسشنامه فرسودگی تحصیلی (سؤالات ۱ تا ۱۵) استفاده شد (جدول ۴-۲).

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، میانگین و انحراف معیار نمره کل فرسودگی تحصیلی دانشجویان (۱۳/۹۷ ± ۴۱/۲۰) و در سطح متوسط بود. به‌طوری‌که فرسودگی تحصیلی ۱۹ نفر از دانشجویان (۷/۶٪) در سطح بالا، ۵۵ نفر (۲۲٪) در سطح پایین و ۱۷۶ نفر (۷۰/۴٪) در سطح متوسط بودند.

میانگین و انحراف معیار مولفه‌های فرسودگی تحصیلی دانشجویان به ترتیب عاطفی (۹/۴۱ ± ۱۵/۸۲)، شک و بدبینی (۳/۵۹ ± ۴/۷۶) و خودکارآمدی تحصیلی (۶/۱۰ ± ۲۰/۶۲) بود.

نرمال بودن متغیرهای پژوهش، جهت بررسی ارتباط بین آن‌ها از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است. جدول ۳ ضریب همبستگی پیرسون بین اهمال‌کاری تحصیلی و مؤلفه‌های آن با فرسودگی تحصیلی و مؤلفه‌های آن در دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر را نشان می‌دهد.

جدول ۳. ضریب همبستگی پیرسون بین اهمال‌کاری تحصیلی و مؤلفه‌های آن با فرسودگی تحصیلی و مؤلفه‌های آن در دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر (n=۲۵۰)

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. اهمال‌کاری تحصیلی	۱							
۲. آماده شدن برای امتحان	۰/۷۷۰a	۱						
۳. آماده شدن برای تکلیف	۰/۸۷۵a	۰/۴۹۰a	۱					
۴. آماده شدن برای مقاله‌های پایان ترم	۰/۸۱۳a	۰/۴۹۲a	۰/۵۶۰a	۱				
۵. فرسودگی تحصیلی	۰/۵۵۶a	۰/۴۸۶a	۰/۴۱۶a	۰/۴۹۵a	۱			
۶. عاطفی	۰/۶۱۴a	۰/۵۲۴a	۰/۴۵۹a	۰/۵۵۹a	۰/۸۸۲a	۱		
۷. شک و بدبینی	۰/۴۹۸a	۰/۴۶۴a	۰/۲۸۰a	۰/۵۴۶a	۰/۷۵۲a	۰/۷۱۰a	۱	
۸. خودکارآمدی تحصیلی	۰/۳۵۴a	۰/۳۰۹a	۰/۴۶۲a	۰/۵۳۴a	۰/۲۸۸a	۰/۳۵۰a	۰/۵۸۶a	۱

P<۰/۰۰۱

نتایج ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۳ نشان داد، بین اهمال‌کاری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی (P<۰/۰۰۱، r=۰/۵۵۶) رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان، احتمال افزایش فرسودگی تحصیلی آنان بیشتر است.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

جدول ۴ ارتباط بین اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان با متغیرهای جمعیت‌شناختی دانشجویان نشان می‌دهد. نتایج نشان داد بین وضعیت تا هل، وضعیت اقتصادی، رشته تحصیلی، وضعیت بومی، سن و ترم تحصیلی دانشجویان با اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان ارتباط آماری معنی‌داری وجود دارد (P<۰/۰۵). به طوری‌که میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان متأهل نسبت به مجرد، دانشجویان دارای وضعیت اقتصادی خوب نسبت به ضعیف، دانشجویان رشته کارشناس بهداشت عمومی نسبت به پرستاری و دانشجویان غیربومی نسبت به بومی بالاتر بود. نتایج نشان داد، با افزایش سن و ترم تحصیلی میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان بیشتر می‌شود.

نتایج نشان داد بین وضعیت اقتصادی و ترم تحصیلی دانشجویان با فرسودگی تحصیلی دانشجویان ارتباط آماری معنی‌داری وجود دارد (P<۰/۰۵). به طوری‌که میزان فرسودگی تحصیلی دانشجویان دارای وضعیت اقتصادی خوب نسبت به ضعیف بالاتر بود. همچنین نتایج نشان داد، با افزایش ترم تحصیلی میزان فرسودگی تحصیلی دانشجویان بیشتر می‌شود.

نتایج این مطالعه نشان داد، بین جنسیت و محل سکونت با اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان ارتباط آماری معنی¬داری وجود نداشت (P<۰/۰۵).

جدول ۴. ارتباط متغیرهای جمعیت‌شناختی با اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر (n=۲۵۰) ویژگی‌های جمعیت‌شناختی

گیهای فردی	اهمال‌کاری تحصیلی Mean±SD	فرسودگی تحصیلی Mean±SD
جنس		
زن	۸۳/۱۲±۶۷/۸۲	۴۲/۱۱±۱۰/۸۵
مرد	۸۱/۱۶±۴۱/۷۱	۳۹/۱۷±۶۱/۰۶
سطح معناداری*	t =۱/۲۰۵ P=۰/۲۳۰	t =۱/۳۵۷ P=۰/۱۷۶
وضعیت تاهل		
مجرد	۸۲/۱۴±۱۲/۷۶	۴۱/۱۴±۱۵/۵۰
متأهل	۸۹/۶±۸۳/۴۴	۴۱/۷±۶۶/۴۰
سطح معناداری*	t =-۲/۵۲۷ P=۰ /۰۱۲	t =-۰/۱۶۹ P=۰/۸۶۶
وضعیت اقتصادی		
ضعیف	۷۷/۲۶±۷۳/۱۳	۲۸/۱۷±۹۴/۱۲
متوسط	۸۲/۱۱±۷۱/۲۳	۴۲/۱۱±۴۸/۹۲
خوب	۸۷/۱۱±۲۱/۲۲	۴۵/۱۳±۵۶/۸۶
سطح معناداری*	F=۴/۴۱۱ P=۰/۰۱۳	F=۱۸/۲۶۶ P<۰/۰۰۱
وضعیت سکونت		
منزل شخصی	۸۲/۱۳±۰۸/۳۲	۴۰/۱۱±۶۶/۷۴
خوابگاه	۸۴/۱۵±۰۴/۷۷	۴۲/۱۶±۰۲/۸۰
سطح معناداری*	t =-۱/۰۵۴ P=۰/۲۹۳	t =-۰/۷۴۹ P=۰/۴۵۴
رشته تحصیلی		
پرستاری	۸۱/۱۴±۳۴/۳۳	۴۱/۱۵±۶۵/۰۹
کارشناس بهداشت عمومی	۸۶/۱۳±۹۴/۶۹	۴۰/۱۰±۰۱/۴۱

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

گیهای فردی	اهمال‌کاری تحصیلی Mean±SD	فرسودگی تحصیلی Mean±SD
سطح معناداری*	t =-۲/۷۷۹ P=۰/۰۰۶	t =۰/۸۳۵ P=۰/۴۰۵
وضعیت بومی		
بومی	۸۰/۱۳±۴۵/۷۶	۳۸/۱۰±۹۰/۵۳
غیربومی	۸۵/۱۴±۰۲/۵۸	۴۳/۱۶±۲۶/۲۲
سطح معناداری*	t =-۲/۵۳۷ P=۰/۰۱۲	t =-۲/۴۸۷ P=۰/۰۱۴
سن	r=۰/۱۹۴ ،P=۰/۰۰۲	r=۰/۱۰۹ ،P=۰/۰۸۶
ترم تحصیلی	r=۰/۲۰۸ ،P=۰/۰۰۱	r=۰/۱۹۷ ،P=۰/۰۰۲

t: آزمون t مستقل، F: آنالیز واریانس و r: ضریب همبستگی پیرسون

جدول ۵. مدل نهایی (پنجمین مدل) رگرسیونی رابطه متغیرهای مستقل و متغیر وابسته (فرسودگی تحصیلی)

متغیر	ضریب بتا (β)		خطای استاندارد	آماره t	سطح معناداری (sig)	فاصله اطمینان ٪۹۵	
	غیراستاندارد	استاندارد				حد پایین	حد بالا
ضریب ثابت	-۱۴/۳۰۶	-	۵/۲۱۰	-۲/۷۴۶	<۰/۰۰۱	-۲۴/۵۷۰	-۴/۰۴۳
اهمال‌کاری تحصیلی	۰/۵۵۷	۰/۵۷۲	۰/۰۵۱	۱۰/۹۴۶	<۰/۰۰۱	۰/۴۵۷	۰/۶۵۷
رشته تحصیلی	-۸/۰۱۴	-۰/۲۵۶	۱/۸۱۶	-۴/۴۱۳	<۰/۰۰۱	-۱۱/۵۹۱	-۴/۴۳۷
ترم تحصیلی	۱/۰۳۷	۰/۱۹۲	۰/۳۰۷	۳/۳۷۶	۰/۰۰۱	۰/۴۳۲	۱/۶۴۳
وضعیت تأهل	۶/۳۱۹	۰/۱۳۳	۲/۵۴۹	۲/۴۷۹	۰/۰۱۴	۱/۲۹۹	۱۱/۳۴۰
جنسیت	۳/۶۱۲	۰/۱۲۴	۱/۵۸۹	۲/۲۷۳	۰/۰۲۴	۰/۴۸۲	۶/۷۴۲
خلاصه پنجمین مدل	F=۲۹/۷۱۱ ،P<۰/۰۰۱		R-square=۰/۳۷۸		adjusted- R-square=۰/۳۶۶		

جدول ۵، مدل نهایی (پنجمین مدل) را نشان می‌دهد. نتایج بیانگر آن است که اهمال‌کاری تحصیلی، رشته تحصیلی، ترم تحصیلی، وضعیت تأهل و جنسیت توان پیش‌بینی معنی‌دار برای فرسودگی تحصیلی را داشته است.

اهمال‌کاری تحصیلی با ضریب بتای استاندارد (۰/۵۷۲) بالاترین تأثیر رگرسیونی را بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان داشته است. بدین معنی که با افزایش یک واحد انحراف معیار در اهمال‌کاری تحصیلی، ۰/۵۷۲ واحد افزایش در فرسودگی تحصیلی دانشجویان ایجاد می‌شود. هم‌چنین نتایج بیانگر آن بود که رشته تحصیلی، ترم تحصیلی، وضعیت تأهل و جنسیت به ترتیب با ضرایب بتای استاندارد (۰/۲۵۶-)، (۰/۱۹۲)، (۰/۱۳۳) و

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

(۰/۱۲۴) بعد از اهمال‌کاری تحصیلی بالاترین تأثیر رگرسیونی را بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان داشته‌اند. بدین معنی که میزان اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان رشته کارشناس بهداشت عمومی، ۰/۲۵۶ واحد نسبت به دانشجویان پرستاری پایین‌تر است. هم‌چنین میزان اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان متأهل، ۰/۱۳۳ واحد نسبت به دانشجویان مجرد و در دختران، ۰/۱۲۴ واحد نسبت به پسران بیشتر است. هم‌چنین نتایج نشان داد با افزایش یک واحد انحراف معیار در ترم تحصیلی، ۰/۱۹۲ واحد افزایش در فرسودگی تحصیلی دانشجویان ایجاد می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج در ارتباط با میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر نشان داد که میانگین و انحراف معیار نمره کل اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان در سطح متوسط بود. به‌طوری‌که اهمال‌کاری تحصیلی ۷/۲ درصد در سطح بالا، ۸ درصد در سطح پایین و ۸۴ درصد در سطح متوسط بودند.

نتیجه فوق، با نتایج مطالعه بشیر و گوپتا (۲۰۱۹) که نشان داد دانشجویان دارای اهمال‌کاری بالاتر از حد متوسط است (۲۱) و نتایج مطالعه دمیتر و همکاران (۲۰۱۵) در بررسی وضعیت دانشجویان نشان داد آن‌هایی که از سطح علمی پایین‌تری برخوردارند اهمال‌کاری در آن‌ها منفعلانه‌تر است (۲۲)، همسو است. همچنین نتایج مطالعات اسوارا و همکاران (۲۰۲۰)، مظفری (۱۳۹۹) عبدی و همکاران (۱۳۹۸)، شهبازیان (۱۳۹۵) که نشان دادند اهمال‌کاری بین دانشجوبان در حد بالا است (۲۳–۲۵) با نتایج پژوهش حاضر متناقض است. با بررسی نتایج این پژوهش‌ها می‌توان گفت عوامل گوناگونی در اهمال‌کاری تحصیلی مانند اعتمادبه‌نفس پایین، نداشتن طرح و برنامه کار، توانایی و مدیریت زمان، ترس از عدم موفقیت، احساس حقارت و اضطراب ارزیابی، مشکل در تصمیم‌گیری‌ها، تنبلی، فقدان جرأت، ترس از موفقیت، مدیریت ضعیف زمان و ... تأثیر می‌پذیرد.

در تبیین یافته‌های فوق باید گفت شیوع اهمال‌کاری تحصیلی در بین دانشجویان نگران‌کننده است زیرا رفتار اهمال‌کاری تحصیلی موجب می‌شود که دانشجویان فعالیت‌های تحصیلی خود را به تعویق بیندازند و در نهایت پیشرفت تحصیلی ضعیف، مشکلات جسمی و اضطرابی، بی‌نظمی و سردرگمی و عدم مسئولیت‌پذیری را برای آن‌ها به همراه خواهد داشت. همچنین اهمال‌کاری تحصیلی موجب می‌شود فرد در رویارویی با محیط اطراف خود احساس درماندگی و ناکارآمدی کند که این مسئله پرجنبه‌های مختلف آموزشی، سلامت و آینده شغلی دانشجویان تأثیرگذار است (۲۶). روشن است که اهمال‌کاری تحصیلی یکی از مسائل جدی شخصی و موقعیتی است که باید به آن‌ها پرداخته شود. دانشجویان اهمال‌کار ویژگی‌هایی مانند ترجیح دادن تکالیف سطح پایین، مدیریت ضعیف زمان، امتناع استفاده از توانایی‌های خود، در تصمیم‌گیری مشکل داشته و تمرکز خود را بر گذشته بگذارند؛ بنابراین، آن‌ها فرصت‌ها را از دست می‌دهند، کارهای خود را ناقص می‌گذارند و انجام کار را به تأخیر می‌اندازند. دانشجویانی که اهمال‌کاری تحصیلی دارند از میزان استرس و اضطراب بالاتری نسبت به بقیه برخوردارند. ازآنجایی‌که اهمال‌کاری می‌تواند بر جنبه‌های مختلف زندگی فردی و اجتماعی تأثیرگذار باشد و زمینه‌های آموزشی، تحصیلی، اقتصادی و به طبع آن سلامت روانی و جسمانی را تحت تأثیر قرار دهد و حتی احتمال بروز آن در موقعیت‌های شغلی آینده وجود دارد که در این صورت عواقبی نامطلوبی را برای سازمان‌ها به همراه خواهد داشت(۲۷) .

در مطالعه حاضر میانگین و انحراف معیار نمره کل فرسودگی تحصیلی دانشجویان در سطح متوسط بود.

این نتیجه با نتایج مطالعه جعفری هرندی و همکاران (۱۳۹۷) که نشان داد فرسودگی تحصیلی دانشجویان پزشکی در جهان در حد متوسط است (۲۸)، همچنین مطالعه شریفی فر (۱۳۹۳) که نشان داد سطح فرسودگی تحصیلی دانشجویان کمی بالاتر از حد متوسط بوده است (۲۹)، همسو است و با نتایج مطالعه لیو و همکاران (۲۰۲۳) که نشان دادند درصد قابل‌توجهی از دانشجویان دچار فرسودگی تحصیلی هستند (۳۰) ناهمسو می‌باشد. لذا فرسودگی تحصیلی در این پژوهش در حد متوسط بوده که با توجه با شرایط وقت کشور و شیوع بیماری کرونا، دانشجویان دچار فرسودگی شده بودند و با عبور از این شرایط احتمال رفع این مشکل وجود دارد.

نظام فرهنگی در جامعه همواره جوانان را به سمت دانشگاه‌ها سوق می‌دهد، حال آنکه بعد از فارغ‌التحصیلی جایگاه معین و تعریف‌شده‌ای در نظام اقتصادی و اجتماعی برای آنان در نظر گرفته نشده است؛ این عدم ناهماهنگی باعث برآورده نشدن نیازها و انتظارات جوانان تحصیل‌کرده می‌شود و تبعاتی چون بی‌انگیزگی، کاهش عملکرد تحصیلی، نارضایتی و فرسودگی تحصیلی را در پی خواهد داشت(۳۱) . بر این اساس ضرورت دارد بین نیازهای جامعه به تخصص‌های دانشگاهی موردنظر، رشته‌های تحصیلی دانشگاهی و نیروی انسانی تربیت شدهٔ مورد انتظار هماهنگی ایجاد شود. عدم اطمینان از آیندهٔ شغلی زمینه‌ساز مشارکت کمتر دانشجویان در امور درسی و تحصیلی شده و هرچه بیشتر بر احساس فرسودگی آن‌ها دامن می‌زند. عدم مشارکت مؤثر دانشجویان، کناره‌گیری و انزوا از فعالیت‌های مختلف دانشگاهی فرسودگی را افزایش خواهد داد. عامل دیگری که رابطهٔ مستقیمی با فرسودگی دانشجویان دارد نارضایتی کلی آن‌ها از رشته تحصیلی، گروه آموزشی، استادان و دانشگاهشان است.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

همچنین، اثر غیرمستقیم ارتباطات و تعاملات بین استاد و دانشجو بر فرسودگی تحصیلی بیانگر این است که در صورت ارتباط تنگاتنگ (همکاری و مشارکت دانشجو و استاد در فعالیت‌های علمی) و باکیفیت (وجود رفتارهای حمایتی، همدلانه و دوستانه نسبت به دانشجو و پرورش فکری و علمی دانشجو) دانشجویان در طول دوره تحصیل با اساتید، آنان انگیزه، رضایت و موفقیت تحصیلی بیشتری خواهند داشت و احتمال فرسودگی در آنان کاهش می‌یابد(۳۲)..

نتایج مطالعه حاضر در مورد ارتباط بین اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر با متغیرهای جمعیت‌شناختی نشان داد که بین اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری رامسر با متغیرهای جمعیت‌شناختی رابطه معنادار وجود دارد.

در این رابطه، با نتایج مطالعه اسوارا و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد اهمال‌کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی با سن و جنسیت و وضعیت اقتصادی رابطه معناداری دارد(۲۳) ، همسو است. عبدی و همکاران (۱۳۹۸)، شهبازیان (۱۳۹۵) و عبدالطیف (۲۰۲۰)، پترونلا ژوبرت (۲۰۱۵) نشان دادند بین به اهمال‌کاری تحصیلی و جنس، سن، منطقه محل اقامت و تعداد خواهر و برادر به ترتیب معنی‌دار نبود(۲۵, ۳۴, ۳۵) ؛ که با نتایج مطالعه حاضر همسو نیست. به نظر می‌رسد در پژوهش‌هایی که با نتایج پژوهش حاضر ناهمسو است در بین دانشجویان اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی به عوامل دیگری مانند شرایط و فضای دانشگاه، ارتباط اساتید با دانشجوها و مطالب سنگین درسی بستگی دارد و متغیرهای جمعیت‌شناختی عوامل تأثیرگذار بر این دو متغیر نمی‌باشد.

در تبیین یافته‌های فوق می‌توان گفت رابطه معنادار بین اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی با متغیرهای جمعیت‌شناسی، به نظر می‌رسد که دانشجویان به علت مشغولیت زیاد، وقت اندک برای مطالعه و شرکت در کلاس، مطالعات و تکالیف تحصیلی خود را به روزهای پایانی ترم موکول می‌کنند. دانشجویان متأهل در زمینه تحصیلی و شغلی تلاشی مضاعف دارند تا بتوانند به امتیازات لازم در تحصیل و کار دست یابند. علاقه به رشته تحصیلی ایجاد انگیزه درونی برای مطالعه و پیشرفت در رشته مورد نظر را ایجاد می‌کند و دانشجو از روی اجبار و مکلف به انجام تکلیف نیست، بلکه با انگیزه کند به فعالیت‌های تحصیلی می‌پردازد(۳۶) ؛ بنابراین احتمالاً دارای مطالعات منظم‌تر و در نتیجه آمادگی بیشتر برای روبرو شدن با امتحانات است. محدودیت زندگی دورهٔ دانشجویی، عدم درک صحیح زمان لازم برای انجام تکالیف و شرکت در فعالیت‌های غیردرسی با اهمال‌کاری و فرسودگی تحصیلی ارتباط دارد. فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری تحصیلی موضوعی نیست که صرفاً بتوان با ارجاع به عوامل فردی آن را تحلیل کرد، بلکه عوامل درون دانشگاهی و برون دانشگاهی به شکل مستقیم و غیرمستقیم بر این مسئله تأثیر می‌گذارند. درواقع عوامل فردی نقش واسط و میانجی را بین عوامل اجتماعی و فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری ایفا می‌کنند؛ به این صورت که اگر بستر اجتماعی پویا، مشوق و مطلوب برای کنشگران علمی فراهم شود بر میزان انگیزه، رضایت تحصیلی و امید آن‌ها افزوده می‌شود و درنتیجه فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری دانشجویان به میزان قابل‌توجهی کاهش می‌یابد؛ بنابراین عوامل اجتماعی و فردی هر دو در کنار یکدیگر و در ارتباط باهم بر مسئله فرسودگی تحصیلی اثر گذاشته و نقش هیچ‌یک از عوامل فردی و اجتماعی قابل انکار نیست(۳۷) .

نتایج این مطالعه نشان داد که بین اهمال‌کاری تحصیلی با فرسودگی تحصیلی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. بدین معنی که با افزایش اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان، احتمال افزایش فرسودگی تحصیلی آنان بیشتر خواهد شد.

در ارتباط با یافته فوق مطالعه Balkis (۲۰۱۳) نشان داد تعلل‌ورزی تحصیلی می‌تواند پیش‌بینی کننده معنادار فرسودگی تحصیلی باشد. بین فرسودگی تحصیلی و چشم‌انداز زمان رابطه منفی و معناداری وجود دار د و با بالا رفتن نمره فرد در متغیر چشم‌انداز زمان، نمره فرسودگی تحصیلی کاهش می‌یابد. بین تعلل‌ورزی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد (۳۸). مطالعه حیدری (۱۳۹۹) نشان داد بین اهمال‌کاری تحصیلی با اضطراب امتحان و فرسودگی تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز رابطه معنادار وجود داشت(۳۹) . همچنین نتایج مطالعه عبدی و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان داد هر سه خرده مقیاس فرسودگی تحصیلی، یعنی خستگی عاطفی، شک و بدبینی و خودکارآمدی تحصیلی نیز رابطه معناداری با اهمال‌کاری تحصیلی داشتند (۳۲) . در همین ارتباط مطالعه کشاورز و همکاران (۱۳۹۸) حاکی از این بود که احساس شکست و اهمال‌کاری تحصیلی و مؤلفه‌های آن با فرسودگی تحصیلی رابطه مستقیم دارند. همچنین مؤلفه‌های احساس رکود، احساس بازندگی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان رابطه مستقیم و مؤلفه‌ی احساس رضایتمندی با فرسودگی تحصیلی دانشجویان رابطه معکوس دارند(۴۰). همچنین در مطالعه آلبوسکیو و همکاران (۲۰۲۴) فرسودگی تحصیلی با متغیرهای اضطراب امتحان و اهمال‌کاری تحصیلی رابطه مثبت داشت (۴۱). مطالعه Turksan Demirو همکاران (۲۰۱۷) نیز نشان داد که بین اهمال‌کاری تحصیلی و میزان فرسودگی تحصیلی دانشجویان رابطه منفی معناداری وجود دارد (۹)

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

نتایج مطالعه حاضر همچنین حاکی از آن بود که اهمال‌کاری تحصیلی، رشته تحصیلی، ترم تحصیلی، وضعیت تأهل و جنسیت توان پیش‌بینی معنی‌دار برای فرسودگی تحصیلی را داشته است.

نتایج حاصل از مطالعه فرخ و همکاران (۲۰۲۴) نشان داد که درگیری تحصیلی و هویت تحصیلی موفق به‌صورت منفی و اهمال‌کاری تحصیلی، هویت‌های تحصیلی آشفته و معوق نیز به‌صورت مثبت فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کنند (۴۴). اهمال‌کاری تحصیلی، فرسودگی عاطفی، بدبینی و کاهش ابعاد کارایی تحصیلی با فرسودگی شغلی دانشجویان رابطه معنی‌دار و منفی دارد؛ و پیشرفت تحصیلی به‌طور قابل‌توجهی به‌واسطه تعلل تحصیلی و کاهش کارایی علمی پیش‌بینی می‌شود. (۲۷).

و نتایج مطالعه عبدی و همکاران (۱۳۹۸) که نشان داد که جنسیت و سن و معدل با فرسودگی تحصیلی و اهمال‌کاری رابطه معنی‌داری ندارد(۳۲) . شهبازیان (۱۳۹۵) نشان دادند مقایسه میانگین نمرات دانشجویان رشته‌های مختلف تحصیلی نیز نشان داد که بین دانش -آموزان رشته‌های مختلف تحصیلی از لحاظ معدل تحصیلی تفاوت معنی‌دار وجود ندارد ولی دانشجویان سال اولی که هنوز انتخاب رشته ننموده بودند در مقایسه با دانشجویان سال بالایی که در یکی از رشته‌های انسانی، تجربی و ریاضی مشغول به تحصیل بودند، وضعیت تحصیلی بهتری داشتند. بین معدل تحصیلی دانشجویان رشته‌های تجربی، انسانی و ریاضی نیز تفاوت معنی‌داری مشاهده نگردید. (۴۶) ؛ و عبدالطیف (۲۰۲۰) که نشان داد از نظر آماری هیچ تأثیر قابل‌توجهی از جنسیت (مرد – زن) دیده نشد. همچنین، از نظر آماری تأثیر متقابل بین جنسیت و گرایش علمی بر عملکرد نمونه بر میزان فرسودگی تحصیلی وجود نداشت(۳۴) . Sharma و همکاران (۲۰۲۴) که نشان داد بین به اهمال‌کاری تحصیلی و جنس، سن، منطقه محل اقامت و تعداد خواهر و برادر به ترتیب معنی‌دار نبود(۴۷) . همسو نیست؛ بنابراین می‌توان دلیل این تناقض را این دانست که دانشجویان بعد از تغییر مقطع تحصیلی، به موازات افزایش آشنایی‌شان با محیط و فضای آموزشی جدید و عادت کردن به آن، سطح سازگاری و تعهدشان نسبت به وظایف و تکالیف کاهش می‌یابد. از طرف دیگر، با توجه به اینکه دانشجویان معمولاً گرایش دارند در تکالیف جذاب‌تر و جالب‌تر درگیر شوند و براساس اصل بازتاب توجه مبنی بر جذابیت بیشتر تکالیف جدید، عادی شدن و محیط و تکالیف مشابه در مجموع از میزان جذابیت موضوع کاسته باعث افزایش سطوح اهمال‌کاری در دانشگاه‌ها می‌شود.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت دانشجویان توانمند در ابتدای ورود به دانشگاه، به علت تصور یا این‌که ممکن است از عهده انتظارات برنیایند و تصور کنند انتظاراتی که از آن‌ها وجود دارد غیرمنطقی است، یا در موارد خفیف‌تر حتی ممکن است دانشگاه را رها کنند و دچار اهمال‌کاری تحصیلی شوند. اهمال‌کاری سبب از دست تضعیف روحیه، افزایش استرس رفتن فرصت‌ها، زمان، درامد و انگیزه پایین در دانشجویان می‌شود. وقتی ترس و اضطراب و استرس را تجربه می‌کند، دچار دانشجو این فشار روانی و زمینه برای ایجاد بدبینی تحصیلی می‌شود و خستگی و فرسودگی تحصیلی فراهم می‌گردد (۴۸). همچنین اگر دانشجویان در محیط دانشگاه با استرس‌های فراوانی روبه‌رو باشد، به‌مرور احساس فرسودگی، شک و بدبینی نسبت به آینده و توانایی‌های خود می‌کند و دچار نوعی خستگی عاطفی می‌شود. این حالت سبب می‌شود تا انگیزهٔ کافی را برای انجام تکالیف درسی خود نداشته باشد و مرتباً انجام آن‌ها را به تعویق اندازد و از تحویل به‌موقع تکالیف خود طفره رود و به عبارت دیگر، دچار اهمال‌کاری تحصیلی شود (۴۹)[۱۵]. در مقابل، در صورتی که میزان خودکارآمدی تحصیلی در فرد بالاتر باشد، احساس کفایت و توانایی بیشتری می‌کند و در برابر وظایف تحصیلی خود را ناتوان ارزیابی نمی‌کند. در این صورت این تکالیف را به‌موقع انجام می‌دهد و در انجام آن‌ها اهمال نمی‌ورزد. ازآنجاکه تحقیقات گوناگون نشان داده است که اهمال‌کاری تحصیلی بر عملکرد تحصیلی و میزان یادگیری دانشجویان تأثیر زیادی دارد، بررسی رابطهٔ بین اهمال‌کاری تحصیلی با سایر متغیرهای اثرگذار در این زمینه در تحقیقات آتی می‌تواند به شناخت و درمان این مشکل بسیار کمک‌کننده باشد (۲۲)

بر اساس یافته‌های پژوهش، اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانشجویان دانشکده در حد متوسط هست. باتوجه به نقش مهم اهمال‌کاری تحصیلی بر جنبه‌های مختلف آموزشی و آینده شغلی دانشجویان توجه به این امر برای اساتید، مشاوران تحصیلی ضروری می‌باشد و بررسی علل و راهکارهای مناسب جهت کاهش این رفتار و همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی در خصوص مدیریت زمان، راه‌های مقابله با استرس و افزایش انگیزه تحصیلی می‌تواند در کاهش اهمال‌کاری تحصیلی در دانشجویان مؤثر باشد.

محدودیت‌های تحقیق

محدودیت این پژوهش آن است که برخی از متغیرهای فرعی مانند پایگاه اجتماعی، اقتصادی افراد در این پژوهش لحاظ نشده است و ممکن است در نتیجه تأثیر بگذارد. گرچه انتخاب تصادفی گروه‌های مورد مطالعه و استفاده از آزمون‌های آماری تا حد زیادی خطای ناشی از نمونه‌گیری را به حساب می‌آورد و با وجود این تأثیر این‌گونه متغیرهای ناخواسته ممکن است در نتایج تحقیق اثر بگذارد.

–محدود بودن جامعه تحقیق به دانشجویان پرستاری و بهداشت عمومی دانشکده پرستاری رامسر و درنتیجه مشکل تعمیم آن به دانشجویان دانشگاه‌های دیگر رشته‌های مختلف و سایر اقشار جامعه، یکی دیگر از محدودیت‌های این پژوهش به شمار می‌رود.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

– اجرای هم‌زمان دو پرسشنامه موجب خستگی دانشجویان شده و دقت در پاسخ‌دهی به سؤالات را کاهش داد.
– در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه استفاده شد. لذا با توجه به اینکه پرسشنامه جنبه خود گزارش دهی دارد. ممکن است پاسخ آزمودنی‌ها بر برخی از گزینه‌های پرسشنامه‌ها محافظ کارانه بوده باشد که می‌تواند نتایج را تحت تأثیر قرار دهد.

تقدیر و تشکر

بدین‌وسیله از معاونت محترم پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی هوشمند و کلیه عزیزان شرکت‌کننده در مطالعه تشکر و قدردانی می‌شود.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

References

1.Taromi FK, Parandin S. The relationship between mindfulness and metacognitive beliefs with emotional intelligence. SDH. 2017;3(4):195-200.
2.Yağan SA. The Relationship Between Metacognitive Awareness and Academic Procrastination Behavior: The Moderator Role of Gender and Grade Level. IJCER. 2022;9(3):532-42.
3.Naderi Z, Bakhtiari S, Momennasab M, Abootalebi M, Mirzaei T. Prediction of academic burnout and academic performance based on the need for cognition and general self-efficacy: A cross-sectional analytical study. Revista Latinoamericana de Hipertension. 2018;13(6).
4.Munna AS, Kalam MA. Teaching and learning process to enhance teaching effectiveness: a literature review. IJHI. 2021;4(1):1-4.
5.Amelia RN. Literature review of academic burnout. ARJHSS. 2022;5(02):6-13.
6.Shokrpour N, Bazrafcan L, Ardani AR, Nasiraei S. The factors affecting academic burnout in medical students of Mashahd University of Medical Sciences in 2013-2015. J Educ Health Promot. 2020;9(1):232.
7.Poorgholamy F, Kazemi S, Barzegar M, Sohrabi N. Predicting academic burnout based on achievement goals and self-regulated learning. IEEPJ. 2020;2(1):13-23.
8.Jones IS, Blankenship DC. Year Two: Effect of Procrastination on Academic Performance of Undergraduate Online Students. RHEJ. 2021;39:1-11.
9.Rothe N, Steffen J, Penz M, Kirschbaum C, Walther A. Examination of peripheral basal and reactive cortisol levels in major depressive disorder and the burnout syndrome: A systematic review. Neurosci Biobehav Rev. 2020;114:232-70.
10.Amin G. Academic Procrastination of college students. JMIEB. 2019;3(2):431-42.
11.Vivar-Bravo J, La Madrid Rojas F, Fuster-Guillén D, Álvarez Silva V, Ocaña-Fernández Y. Academic procrastination and anxiety in university students of Initial Education of Apurimac. Health Educ Health Promot. 2021;9(5):455-9.
12.Yan B, Zhang X. What Research Has Been Conducted on Procrastination? Evidence From a Systematical Bibliometric Analysis. Front Psychol. 2022;13:809044.
13.Steel P, Svartdal F, Thundiyil T, Brothen T. Examining procrastination across multiple goal stages: a longitudinal study of temporal motivation theory. Front psychol. 2018;9:327.
14.Vijay M, Kadhiravan S. Influence of personality and self-esteem on the academic procrastination among university students. IJIP Journal. 2016;4(1):18-23.
15.Hailikari T, Katajavuori N, Asikainen H. Understanding procrastination: A case of a study skills course. Soc Psychol Educ. 2021;24(2):589-606.
16.Vargas MAP. Academic procrastination: The case of Mexican researchers in psychology. AJEL. 2017;2(2):103-20.
17.Hashemipour H, Keramati H, Kavousian J, Arabzadeh M. Predicting academic procrastination of university students based on metacognitive beliefs about procrastination with mediating role of test anxiety: Structural model. CPJ. 2021;8(4):1-15. [In Persian]
18.Topaloğlu E, Tarcan S, Uslu M. An Investigation of the Relationship Between Life Satisfaction, Academic Procrastination, and Student's Individual Responsibility Behaviors in University Students. J Res Soc Sci Lang. 2023;3(2):125-39.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

19.Golestaneh SM, Afshin SA, Dehghani Y. The relationship between the time perspective and achievement goal, the academic procrastination and academic achievement of students in various colleges of the Persian Gulf University. Social Cognition. 2016;5(2):52-71. [In Persian]
20.kiani q, Mahdion H. The Relationship between Cognitive-Emotional Regulation and Study Skills with Academic Procrastination in Students of the faculty of Health and Paramedicine, Zanjan University of Medical Sciences. JMED. 2017;10(26):72-82.
21.Bashir L, Gupta S. A deeper look into the relationship between academic procrastination and academic performance among university students. Research Guru. 2018;12(3):531-40.
22.Kármen D, Kinga S, Edit M, Susana F, Kinga KJ, Réka J. Associations between academic performance, academic attitudes, and procrastination in a sample of undergraduate students attending different educational forms. Procedia Soc Behav Sci. 2015;187:45-9.
23.Uma E, Lee CH, Shapiai SNHBM, Binti Mat Nor AN, Soe HHK, Varghese E. Academic procrastination and self-efficacy among a group of dental undergraduate students in Malaysia. J Educ Health Promot. 2020;9:326.
24.Aghili Mehrizi Y, Pourehsan S, Towhidi A. Relationship between personality traits and coping styles with academic burnout: The mediating role of academic procrastination. Journal of Research in Educational Systems. 2022;16(57):91-104. [In Persian]
25.Abdi Zarrin S, Akbarzadeh M, Mostafavi M. The role of emotional regulation and academic burnout in the prediction of academic procrastination in students. Cultural Psychology. 2019;3(1):175-92. [In Persian]
26.Kamalpour S, Azizzadeh-Forouzi M, Tirgary B. A study of the relationship between resilience and academic burnout in nursing students. Strides in Development of Medical Education. 2017;13(5):476-87. [In Persian]
27.Balkıs M. The relationship between academic procrastination and students' burnout. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2013;28(28-1).
28.Mirzaie Feiz Abadi B, Fazli B, Naseri M, Khalili Samani N, Imannezhad S, Najibi S. Prevalence of Academic Burnout among Medical Students Worldwide: A Systematic Review. MEB. 2022;3(2):417-30.
29.Sharififard F, Nourozi K, Hosseini M, Asayesh H, Nourozi M. Related factors with academic burnout in nursing and paramedics students of Qom University of Medical Sciences in 2014. 3 JNE. 2014;3(3):59-68. [In Persian]
30.Liu Z, Xie Y, Sun Z, Liu D, Yin H, Shi L. Factors associated with academic burnout and its prevalence among university students: a cross-sectional study. BMC Med Educ. 2023;23(1):317.
31.artín-Rodríguez A, Gostian-Ropotin LA, Beltrán-Velasco AI, Belando-Pedreño N, Simón JA, López-Mora C, Navarro-Jiménez E, Tornero-Aguilera JF, Clemente-Suárez VJ. Sporting Mind: The Interplay of Physical Activity and Psychological Health. Sports (Basel). 2024;12(1):37.
32.Abdi S AM, Mostafavi M. The role of emotional regulation and academic burnout in predicting academic procrastination in students of Isfahan University. Journal of Cultural Psychology. 20193; (1): 175-192. [In Persian]
33.Rahimian Bogar IaR, Sheida. Academic procrastination in students: The predictive role of demographic and psychological factors. Journal of Cognitive Strategies in Learning. (2014); 4 (6): 1-12. [In Persian]

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]

34. Abdellatif ALBaiRwAPfSatFoE, Sohag University, in Light of Gender and Academic Major. Journal of Education.2020; 49 :2 233-81.
35.Joubert CP. The relationship between procrastination and academic achievement of high school learners in North West province, South Africa. procrastination and academic achievement.2015;3(2):417-30.
36.Souri Nejad M FM, Kordonqabi R. Explain students' academic procrastination based on personality traits and parenting styles. Family and Research Quarterly,2015; 12 (4): 7-10. [In Persian]
37.Puranitee P, Saetang S, Sumrithe S, Busari JO, van Mook WNKA, Heeneman S. Exploring burnout and depression of Thai medical students: the psychometric properties of the Maslach Burnout Inventory. Int J Med Educ. 2019;10:223-29.
38.Balkis M. the relationship between academic procrastination and students' burnout. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [H U Journal of Education]. 2013;28:68-78.
39.Maslach C, Leiter MP. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. World Psychiatry. 2016;15(2):103-11.
40.Keshavarz F. The relationship between feelings of failure and academic procrastination with academic burnout of high school students in Shiraz[dissertation]. Iran. Faculty of Educational Sciences and Psychology I.
41.Albulescu I, Labăr A, Manea A, Stan C. The mediating role of cognitive test anxiety on the relationship between academic procrastination and subjective wellbeing and academic performance. Frontiers in Public Health. 2024;12.
42.Yang H-J. 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.
43.Jochmann A, Gusy B, Lesener T, Wolter C. Procrastination, depression and anxiety symptoms in university students: a three-wave longitudinal study on the mediating role of perceived stress. BMC psychology. 2024;12(1):276.
44.Farooq A, Shah T, Amin F. academic procrastination and academic performance among conventional and online learners: understanding role of learners'characteristics. Journal of Educators Online. 2024;21(3).
45.Madigan DJ. A meta-analysis of perfectionism and academic achievement. Educational Psychology Review. 2019;31:967-89.
46.Callaghan T, Greene D, Shafran R, Lunn J, Egan SJ. The relationships between perfectionism and symptoms of depression, anxiety and obsessive-compulsive disorder in adults: a systematic review and meta-analysis. Cogn Behav Ther. 2024;53(2):121-32.
47.Sharma Chapai KP, Joshi DR, Singh AB, Khadka J. Role of students' academic procrastination in shaping mathematics achievement. Education Inquiry. 2024:1-27.
48.Vinter K, Aus K, Arro G. Academic burnout among Estonian and Russian middle school students. Eesti Haridusteaduste Ajakiri Estonian Journal of Education. 2019;7(1):128-56.
49.Cadime I, Pinto AM, Lima S, Rego S, Pereira J, Ribeiro I. Well-being and academic achievement in secondary school pupils: The unique effects of burnout and engagement. Journal of adolescence. 2016;53:169-79.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-23]

[DOI: 10.22088/cjhaa.9.2.2]