**پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلش (MBI) - نسخه دانشجويان**

این پرسشنامه توسط شائوفلی و همکاران در سال ۲۰۰۲ ساخته شد. و **هدف** آن بررسی فرسودگی تحصیلی در دانشجویان (از ابعاد عاطفی، شک و بدبینی، خودکارآمدی تحصیلی) می باشد.

بررسی فرسودگی تحصیلی در دانشجویان (از ابعاد عاطفی، شک و بدبینی، خودکارآمدی تحصیلی)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **هميشه** | **بیشتر اوقات** | **نسبتا زیاد** | **گاهی اوقات** | **نسبتا کم** | **خیلی کم** | **بندرت****هرگز** | عبارات  | ردیف  |
|   |   |   |   |   |   |   | احساس می کنم که به خاطر انجام فعالیت های مربوط به تحصیل تهی شده ام.  |  1 |
|   |   |   |   |   |   |   | در پایان روز در دانشگاه احساس بی رمقی می کنم  |  2 |
|   |   |   |   |   |   |   | وقتی که صبح مدیر می شوم و مجبورم که روزی دیگر را در دانشگاه سپری کنم، احساس خستگی می کنم.  |  3 |
|   |   |   |   |   |   |   | با مطالعه یا حضور در کلاس به من فشار می آید.  |  4 |
|   |   |   |   |   |   |   | به خاطر انجام فعالیت های مربوط به تحصیل احساس فرسودگی می کنم.  |  5 |
|   |   |   |   |   |   |   | از زمان قبولی و ثبت نام در دانشگاه نسبت به دروسم کم علاقه شده ام.  |  6 |
|   |   |   |   |   |   |   | نسبت به دروسم شور و شوق کمتری دارم.  |  7 |
|   |   |   |   |   |   |   | نسبت به اهمیت دروسم تردید دارم.  |  8 |
|   |   |   |   |   |   |   | نسبت به کاربرد دروسم بیشتر بد گمان شده ام.  |  9 |
|   |   |   |   |   |   |   | به طور موثری می توانم، مشکلاتی را که در فعالیت های مربوط به تحصیلم بوجود می آید را حل کنم.  |  11 |
|   |   |   |   |   |   |   | معتقدم که مشارکت موثری در کلاس ها دارم.  |  11 |
|   |   |   |   |   |   |   | به عقیده خودم دانشجوی خوبی هستم.  |  12 |
|   |   |   |   |   |   |   | وقتی به اهداف تحصیلی ام دست می یابم ،احساس برانگیختگی می کنم.  |  13 |
|   |   |   |   |   |   |   | موارد جالب زیادی را در جریان تحصیل یاد گرفتم.  |  14 |

#

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   |   |   |   |   |   |   | در طول کلاس اطمینان دارم که در انجام کارها موثرم.  |  15 |

**روش نمره گذاری و تفسير**

این پرسشنامه از از مقیاس فرسودگی تحصیلی مسلش یا مزلاچ توسط رستمی، عابدی و همکاران) 1391( استخراج گردیده است. طیف پاسخگویی آن از نوع 7 ارزشی بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه در جدول زیر ارائه گردیده است:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **هميشه** | **بیشتر اوقات** | **نسبتا زیاد** | **گاهی اوقات** | **نسبتا کم** | **خیلی کم** | **بندرت،هرگز** | گزینه  |
|  6 |  5 |  4 |  3 |  2 |  1 |  1 | امتیاز  |

البته باید دقت کرد که این شیوه نمره گذاری در مورد سوالات 11 تا 15 **معکوس** شده و به صورت جدول زیر در می آید:

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **هميشه** | **بیشتر اوقات** | **نسبتا زیاد** | **گاهی اوقات** | **نسبتا کم** | **خیلی کم** | **بندرت،هرگز** | گزینه  |
|  1 |  1 |  2 |  3 |  4 |  5 |  6 | امتیاز  |

**ابعاد پرسشنامه**

پرسشنامه فوق دارای سه بعد بوده که سوالات مربوط به هر بعد در جدول زیر ارائه گردیده است:

|  |  |
| --- | --- |
| سوالات مربوطه  | بعد  |
|  1-7 | خستگی عاطفی  |
|  8-9 | شک و بدبینی  |
|  11-15 | خودکارآمدی تحصیلی  |

برای بدست آوردن امتیاز مربوط به هر بعد، مجموع امتیازات سوالات مربوط به آن بعد را با هم جمع نمایید .

برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع کنید. نمره های بالا در بعد خستگی عاطفی و بعد شک و بدینی نشان دهنده فرسودگی تحصیلی اند. در مورد بعد خودکارآمدی

#

تحصیلی، نمره های پایین نشان دهنده فرسودگی تحصیلی اند، که البته همانطور که قبلا بدان اشاره شد ،نمرات سوالات مربوط به بعد خودکارآمدی تحصیلی به صورت معکوس نمره گذاری می شود.

**روايي و پايايي**

در پژوهش رستمی و همکاران) 1391( روایی همگرا و واگرای پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلش )با پرسشنامه افسردگی دانشجویان و مقیاس علاقه به رشته( قابل قبول بدست آمد که در جدول زیر ارائه شده اند:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| روایی همگرا  | روایی واگرا  | بعد  |
|  1/74 |  -1/21 | خستگی عاطفی  |
|  1/51 |  -1/53 | شک و بدبینی  |
|  1/51 |  -1/32 | خودکارآمدی تحصیلی  |

همچنین پایائی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از روش اندازهگیری آلفای کرونباخ محاسبه شد .

معمولاً دامنه ضریب اعتماد آلفای کرونباخ از صفر) 1( به معنای عدم پایداری، تا مثبت یک) 1+( به معنای پایائی کامل قرار میگیرد و هر چه مقدار بدست آمده به عدد مثبت یک نزدیکتر باشد قابلیت اعتماد پرسشنامه بیشتر میشود. آلفای کرونباخ برای پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مسلش در جدول زیر ارائه شده است:

مقدار آلفای کرونباخ در پرسشنامه **فرسودگي تحصيلي مسلش**

|  |  |
| --- | --- |
| پایایی  | بعد  |
|  1/89 | خستگی عاطفی  |
|  1/84 | شک و بدبینی  |
|  1/67 | خودکارآمدی تحصیلی  |

**منبع**: رستمی، زینب، عابدی، محمدرضا، بی شوفلی، ویلمار) ،1391(، هنجاریابی مقیاس فرسودگی تحصیلی مسلش در دانشجویان زن دانشگاه اصفهان. رویکردهای آموزشی نوین، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه اصفهان، سال ششم، شناره 1، شماره پیاپی 13.

 *burnout.*  *- Maslach, C., Jackson, S. E. (*1981*). The measurement of experienced*

 *Journal of Occupational Behavior,* 2*,* 99113