

Relationship of academic burnout and self-regulated learning with academic performance of high school students

Mohammad Azimi, Moosa Piri, Taghi Zavaar
MA in Educational Research, Payam Noor University, Khalkhaal, Iran
Assistant Professor of Educational Sciences, Azerbaijan Shahid Madani University, East Azerbaijan, Iran

Abstract

The purpose of the present research was to explore the academic performance relationship with self-regulated learning, and academic burnout of Ardabil city high schools in ۲۰۱۰-۱۱. The statistical sample of this research was included ۳۷۹ high school students (۱۹۷ boys, ۱۸۲ girls) of Ardabil city. They were selected by multi-stage cluster sampling method irrespective of their field and year of study. The tools used in this research were three questionnaires: MSLQ, Berso's academic burnout and average grade of academic semester in ۲۰۱۰-۱۱. The results showed that there was a positive relationship between self-regulated learning and academic performance. However, there was a negative relationship between of academic burnout dimensions and academic performance. The results of multiple regression showed that academic burnout had a better capability in predicting the academic performance in comparison with self-regulated learning and path analysis showed that the academic burnout variable was the only variable, which was able to have a direct influence on the academic performance of students. On the other hand, the results of Hotlling t^2 showed that there was a significant difference among the combination of three dependent variables in the two groups of female and male students. For an exact study, independent t-tests were used for all of the variables and the results showed that there was a significant difference between female and male students, just in term of academic performance.

Keywords: Self-regulated learning, Academic burnout, Academic performance, High schools

رابطه فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش آموزان دوره متوسطه

محمد عظیمی، موسی پیری، تقی زوار

کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، مدرس دانشگاه پیام نور، خلخال، ایران
استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی آذربایجان، آذربایجان شرقی، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دوره متوسطه اردبیل در سال تحصیلی ۹۰ - ۸۹ است. روش تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی و نمونه پژوهش شامل ۳۷۹ نفر دانش‌آموز دختر و پسر بوده که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای از میان ۱۶۲ دبیرستان انتخاب شدند. ابزار جمع‌آوری داده‌ها برای سنجش فرسودگی تحصیلی پرسشنامه برسو سال (۱۹۹۷) و برای یادگیری خودتنظیمی پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری سال (۱۹۹۰) و برای عملکرد تحصیلی معدل کل نیمسال اول بوده است. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی رابطه منفی و بین یادگیری خودنظم داده و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در تحلیل رگرسیون و تحلیل مسیر مشاهده شد که نسبت به یادگیری خودنظم داده، فرسودگی تحصیلی بیشترین واریانس عملکرد تحصیلی را پیش بینی می‌کند. همچنین تحلیل t^2 هتلینگ نشان داد که تفاوت معناداری با مقدار آماره $t=0/27; P=0/019$ (هتلینگ) بین ترکیب سه متغیر وابسته در دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر وجود دارد. تحلیل‌های آزمون تی نمونه‌های مستقل نمایان ساخت که تفاوت معناداری با هم دارند؛ به طوری که میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر ۱۷/۳۲ و میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر ۱۶/۹۹ است.

واژگان کلیدی: فرسودگی تحصیلی، یادگیری خودنظم داده،

عملکرد تحصیلی، مدارس متوسطه

* نویسنده مسؤول:

مقدمه

میان دانش‌آموزان مدارس، احساس خستگی ناشی از تقاضاها و الزامات تحصیل (خستگی)، داشتن یک حس بدبینانه و بدون علاقه به تکالیف درسی فرد (بی‌علاقگی) و احساس عدم شایستگی به عنوان یک دانش‌آموز با کارآمدی پایین به شمار می‌رود. (Zang and et al, ۲۰۰۷)

تحقیقات نشان داده‌اند که جو حاکم بر مدرسه و عملکرد تحصیلی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی معناداری دارد (Salmela-Aro, Savola Inen, & Ahola & hakanen, ۲۰۰۸). آهوا و هاکنین (Holopainen, ۲۰۰۸). نشان داده‌اند که فرسودگی تحصیلی به افسردگی منجر می‌شود. همچنین سالما - آرو و ساوولانن (Savolainen, ۲۰۰۸) به بررسی عوامل پیش‌بینی‌کننده فرسودگی تحصیلی و درگیری و مشغولیت تحصیلی (Academic engagement) پرداختند و دریافتند که استرس و خودکارآمدی کلی با فرسودگی و درگیری تحصیلی رابطه دارند. آنها خودکارآمدی و حمایت اجتماعی را به عنوان متغیرهای درونی و بیرونی مرتبط با فرسودگی دانشجویان فنی و حرفه‌ای، بیان کرده‌اند و همچنین دریافتند که فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان اثر منفی معناداری بر پیشرفت تحصیلی می‌گذارد. به طوری که دانش‌آموزان پسر سطوح بالاتری از فرسودگی را نسبت به دانش‌آموزان دختر داشتند که با تحقیقات قبلی (Ryerson & Mark, ۱۹۸۴) یانگ (Yang, ۲۰۰۵) فرسودگی تحصیلی اثر منفی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد.

پژوهش (Schwarzer & Hallum, ۲۰۰۸) نیز نشان داده است که متغیر فرسودگی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی تأثیر منفی به سزایی دارد. بررسی‌های لاینبرنیک و پینتریچ (Linnen brink & pintrich, ۲۰۰۳)، سالانوا و ناتانن. (Salmela & Natanen, ۲۰۰۵) حکایت از آن است که افراد با خودکارآمدی بالا مشغولیت تحصیلی بالاتری را نشان می‌دهند. در همین راستا، گرو (Grau, ۲۰۰۱) طی مطالعه‌ای با عنوان اثرات میانجیگری خودکارآمدی بر استرس و فشار شغلی، به این نتیجه رسیدند که کارگرانی که خودکارآمدی پایینی داشتند فرسودگی هیجانی بیشتری را نشان دادند. (Evers, Brouwers, . Tomic, ۲۰۰۲).

در سال‌های اخیر، متخصصان تعلیم و تربیت و روان‌شناسان تربیتی، پژوهش‌های قابل توجهی را در زمینه عملکرد تحصیلی (Academic performance) دانش‌آموزان و متغیرهای مرتبط با آنها انجام داده‌اند که در میان آنها راهبردهای یادگیری ابزارهایی مهم برای توانا ساختن دانش‌آموزان در دستیابی به اهداف آموزشی تلقی می‌شوند سیف (seyf, ۲۰۱۱) یادگیری فراگیران معمولاً به وسیله عملکرد تحصیلی آنها مورد سنجش قرار می‌گیرد عوامل متعددی، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهند. برخی از این عوامل موجب بهبود عملکرد تحصیلی و برخی دیگر باعث تضعیف عملکرد فراگیران می‌شوند. از جمله عواملی که به شکل منفی بر عملکرد تحصیلی اثرگذار بوده و اخیراً مطالعاتی را در مدارس و دانشگاه‌ها به خود اختصاص داده است، فرسودگی تحصیلی (Academic burnout) است. (Lee&ashfort, ۲۰۰۸, Maslach ۲۰۰۱ and et al, ۲۰۰۱, and et al Demerouti, ۲۰۰۱) به طور مرسوم فرسودگی به عنوان یک سندرم سه بعدی خستگی هیجانی، زوال شخصیت و تمامیت فردی کاهش یافته (Emotional exhaustion, Depersonalization, Reduced personal accomplishment) مورد توجه قرار می‌گیرد که با سیاهه فرسودگی ماسلاخ اندازه‌گیری می‌شود (Maslach & Jackson, ۱۹۸۴). خستگی هیجانی که اشاره به احساس خالی شدن و تهی شدن از منابع هیجانی فرد دارد، به عنوان مؤلفه استرس فردی مورد ملاحظه قرار می‌گیرد (Maslach & Jackson, ۱۹۸۴). زوال شخصیت اشاره به پاسخ‌های منفی بدبینانه یا بیش از حد با بی‌رغبتی به سایر افراد در محل کار دارد که مؤلفه بین فردی فرسودگی را نشان می‌دهد (Maslac and et al, ۲۰۰۱). سرانجام تمامیت فردی کاهش یافته اشاره به احساس کاستی در شایستگی و میزان باروری و حس کارایی پایین فرد دارد که مؤلفه خودارزبابی فرسودگی را شامل می‌شود (schaufeli & schreurs, ۲۰۰۲) متغیر فرسودگی به موقعیت‌ها و بافت‌های آموزشی گسترش پیدا کرده است و از آن با عنوان فرسودگی تحصیلی نام برده می‌شود (Salmela Aro and et al, ۲۰۰۸). فرسودگی تحصیلی در

عنوان باورهای انگیزشی در نظر گرفتند و راهبردهای شناختی، فراشناختی و تلاش و تدبیر دانش آموزان را تحت عنوان یادگیری خود تنظیمی معرفی کردند. خودکارآمدی به مجموعه باورهای دانش آموزان در مورد توانایی هایشان در انجام تکالیف اشاره دارد. شانک (Schunk, ۱۹۹۱) ارزش گذاری درونی به اهمیتی که دانش آموز به یک تکلیف یا درس خاصی می دهد، باوری که به آن تکلیف دارد و هدفی که از مطالعه آن دنبال می کند، اطلاق می شود. اضطراب امتحان احساس یا حالت هیجانی ناخوشایندی است که پیامدهای رفتاری و روان شناختی خاصی دارد و در امتحانات رسمی و یادگیری موقعیت های ارزشیابی تجربه می شود. بر اساس نظریه یادگیری خود تنظیمی، فرآیندهای فراشناختی و تلاش ها و تدابیر دانش آموزان، خودنظم دهی را تشکیل می دهد. منظور از خودنظم دهی این است که دانش آموزان، مهارت هایی برای طراحی، کنترل و هدایت فرآیندهای یادگیری خود دارند و تمایل دارند یاد بگیرند، کل فرآیند یادگیری را ارزیابی کنند و به آنها بیاندیشند. راهبردهای شناختی نیز به راه کارهایی که دانش آموزان برای یادگیری به خاطر سپاری، یادآوری و درک مطالب از آنها اشاره دارد (Biyabangard, ۲۰۱۱).

نتایج پژوهش پنتریچ و دی گروت (Pintrich & Degroot, ۱۹۹۰) نشان داد که خودنظم دهی، خودکارآمدی و اضطراب امتحان بهترین پیش بینی کننده های عملکرد تحصیلی هستند. همچنین خودکارآمدی در پسران و اضطراب امتحان در دختران به طور معناداری بیشتر بوده و نتایج بعضی از پژوهش ها حاکی از عدم تأثیر عامل جنسیت بر میزان استفاده از راهبردهای شناختی است. علاوه بر این، تعداد قابل ملاحظه ای از این پژوهش ها نشان داده است که آموزش یادگیری خودنظم دهی می تواند پیشرفت تحصیلی را تقویت و انگیزه یادگیری را تسهیل کند (Ao man chin, ۲۰۰۶). محسن پور، حجازی و کیامنش (Mohsein Pour, Hejazi, Keyamanish ۲۰۰۷) با بررسی نقش خودکارآمدی، اهداف پیشرفت، راهبردهای یادگیری و پایداری در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی، به این نتیجه رسیدند که راهبردهای یادگیری خودنظم

در پژوهشی با عنوان خودکارآمدی و فرسودگی به این نتیجه رسیدند که باورهای خودکارآمدی با فردیت زدایی و خستگی هیجانی به طور منفی و با موقعیت شخصی تقلیل یافته به طور مثبت در ارتباط است. بررسی های آنان نیز نشان داد کسانی که در خودکارآمدی نمره بالاتری گرفتند، به نشانگان فرسودگی کمتری دچار شدند

نیومن (Neuman, ۱۹۹۰) معتقد است که فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان، بنا به دلایلی مختلف، یکی از عرصه های مهم پژوهشی در مدارس است. دلیل نخست این است که فرسودگی تحصیلی می تواند کلید مهم درک رفتارهای مختلف دانش آموزان، مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد. دلیل دوم این است که فرسودگی تحصیلی رابطه دانش آموزان را با مدارس خود تحت تأثیر قرار می دهد و سوم این که فرسودگی تحصیلی می تواند شوق و اشتیاق دانش آموزان را به ادامه تحصیل، تحت تأثیر قرار دهد. از آنجا که یادگیری فراگیران، عمدتاً به وسیله عملکرد تحصیلی آنها سنجش می شود؛ شناسایی متغیر فرسودگی تحصیلی و اثر آن بر عملکرد تحصیلی فراگیران، از کارهای مهم روان شناسان تربیتی و دانشجویان این رشته است؛ به طوری که کنترل فرسودگی تحصیلی دانش آموزان، به دلیل بهبود پیشرفت تحصیلی و انگیزش یادگیری آنها ضروری است (Brouwers & Tomic, ۲۰۱۰).

نظریه خود تنظیمی بر این اساس استوار است که دانش آموزان چگونه از نظر باورهای فراشناختی انگیزشی و رفتاری، یادگیری خود را سازمان دهی می کنند (Kadivar, ۲۰۰۹). نظریه شناختی اجتماعی (Bandora, ۱۹۸۶) برای رشد مدل یادگیری خود تنظیمی چهارچوب نظری مناسبی فراهم کرد که بر اساس آن در هر فرد عوامل زمینه ای و رفتارها فرصت لازم را برای کنترل یادگیری دانش آموز، فراهم می کنند (Nikos & Gorg, ۲۰۰۵). بر اساس نظریه زیمرمن و پونز (Zimmerman And Pons, ۱۹۸۸) راهبردهای یادگیری خود تنظیمی شامل زیر مجموعه هایی است که عبارتند از: ۱ - خود تنظیمی رفتاری ۲ - خود تنظیمی انگیزشی ۳ - خود تنظیمی فراشناختی. پنتریچ و دی گروت (Pintrich, & Degroot, ۱۹۹۰) ارزش گذاری درونی و اضطراب امتحان را به

مجموعه متغیرهای پیش بینی کننده پیشرفت تحصیلی پسران را متغیرهای خودکارآمدی و استفاده از راهبردهای شناختی سطح بالا در بر می گیرند. همچنین عشور نژاد و غفوری (Eshvar Nejad, ۲۰۰۸, Ghafari, ۱۹۹۷) نشان دادند که رابطه مثبت و معناداری بین یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی وجود دارد. بنابراین بسیاری از یافته های پژوهشی خاطر نشان می سازد که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی و فرسودگی تحصیلی دو مؤلفه مهم پیش بینی عملکرد تحصیلی به شمار می آیند ولی آنها کمتر به بررسی رابطه راهبردهای یادگیری خودنظم دهی و فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی به صورت یک مجموعه در هم تنیده پرداخته اند.

روش پژوهش

روش پژوهش با توجه به هدف، ماهیت و موضوع پژوهش، روش تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی است. زیرا در این نوع تحقیق رابطه میان متغیرها بررسی می شود و پژوهشگر هیچ گونه دخالتی در دستکاری متغیرهای مستقل و وابسته تحقیق ندارد (Sarmad, Bazorgan, Hejazi, ۲۰۱۱) جامعه مورد بررسی شامل کلیه دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه مشغول به تحصیل در دبیرستان های اردبیل در سال تحصیلی ۹۰ - ۸۹ است که بر اساس آمار اداره آموزش و پرورش شهرستان اردبیل برابر با ۲۸۹۹۲ است و از این تعداد ۱۴۸۶۹ نفر پسر و ۱۴۱۲۳ نفر دختر هستند. حجم نمونه آماری بر اساس جدول کرجسی و مورگان (Krejcie & Morgan, ۱۹۷۰) تعداد ۳۷۹ نفر از میان دانش آموزان دختر و پسر به نسبت سهمی که در جامعه آماری داشته اند یعنی ۱۸۲ نفر دختر و ۱۹۷ نفر پسر به شیوه نمونه گیری تصادفی خوشه ای از بین ۱۶۲ دبیرستان موجود در اردبیل بدون در نظر گرفتن رشته تحصیلی انتخاب شدند.

ابزار سنجش پرسشنامه فرسودگی تحصیلی بود. این پرسشنامه در سال ۱۹۹۷ توسط برسو (Breso) و همکاران ساخته شد. پرسشنامه ۳ حیطه فرسودگی تحصیلی، یعنی خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می سنجد. پرسشنامه ۱۵ ماده دارد که در مقیاس پنج درجه ای لیکرت درجه بندی شده است.

دهی با عملکرد تحصیلی رابطه دارد. همچنین نتایج پژوهش های سبحانی نژاد و عابدی (Sobhani Nejad, Abidi, ۲۰۰۶) البرزی و سیف (Albourzi, Seyf, ۲۰۰۳) نشان می دهد که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد. در پژوهش سبحانی نژاد و عابدی (Sobhani Nejad, , Abidi, ۲۰۰۶) این نتیجه حاصل شده است که بین راهبردهای یادگیری با عملکرد تحصیلی ریاضی دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد. به طور کلی یادگیری خود تنظیمی موضوعی مهم برای یادگیری انسان است و روان شناسان تربیتی بر شرکت فعالانه یادگیرنده در فرآیند یادگیری به جای تجربه یادگیری انفعالی تأکید می کنند.

Chin, ۲۰۰۶) استفاده از یادگیری خود تنظیمی، دانش آموزان را قادر می سازد تا خود، شخصاً به رفتار و محیطشان جهت دهد. بدین معنی که اگر بازنگری در کارایی تحصیلی، این موضوع را برای دانش آموز آشکار کند که او در عملکرد خود، کاستی هایی دارد، این کاستی ها خودکارآمدی او را تحت تأثیر قرار داده، خودکارآمدی می تواند انگیزش و انتخاب راهبردهای مناسب را موجب شود تا دانش آموز بتواند عملکرد خود را بهبود بخشد (Zimmerman & Pons, ۱۹۹۵).

صداقت، دستا، مصطفایی (Cedaghat, Dasta, ۲۰۱۰) در پژوهشی که در رابطه با یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی به روش همبستگی انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که بین یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی همبستگی مثبت وجود دارد همخوانی دارد. همچنین زیممرمن و پونس (Zimmerman & Pons, ۱۹۹۸) طی پژوهشی پیرامون نگارش دریافتند که توانایی خودنظم دهی باعث پیش بینی خودکارآمدی در دست یابی به اهداف تحصیلی، استانداردهای خودارزیابی و همچنین نمرات درسی پایان دوره تحصیلی می شود. موسوی نژاد (Mosavi nejat, ۱۹۹۷) نیز با بررسی های خود نشان داد که متغیرهای اضطراب امتحان، خودکارآمدی و استفاده از راهبردهای سطوح بالا بهترین مجموعه متغیرهای پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی دختران را تشکیل می دهند. در حالی که بهترین

است. در پژوهش حاضر برای به دست آوردن پایایی کل آزمون ۷۵ آزمودنی به شیوه کاملاً تصادفی انتخاب و پرسشنامه مذکور اجرا گردید و سپس با استفاده از آلفای کرونباخ ضریب پایایی کل ۰/۸۶ محاسبه شد و ضرایب پایایی خرده مقیاس‌های یادگیری خودتنظیمی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب برای ارزش گذاری درونی ۰/۸۶ و اضطراب امتحان ۰/۷۸ و راهبردهای شناختی ۰/۸۳ و خود نظم دهی ۰/۷۸ و خود کار آمدی ۰/۷۳ به دست آمد.

ابزار جمع‌آوری داده‌ها برای عملکرد تحصیلی؛ به منظور جمع‌آوری اطلاعات برای متغیر عملکرد تحصیلی آزمون و پرسشنامه خاصی صورت نگرفت و عملکرد تحصیلی در این پژوهش معدل کل نوبت اول سال تحصیلی ۹۰ - ۸۹ دانش‌آموزان دوره متوسطه شهر اردبیل به حساب آمد که از طریق امتحانات آموزش و پرورش گردآوری شد.

یافته‌های پژوهش

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از بسته نرم‌افزاری آماری در علوم اجتماعی و در بخش آمار توصیفی از (میانگین، انحراف معیار، درصد، فراوانی) و در بخش آمار استنباطی از آزمون‌های (همبستگی پیرسون، رگرسیون چند گانه، تحلیل مسیر، t۲ هتلینگ) مناسب هر سؤال استفاده شد. پیش از تحلیل داده‌ها پیش فرض‌های روش چند متغیری تک متغیری بررسی شد.

سؤال اول: آیا بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود نظم داده با عملکرد تحصیلی ارتباط وجود دارد؟ جدول شماره ۱، یک رابطه خطی بین نمرات یادگیری خودنظم داده و عملکرد تحصیلی را نشان می‌دهد. به طوری که این ارتباط در حدود $r=0/114$ در سطح معناداری $0/026$ بین این دو متغیر برقرار است. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که بر اساس ملاک کوهن همبستگی کوچکی بین متغیرها وجود دارد. همچنین یک رابطه خطی بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی را نشان می‌دهد. به طوری که این ارتباط برای ناکارآمدی $r=0/19$ و برای بی‌علاقگی $r=0/19$ و برای خستگی تحصیلی $r=0/17$ و در سطح معناداری $0/000$ بین این چهار متغیر برقرار است. به عبارت گویاتر، این رابطه در سطح آلفای بیشتر از یک هزارم

خستگی تحصیلی ۵ ماده، بی‌علاقگی تحصیلی ۴ ماده و ناکارآمدی تحصیلی ۶ ماده دارد. پایایی پرسشنامه را برسو و همکاران (۱۹۹۷) بر اساس خرده مقیاس‌ها، ۰/۷۰ برای خستگی تحصیلی، ۰/۸۲ برای بی‌علاقگی تحصیلی و ۰/۷۵ برای ناکارآمدی تحصیلی گزارش کرده‌اند. در ضمن اعتبار پرسشنامه با روش تحلیل عامل تأییدی محاسبه شده که شاخص‌های برازندگی تطبیق (Comparative Fit Index)، شاخص برازندگی افزایشی (Incremental Fit Index) و شاخص جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (Index) (Root-Mean-Square Error Of Approximation) را مطلوب گزارش کرده‌اند. نعمانی (۱۳۸۸) پایایی این پرسشنامه را برای خستگی تحصیلی ۰/۷۹، برای بی‌علاقگی 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 که به ترتیب برابر ۰/۳۸، ۰/۴۲، ۰/۴۵ محاسبه شده و در سطح $P \leq 0/001$ معنادار است. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ محاسبه شده برای کل پرسشنامه ۰/۸۵ و ضرایب اعتبار پرسشنامه برای حیطه‌های خستگی هیجانی، بدبینی و ناکارآمدی درسی به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۲ و ۰/۶۴ به دست آمد.

پرسشنامه راهبردهای انگیزشی برای یادگیری؛ این پرسشنامه در سال ۱۹۹۰ با نام Motivation Strategies Of Learning Questionnaire توسط پنتریچ و دی گروت ساخته و در سال ۱۳۷۶ به وسیله موسوی نژاد ترجمه شد. پرسشنامه مذکور شامل ۲ مقیاس راهبردهای یادگیری (راهبردهای شناختی سطح بالا، راهبردهای شناختی سطح پایین و خودنظم دهی) و باورهای انگیزشی (خودکارآمدی، ارزش گذاری درونی و اضطراب امتحان) و دارای ۴۷ گویه است که در مقیاس پنج طیفی لیکرت ارائه شده است. پنتریچ و دی گروت به روش تحلیل عوامل در این پرسشنامه ۵ عامل راهبردهای انگیزشی برای یادگیری مشخص کرده، پایایی آن را مورد محاسبه قرار داده‌اند؛ به طوری که مقیاس خودکارآمدی (۰/۸۳)، ارزش گذاری درونی (۰/۸۷)، اضطراب امتحان (۰/۷۵)، استفاده از راهبردهای شناختی (۰/۸۳)، و خودنظم دهی (۰/۷۴) بوده

رابطه فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی با ... / ۱۲۱

معنادار است و می توان نتایج حاصل از نمونه را به کل جامعه آماری دانش آموزان تعمیم داد. بنابراین می توان نتیجه گرفت که براساس ملاک کوهن همبستگی کوچکی بین متغیرها وجود دارد.

سؤال دوم: آیا می توان عملکرد تحصیلی دانش آموزان را از روی یادگیری خود نظم داده و فرسودگی تحصیلی آنها پیش بینی کرد؟

جدول ۱ - نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین یادگیری خود تنظیمی و ابعاد فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی

متغیر	یادگیری خود تنظیمی	ناکارآمدی تحصیلی	بی علائگی تحصیلی	خستگی تحصیلی
عملکرد تحصیلی	۰/۱۱۴	-۰/۱۹	-۰/۱۹	-۰/۱۷
میانگین	۱/۶۱	۲/۵۶	۲/۷۱	۳/۱۸
انحراف معیار	۱۸/۸۴	۶/۸۸	۰/۹۶۹	۰/۸۵۸
سطح معناداری	۰/۰۲۶	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۰/۰۰۰
تعداد مشاهدات	۳۷۹	۳۷۹	۳۷۹	۳۷۹

جدول ۲ - خلاصه مدل رگرسیون، آزمون تحلیل واریانس، ضرایب رگرسیون ساده و استاندارد شده

خلاصه مدل رگرسیون	R	مجذور R	R تعدیل شده	-	-	-
مدل ۱	۰/۲۶۱	۰/۶۸	۰/۰۶۶	-	-	-
تحلیل واریانس	مجموع مجذورات	DF	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	-
معناداری مدل ۱	۱۱۴/۷۰۲	۱	۱۱۴/۷۰۲	۲۷/۵۶۲	۰/۰۰۰	-
ضرایب رگرسیون ساده و استاندارد شده	مدل	ضرایب رگرسیون غیر استاندارد شده	خطای معیار	مقدار بتا	T	سطح معناداری
مدل ۱	(مقدار ثابت)	فرسودگی تحصیلی	۰/۴۴۱	-	۴۳/۶۴۱	۰/۰۰۰
			۰/۱۲	۰/۲۶۱	۰/۵۲۵۰	۰/۰۰۰

سوال سوم: آیا بین دانش‌آموزان دختر و پسر در زمینه یادگیری خود تنظیمی و فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی تفاوت وجود دارد؟

با توجه به نتایج جدول شماره ۳ که برای بررسی تفاوت دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر را از لحاظ متغیرهای وابسته ترکیبی یادگیری خود تنظیمی، عملکرد تحصیلی انجام شد، نتایج آزمون F معادل این تحلیل چند متغیری نشان می‌دهد که دانش‌آموزان دختر و پسر اختلاف معناداری از نظر ترکیب تمام نمرات یادگیری خود تنظیمی، عملکرد تحصیلی دارند $F(3, 375) = 3/34$ ؛ $P = 0/019$ ؛ $t = 0/27$ (هتلینگ). نتایج آزمون t هتلینگ نشان داد که تفاوت معناداری بین ترکیب سه متغیر وابسته در دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر وجود دارد، بنابراین تحلیل‌های تک متغیری از طریق آزمون‌های t مستقل انجام شد تا تفاوت بین دو گروه از لحاظ تک تک متغیرها بررسی شود.

با توجه به جدول شماره ۵، نتایج آزمون t مستقل نشان می‌دهد که دانش‌آموزان دختر و پسر تنها در متغیر عملکرد تحصیلی $(t, 0/03/p = -2/93)$ تفاوت معناداری با هم دارند. همچنین بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ یادگیری خود تنظیمی، فرسودگی تحصیلی تفاوتی مشاهده نشد. بنابراین تفاوت موجود از لحاظ عملکرد تحصیلی بین دو جنس ناشی از تصادف نیست.

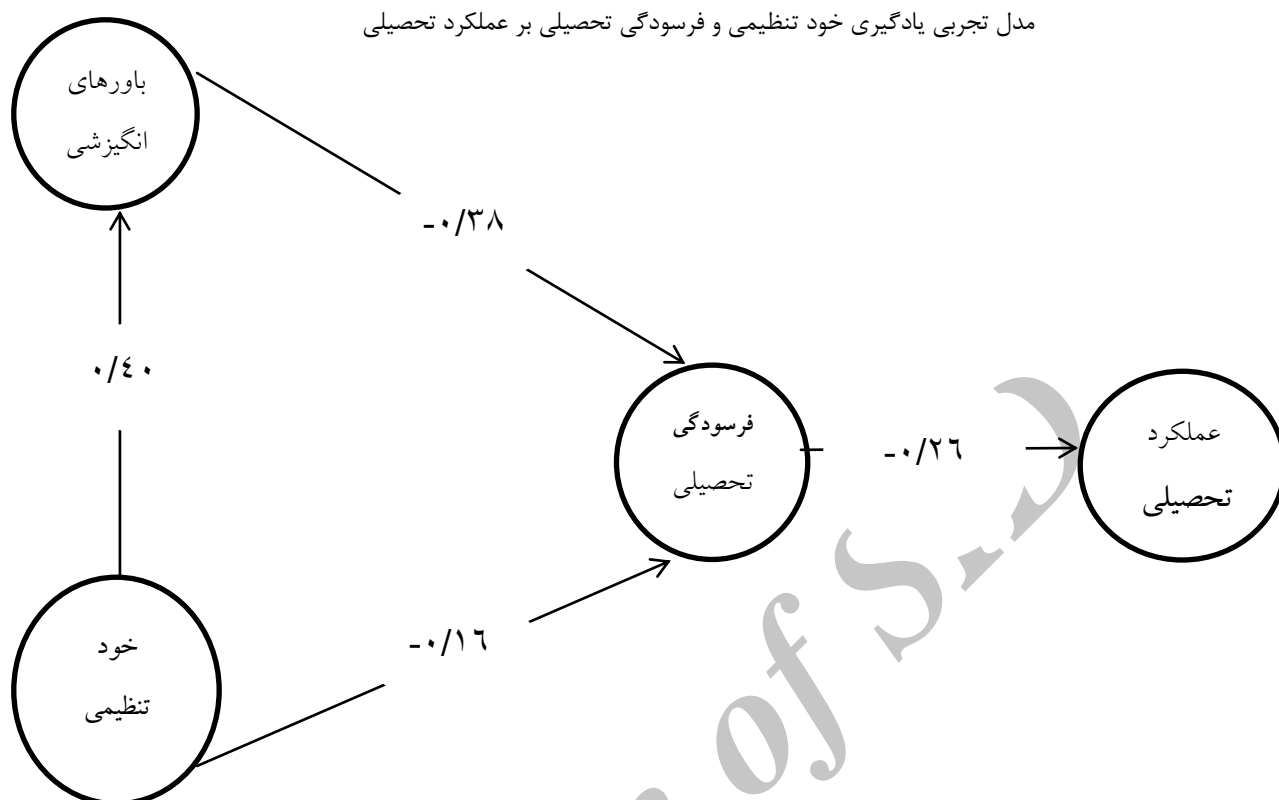
جدول شماره ۲، خلاصه مدل رگرسیون به دست آمده را نشان می‌دهد؛ به طوری که مدل اول ۶۸ درصد از واریانس کل را تبیین می‌نماید. همچنین آزمون تحلیل واریانس جهت بررسی معناداری مدل رگرسیون را نمایان می‌سازد که آزمون ANOVA برای مدل ۱ با مقدار $F = 27/562$ در سطح $p \leq 0/05$ معنادار است.

همچنین جدول ضرایب رگرسیون چند گانه سهم فرسودگی تحصیلی جهت پیش بینی عملکرد تحصیلی را نشان می‌دهد که فرسودگی تحصیلی با مقدار آماره $-0/261$ = بتا از سهم بیشتری برای پیش بینی عملکرد تحصیلی برخوردار است. در جدول شماره ۲ به ازای یک واحد افزایش در فرسودگی تحصیلی به میزان ۲۶ درصد از عملکرد تحصیلی کاسته می‌شود.

$0/676 = (-0/262)$ = اثر مستقیم
 $0/33 = (0/402) + (0/162) + (-0/382)$ = اثر غیر مستقیم
 $0/3976 = 0/33 + 0/0676$ = کل واریانس تبیین شده
 می‌توان گفت که از کل واریانس متغیر عملکرد تحصیلی در مدل تحلیل مسیر ۰/۳۹ تبیین شده است که به عنوان تغییرات تبیین شده می‌توان از آن نام برد. در مقابل، مقدار واریانس تبیین نشده ۰/۶۱ است که ناشی از متغیرهای دیگری است که در تحقیق مزبور مورد بررسی قرار نگرفته است.

جدول ۳ - آزمون t هتلینگ برای تفاوت بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ ترکیب فرسودگی تحصیلی، یادگیری خود تنظیمی، عملکرد تحصیلی

آماره	F	درجات آزادی فرضیه	درجات آزادی خطا	سطح معناداری
۰/۰۲۷	۳/۳۴	۳	۳۷۵	۰/۰۱۹



جدول ۴ - نتایج آمار توصیفی نمرات دانش آموزان دختر و پسر از لحاظ ترکیب یادگیری خود تنظیمی، فرسودگی تحصیلی، عملکرد تحصیلی

متغیرهای وابسته	جنسیت	میانگین	انحراف معیار
یادگیری خودنظم داده	پسر	۱۶۲/۵۵	۱۷/۱۲
	دختر	۱۶۰/۹۳	۲۰/۵۶
فرسودگی تحصیلی	پسر	۳۶/۴۳	۸/۴۵
	دختر	۳۶/۰۷	۹/۳۳
عملکرد تحصیلی	پسر	۱۶/۶۹	۲/۰۹
	دختر	۱۷/۳۲	۲/۰۸

جدول ۵ - نتایج t مستقل برای مقایسه دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ نمرات یادگیری خود تنظیمی، فرسودگی تحصیلی،

عملکرد تحصیلی

متغیرهای وابسته	T	درجات آزادی	سطح معناداری	تفاوت میانگین‌ها	خطای معیار تفاوت
یادگیری خود تنظیمی	۰/۸۲۹	۳۵۳	۰/۴۰	۱/۶۱	۱/۹۵
فرسودگی تحصیلی	۰/۳۸۸	۳۷۷	۰/۶۹۸	۰/۳۵۴	۰/۹۱
عملکرد تحصیلی	-۲/۹۳	۳۷۷	۰/۰۰۳	-۰/۶۳۱	۰/۲۱۴

بحث و نتیجه‌گیری

دوره تحصیلی می‌شود. محسن پور، حجازی با بررسی نقش خودکارآمدی، اهداف پیشرفت، راهبردهای یادگیری و پایداری در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی، به این نتیجه رسیدند که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی با عملکرد تحصیلی رابطه دارد. نتیجه پژوهش‌های نتیجه پژوهش‌های (eshvarnejat, ۲۰۰۸، mostafaei, ۲۰۰۸، Ghafari, ۱۹۹۷) نیز نشان می‌دهد که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد. به طور کلی بر اساس یافته‌های به دست آمده می‌توان نتیجه گرفت که متغیر یادگیری خودنظم داده بر عملکرد تحصیلی تأثیر به سزایی دارد.

در بررسی و تجزیه و تحلیل رابطه ابعاد فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی با استفاده از روش همبستگی پیرسون مشخص شد که یک رابطه خطی بین ابعاد فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی وجود دارد. بنابراین با افزایش میزان عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان از ناکارآمدی، بی‌علاقگی، خستگی هیجانی کاسته می‌شود. این نتیجه با تحقیق یانگ (Yang, ۲۰۰۵) که به بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی پرداخته و دریافته است که فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان اثر منفی

پژوهش حاضر به بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی با عملکرد تحصیلی پرداخته است. با بررسی و تجزیه و تحلیل رابطه یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی با استفاده از روش همبستگی پیرسون مشخص شد یک رابطه خطی میان نمرات یادگیری خودنظم داده و عملکرد تحصیلی وجود دارد. به عبارت ساده‌تر می‌توان چنین استنباط کرد که هر چه دانش‌آموزان از راهبردهای یادگیری خودنظم داده بیشتر استفاده کنند، عملکرد تحصیلی آنها نیز افزایش پیدا می‌کند. این نتیجه با تحقیق صداقت، دستا، مصطفایی (Cedaghat, Dasta, Mostafaei, ۲۰۱۰) در پژوهشی که در رابطه با یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی به روش همبستگی انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که بین یادگیری خود تنظیمی و عملکرد تحصیلی همبستگی مثبت وجود دارد همخوانی دارد. همچنین زیمرمن و پونس (۱۹۸۸) طی پژوهشی پیرامون نگارش، دریافتند که توانایی خودنظم دهی باعث پیش بینی خودکارآمدی در دستیابی به اهداف تحصیلی، استانداردهای خود ارزیابی و نمرات درسی پایان

یافته‌های (Linnen brink & pintrich, schaufeli & schreurs, به نقل از Yang, ۲۰۰۵) و گرو و همکاران (Grau, ۲۰۰۱) و (Nammi, ۲۰۰۱) و پیر حسینلو (Pirhossienlou, ۲۰۰۳) همخوانی دارد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که فرسودگی تحصیلی به عنوان یکی از مهمترین پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان به شمار می‌رود و بیشترین درصد تغییرات (واریانس) عملکرد تحصیلی را به خود اختصاص داده است. پس با توجه به نقش تأثیر گذار فرسودگی تحصیلی در عملکرد دانش‌آموزان باید عوامل و زمینه‌های شکل گیری ابعاد فرسودگی تحصیلی را از دانش‌آموزان گرفته، با به کارگیری روش‌های نوین تدریس و آموزش نظریه‌های روان‌شناسی تربیتی در مراکز آموزشی و تربیت معلمان سعی در بهبود کارایی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشیم.

در بررسی و تجزیه و تحلیل تفاوت دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ متغیرهای وابسته (فرسودگی تحصیلی یادگیری خودنظم داده، عملکرد تحصیلی) از t_{22} هتلینگ استفاده شد. نتایج آزمون نشان داد که دانش‌آموزان دختر و پسر اختلاف معناداری از نظر ترکیب تمام نمرات فرسودگی تحصیلی، یادگیری خودنظم داده، عملکرد تحصیلی دارند وقتی که نتایج آزمون t_{22} هتلینگ نشان داد که تفاوت معناداری بین ترکیب ۳ متغیر وابسته در دو گروه دانش‌آموزان دختر و پسر وجود دارد تحلیل‌های تک متغیری از طریق آزمون‌های t مستقل تفاوت بین دو گروه از لحاظ تک تک متغیرها بررسی کرد که نتایج آزمون t مستقل نشان می‌دهد که دانش‌آموزان دختر و پسر تنها در متغیر عملکرد تحصیلی تفاوت معناداری با هم دارند. همچنین بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ یادگیری خودنظم داده، فرسودگی تحصیلی تفاوتی مشاهده نشد. این نتیجه با تحقیق (Pintrich & Degrooth, ۱۹۹۰) که در مطالعه خود رابطه مؤلفه‌های انگیزشی و یادگیری خودنظم داده شده با عملکرد تحصیلی را مورد پژوهش قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که بین دختران و پسران در دو متغیر شناختی یعنی استفاده از راهبرهای شناختی و خودنظم دهی، و در یک متغیر انگیزشی یعنی ارزش گذاری درونی تفاوتی مشاهده نشد

معناداری بر پیشرفت تحصیلی می‌گذارد، همخوانی دارد. همچنین تحقیقات نشان داده است که جو حاکم بر مدرسه و عملکرد تحصیلی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی معناداری دارد (Salmela & Natanen, ۲۰۰۵) ارتباط این دو متغیر در بسیاری از تحقیقات مانند (Schwarzer & Tomic. Evers, Brouwers, ۲۰۰۲, Hallum, ۲۰۰۸) نیز به تأیید رسیده است. به طور کلی، بر اساس یافته‌های به دست آمده می‌توان نتیجه گرفت که متغیر فرسودگی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی تأثیر منفی به سزایی دارد. یعنی با افزایش میزان عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان از ناکارآمدی، بی‌علاقگی، خستگی هیجانی کاسته می‌شود و برعکس با کاهش میزان عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان ناکارآمدی، بی‌علاقگی، خستگی هیجانی افزایش پیدا می‌کند. بدین ترتیب، خانواده و تمامی دست اندرکاران آموزشی باید تمام تلاش خود را در جهت فراهم سازی و تألیف کتاب‌های جدید با رعایت تفاوت‌های فردی که منجر به افزایش عملکرد تحصیلی برای دانش‌آموزان می‌شود انجام به کار گیرند که در این صورت دانش‌آموزان کمتر به فرسودگی تحصیلی دچار شوند.

در بررسی و تجزیه و تحلیل پیش بینی عملکرد تحصیلی از روی متغیر یادگیری خودنظم داده و فرسودگی تحصیلی از روش رگرسیون چند گانه به روش گام به گام استفاده شد که از بین ۳ متغیر پیش بینی که بر روی متغیر ملاک وارد شده‌اند، تنها متغیر فرسودگی تحصیلی با عملکرد تحصیلی رابطه معناداری دارند و فرسودگی تحصیلی سهم بیشتری برای پیش بینی عملکرد تحصیلی برخوردار است، به طوری که به ازای یک واحد افزایش در فرسودگی تحصیلی به میزان ۲۶ درصد از عملکرد تحصیلی کاسته می‌شود. با توجه به این می‌توان گفت تنها از ۳ متغیر تأثیر گذار، تنها متغیر فرسودگی تحصیلی روی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان اثر معکوس دارد. در واقع، فرسودگی تحصیلی سبب کاهش این عملکرد در دانش‌آموزان می‌شود. این نتیجه با تحقیق یانگ (Yang, ۲۰۰۵) که به بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی پرداخته و به این نتیجه رسیده است که فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان اثر منفی معناداری بر پیشرفت تحصیلی می‌گذارد و با

Ahola, K. & Hakanen, J. (۲۰۰۷). Jobstrain, burnout and depressive symtams:a prospective study among dentists .journal of affective disorders.

Albourzi, Shahla, Seyf, Diba.(۲۰۰۳). The relationship achievement motivation and learning strategies and some of demographic factors with academic performance of students of humanities in Statistics lesson. Journal of Social sciences and humanities university of Shiraz, No ۱ winter, ۲۰۰۳.

Ao Man Chin. (۲۰۰۶). The effect of the use of self-regulatetion learning strategies on college students per for mance and satisfaction in physical education,athesis sub mitted in partial fulfillment of the requirements of degree doctor of education.

Biyabangard, Esmail. (۲۰۱۱). Educational Psychology(Educational Psychology and Leaning). Tehran: edition.

Breso, E, Salanova, M. & Schoufeil, B.(۲۰۰۹). In search of the thied dimension of burnout, applied psychology, ۵۶(۳), ۴۶۰-۴۷۲.

Brouwers, A, & Tomic, W. (۲۰۱۰). Alogitit dinal study of teacher burnout and perceived self-efficacy classroom management .teaching and teacher education, ۱۶, ۲۳۹-۲۵۳.

Chang, C. Y. (۱۹۹۱) . A study of relation ship between college studens academic per formance and their congthitive tyle meta congntion, motivatinal and self regulated factor .Educational psychology ۲۴, ۱۴۵-۱۶۱.

Dasta, Mehdi. (۲۰۱۰). The objectives of performance and self-regulated Learning in Performance of Problems and Performance of mathematics of students of first grade of high school of Yazd city. Master's thesis, Tehran University of Teacher Education.

Demerouti, Bakker, A. B, Nachreiner, E & Schaufeil, W. B. (۲۰۰۱). The job demands-resources model of burnout,journal of applied psychology, ۸۶, ۴۹۹-۵۱۲.

Eshvar Nejad, Fatemeh. (۲۰۰۸). The Relationship Structure of self-concept, Self-Regulated Learning and educational achievement of students of Shahied Beheshti University, Master thesis, Shahied Beheshti Universtiy.

Evers, W. J. Brouwers,A .& Tomic,W. (۲۰۰۲). Burnout and.self-efficcaly:astudy on

همخوانی دارد. همچنین غفوری (۱۹۹۷) (Ghafori) نیز تفاوت بین دانش‌آموزان دختر و پسر را معنادار یافته، گزارش می‌کند که دختران از نظر پیشرفت تحصیلی بر پسران برتری دارند که این با نتیجه این پژوهش همسو است. می‌توان علت تفاوت در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر و پسر را به این عامل نسبت داد که عملکرد تحصیلی متأثر از سازه‌های متعددی از جمله ارزش‌های فرهنگی، نظام، نقش اجتماعی، فرایندهای تربیتی و آموزش و نگرش والدین، معلمان، دست اندرکاران تعلیم و تربیت، معلمان، و دیدگاهی که در کل جامعه برای دو جنس وجود دارد است. بنابراین اهمیتی که جامعه فعلی برای حضور زن در اجتماع و ایفای نقش حتی در مسؤولیت‌های بالا قائل است، ترس از شکست را در این گروه از بین برده، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر رشد فزاینده‌ای داشته است که این با نتایج آماره این تحقیق همسویی دارد. به طوری که میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر ۱۷/۳۲ و میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر ۱۶/۹۹ است. بر اساس یافته‌های پژوهش و مبانی نظری می‌توان نتیجه گرفت که یادگیری خودنظم داده و فرسودگی تحصیلی از عوامل تعیین کننده و تأثیر گذار در عملکرد تحصیلی است. به طوری که با کاهش فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان عملکرد تحصیلی آنها بهبود می‌یابد و بر عکس، با افزایش یادگیری خودنظم داده، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان بهبود پیدا می‌کند. بنابراین، بر اساس یافته‌های پژوهش، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آتی روی مقاطع مختلف صورت گیرد و در استان‌ها و شهرستان‌های دیگر نیز اجرا شده، فرایند فرهنگی آنها با یکدیگر مقایسه گردد و به جای بررسی متغیرها، تأثیر آموزش هر یک از ابعاد متغیرها را بر روی ابعاد متغیرهای دیگر مورد بررسی قرار دهند و ابعاد فرسودگی تحصیلی و یادگیری خود تنظیمی به طور جدا گانه بحث و بررسی شود. همچنین فرسودگی شغلی در میان معلمان و تأثیر آن در آموزش و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان - که به نظر می‌رسد از عوامل تأثیر گذار اصلی بر عملکرد تحصیلی است - مورد بررسی و پژوهش قرار گیرد.

منابع

Mostafaei, Ali. (۲۰۱۰). The effectiveness of the training components of self-regulated learning strategies based on model Pintrich based on self-efficacy, locus control, and academic performance of students of third grade of high school, PhD thesis, Alameh Tabatabaei University

Naami, Abdol Zahra. (۲۰۰۹). The relationship of quality learning experience with educational burnout students of master Shahied Chamran Ahvaz University, Psychological studies journal, Period ۳/ No ۳, fall season

Neuman, Y. (۱۹۹۰). Determinants and consequences of student burnout in universities, the journal of higher education, ۶۱(۱), ۲۰-۳۰.

Nikos Mousoulides & Georg Philippohl. (۲۰۰۵). Students motivational beliefs, self-regulation strategies use, and mathematics achievement group for the psychology of mathematics education, vol. ۳, pp ۳۲۱-۳۲۸. Melbourne.

Pintrich, P. R. & DEGROOTH, E. (۱۹۹۰). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. Journal of self-regulated learning educational psychology, ۱۲(۱), ۳۳-۴۰.

Pirhossienlou, Saeedeh. (۲۰۰۴). The relationship between Efficacy of math, Expected performance of Mathematics with academic performance of girls and boys in public high school in Tehran, zone ۲

Ryerson, D. Marks, N. (۱۹۸۱). Career burnout in the human services: strategies for intervention. In: Jones, J. W. (ed.), Burnout syndrome. London: Hones press, Park ridge, IL, pp. ۷۵-۱۶۴.

Salmela-Aro, K & Natanen, P. (۲۰۰۵). Pp. ۱۰: Nuorten kouluuupumus-menetelmä, adolescent school burnout method, Helsinki, Finland, edita.

Salmela-Aro, K, Savola Inen, H. & Holopainen. L. (۲۰۰۸). Depressive symptoms and school burnout during adolescence, journal of youth and adolescence, ۶۳(۴) - ۴۵.

Sarmad, Zohreh, Bazorgan, Abbas and Hejazi, Elahe. (۲۰۱۱). Research methods in the behavioral sciences.

Schaufeil, W. B And Enzmann, D. (۱۹۹۸). The burnout companion to study and research: a critical analysis Taylor & Francis, London.

teachers beliefs when implementing an innovative educational system in the Netherlands-British journal of educational psychology, ۷۲(۲) ۲۴۳.

Ghafori, Mansour. (۱۹۹۷). The Relationship of self-regulated, locus of control, creativity and academic achievement of grade three high schools of Tabriz city. Master thesis, Tabriz University.

Grau, R. Salanova. M & Peiro, J. (۲۰۰۱). Moderator effects of self-efficacy on occupational stresses. Psychology in Spain, ۵(۱), ۶۳-۷۴.

Hussini Nasab, Seyed Davod. (۱۹۹۲). Motivation and Behavior, journal of Humanities College of Humanities of Tabriz University. No ۳ and ۴ fall and winter.

Kadivar, Parveen. (۲۰۰۹). Educational Psychology. Tehran: Samt Publication.

Krejcie, R. & Morgan, D. (۱۹۷۰). Determining sample size for research activities. Educational and psychological measurement, ۳۰, ۶۰۷-۶۱۰.

Lee, R & Ashforth, B. (۲۰۰۸). A meta-analytic examination of the correlates of the three dimension of job burnout, journal of applied psychology ۸۱(۱) ۲۳-۳۳.

Linnenbrink, E.A., & Pintrich, P.R. (۲۰۰۳). The role of self-efficacy beliefs student engagement and learning in the classroom.

Maslach, C, Schaufel, W. B & Leiter, M. P. (۲۰۰۱). Job burnout, annual review of psychology, ۵۲, ۳۹۷-۴۲۲.

Maslach, C & Jackson, S. E. (۱۹۸۴). Burnout in organizational setting, applied social psychology annual, ۵(۱) ۳۳-۱۵۳.

Mohsein Pour, Maryam Hejazi, Maryam, Elahe, Keyamanish, Ali Reza. (۲۰۰۷). Self-efficacy, Development goals, The Relationship of Learning and Stability with academic performance of Mathematics lesson. Modern Journal of Education, No ۱۶, ۵th years, Summer. (۲۰۰۷).

Mosavi Nejad, Abdol Mohammad. (۱۹۹۷). The relationship of motivation of self-regulated learning with academic performance of third grade students of middle school, master thesis, Psychology and educational science College of Tehran university.

self regulated learning, journal of educational psychogg.^{۸۰}.

Schaufeli, W. b. Baunk, B. P. (۲۰۰۲). Burnout:an overview of ۲۵ years of research and theorizing in m.j. schabracq, j.a.m ninnubst,&c.l.cooper (eds), handbook of work and healthpsychology chichestev :wiley.

Sedaghat, Maryam. (۲۰۱۰). Rules of Self-Regulated Learning in relationship to the objective, Intellectual perceptions and attitudes of students with educational performance of Tehran grade three high school stduents, PhD thesis, Shahied Beheshti Universtiy.

Seyf, Ali Akbar. (۲۰۱۱). Modern Educational Psychology: Psychology Learning and Education. Tehran: Doran Publication

Shawarzer, Ralf & Hallum, Suhair. (۲۰۰۸). Perceived teacher self-efficacy asa predictor of job stress and burnout :mediation analases. Applied psychology :an international review, ۵۷,۵۲,۱۷۱.

Sobhani Nejad, Mehdi, Abidi, Ahmad. (۲۰۰۶). The Relationship between Performance of Self-Regulated Learning and Motivation Performance of students of high school in Isfahan city with their Education Performance in the Mathematics lesson, Science Journal – Psychology Research University of Tabriz. No ۱ (۱): PP ۸۲-۹۷.

Yang, Hui-jen & Fran, Cheng. (۲۰۰۵). An invenstigation the factors mis student burnout in technical – viocational collegc .computersin human behavior yang, hui-jen. Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in talwans technical-vocational collegwes international journal of educational development ۲۴(۲۰۰۲) ۲۸۳-۳۰۱.

Zang, Riwen; Gan, Rigun Cham. (۲۰۰۷). Heining.Prefectionism,Academic burnout and engagement among chine secollege students:a structural equation modeling analysis. Personality &individual differences ۴۳(۲۰۰۷)۱۵۲۹-۱۵۴۰.

Zimmerman, B. J. & Pons, M. M. (۱۹۹۵). Student defferences in self-regulated l earning :relating grade, sex and giftedness to self-efficacy and strategy use .gounal of Educational psychology.^{۸۲(۱),۵۱-۵۹}.

Zimmerman. B, J & Martinez-Pons. (۱۹۸۸). constrat validation of a strateg model of student