**پرسشنامه فرسودگی تحصیلی ( School – Burnout Inventory)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| همیشه | خیلی از مواقع | بیشتر مواقع | نظری ندارم | گاهی | بندرت | هرگز | گویه | ردیف |
|  |  |  |  |  |  |  | احساس می کنم مطالعه مطالب درسی مرا از لحاظ هیجانی خسته می کند.  | 1 |
|  |  |  |  |  |  |  | از زمانی که در مدرسه ثبت نام کرده ام علاقه ام نسبت به مطالعه کم شده است.  | 2 |
|  |  |  |  |  |  |  | من می توانم به طور موثری مشکلاتی را که در تحصیلاتم بوجود می آیند، حل کنم.  | 3 |
|  |  |  |  |  |  |  | بعد از برگشتن از مدرسه احساس می کنم که مورد سوء استفاده قرار گرفته ام.  | 4 |
|  |  |  |  |  |  |  | اشتیاق من نسبت به مطالعه کم شده است. | 5 |
|  |  |  |  |  |  |  | باورم این است که در کلاس هایی که شرکت می کنم، حضور موثری دارم.  | 6 |
|  |  |  |  |  |  |  | هر روز که از خواب بر می خیزم از تصور این که روز دیگری به مدرسه بروم، احساس خستگی می کنم. | 7 |
|  |  |  |  |  |  |  | در مورد مفید و موثر بودن تحصیلاتم بدبین هستم.  | 8 |
|  |  |  |  |  |  |  | به نظر خود، دانش آموز خوبی هستم. | 9 |
|  |  |  |  |  |  |  | مطالعه و یا حضور در کلاس برای من واقعاً تنش زا است.  | 10 |
|  |  |  |  |  |  |  | در مورد اهمیت تحصیل تردید دارم.  | 11 |
|  |  |  |  |  |  |  | هنگام دستیابی به آرزوهایم با انگیزه می شوم.  | 12 |
|  |  |  |  |  |  |  | هنگام مطالعه احساس خستگی می کنم. | 13 |
|  |  |  |  |  |  |  | در طول تحصیل چیزهای جالب زیادی را آموخته ام.  | 14 |
|  |  |  |  |  |  |  | از این که در انجام تکالیف کلاسی موفقم احساس اعتماد به نفس می کنم.  | 15 |

**معرفی**

پرسشنامه فرسودگی تحصیلی مربوط به مدرسه[[1]](#footnote-1) توسط سالما- آرو و نا آتانن[[2]](#footnote-2) ( 2005) بر اساس مقیاس فرسودگی برگن[[3]](#footnote-3) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای 15 گویه است که سه بعد خستگی هیجانی (5گویه) ، بدبینی ( 4 گویه) و کارایی (6 گویه) را در بر می گیرد. این گویه ها در یک طیف هفت درجه ای هرگز (0)، بندرت(1) ، گاهی (2)، نظری ندارم (3). بیشتر مواقع (3) ، خیلی از مواقع(5)، همیشه (6) نمره گذاری می شود. نمره کل از مجموع نمرات 15 گویه بدست می آید و نمره های بین 0 تا 90 را در بر می گیرد، نمرات هر بعد از مجموع نمره گویه های آن بعد مطابق جدول ذیل بدست می آید.

|  |  |
| --- | --- |
| بعد | شماره گویه |
| خستگی هیجانی | 1 – 4- 7- 10- 13 |
| بدبینی | 2- 5- 8 – 11 |
| فقدان کارایی | 3- 6- 9- 12-14 – 15 |

**نمره گذاری:**

هرچه فرد در این مولفه ها نمره بالاتری کسب کند، نشان دهنده ی مشکل بزرگ تری در آن بعد است.

**پایایی و روایی**

این پرسشنامه استاندارد می باشد و توسط بدری گرگری و همکارانش (1391) ترجمه شده است. سالملا- آرو ، لسکینن و نورمی (2009) روایی و پایایی این پرسشنامه را مورد مطالعه قرار دادند. آن ها گزارش کرده اند مدل سه عاملی خستگی هیجانی، بدبینی و فقدان کارایی در مقایسه با مدل یک عاملی و دو عاملی برازندگی مناسبی دارد.

بدری گرگری و همکارانش (1391) پایایی کل پرسشنامه را 86/0 و پایی خرده مقیاس خستگی هیجانی برابر با 77/0، خرده مقیاس بدبینی برابر با 78/0 و خرده مقیاس فقدان کارایی 84/0 گزارش کرده اند.

**منبع:**

بدری گرگری، رحیم؛ مصر آبادی، جواد؛ پلنگی، مریم و فتحی، رحیمه (1391). ساختار عاملی پرسشنامه فرسودگی تحصیلی با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی در دانش آموزان متوسطه. فصلنامه اندازه گیری تربیتی، شماره 7. صص 180-164

1. \_ School – Burnout Inventory [↑](#footnote-ref-1)
2. - Naatanen [↑](#footnote-ref-2)
3. - Bergen [↑](#footnote-ref-3)