

## پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان بر مبنای کیفیت زندگی و هوش معنوی

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۸/۱۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۱/۲۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۱/۲۸

تاریخ چاپ اولیه: ۱۴۰۴/۱۲/۰۱

تاریخ چاپ نهایی: ۱۴۰۴/۱۲/۱۰

## چکیده

هدف این پژوهش پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان بر اساس کیفیت زندگی و هوش معنوی بود. این پژوهش از نوع همبستگی بود و جامعه آماری آن شامل کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه علامه طباطبایی در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بود که از میان آن‌ها ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه فرسودگی تحصیلی بر سو و همکاران (۱۹۹۷)، پرسشنامه کیفیت زندگی SF-۳۶، و پرسشنامه هوش معنوی کینگ (۲۰۰۸) بود. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و با بهره‌گیری از آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه) تحلیل شدند. نتایج نشان داد که بین کیفیت زندگی و فرسودگی تحصیلی رابطه منفی معنادار وجود دارد ( $r = -0.43, p < 0.001$ ) و همچنین بین هوش معنوی و فرسودگی تحصیلی نیز رابطه منفی معنادار مشاهده شد ( $r = -0.26, p < 0.001$ ). تحلیل رگرسیون نشان داد که این دو متغیر در مجموع توانستند حدود ۲۳ درصد از واریانس فرسودگی تحصیلی را تبیین کنند ( $R^2 = 0.227, p < 0.001$ )، به طوری که کیفیت زندگی سهم بیشتری در پیش‌بینی داشت. همچنین رابطه منفی معناداری بین معدل و فرسودگی تحصیلی مشاهده شد ( $r = -0.124, p = 0.003$ ). یافته‌ها نشان می‌دهد که کیفیت زندگی و هوش معنوی به عنوان منابع محافظتی مهم، نقش معناداری در کاهش فرسودگی تحصیلی دانشجویان دارند و ارتقای این عوامل می‌تواند به بهبود سلامت روان و عملکرد تحصیلی دانشجویان منجر شود.

**کلیدواژه‌گان:** فرسودگی تحصیلی، کیفیت زندگی، هوش معنوی، دانشجویان، سلامت روان

HEALTH PSYCHOLOGY AND  
BEHAVIORAL DISORDERS

روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری

محمدعلی اسلامی<sup>۱\*</sup>

۱. استادیار گروه روانشناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبایی،

تهران، ایران

\* ایمیل نویسنده مسئول:

eslami.ma@atu.ac.ir

شیوه استناددهی: اسلامی، محمدعلی. (۱۴۰۴). پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان بر مبنای کیفیت زندگی و هوش معنوی. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*, ۳(۴)، ۱-۱۴.



## Predicting Academic Burnout Based on Quality of Life and Spiritual Intelligence

Submit Date:  
2025-11-10

Revise Date:  
2026-02-10

Accept Date:  
2026-02-17

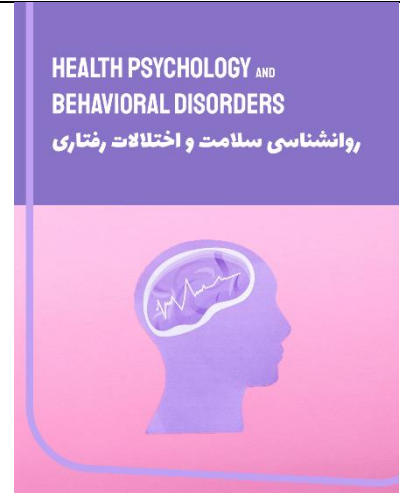
Initial Publish Date:  
2026-02-20

Final Publish Date:  
2026-03-01

### Abstract

The aim of this study was to predict academic burnout among university students based on quality of life and spiritual intelligence. This study employed a correlational design. The statistical population consisted of undergraduate students at Allameh Tabataba'i University during the 2022–2023 academic year, from which 300 participants were selected using random sampling. Data were collected using the Academic Burnout Questionnaire (Breso et al., 1997), the SF-36 Quality of Life Questionnaire, and the Spiritual Intelligence Scale (King, 2008). Data analysis was conducted using SPSS software, applying descriptive statistics (mean, standard deviation) and inferential statistics (Pearson correlation and multiple regression analysis). The results indicated a significant negative relationship between quality of life and academic burnout ( $r = -0.43$ ,  $p < 0.001$ ), as well as between spiritual intelligence and academic burnout ( $r = -0.26$ ,  $p < 0.001$ ). Multiple regression analysis revealed that these two variables jointly explained approximately 23% of the variance in academic burnout ( $R^2 = 0.227$ ,  $p < 0.001$ ), with quality of life showing a stronger predictive role. Additionally, a significant negative relationship was found between students' GPA and academic burnout ( $r = -0.124$ ,  $p = 0.03$ ). The findings suggest that quality of life and spiritual intelligence function as significant protective factors against academic burnout, and enhancing these variables may contribute to improved mental health and academic performance among students.

**Keywords:** *Academic burnout, quality of life, spiritual intelligence, students, mental health*

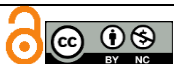


Mohammad Ali Eslami<sup>1\*</sup>

1. Assistant Professor of Educational Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran

\*Corresponding Author's Email:  
eslami.ma@atu.ac.ir

**How to cite:** Eslami, M.A. (2025). Predicting Academic Burnout Based on Quality of Life and Spiritual Intelligence. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 3(4), 1-14.



آموزش عالی به عنوان یکی از ارکان اصلی توسعه انسانی و اجتماعی، بستر مهمی برای رشد شناختی، هیجانی و حرفه‌ای افراد فراهم می‌آورد، اما در عین حال می‌تواند زمینه‌ساز بروز فشارهای روانی مزمن و چالش‌های سازگاری نیز باشد. در این میان، فرسودگی تحصیلی به عنوان یکی از پیامدهای جدی این فشارها، در سال‌های اخیر توجه گسترده پژوهشگران حوزه روان‌شناسی تربیتی و سلامت روان را به خود جلب کرده است. فرسودگی تحصیلی یک سندرم چندبعدی است که با خستگی هیجانی، بدبینی نسبت به فعالیت‌های تحصیلی و احساس ناکارآمدی مشخص می‌شود و می‌تواند پیامدهای منفی گسترده‌ای از جمله افت عملکرد تحصیلی، کاهش انگیزش، و افزایش مشکلات روان‌شناختی را به دنبال داشته باشد (Parker & Salmela-Aro, 2011; Salmela-Aro et al., 2009). مطالعات نشان می‌دهند که این پدیده نه تنها در سطح فردی بلکه در سطح نظام آموزشی نیز پیامدهای قابل توجهی دارد و می‌تواند بر کیفیت کلی آموزش عالی تأثیرگذار باشد (Ruz et al., 2018).

شیوع فرسودگی تحصیلی در میان دانشجویان به‌ویژه در سال‌های اخیر به سطح نگران‌کننده‌ای رسیده است. به عنوان مثال، مرور نظام‌مند انجام‌شده بر دانشجویان علوم پزشکی نشان داده است که درصد قابل توجهی از دانشجویان درجات متوسط تا شدید فرسودگی تحصیلی را تجربه می‌کنند (Kheireddin et al., 2021). همچنین پژوهش‌های ملی نشان داده‌اند که عوامل ساختاری مانند فشارهای آموزشی، رقابت شدید، و ضعف حمایت‌های روانی-اجتماعی از جمله تعیین‌کننده‌های اصلی این پدیده هستند (Alizadeh Aghdam et al., 2021; Khorasani, 2018). این وضعیت در کنار افزایش شیوع اختلالات روانی در میان دانشجویان، از جمله افسردگی و اضطراب، اهمیت بررسی عوامل پیش‌بینی‌کننده و محافظتی مرتبط با فرسودگی تحصیلی را دوچندان می‌سازد (Liu et al., 2019).

در پاسخ به این چالش، رویکردهای نوین در روان‌شناسی مثبت‌نگر بر شناسایی منابع درونی و عوامل محافظتی تمرکز کرده‌اند که می‌توانند در کاهش اثرات منفی استرس‌های تحصیلی نقش ایفا کنند. در این میان، کیفیت زندگی به عنوان یکی از مهم‌ترین شاخص‌های بهزیستی فردی مورد توجه قرار گرفته است. کیفیت زندگی سازه‌ای چندبعدی است که ابعاد جسمانی، روان‌شناختی، اجتماعی و محیطی زندگی فرد را در بر می‌گیرد و به عنوان شاخصی کلیدی در ارزیابی سلامت و رفاه انسان‌ها شناخته می‌شود (King, 2024). پژوهش‌ها نشان داده‌اند که کیفیت زندگی پایین با افزایش استرس، اضطراب و فرسودگی تحصیلی همراه است و بر عملکرد تحصیلی نیز تأثیر منفی دارد (Di Mario et al., 2024; Paredes Bermúdez et al., 2024).

مطالعات تجربی نیز به طور مداوم رابطه معکوس بین کیفیت زندگی و فرسودگی تحصیلی را تأیید کرده‌اند. برای مثال، یافته‌ها نشان می‌دهند که دانشجویانی که از کیفیت زندگی بالاتری برخوردارند، سطوح پایین‌تری از فرسودگی را تجربه می‌کنند (Sheikholeslami et al., 2015). همچنین پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که کیفیت زندگی با موفقیت تحصیلی و سازگاری آموزشی ارتباط مثبت دارد و می‌تواند به عنوان یک عامل محافظتی در برابر فشارهای تحصیلی عمل کند (Matlapeng et al., 2025). علاوه بر این، برخی مطالعات نشان داده‌اند که کیفیت زندگی نه تنها به طور مستقیم بر فرسودگی تأثیر می‌گذارد، بلکه در تعامل با سایر متغیرها مانند تنهایی و استرس نیز نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند (Tastekin & Kuru Alici, 2025).

در کنار کیفیت زندگی، هوش معنوی به عنوان یکی دیگر از منابع درونی مهم در سال‌های اخیر مورد توجه قرار گرفته است. هوش معنوی به عنوان توانایی فرد در استفاده از منابع معنوی برای حل مسائل، یافتن معنا در زندگی و ایجاد انسجام درونی تعریف می‌شود (King, 2008; King & DeCicco, 2009). این سازه شامل ابعادی مانند تفکر وجودی، معناجویی، آگاهی متعالی و گسترش آگاهی است و می‌تواند به فرد در مواجهه با چالش‌های زندگی کمک کند. مبانی نظری این مفهوم نشان می‌دهد که هوش معنوی می‌تواند به عنوان یک منبع مهم برای افزایش تاب‌آوری و کاهش استرس عمل کند (Sohrabi, 2008).

پژوهش‌های تجربی نیز نقش مهم هوش معنوی در سلامت روان و کاهش فرسودگی را تأیید کرده‌اند. برای مثال، نتایج نشان می‌دهد که معنویت و هوش معنوی با افزایش رضایت از زندگی و کاهش پریشانی روانی مرتبط هستند (Rogers, 2013). همچنین مطالعات جدید نشان داده‌اند که هوش معنوی می‌تواند به طور مستقیم و غیرمستقیم از طریق افزایش تاب‌آوری و شادی، بر کاهش فرسودگی تأثیرگذار باشد (Lewis et al., 2025; Louis et al., 2025). در پژوهش‌های داخلی نیز رابطه مثبت بین هوش معنوی و بهزیستی روان‌شناختی و تاب‌آوری گزارش شده است (Jafari et al., 2022).

یکی از مکانیسم‌های مهم تأثیر هوش معنوی بر فرسودگی، فرآیند معنابخشی به تجارب است. بر اساس دیدگاه‌های نظری، افراد با سطح بالاتر هوش معنوی قادرند فشارهای تحصیلی را در قالب یک چارچوب معنایی گسترده‌تر تفسیر کنند و از این طریق شدت استرس ادراک‌شده را کاهش دهند (Pargament, 2013). علاوه بر این، شواهد نشان می‌دهد که هوش معنوی با فعال‌سازی سازوکارهای تنظیم هیجان و کاهش واکنش‌های منفی، نقش مهمی در پیشگیری از فرسودگی ایفا می‌کند (Cortina et al., 2021).

در سال‌های اخیر، مطالعات پیشرفته‌تری به بررسی روابط پیچیده بین متغیرهای روان‌شناختی و فرسودگی تحصیلی پرداخته‌اند. برای مثال، پژوهش‌های طولی نشان داده‌اند که هوش معنوی می‌تواند نقش میانجی در رابطه بین استرس تحصیلی و فرسودگی ایفا کند (Wei et al., 2025). همچنین مدل‌های زنجیره‌ای نشان داده‌اند که متغیرهایی مانند پذیرش خود و ادراک استرس می‌توانند در تعامل با هوش معنوی بر فرسودگی تأثیرگذار باشند (Wu et al., 2025). از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که فرسودگی تحصیلی می‌تواند از طریق متغیرهایی مانند تنهایی، رضایت از زندگی را کاهش دهد و به افت کیفیت زندگی منجر شود (Liu et al., 2025).

با وجود پیشرفت‌های قابل توجه در این حوزه، هنوز شکاف‌های مهمی در ادبیات پژوهشی وجود دارد. بسیاری از مطالعات به بررسی روابط دوتایی بین متغیرها پرداخته‌اند و کمتر به بررسی همزمان نقش چندین عامل محافظتی پرداخته‌اند. علاوه بر این، برخی پژوهش‌ها نتایج متناقضی در مورد نقش کیفیت زندگی در پیش‌بینی فرسودگی گزارش کرده‌اند (Valdivia-Mondragón et al., 2025). همچنین مرورهای نظام‌مند نشان می‌دهند که اگرچه شواهد قابل توجهی در مورد نقش معنویت و بهزیستی معنوی وجود دارد، اما هنوز نیاز به پژوهش‌های تجربی بیشتر برای تبیین دقیق این روابط احساس می‌شود (Kloka, 2024; Klokočka, 2025).

از سوی دیگر، اهمیت زمینه‌های فرهنگی در مطالعه این متغیرها نباید نادیده گرفته شود. در جوامعی مانند ایران که معنویت و ارزش‌های فرهنگی نقش پررنگی در زندگی افراد دارند، بررسی نقش هوش معنوی در کنار کیفیت زندگی می‌تواند به درک عمیق‌تری از سازوکارهای مقابله‌ای دانشجویان منجر شود (Sadat Raghīb et al., 2011). این موضوع می‌تواند به طراحی مداخلات بومی و مؤثر برای کاهش فرسودگی تحصیلی کمک کند.

در مجموع، با توجه به شیوع بالای فرسودگی تحصیلی، پیامدهای منفی آن بر سلامت روان و عملکرد تحصیلی، و نقش بالقوه عوامل محافظتی مانند کیفیت زندگی و هوش معنوی، بررسی همزمان این متغیرها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. بنابراین، هدف این پژوهش پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانشجویان بر اساس کیفیت زندگی و هوش معنوی می‌باشد.

## روش‌شناسی

از آنجایی که این پژوهش، رابطه بین هوش معنوی و سلامت روانی - جسمانی را با فرسودگی تحصیلی می‌سنجد، بنابراین این پژوهش از نوع همبستگی بوده و لذا روابط بین متغیرها با استفاده از روش همبستگی ساده و چندگانه مورد بررسی قرار می‌گیرند. در این پژوهش، جامعه آماری، کلیه دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه علامه طباطبایی تهران بودند که در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ به تحصیل اشتغال داشتند. در این پژوهش پرسشنامه‌های سه متغیر فرسودگی تحصیلی، هوش معنوی و کیفیت زندگی در طول مدت سه هفته در خرداد ماه سال ۱۴۰۳ در بین ۳۰۰ نفر از دانشجویان دوره کارشناسی دختر و دانشگاه علامه طباطبایی به نسبت ۶۵ به ۳۵ درصد (دختر به پسر) توزیع شد.

پرسشنامه فرسودگی تحصیلی: این پرسشنامه را برسو و همکاران (۱۹۹۷) ساخته اند. این پرسشنامه سه حیطه فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی علاقه‌گی تحصیلی، و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه مذکور ۱۵ ماده دارد که با روش درجه بندی لیکرت ۵ درجه‌ای کاملاً مختلف تا کاملاً موافق توسط آزمودنیها درجه بندی شده است. خستگی تحصیلی ۵ ماده (مطالب درسی خسته کننده هستند)، بی علاقه‌گی تحصیلی ۴ ماده (احساس می‌کنم نسبت به مطالب درسی علاقه ای ندارم) و ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده (احساس می‌کنم نمی‌توانم از عهده مشکلات درسی برپایم) دارد. پایایی پرسشنامه را سازندگان آن به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۸۲، و ۰/۷۵ برای سه حیطه فرسودگی تحصیلی محاسبه کرده اند. اعتبار پرسشنامه راحققان با روش تحلیل عامل تاییدی محاسبه شده که شاخص‌های برازندگی تطبیقی (CFI) شاخص برازندگی افزایشی (IFI) و شاخص جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) مطلوب گزارش کرده اند. نعامی (۱۳۸۸) پایایی این پرسشنامه را برای خستگی تحصیلی ۰/۷۹، برای بی علاقه‌گی تحصیلی ۰/۸۲ و برای ناکارآمدی تحصیلی ۰/۷۵ محاسبه کرده است. وی ضرایب اعتبار این پرسشنامه را از طریق همبسته کردن آن با پرسشنامه فشارزاهای دانشجویی به دست آورده است که به ترتیب برابر ۰/۳۸، ۰/۴۲، ۰/۴۵ محاسبه شده که در سطح  $P < /0.01$  معنی دار است.

پرسشنامه کیفیت زندگی ویر(SF36 (V2): این پرسشنامه، سلامت روانی و جسمانی را از طریق ۸ مقیاس می‌سنجد. این ۸ مقیاس شامل کارکرد جسمانی، نقش جسمانی، درد بدنی، سلامت عمومی، سرزندگی، کارکرد اجتماعی، نقش هیجانی، و سلامت روانی هستند. سه مقیاس "دردجسمانی"، "نقش جسمانی"، و "کارکرد جسمانی"، همبستگی بالایی با مولفه جسمانی دارند. مولفه سلامت روانی نیز همبستگی زیادی با مقیاس‌های "سلامت روانی"، "نقش هیجانی"، و "کارکرد اجتماعی" دارد. اعتبار ۸ مقیاس و دو مولفه SF36 (V2) با استفاده از روشهای همسانی درونی و بازآزمایی محاسبه شده است. اکثر مطالعات (بیشتر از ۲۵ مورد) نشاندهنده ضریب اعتبار بالاتر از ۰/۸۰ هستند. در مروری بر ۱۵ مطالعه منتشر شده روشن شد که میانگین ضریب اعتبار برای ۸ مقیاس مساوی یا بیشتر از ۰/۸۰ بوده است؛ به استثنای کارکرد اجتماعی که میانگین آن در مطالعات ۰/۷۶ بود. به علاوه اعتبار ۰/۹۳. برای مقیاس سلامت روانی گزارش شده است. مطالعات مربوط به روایی محتوا، همزمانی، ملاک و سازه، نشان دهنده روایی این پرسشنامه هستند. روایی هر کدام از ۸ مقیاس و ۲ مولفه نشان داده است که این دو مولفه از هم متفاوت هستند. همانطور که مطالعات تحلیل عاملی مربوط به روایی سازه نیز این مساله را نشان می‌دهد. مقیاسهای سلامت روانی، نقش هیجانی و کارکرد اجتماعی روایی بیشتری برای اندازه گیری عامل سلامت روانی دارند. همچنین مقیاسهای کارکرد جسمانی، نقش جسمانی، و درد بدنی در اندازه گیری عامل سلامت جسمانی از روایی بیشتری برخوردارند؛ این موضوع در مطالعات طولی و فرهنگی نیز مورد تایید قرار گرفته است. این پرسشنامه ۳۶ ماده دارد و مقیاس پاسخگویی آن لیکرتی می‌باشد.

پرسشنامه هوش معنوی (SISRI-24): این پرسشنامه که توسط کینگ(۲۰۰۸) ساخته شده است، دارای ۲۴ آیت می‌باشد. این پرسشنامه براساس مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت پر می‌شود. نمرات بالا نشان دهنده هوش معنوی بالا و یا وجودی چنین ظرفیتی است. با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی ۶۱۹ نفری از دانشجویان دانشگاه ترنت کانادا در سال ۲۰۰۷ آلفای کرونباخ ۰/۹۵، و پایایی از طریق تنصیف ۰/۸۴، به دست آمد. در یک مطالعه دیگر با استفاده از روش تحلیل عاملی تایید، آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و آلفای استاندارد شده نیز ۰/۹۲، به دست آمد. در مطالعه رقیب و همکاران (۱۳۸۷) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۹، و همچنین ضریب اعتبار پرسشنامه هوش معنوی از طریق باز آزمایی در یک نمونه ۷۰ نفری به فاصله زمانی متوسط ۲ هفته ۰/۶۷، محاسبه شد.

در این پژوهش به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS از روش‌های آماری زیر استفاده شد است: روش‌های آمار توصیفی: محاسبه میانگین، انحراف معیار، واریانس، حداکثر و حداقل نمره افراد و از روش‌های آمار استنباطی مانند: ضریب همبستگی ساده پیرسون و رگرسیون استفاده شد.

<sup>1</sup> - king

<sup>۲</sup> -exploratory factor analysis

<sup>۳</sup> -confirmatory factor analysis

در جدول یک یافته‌های توصیفی این پژوهش شامل میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره‌های دانشجویان در متغیرهای پژوهش ارائه شده است.

جدول ۱: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمره‌های دانشجویان در متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره
هوش معنوی	۸۸/۶۱	۱۱/۹۹	۵۰	۱۱۵
سلامت روانی-جسمانی	۱۱۶/۰۲	۱۹/۲۱	۶۴	۱۶۴
فرسودگی تحصیلی	۴۸/۳۷	۱۰/۰۳	۱۵	۷۲
خستگی تحصیلی	۱۵/۳۶	۴/۲۵	۵	۲۵
بی‌علاقگی تحصیلی	۱۲/۶۷	۴/۱۳	۴	۲۰
ناکارآمدی تحصیلی	۲۰/۳۳	۳/۸۴	۶	۳۰

در ادامه نتایج آزمون همبستگی ارائه شده است.

جدول ۲: ضریب همبستگی ساده هوش معنوی با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن به‌مراه سطوح معناداری

متغیر پیش بین	فرسودگی تحصیلی		بی‌علاقگی تحصیلی		خستگی تحصیلی		ناکارآمدی تحصیلی	
	P	R	p	R	P	r	P	r
هوش معنوی	۰/۰۰۰۱	-/۲۶	۰/۰۰۱	-/۱۹	۰/۰۰۲	-/۱۸	۰/۰۰۰۱	-/۲۹

نتایج ضرایب همبستگی متغیر هوش معنوی برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی و خرده مولفه‌های آن در جدول ۲ آورده شده است. همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، رابطه بین هوش معنوی با خستگی تحصیلی  $-/۱۸$ ، با بی‌علاقگی تحصیلی  $-/۱۹$ ، با احساس ناکارآمدی تحصیلی  $-/۲۹$ ، و با فرسودگی تحصیلی  $-/۲۶$  می‌باشد که همه این ضرایب در سطح کمتر از  $P < ۰/۰۱$  معنادار است.

جدول ۳: ضریب همبستگی کیفیت زندگی با فرسودگی تحصیلی و ابعاد آن به‌مراه سطوح معناداری

متغیر پیش بین	فرسودگی تحصیلی		بی‌علاقگی تحصیلی		خستگی تحصیلی		ناکارآمدی تحصیلی	
	P	R	p	R	P	r	P	r
کیفیت زندگی	۰/۰۰۰۱	-/۴۳	۰/۰۰۰۱	-/۳۰	۰/۰۰۰۱	-/۳۹	۰/۰۰۰۱	-/۳۷

نتایج ضرایب همبستگی متغیر کیفیت زندگی برای پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی و خرده مولفه‌های آن در جدول ۳ آورده شده است. همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، رابطه بین کیفیت زندگی با خستگی تحصیلی  $-/۳۹$ ، با بی‌علاقگی تحصیلی  $-/۳۰$ ، با احساس ناکارآمدی تحصیلی  $-/۳۷$ ، و با فرسودگی تحصیلی  $-/۴۳$  می‌باشد که همه این ضرایب در سطح کمتر از  $P < ۰/۰۱$  معنادار است.

برای بررسی همبستگی چندگانه بین هوش معنوی و کیفیت زندگی با فرسودگی تحصیلی، از تحلیل رگرسیون با روش مرحله‌ای (Stepwise) و ورود مکرر (Enter)، استفاده شده است. جدول ۴ نتایج تحلیل رگرسیون مربوط به هوش معنوی و سلامت روانی-جسمانی با فرسودگی تحصیلی را با روش ورود مکرر (Enter) نشان می‌دهد.

جدول ۴: ضرایب همبستگی چندگانه کیفیت زندگی و هوش معنوی با فرسودگی تحصیلی با روش ورود مکرر (Enter)

شاخص آماری	همبستگی چندگانه	ضریب تعیین RS	نسبت F احتمال p	ضرایب رگرسیون (β) و B)	مقدار ثابت (a)
متغیرهای پیش بین	MR			۱	۲
کیفیت زندگی	/۴۳۵	۰/۱۸۹	F=۶۳/۶۴ p<۰/۰۰۰۱	B= -/۲۲۷ β= -/۴۳۵ t= ۷/۹۷۸ p=۰/۰۰۰۱	۲۲/۰۱
هوش معنوی	/۴۷۶	۰/۲۲۷	F=۳۹/۸۷ p<۰/۰۰۰۱	B= -/۲۰۹ β= -/۳۹۹ t= ۷/۳۶۴ p=۰/۰۰۰۱	۹/۵۵

همان طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، بر اساس نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش ورود مکرر، ضریب همبستگی چندگانه برای ترکیب خطی متغیرهای کیفیت زندگی و هوش معنوی با فرسودگی تحصیلی برابر  $MR=۰/۴۷۶$  و ضریب تعیین برابر  $RS=۰/۲۲۷$  می‌باشد که در سطح  $p<۰/۰۰۰۱$  معنی‌دار است. با توجه به ضریب تعیین به دست آمده، مشخص شده است که حدود ۲۳ درصد واریانس فرسودگی تحصیلی توسط متغیرهای پیش بین، تبیین شده است.

با توجه به این که متغیرهای مستقل برای بررسی رابطه چندگانه با متغیر وابسته، شامل دو متغیر کیفیت زندگی و هوش معنوی می‌باشند، لذا نتایج رگرسیون به روش ورود مکرر و مرحله‌ای تفاوتی نخواهد کرد و از آنجا که در روش ورود مکرر، متغیرهای مستقل بر اساس قدرت رابطه ساده با متغیر وابسته، و با این ترتیب به معادله رگرسیون وارد شده اند، نتایج جدول مرحله‌ای نیز دقیقاً مشابه جدول ورود مکرر خواهد بود. لذا از تکرار آن خودداری می‌شود و توضیحات قابل قید، به ترتیب بالا خواهد بود. یافته جانبی این پژوهش رابطه متغیر معدل با فرسودگی تحصیلی مورد بود که در جدول ۵ ضریب همبستگی ساده بین معدل و فرسودگی تحصیلی را نشان می‌دهد.

جدول ۵. ضریب همبستگی ساده معدل با فرسودگی تحصیلی

متغیر پیش بین	متغیر ملاک (فرسودگی تحصیلی)
معدل	ضریب همبستگی
	سطح معنی داری
	۰/۰۳
	-/۱۲۴

همانطور که جدول بالا نشان می‌دهد، میزان رابطه یا همبستگی بین نمرات معدل دانشجویان و فرسودگی تحصیلی آن‌ها برابر با  $-/۱۲۴$  می‌باشد که این ضریب همبستگی در سطح  $p=۰/۰۳$  معنی‌دار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش با هدف پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس کیفیت زندگی و هوش معنوی نشان داد که هر دو متغیر مذکور با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی و معناداری دارند و به‌طور همزمان توانستند بخش معناداری از واریانس این سازه را تبیین کنند. به طور مشخص، نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که کیفیت زندگی دارای رابطه منفی قوی‌تری با فرسودگی تحصیلی است، در حالی که هوش معنوی نیز به‌عنوان یک پیش‌بین معنادار اما با شدت کمتر عمل می‌کند. همچنین تحلیل رگرسیون نشان داد که ترکیب این دو متغیر قادر است حدود یک‌چهارم تغییرات فرسودگی تحصیلی را تبیین نماید که بیانگر نقش قابل توجه منابع درونی و بیرونی در شکل‌گیری یا کاهش

این پدیده است. این یافته‌ها در مجموع تأییدکننده فرضیات پژوهش بوده و نشان می‌دهد که فرسودگی تحصیلی نه تنها تحت تأثیر فشارهای محیطی، بلکه به شدت وابسته به منابع روان‌شناختی و وجودی فرد است.

در تبیین رابطه منفی بین کیفیت زندگی و فرسودگی تحصیلی، می‌توان به این نکته اشاره کرد که کیفیت زندگی به عنوان یک سازه چندبعدی، مجموعه‌ای از منابع جسمانی، روانی و اجتماعی را در اختیار فرد قرار می‌دهد که در مواجهه با فشارهای تحصیلی نقش حفاظتی ایفا می‌کنند. یافته حاضر با نتایج مطالعات پیشین همسو است که نشان داده‌اند کیفیت زندگی پایین با افزایش استرس، اضطراب و فرسودگی تحصیلی همراه است (Di Mario et al., 2024). همچنین پژوهش‌های انجام‌شده در بین دانشجویان نشان داده‌اند که کیفیت زندگی با عملکرد تحصیلی و موفقیت آموزشی ارتباط مثبت دارد و می‌تواند نقش کلیدی در کاهش پیامدهای منفی محیط‌های آموزشی ایفا کند (Matlapeng et al., 2025; Paredes Bermúdez et al., 2024). در همین راستا، یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج داخلی نیز همخوانی دارد که رابطه معکوس بین کیفیت زندگی و فرسودگی تحصیلی را گزارش کرده‌اند (Sheikholeslami et al., 2015).

تبیین نظری این یافته را می‌توان در چارچوب مدل‌های منابع-تنش و همچنین رویکرد زیستی-روان‌شناختی-اجتماعی انجام داد. بر اساس این دیدگاه‌ها، هنگامی که منابع فردی مانند سلامت جسمانی، حمایت اجتماعی و رفاه روانی در سطح مطلوبی قرار داشته باشند، فرد قادر است با فشارهای محیطی مقابله کند و از تبدیل استرس به فرسودگی جلوگیری نماید. در مقابل، کاهش کیفیت زندگی موجب تضعیف این منابع شده و فرد را در برابر فشارهای تحصیلی آسیب‌پذیر می‌سازد. مطالعات جدید نیز نشان داده‌اند که کیفیت زندگی می‌تواند از طریق متغیرهای واسطه‌ای مانند تنهایی و استرس، بر فرسودگی تأثیرگذار باشد (Liu et al., 2025; Tastekin & Kuru Ahci, 2025). بنابراین، کیفیت زندگی را می‌توان به عنوان یک «سپر روانی» در برابر فرسودگی تحصیلی در نظر گرفت.

در خصوص یافته دوم پژوهش، یعنی رابطه منفی بین هوش معنوی و فرسودگی تحصیلی، نتایج نشان داد که دانشجویانی که از سطح بالاتری از هوش معنوی برخوردارند، میزان کمتری از فرسودگی تحصیلی را تجربه می‌کنند. این یافته با مطالعات متعدد همسو است که نقش معنویت و هوش معنوی را در کاهش استرس و بهبود سلامت روان تأیید کرده‌اند (Rogers, 2013). همچنین پژوهش‌های جدید نشان داده‌اند که هوش معنوی از طریق افزایش تاب‌آوری و شادی، به طور مستقیم و غیرمستقیم به کاهش فرسودگی کمک می‌کند (Lewis et al., 2025; Louis et al., 2025). در پژوهش‌های داخلی نیز رابطه مثبت بین هوش معنوی و بهزیستی روان‌شناختی و تاب‌آوری گزارش شده است (Jafari et al., 2022).

از منظر نظری، هوش معنوی با فراهم آوردن چارچوبی برای معنابخشی به تجربیات زندگی، به فرد کمک می‌کند تا فشارهای تحصیلی را به‌عنوان بخشی از مسیر رشد شخصی درک کند. این فرآیند معنابخشی باعث کاهش ادراک تهدید و افزایش تحمل‌پذیری شرایط دشوار می‌شود (Pargament, 2013). علاوه بر این، هوش معنوی با فعال‌سازی راهبردهای تنظیم هیجان و ایجاد آرامش درونی، واکنش‌های فیزیولوژیک و روان‌شناختی به استرس را تعدیل می‌کند (Cortina et al., 2021). در نتیجه، دانشجویان دارای هوش معنوی بالا کمتر در معرض فرسودگی مزمن قرار می‌گیرند.

یافته‌های این پژوهش همچنین نشان داد که کیفیت زندگی نسبت به هوش معنوی سهم بیشتری در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دارد. این نتیجه می‌تواند بیانگر آن باشد که عوامل عینی‌تر و ملموس‌تر زندگی مانند سلامت جسمانی، شرایط محیطی و روابط اجتماعی، نقش فوری‌تری در تجربه فرسودگی ایفا می‌کنند، در حالی که هوش معنوی بیشتر به عنوان یک منبع عمیق‌تر و بلندمدت عمل می‌کند. این یافته با برخی مطالعات همسو است که نشان داده‌اند کیفیت زندگی تأثیر مستقیم‌تری بر فرسودگی دارد (Valdivia-Mondragón et al., 2025). با این حال، پژوهش‌های جدید نشان می‌دهند که هوش معنوی می‌تواند در قالب یک متغیر میانجی یا تعدیل‌گر، نقش مهمی در کاهش اثرات منفی استرس ایفا کند (Wei et al., 2025; Wu et al., 2025).

در مجموع، نتایج این پژوهش با چارچوب‌های نظری موجود در حوزه فرسودگی تحصیلی همخوانی دارد و نشان می‌دهد که این پدیده حاصل تعامل پیچیده بین عوامل محیطی و منابع فردی است. پژوهش‌های پیشین نیز تأکید کرده‌اند که فرسودگی تحصیلی زمانی رخ می‌دهد که تقاضاهای محیطی از منابع فردی فراتر رود (Parker & Salmela-Aro, 2011). در این راستا، کیفیت زندگی و هوش معنوی به عنوان دو منبع مهم می‌توانند در کاهش این عدم تعادل نقش اساسی ایفا کنند. همچنین یافته‌های این پژوهش با مطالعات اولیه درباره ماهیت چندبعدی فرسودگی تحصیلی و ارتباط آن با علائم افسردگی و استرس همسو است (Salmela-Aro et al., 2009; Salmela-Aro et al., 2008). با توجه به نتایج به‌دست‌آمده، می‌توان نتیجه گرفت که توجه به ابعاد مختلف کیفیت زندگی و تقویت هوش معنوی در دانشجویان می‌تواند راهبردی مؤثر برای پیشگیری و کاهش فرسودگی تحصیلی باشد. این امر به ویژه در بافت‌های فرهنگی که معنویت نقش مهمی در زندگی افراد دارد، اهمیت بیشتری پیدا می‌کند (Kloka, 2024; Klokočka, 2025). در نهایت، یافته‌های این پژوهش بر ضرورت اتخاذ رویکردی جامع در مواجهه با فرسودگی تحصیلی تأکید دارد که در آن همزمان به عوامل روان‌شناختی، اجتماعی و معنوی توجه شود.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش استفاده از طرح همبستگی بود که امکان استنتاج روابط علی بین متغیرها را محدود می‌سازد. همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی قرار گرفته باشد. محدود بودن نمونه به دانشجویان یک دانشگاه نیز تعمیم‌پذیری نتایج را به سایر جمعیت‌ها با احتیاط همراه می‌کند. علاوه بر این، عدم کنترل برخی متغیرهای مداخله‌گر مانند وضعیت اقتصادی، شرایط خانوادگی و ویژگی‌های شخصیتی می‌تواند بر نتایج تأثیر گذاشته باشد.

پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده از طرح‌های طولی و آزمایشی برای بررسی روابط علی بین کیفیت زندگی، هوش معنوی و فرسودگی تحصیلی استفاده شود. همچنین بررسی نقش متغیرهای میانجی و تعدیل‌گر مانند تاب‌آوری، حمایت اجتماعی و تنظیم هیجان می‌تواند به درک عمیق‌تر سازوکارهای مؤثر در این حوزه کمک کند. انجام پژوهش‌های مقایسه‌ای در فرهنگ‌ها و دانشگاه‌های مختلف نیز می‌تواند به تعمیم‌پذیری یافته‌ها بیفزاید.

با توجه به یافته‌های پژوهش، توصیه می‌شود برنامه‌های مداخله‌ای در دانشگاه‌ها با هدف ارتقای کیفیت زندگی دانشجویان از طریق بهبود شرایط آموزشی، رفاهی و اجتماعی طراحی و اجرا شوند. همچنین برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای تقویت هوش معنوی و مهارت‌های معنابخشی به زندگی می‌تواند در کاهش فرسودگی تحصیلی مؤثر باشد. مراکز مشاوره دانشگاهی نیز می‌توانند با شناسایی دانشجویان در معرض خطر و ارائه خدمات حمایتی، نقش مهمی در پیشگیری از این پدیده ایفا کنند.

## مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

## موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

## تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

## تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

## شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی راییت ارسال خواهد شد.

## حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

## چکیده گسترده

## EXTENDED ABSTRACT

### Introduction

Higher education represents a critical developmental stage characterized by intensive cognitive demands, identity formation, and increased exposure to psychosocial stressors. Within this context, academic burnout has emerged as a significant psychological concern among university students, reflecting a chronic response to prolonged academic stress. Academic burnout is typically conceptualized as a multidimensional construct comprising emotional exhaustion, cynicism toward academic tasks, and a reduced sense of academic efficacy (Parker & Salmela-Aro, 2011; Salmela-Aro et al., 2009). Empirical evidence indicates that academic burnout is associated with a wide range of adverse outcomes, including decreased academic performance, increased dropout rates, and heightened vulnerability to mental health disorders such as depression and anxiety (Liu et al., 2019; Ruz et al., 2018).

Recent studies suggest that the prevalence of academic burnout among university students is alarmingly high, particularly in demanding academic fields. For instance, systematic reviews have demonstrated that a substantial proportion of students experience moderate to severe levels of burnout, highlighting the urgency of identifying its underlying predictors and protective factors (Kheireddin et al., 2021). Furthermore, structural and contextual factors such as academic pressure, competitive environments, and insufficient psychosocial support systems have been identified as key contributors to burnout in higher education settings (Alizadeh Aghdam et al., 2021; Khorasani, 2018).

In response to this growing concern, contemporary psychological approaches have increasingly focused on the role of protective resources that can buffer the negative effects of academic stress. Among these, quality of life has gained prominence as a comprehensive indicator of individual well-being. Quality of life encompasses multiple domains, including physical health, psychological well-being, social relationships, and environmental conditions, and reflects an individual's subjective evaluation of their overall life situation (King, 2024). Research has consistently demonstrated that higher levels of quality of life are associated with better academic outcomes and lower levels of stress and burnout (Di Mario et al., 2024; Paredes Bermúdez et al., 2024). Conversely, poor quality of life has been linked to increased emotional distress and diminished academic engagement.

Another critical factor that has received increasing attention is spiritual intelligence. Spiritual intelligence refers to the capacity to utilize spiritual resources, values, and beliefs to enhance functioning and solve

problems in everyday life (King, 2008; King & DeCicco, 2009). It involves dimensions such as existential thinking, meaning-making, transcendental awareness, and expanded states of consciousness. Theoretical perspectives suggest that spiritual intelligence can serve as a psychological resource that promotes resilience, emotional regulation, and adaptive coping strategies (Sohrabi, 2008).

Empirical findings support the protective role of spiritual intelligence in academic contexts. Studies have shown that higher levels of spirituality and spiritual intelligence are associated with lower levels of burnout and psychological distress, as well as higher levels of life satisfaction and well-being (Rogers, 2013). Moreover, recent research highlights the role of spiritual intelligence in enhancing resilience and happiness, thereby indirectly reducing burnout (Lewis et al., 2025; Louis et al., 2025). In addition, spiritual intelligence has been found to mediate the relationship between academic stress and burnout, suggesting that it can influence how individuals perceive and respond to stressors (Wei et al., 2025).

Despite the growing body of research, several gaps remain. Many studies have examined the effects of quality of life and spiritual intelligence independently, with limited attention to their combined influence on academic burnout. Furthermore, inconsistencies in findings, particularly regarding the relative strength of these predictors, underscore the need for further investigation (Valdivia-Mondragón et al., 2025). Additionally, cultural factors may play a significant role in shaping these relationships, especially in societies where spirituality constitutes an integral aspect of daily life (Sadat Raghīb et al., 2011).

Given these considerations, the present study aims to examine the predictive role of quality of life and spiritual intelligence in academic burnout among university students, thereby contributing to a more comprehensive understanding of the protective mechanisms underlying student well-being.

### **Methods and Materials**

The present study employed a correlational research design to examine the relationships among academic burnout, quality of life, and spiritual intelligence. The statistical population consisted of undergraduate students enrolled at Allameh Tabataba'i University during the 2022–2023 academic year. A sample of 300 students was selected using random sampling procedures, ensuring adequate representation across academic disciplines and demographic characteristics.

Data were collected using three standardized instruments. Academic burnout was assessed using the Bresó et al. (1997) Academic Burnout Questionnaire, which measures three dimensions: emotional exhaustion, cynicism, and academic inefficacy. Quality of life was measured using the SF-36 Health Survey, a widely used instrument that evaluates physical and mental health across eight domains. Spiritual intelligence was assessed using the Spiritual Intelligence Self-Report Inventory (SISRI-24) developed by King (2008), which captures multiple dimensions of spiritual functioning.

Data analysis was conducted using SPSS software. Descriptive statistics, including means and standard deviations, were calculated to summarize the data. Inferential analyses included Pearson correlation coefficients to examine bivariate relationships among variables and multiple regression analysis to assess the predictive power of quality of life and spiritual intelligence on academic burnout.

### **Findings**

Descriptive statistics indicated moderate levels of academic burnout among the participants, with variability across its subcomponents, including emotional exhaustion, cynicism, and academic inefficacy. The mean scores suggested that while some students experienced relatively low burnout, a considerable proportion reported elevated levels, indicating the relevance of this issue within the sample.

Correlation analysis revealed significant negative relationships between quality of life and academic burnout, as well as between spiritual intelligence and academic burnout. Specifically, higher levels of quality of life were associated with lower levels of overall burnout and its subdimensions. Similarly, higher spiritual intelligence scores corresponded to reduced burnout levels, indicating the protective role of this construct.

Multiple regression analysis demonstrated that quality of life and spiritual intelligence jointly predicted academic burnout. The combined model explained approximately 23% of the variance in burnout scores, indicating a moderate level of explanatory power. Among the predictors, quality of life emerged as the stronger predictor, contributing more substantially to the variance in burnout, while spiritual intelligence also made a significant but smaller contribution.

Additionally, the results indicated a significant negative relationship between students' grade point average (GPA) and academic burnout, suggesting that students with higher academic performance tended to experience lower levels of burnout.

### Discussion and Conclusion

The findings of this study highlight the significant role of both quality of life and spiritual intelligence as protective factors against academic burnout among university students. The observed negative relationship between quality of life and burnout suggests that students who experience greater physical well-being, psychological stability, and social support are better equipped to cope with academic stress and demands. This underscores the importance of addressing students' overall life conditions, rather than focusing solely on academic factors, in efforts to reduce burnout.

The results also demonstrate that spiritual intelligence plays a meaningful role in mitigating burnout. Students with higher levels of spiritual intelligence appear to possess greater capacity for meaning-making and emotional regulation, which enables them to reinterpret academic challenges as opportunities for growth rather than as threats. This cognitive reframing process may reduce the perceived intensity of stressors and enhance resilience in the face of adversity.

Importantly, the findings indicate that quality of life has a stronger predictive effect on burnout compared to spiritual intelligence. This may reflect the more immediate and tangible nature of quality of life factors, such as health and environmental conditions, which directly influence daily functioning. In contrast, spiritual intelligence may operate as a deeper, more enduring resource that shapes individuals' long-term coping strategies.

The combined predictive power of quality of life and spiritual intelligence suggests that academic burnout is a multifaceted phenomenon influenced by both external and internal resources. Therefore, interventions aimed at reducing burnout should adopt a holistic approach that simultaneously addresses students' living conditions, psychological well-being, and spiritual development.

In conclusion, this study provides empirical evidence supporting the importance of quality of life and spiritual intelligence in understanding and predicting academic burnout. Enhancing these protective factors may serve as an effective strategy for promoting student well-being and improving academic outcomes.

فهرست منابع

### References

- Alizadeh Aghdam, M. B., Abbaszadeh, M., & Saei, M. (2021). A Sociological Study of Academic Burnout Among Students: The Case of Students at the University of Tabriz. *Iranian Journal of Social Studies*, 15(3), 7-28. [https://jsr.ut.ac.ir/article\\_86377.html](https://jsr.ut.ac.ir/article_86377.html)
- Cortina, M. A., Stein, G. L., & Ruvalcaba, Y. (2021). Resilience in Latinx Youth: A Critical Review of the Literature. *American Journal of Community Psychology*, 67(1-2), 157-173.
- Di Mario, S., Rollo, E., Gabellini, S., & Filomeno, L. (2024). How Stress and Burnout Impact the Quality of Life Amongst Healthcare Students: An Integrative Review of the Literature. *Teaching and Learning in Nursing*, 19(4), e789-e796. <https://doi.org/10.1016/j.teln.2024.04.009>
- Jafari, M., Farahbakhsh, K., & Sahebi, A. (2022). The Relationship of Self-Compassion and Spiritual Intelligence with Resilience and Psychological Well-Being in Students. *Journal of Clinical Psychology and Personality*, 19(1), 85-96. <https://doi.org/10.22070/APJCP.2022.19456.1087>

- Kheireddin, M., Rezaei, A., & Mohammadi, S. (2021). Prevalence of Academic Burnout in Medical Sciences Students: A Systematic Review. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 27(2), 142-159.
- Khorasani, M. (2018). Analysis of Academic Burnout Among Students in the National Public Higher Education System: Identifying Determinants and Solutions. *Research in Engineering Education in Iran*. [https://journal.irphe.ac.ir/article\\_702930.html](https://journal.irphe.ac.ir/article_702930.html)
- King, A. (2024). Quality of Life and Academic Success: A Multidimensional Perspective. *Journal of Educational Psychology*, 116(3), 421-438.
- King, D. B. (2008). *Rethinking Claims of Spiritual Intelligence: A Definition, Model, and Measure* [Trent University].
- King, D. B., & DeCicco, T. L. (2009). A Viable Model and Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*, 28(1), 68-85. <https://doi.org/10.24972/ijts.2009.28.1.68>
- Kloka, J. (2024). Spiritual Well-Being and Academic Engagement: A Systematic Review of 50 Studies (2014-2024). *Journal of religion and health*, 63(2), 890-912. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02012-5>
- Klokočka, J. (2025). Spiritual Well-Being of Pupils and Students: A Systematic Review of Current Empirical Research. *Educational Research Review*, 39, 100585. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2025.100585>
- Lewis, P., Allen, S., & Rios, J. (2025). Spirituality, Resilience, and Happiness: Direct and Indirect Effects in University Students. *Psychology of Religion and Spirituality*, 17(1), 44-56. <https://doi.org/10.1037/rel0000521>
- Liu, C. H., Stevens, C., Wong, S. H. M., Yasui, M., & Chen, J. A. (2019). The Prevalence and Predictors of Mental Health Diagnoses and Suicide Among U.S. College Students: Implications for Addressing Disparities in Service Use. *Depression and Anxiety*, 36(1), 8-17. <https://doi.org/10.1002/da.22830>
- Liu, Y., Wang, H., & Chen, X. (2025). The Impact of School Burnout on Life Satisfaction Among University Students: The Mediating Effects of Loneliness and Fear of Alienation. *Behavioral Sciences*, 15(8), 1083. <https://doi.org/10.3390/bs15081083>
- Louis, M. M., Carranza Esteban, R. F., Mamani-Benito, O., Torres, J. I. C., & Caycho-Rodríguez, T. (2025). The Spirituality-Resilience-Happiness Triad. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(8), 158. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15080158>
- Matlapeng, T., Miya, F. A., Mfundisi, T., Malema, M., & Moeketse, K. (2025). Exploring the Quality of Life and Academic Success of Students at a University in the Western Cape. *The Open Public Health Journal*. <https://doi.org/10.2174/0118749445376523250407064042>
- Paredes Bermúdez, M., Bayona Velásquez, M., Lora Monsalve, M., & Viloría Escobar, J. (2024). Relationship Between Quality of Life and Academic Performance in a Sample of Students. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2024.1248>
- Pargament, K. I. (2013). *APA Handbook of Psychology, Religion, and Spirituality* (Vol. 1). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/14046-000>
- Parker, P. D., & Salmela-Aro, K. (2011). Developmental Processes in School Burnout: A Comparison of Major Developmental Models. *Learning and Individual Differences*, 21, 244-248. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2011.01.005>
- Rogers, J. E. (2013). Spirituality as a Unique Predictor of Burnout and Life Satisfaction in College Students. *Journal of College Student Development*, 54(3), 267-280. <https://doi.org/10.1353/csd.2013.0041>
- Ruz, M. E., Gatica, J. V., & Alvarez, J. (2018). Burnout académico y su relación con factores psicológicos, familiares y sociales en estudiantes universitarios. *Revista Cubana de Educación Médica Superior*, 32(4), 1-15.
- Sadat Raghieb, M., Hakiminia, B., Siadat, S. A., & Ahmadi, S. J. (2011). Validation of the King Spiritual Intelligence Scale (SISRI-24) in Students of the University of Isfahan. *Journal of Educational Sciences and Psychology*.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J. E. (2009). School Burnout Inventory (SBI): Reliability and Validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48-57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Salmela-Aro, K., Savolainen, H., & Holopainen, L. (2008). *Depressive Symptoms and School Burnout During Adolescence*. Summit Books.
- Sheikholeslami, A., Karimianpour, G., & Veisi, R. (2015). Investigating the Relationship Between Quality of Life and Academic Burnout in Students. *Applied Research in Behavioral Sciences*, 6(4), 31-45.
- Sohrabi, F. (2008). Foundations of Spiritual Intelligence. *Mental Health Quarterly*, 1(1).
- Tastekin, S., & Kuru Alici, N. (2025). The Mediating Role of School Burnout in the Relationship Between Adolescents' Perception of Loneliness and Quality of Life. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 38(2), e70026. <https://doi.org/10.1111/jcap.70026>
- Valdivia-Mondragón, G., Menacho-Rivera, J., & Huamani-Echaccaya, J. (2025). Academic Burnout Syndrome Associated with Anxiety, Stress, Depression, and Quality of Life in Peruvian Dentistry Students. *BMC Medical Education*, 25, 998. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07604-x>
- Wei, X., Zhang, Y., & Li, J. (2025). The Mediating Role of Spiritual Intelligence in the Relationship Between Academic Stress and Burnout: A Longitudinal Study. *Journal of Applied Educational Psychology*, 41(2), 215-230. <https://doi.org/10.1037/edu0000912>

Wu, X., Li, Z., & Shi, J. (2025). The Influence of Emotional Intelligence on Learning Burnout in Chinese Art College Students: The Chain Mediation Effect of Self-Acceptance and Perceived Stress. *Frontiers in psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1432796>