



The Role of Emotional Dysregulation, Academic Procrastination and Family Flexibility in Predict Academic Burnout Female Students the Second Period in High School

Maryam Ebrahimi¹, Peyman Hatamian^{2*}, Mohammad Rahdar³

1- M A, Department of Consulting, Faculty of Social Sciences, Payam Noor University, Semnan, Iran.

2- PhD, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.

3- M A, Department of Consulting, Faculty of Social Sciences, Razi University, Kermanshah, Iran.

Corresponding Author: Peyman Hatamian, PhD, Department of Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran.

Email: hatamian152@gmail.com

Received: 1 June 2022

Accepted: 30 Oct 2022

Abstract

Introduction: Since health in students provides health in the community, the present study aimed was done to the role of emotional dysregulation, academic procrastination, and family flexibility in predicting academic burnout in female students during the second period in high school.

Methods: The research design was descriptive-correlational. The statistical population of the study included second-period female high school students in Zabol city in 2019-2020. They selected 191 members by multi-stage cluster sampling. Research tools included questionnaires on burnout birso (2007), emotional dysregulation Gratz and Roemer (2004), academic procrastination Solomon & Roth Bloom (1984), and family flexibility Elson (1999). Finally, the obtained data were analyzed using SPSS software version 23 and statistical tests of correlation and regression analysis.

Results: The results showed that there was a between emotion maladaptation and academic burnout correlation coefficient of 0.42 and between procrastination and academic burnout correlation coefficient of 0.22, which were significant at the level ($P < 0.001$). But no significant correlation was found between flexibility and academic burnout.

Conclusions: It can be concluded that emotion dysregulation and procrastination can both predict changes in academic burnout, so it is recommended that relevant education officials pay attention to this important issue.

Keywords: Academic burnout, Emotion regulation, Procrastination, Family flexibility.



نقش بدتنظیمی هیجانی، اهمال کاری تحصیلی و انعطاف پذیری خانواده در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه

مریم پودینه ابراهیمی^۱، پیمان حاتمیان^{۲*}، محمد رهدار^۳

۱- کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی، گروه مشاوره، دانشگاه پیام نور، سمنان، ایران.
۲- دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.
۳- کارشناس ارشد مشاوره تحصیلی، گروه مشاوره، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

نویسنده مسئول: پیمان حاتمیان، دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران.
ایمیل: hatamian152@gmail.com

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۸/۸

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۳/۱۱

چکیده

مقدمه: از آنجایی که سلامت در دانش آموزان تامین کننده سلامت در جامعه است، بنابراین پژوهش حاضر با هدف نقش بدتنظیمی هیجانی، اهمال کاری تحصیلی و انعطاف پذیری خانواده در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه انجام شد.

روش کار: روش پژوهش از نوع توصیفی- همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه شهر زابل در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند که به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای تعداد ۱۹۱ نفر از میان آنها انتخاب شد، ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه های فرسودگی تحصیلی برسو (۲۰۰۷)، دشواری در تنظیم هیجان گراتز و روثمر (۲۰۰۴)، اهمال کاری تحصیلی سولومون و راث بلوم در سال (۱۹۸۴) و انعطاف پذیری خانواده السون (۱۹۹۹) بود. نهایتاً داده های حاصل با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و به کمک آزمون های آماری همبستگی و تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل شد.

یافته ها: نتایج نشان داد که بین بدتنظیمی هیجان و فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۴۲ و بین اهمال کاری و فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۲۲ وجود دارد که در سطح ($P < ۰/۰۰۱$) معنادار هستند. اما بین انعطاف پذیری با فرسودگی تحصیلی همبستگی معناداری یافت نشد.

نتیجه گیری: می توان نتیجه گرفت که بدتنظیمی هیجان و اهمال کاری هردو با هم می توانند تغییرات فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند، بنابراین توصیه می شود که مسئولین مربوطه در آموزش و پرورش به این مهم توجه نمایند. **کلیدواژه ها:** فرسودگی تحصیلی، تنظیم هیجان، اهمال کاری، انعطاف خانواده.

مقدمه

عمیق شکست از کار است که منجر به حس ضعف در امور درسی و تحصیلی فرد می شود و فرد را از احساس پیشرفت باز می دارد (۲). دانش آموزانی که فرسودگی تحصیلی دارند معمولاً علائمی مانند بی علاقه‌گی نسبت به مطالب درسی، عدم تمایل به حضور مستمر در کلاس، عدم مشارکت در فعالیتهای کلاسی، غیبت های مکرر و احساس بی معنایی و بی کفایتی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می کنند (۳). فرسودگی تحصیلی موضوعی جدی و آکادمیک است و به عنوان مانعی برای پیشرفت تحصیلی محسوب

فرسودگی تحصیلی در واقع به بدبینی تحصیلی، خستگی ناشی از تقاضاهای تحصیلی اشاره دارد که می تواند از عوامل بازدارنده در موفقیت تحصیلی و از چالش های عمده تحصیلی دانش آموزان باشد که موجب می شود آن ها انگیزه و اشتیاق خود را برای ادامه تحصیل از دست دهند (۱). به عبارت دیگر، فرسودگی یک حالت منفی خستگی فیزیکی، هیجانی و ذهنی همراه با حس

مریم پودینه ابراهیمی و همکاران

تأخیر در انجام کارها، به تصور و گمان بهتر انجام دادن آنها دفاع کرد (۱۳). همچنین این متغیر به عنوان فقدان خود تنظیمی و تمایل در به تأخیر انداختن آنچه برای رسیدن به یک هدف ضروری است توصیف می شود (۱۴). نتایج پژوهش نشان داده است که فرسودگی تحصیلی را می توان نوعی شکست در خود نظم دهی تلقی کرد که نیمی از دانش آموزان به آن مبتلا هستند دانش آموزی که دچار این مشکل می باشد در نهایت دچار شناخت معیوب، ناکامی و اهمال کاری خواهد شد (۱۵).

جو خانواده کانون اصلی ظهور عواطف انسانی و روابط صمیمانه میان افراد است. وجود انعطاف در خانواده، رفتارهای دانش آموزان را اجتماعی می کند و تأثیر زیادی بر روابط و اعمال بعدی خواهد گذاشت (۱۶). منظور از جو عاطفی خانواده، نحوه ارتباط و شیوه برخورد خانواده با هم است. نظر افراد خانواده نسبت به هم، احساسات و علاقه آن ها به یکدیگر و همکاری یا رقابت آن ها، چگونگی انعطاف و نحوه ارتباط آن ها را نشان می دهد (۱۷). خانواده از روش های مستقیم و غیر مستقیم در جهت اجتماعی کردن و شکل دادن مسیر عاطفی فرزندان استفاده می کند که یکی از روش های غیر مستقیم از طریق تأثیر بر عواطف و هیجان فرزندان می باشد (۱۸). به بیانی دیگر می توان گفت که انعطاف در خانواده، نقش تعیین کننده ای در رشد شخصیت، شکل گیری روابط بین فردی و کنترل هیجانات فرد در دوره نوجوانی و بزرگسالی دارد (۱۹). پس محیط های خانوادگی منسجم و انعطاف پذیری در سازگاری شناختی، روابط بین فردی رضایت بخش، تنظیم عواطف و رشد مهارت های تحصیلی دانش آموزان نقش چشمگیری دارد (۲۰). همچنین جو عاطفی خانواده، نحوه ارتباط و طرز برخورد خانواده با هم، نظر افراد خانواده نسبت به هم، احساسات و علاقه آن ها با یکدیگر و همکاری و رقابت آن ها در رشد مهارت های تحصیلی و بالعکس در تضعیف مهارت های تحصیلی دانش آموزان و در نتیجه فرسودگی تحصیلی آن ها مؤثر است (۱۹). باسکو و همکاران (۲۰۱۵) به نقل از سلیمی در مطالعه ای با عنوان تأثیر روابط خانوادگی بر سازگاری آموزشی دانش آموزان پایه اول مشخص کردند که وجود روابط بین والدینی نا ایمن به طور غیرمستقیم با فرسودگی تحصیلی دانش آموزان و پردازش منفی اطلاعات در وقایع استرس زا رابطه دارد (۲۱).

اهمیت پرداختن به فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان بسیار ضروری است، مخصوصاً اینکه هم به نقش خود دانش آموز و هم خانواده های آنها توجه شود، بنابراین از آنجایی که تا کنون پژوهشی که در آن متغیرهای موجود به صورت جامع مورد بررسی قرار بگیرد انجام نشده است و حتی پژوهش های گذشته هم به

می شود؛ زیرا با افزایش استرس و پیامدهای منفی در زندگی تحصیلی دانش آموزان، موجب کاهش کیفیت و کمیت عملکرد تحصیلی می شود (۴). نتایج برخی یافته ها حاکی از آن است که فراگیری که از فرسودگی تحصیلی رنج می برند، موفقیت کمتری نسبت به همتایان خود کسب می کنند (۵). به صورت کلی فرسودگی تحصیلی نتایج بسیار منفی بر روی یادگیری فراگیران و نیز توانایی آن ها برای بکارگیری راهبردهای شناختی و سایر راهبردهای آموزشی در هنگام مطالعه در محیط آموزشی و حتی سایر موقعیت ها همچون خانه دارد، بنابراین توجه و پرداختن به آن جهت مقابله با این سری از مشکلات لازم و ضروری است (۶). یکی از متغیرهای تأثیرگذار بر فرسودگی تحصیلی دشواری در تنظیم هیجان یا بدتنظیمی هیجانی است، چرا که از طریق تنظیم هیجان فرد می تواند هیجان ها و عواطف خود را تعدیل نماید، احساسات منفی را کاهش دهد و موارد مثبت را تقویت کند و در نتیجه باعث کاهش فرسودگی و افزایش بهزیستی شود (۷)؛ و بالعکس فردی که دچار بدتنظیمی هیجان شود، توانایی او در شناسایی، پاسخگویی و مدیریت گستره ای از احساسات با مشکل مواجه خواهد بود (۸). تنظیم هیجان به فرآیندهای درونی و بیرونی مسئولانه برای پردازش، ارزیابی و شناسایی واکنش های هیجانی اشاره دارد، بررسی متون روان شناختی نشان می دهد که نظم جویی هیجان، عامل مهمی در داشتن عملکرد موفق است (۶). نتایج پژوهش ها نیز نشان داده است که کاهش دشواری در تنظیم هیجان باعث بهبود روان شناختی والدین و نوجوانان خواهد شد (۸). همچنین، نتایج برخی پژوهش های دیگر حاکی از آن است که نوجوانانی که دچار بد تنظیمی هیجان هستند گرایش بیشتری به آسیب های اجتماعی خواهند داشت و احساسات شدیدی به مانند عدم سازماندهی رفتاری و در نتیجه فرسودگی از خود نشان می دهد (۹). در پژوهشی که زرین و اکبر زاده (۱۳۹۹) به بررسی فرسودگی تحصیلی و رابطه آن با راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تاب آوری تحصیلی دانشجویان پرداخته شده است، نتایج حاکی از آن است که راهبردهای تنظیم هیجان نقش مهمی را در زمینه فرسودگی تحصیلی ایفا می کنند (۱۰).

یکی دیگر از عواملی که بر فرسودگی تحصیلی دانش آموزان نقش دارد، اهمال کاری تحصیلی است که به عنوان عامل مزاحم در عملکرد تحصیلی شناخته شده است (۱۱). این متغیر، می تواند نتیجه اعتماد به نفس پایین، ترس از موفقیت و احساس حقارت باشد و می توان گفت به طور کلی حاصل ایجاد فرسودگی تحصیلی در فرد باشد (۱۲). اهمال کاری رفتاری ناپسند و ناراحت کننده است که پیامدهای ناخوشایندی دارد و هرگز نمی توان با

بررسی برخی از جنبه های فرسودگی تحصیلی پرداخته اند، که این موضوع یک خلاء پژوهشی محسوب می شود، از این رو پژوهش حاضر با هدف نقش بدتنظیمی هیجانی، اهمالکاری تحصیلی و انعطاف پذیری خانواده در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه انجام شد.

روش کار

روش پژوهشی از نوع توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه شهر زابل در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بودند که به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای تعداد ۱۹۱ نفر از آنها انتخاب شد (بدین صورت که بعد از مجوز از آموزش پرورش شهرستان زابل، ابتدا چند ناحیه شهر انتخاب شد و بعد از هر ناحیه یک مدرسه و نهایتاً از هر مدرسه یک کلاس به طور تصادفی انتخاب شد). بعد از کسب رضایت شرکت کنندگان جهت شرکت در پژوهش پرسشنامه های پژوهش در اختیار آن ها قرار داده شد. به شرکت کنندگان گفته شد که هر زمانی سوالی داشتند می توانند از پژوهشگران سوال بپرسند همچنین جهت رعایت اخلاق پژوهش از آنها خواسته شد چنانچه که رضایت کامل نداشتند هر زمان که بخواهند می توانند با میل خود از همکاری صرف نظر کنند. همچنین به آنها اطمینان داده شد که اطلاعات آنها محرمانه بوده و اطلاعات شخصی آنها در اختیار هیچ کس قرار نمی گیرد. مقاله حاضر تمامی ملاحظات اخلاقی مورد نظر در پژوهش های علمی را رعایت و از معاونت پژوهش و برنامه ریزی شهرستان زابل مجوزهای لازم جهت انجام و اجرای پژوهش با کد ۴۹۰۰/۲۰۰۷۷۶/۵۴۲ را کسب نموده است. معیار ورود به نمونه شامل: ۱- رضایت کامل جهت شرکت در پژوهش ۲- دانش آموز دختر دوره دوم مقطع متوسطه بودن. معیارهای خروج از نمونه شامل: ۱- داشتن هر گونه مشکل از جمله مشکلات شدید روان شناختی همچون اختلال یادگیری و ۲ داشتن مشکلات جسمانی تشخیص داده شده با خوداظهاری خود شرکت کننده بود. نهایتاً داده های حاصل با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و به کمک آزمون های آماری همبستگی و تحلیل رگرسیون تجزیه و تحلیل شد.

جهت جمع آوری داده ها از ابزارهای ذیل استفاده گردید. پرسشنامه فرسودگی تحصیلی، این پرسشنامه را برسو و همکاران (۲۰۰۷) ساخته اند، که دارای ۱۵ سوال و سه خرده مقیاس که شامل: خستگی تحصیلی، بی علاقهگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی است. همه سوال ها در یک پیوستار لیکرت از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق طراحی شده است. پایایی پرسشنامه برای خرده مقیاس

خستگی عاطفی ۰/۷۰، شک و بدبینی ۰/۸۲ و خود کارآمدی ۰/۷۵ گزارش نموده اند (۲۲). در پژوهش کرمی و حاقیان نیز روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۸ گزارش شد (۵).

پرسشنامه دشواری تنظیم هیجان، برای سنجش دشواری تنظیم هیجان از مقیاس معرفی شده توسط گراتز و روئر (۲۰۰۴) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۳۶ گویه و ۶ خرده مقیاس است. خرده مقیاس های این پرسشنامه شامل، عدم پذیرش پاسخ های هیجانی، دشواری دست زدن به رفتار هدفمند، دشواری کنترل تکانه، فقدان آگاهی هیجان، دسترسی محدود به راهبردهای تنظیم هیجان و فقدان شفافیت هیجان است. پایایی درونی کلی برابر با ۰/۹۳ است و برای هر خرده مقیاس به ترتیب بیان شده، ۰/۸۹، ۰/۸۵، ۰/۸۶، ۰/۸۰، ۰/۸۸ و ۰/۸۴ است (۲۳). براساس بررسی پایایی درونی که توسط علوی انجام شده همسانی درونی کل ۰/۸۶ گزارش شده است. هرچه نمره فرد بالاتر باشد نشان دهنده تنظیم هیجان پایین خواهد بود (۲۴). در پژوهش سپهری نژاد و حامیان (۱۳۹۷) نیز روایی پرسشنامه بررسی و آلفای کرونباخ آن ۰/۷۹ به دست آمد (۲۵).

پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی، این پرسشنامه را سولومون و راث بلوم در سال (۱۹۸۴) ساختند، این مقیاس دارای ۲۷ گویه است که ۳ مؤلفه را مورد بررسی قرار می دهد: مؤلفه اول، آماده شدن برای امتحانات؛ شامل ۸ سؤال است. مؤلفه دوم، آماده شدن برای تکالیف می باشد و شامل ۱۱ گویه می باشد و مؤلفه سوم، آماده شدن برای مقاله های پایان ترم می باشد که شامل ۸ گویه می باشد. نحوه پاسخ دهی به گویه ها به این صورت است که پاسخ دهندگان میزان موافقت خود را با هر گویه با انتخاب یکی از گزینه های «هرگز»، «به ندرت»، «گاهگاهی»، «اکثر اوقات»، و «همیشه» نشان می دهند که به گزینه «هرگز» نمره ۱، «به ندرت» نمره ۲، «گاهگاهی» نمره ۳، «اکثر اوقات» نمره ۴، «همیشه» نمره ۵، تعلق می گیرد. همچنین در این مقیاس گویه های ۲ - ۴ - ۶ - ۱۱ - ۱۳ - ۱۵ - ۱۶ - ۲۱ - ۲۳ - ۲۵ به صورت معکوس نمره گذاری می شوند (۲۶). در پژوهش رسولی و همکاران ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ بدست آمده است (۲۶).

پرسشنامه انعطاف پذیری خانواده، این پرسشنامه با الهام از ترکیبی السون (۱۹۹۹) درباره خانواده ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۱۶ سوال می باشد و توسط فرزندان خانواده پاسخ داده می شود تا از طریق پاسخ های آنها، میزان انعطاف پذیری موجود در جو خانواده مشخص گردد. پرسشنامه شامل ۱۶ سوال است و جواب سوالات به صورت طیف لیکرتی است و به شکل: کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم ارائه شده اند.

یافته ها

نمونه مورد مطالعه شامل ۱۹۱ دانش آموز دختر بودند که ۶۳ نفر یعنی ۳۳ درصد ۱۶ ساله، ۶۰ نفر یعنی ۳۱/۴ درصد ۱۷ ساله و ۶۸ نفر یعنی ۳۵/۶ درصد ۱۸ ساله بودند. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

جوابها به ترتیب از ۵ تا ۱ نمره را در برمی گیرند. حداکثر نمره قابل اکتساب در این پرسشنامه ۸۰ و حداقل ۱۶ است. بالاترین و پایین ترین نمرات کسب شده در این پرسشنامه به ترتیب، ۷۲ و ۳۰ است. ضمناً ۵۰ درصد بالای نمرات (بالاتر از نمره ۵۲) تحت عنوان سطح انعطاف پذیری بالا و ۵۰ درصد پایین نمرات (پایین تر از نمره ۵۲) نیز تحت عنوان سطح انعطاف پذیری پایین تعریف می شود (۲۷).

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد
فرسودگی تحصیلی	۴۱/۲۸	۱۱/۷۴
انعطاف پذیری	۵۴/۵۴	۶/۳۶
بدتنظیمی هیجان	۱۰۲/۸۰	۲۰/۸۲
اهمال کاری	۸۴/۹۷	۹/۰۳

ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش (انعطاف پذیری، بدتنظیمی، هیجان، اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی) در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. نمره کلی ضریب همبستگی بین انعطاف پذیری، بدتنظیمی هیجان، اهمال کاری با فرسودگی تحصیلی

متغیرها	ضریب همبستگی	سطح معناداری
انعطاف پذیری	۰/۱۳	۰/۰۷
بدتنظیمی هیجان	۰/۴۲	۰/۰۰۱
اهمال کاری	۰/۲۲	۰/۰۰۳

فرسودگی تحصیلی همبستگی معناداری یافت نشد. برای پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس بدتنظیمی هیجان و اهمال کاری از تحلیل رگرسیون به شیوه همزمان استفاده شد که همراه با خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۳ آمده است.

نتایج جدول ۳ نشان می دهد که بین بدتنظیمی هیجان و فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۴۲، بین اهمال کاری و فرسودگی تحصیلی ضریب همبستگی ۰/۲۲ وجود دارد که در سطح $P < 0/001$ معنادار هستند. اما بین انعطاف پذیری با

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون برای پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس متغیرهای بدتنظیمی هیجان و اهمال کاری

متغیر ملاک	خلاصه مدل	متغیر پیش بین	B	β	T	سطح معنی داری
فرسودگی تحصیلی	$R = 0/42$	بدتنظیمی هیجان	۰/۲۲	۰/۳۹	۵/۵۲	۰/۰۰۱
	$R^2 = 0/18$					
	$F = 20/56$	اهمال کاری	۰/۰۹	۰/۱۳	۱/۰۳	۰/۰۳
	$P < 0/001$					

بر اساس جدول ۳ متغیرهای بدتنظیمی هیجان و اهمال کاری با هم می توانند ۱۸ درصد از واریانس فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند. بر این اساس مدل رگرسیونی معنادار است ($P < 0/001$). قابل ذکر است که بدتنظیمی هیجان با ضریب تاثیر ۰/۳۹ توان پیش بینی بیشتری برای فرسودگی تحصیلی دارد.

خانواده در دانش آموزان انجام شد. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد بین بدتنظیمی هیجان و فرسودگی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد. این نتایج همسو با نتایج پژوهش های حاتمیان و سپهری نژاد (۶)؛ بانفورد و همکاران (۹) و زرین و اکبر زاده (۱۰) بود. در تبیین نتایج می توان گفت از آنجایی که طبق مبانی نظری تنظیم هیجان به عنوان فرآیند آغاز، حفظ، تعدیل یا تغییر در بروز، شدت یا تداوم احساس درونی و هیجان مرتبط با فرآیندهای اجتماعی، روانی و فیزیکی محسوب می-شود و بد تنظیمی در هیجان شرایط نامبرده را با مشکل

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس بدتنظیمی هیجانی، اهمال کاری تحصیلی و انعطاف پذیری

بحث

پژوهش حاضر با هدف پیش بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس بدتنظیمی هیجانی، اهمال کاری تحصیلی و انعطاف پذیری

بین این دو متغیر تایید شده بود ولی در این پژوهش چنین نشد که می تواند به دلایل مختلفی از جمله شرایط حاکم بر موقعیت پاسخگویی به پرسشنامه ها، موقعیت جغرافیایی نمونه مورد هدف و غیره باشد.

پژوهش حاضر نیز مانند هر پژوهش دیگر با یکسری از محدودیت ها روبرو بود، از جمله فراگیری شیوع کرونا در کشور در اواخر اجرای طرح حاضر که کار گردآوری پرسشنامه ها را با دشواری مواجهه ساخت و موجب شد مقدار نمونه پژوهش تا حدودی ریزش پیدا کند. از جمله محدودیت های دیگر پژوهش مربوط به روش شناسی و استفاده از ابزارهای خودسنجی بود که می توانست به شیوه های دیگر مورد ارزیابی قرار بگیرد. بنابراین پیشنهاد می گردد که پژوهشگران در پژوهش های آتی جامعه هدف را با نمونه بیشتری مورد بررسی قرار دهند که قابلیت تعمیم بیشتری پیدا کند. همچنین پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی از طرح های آزمایشی جهت بررسی اثربخشی متغیرها استفاده گردد.

نتیجه گیری

نهایتاً می توان نتیجه گرفت که بدتنظیمی هیجان و اهمال کاری هردو با هم می توانند تغییرات فرسودگی تحصیلی را پیش بینی کنند، بنابراین توجه به این مهم می تواند در کمک به دانش آموزانی که از فرسودگی تحصیلی و حالت های منفی خستگی فیزیکی، هیجانی و ذهنی رنج می برند کمک نماید.

سپاسگزاری

از تمام کسانی که ما را در به سرانجام رسیدن این پژوهش یاری نمودند بسیار سپاسگزاریم.

تضاد منافع

بین نویسندگان این مقاله تعارض منافع وجود ندارد.

مواجهه می سازد، بنابراین در چنین حالتی برای دانش آموزان فرسودگی مرتبط با امور آموزشی می تواند مقدمه ای از علامت مشکلات دیگر باشد. گروس (۲۰۱۵) بر این باور است که تنظیم هیجان نقش بسیار کلیدی در تحول بهنجار و سلامت افراد دارد و ناتوانی در تنظیم هیجان می تواند به عنوان یک عامل مهم در ایجاد مشکلات روانشناختی (همچون مشکلات مرتبط با تحصیل) محسوب شود (۲۸).

همچنین نتایج نشان داد که بین اهمال کاری تحصیلی و فرسودگی تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد که این نتیجه همسو با نتایج پژوهش های مهدیان و کیانی (۱۵) و رسولی و همکاران (۲۶) بود. همچنین، محمد پور و رحمتی نیز در پژوهشی که با هدف پیش بینی نقش سازگاری اجتماعی، اهمال کاری تحصیلی و امید تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی دانش آموزان انجام شد، نتایج حاکی از آن بود که بین فرسودگی تحصیلی و اهمال کاری رابطه وجود دارد (۲۹). در تبیین نتایج بایستی گفت از آنجایی که دانش آموزانی که به نوعی تمایل به تعویق انداختن تاخیر ارادی در انجام تکالیف درسی خود دارند و یا به نوعی در برنامه ریزی دروس خود بی خیالی را ترجیح می دهند، این امکان وجود دارد به دلیل فرسودگی تحصیلی در آن ها باشد؛ چراکه دانش آموزانی که فرسودگی تحصیلی دارند معمولاً علائمی مانند بی علاقه‌گی نسبت به مطالب درسی، عدم تمایل به حضور مستمر در کلاس، عدم مشارکت در فعالیت های کلاسی، غیبت های مکرر و احساس بی معنایی و بی کفایتی در فراگیری مطالب درسی را تجربه می کنند (۲) که چنین رفتارهای می توانند ناشی از اهمال کاری تحصیلی تاخیر ارادی ناشی شده از انجام تکالیف تحصیلی باشد.

در پژوهش حاضر همچنین رابطه بین انعطاف پذیری خانواده و فرسودگی تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت که نتایج حاکی از عدم معناداری بین این دو متغیر بود. که چنین نتیجه ای غیر قابل پیش بینی بود؛ چرا که در پژوهش های گذشته رابطه

References

1. Salmela-Aro K, Upadyaya K. Co-development of educational aspirations and academic burnout from adolescence to adulthood in Finland. *Research in Human Development*. 2017,14(2):106-121. <https://doi.org/10.1080/15427609.2017.1305809>
2. Barnett MD, Flores J. Narcissus, exhausted: Self-compassion mediates the relationship between narcissism and school burnout. *Personality and Individual Differences*. 2016, 97:102-108.

<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.026>

3. Wang MT, Chow A, Hofkens T, Salmela-Aro K. The trajectories of student emotional engagement and school burnout with academic and psychological development: Findings from Finnish adolescents. *Learning and Instruction*. 2015, 1(36):57-65. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2014.11.004>
4. Gómez PH, Pérez CV, Parra PP, Ortiz LM, Matus OB, McColl PC, Torres GA, Meyer AK. Academic achievement, engagement and

- burnout among first year medical students. *Revista medica de Chile*. 2015, 143(7):907-930. <https://doi.org/10.4067/S0034-98872015000700015>
5. Karami J, Hatamian P. The relationship between self-efficacy and perfectionism with academic burnout students. *Pejouhandeh* 2016;21(4):186-191.
 6. Hatamian P, Sepehri Nezhad M. The prediction of academic burnout based on the emotion dysregulation and social support in nursing students. *Educ Strategy Med Sci*. 2018; 11 (1):59-65
 7. Bibby PA, Ross KE. Alexithymia predicts loss chasing for people at risk for problem gambling. *Journal of behavioral addictions*. 2017 , 6(4):608-630. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.076>
 8. Blossom JB, Fite PJ, Frazer AL, Cooley JL, Evans SC. Parental psychological control and aggression in youth: Moderating effect of emotion dysregulation. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 2016 1; (44):12-20. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.02.006>
 9. Bunford N, Evans SW, Langberg JM. Emotion dysregulation is associated with social impairment among young adolescents with ADHD. *Journal of Attention Disorders*. 2018, 22(1):66-82. <https://doi.org/10.1177/1087054714527793>
 10. Abdi Zarrin S, Akbarzadeh M, Mostafavi M. The role of emotional regulation and academic burnout in predicting procrastination Study in students of Isfahan Universit Quarterly Journal of Cultural Psychology. 2019., 3(1):175-196.
 11. Dasht Bozorgi, Z. The relationship between Persecution and perfectionism with Academic achievement and Burnout in medical students. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2016.,9(1):31-34.
 12. Grunschel C, Schwinger M, Steinmayr R, Fries S. Effects of using motivational regulation strategies on students' academic procrastination, academic performance, and well-being. *Learning and Individual Differences*. 2016 Jul 1(49):162-170. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.06.008>
 13. Zarei L , Sadat Khashuei M. The relationship between academic procrastination and cognitive beliefs, emotion regulation and Tolerating ambiguity in students. *Quarterly Journal of Research and Planning in Higher Education*. 2017., 22(3):113-130.
 14. Tahmasbzadeh Sheikhlar D, Sadeghpour M. The effect of social networks on academic procrastination with the role of intermediaries in learning strategies Self-regulation among students. *Scientific Journal of Educational Technology*.2019., 14(2): 511-520.
 15. Mahdion H, Kiani Q. 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. *Journal of Medical Education*. 2017;10(26):123-134. <https://doi.org/10.29252/edcj.10.26.72>
 16. Ghanbari Panah A, Sharif Mustaffa M. A Model of Family Functioning Based on Cohesion, Flexibility and Communication across Family Life Cycle in Married Women. *International Journal of Psychology*. 2019;13(2):195-228.
 17. Sutcliffe KR, Sedley B, Hunt MJ, Macaskill AC. Relationships among academic procrastination, family flexibility, and delay discounting. *Behavior Analysis: Research and Practice*. 2019 Nov;19(4):315-332. <https://doi.org/10.1037/bar0000145>
 18. Ghaempour Z, Ismailian M, Sarafranz M. Emotion regulation in adolescents: The predictive role of family function and attachment. *Journal of Thought & Behavior in Clinical Psychology*. 2019., 13(51): 7-16.
 19. Sabzian S, Ghadampour E, Mirderikvand F. Providing a Causal Model for Perceptions of Emotional Climate and Flexibility of Family with Academic Dishonesty: The Mediating Role of Academic Self-Efficacy. *Quarterly Journal of Social Work*. 2018.,7(3):32-43.
 20. Dehshiri G. The role of family cohesion and adaptability and emotion regulation in predicting the social intimacy of female students. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2019., 8(9):210-216.
 21. Salimi J, Yousefi N, Saeidzadeh, H. The relationship between the family's emotional barrier and students' professional interest: the interactive role of self-efficacy. *Magazine psychology school*. 2015; 4 (3): 66-47.
 22. Naami A. The relationship between quality of learning experience and academic burnout of MA students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Psychol Stud J* 2010; 5(3): 25-37.
 23. Gratz KL, Roemer L. Multidimensional

- assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *J Psychopathol Behav Asses*. 2004;26(1):41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
24. Shams J, Azizi A, Mirzaee A. The Relationship of Distress Tolerance and Emotion Regulation with Extent of Attachment of Smoker Students. *J Hakim*. 2010;13(1):11-8.
25. Sepehreinjad M , Hatamian P. Forecast of Suicidal thoughts based on Emotional Dysregulation and Experimental Avoidance in Nurses, *IJNR*. 2018; 13 (4), 38-43.
26. Rasouli F, Sangani A, Jangi P. The Relationship between academic procrastination, locus of control and achievement motivation with academic achievement in nursing student. *JNE*. 2019; 8 (1) :21-28 URL: <http://jne.ir/article-1-1026-fa.html>
27. Bozorgmanesh K, Nazari AM , Zaharakar K. Effectiveness of family therapy on its cohesion and flexibility, *hnmj*. 2016; 26 (4), 27-35.
28. Hatamian P, Hatamian P. (2020). The effect of psychological-based intervention on reduction of job stress among nurses working in hospitals Kermanshah City: Case study of Imam Reza Hospital. *Occupational Medicine Quarterly Journal*, 12(2): 29-35. <https://doi.org/10.18502/tkj.v12i2.4371>
29. Mohammadipour M, Rahmati F. The predictive role of social adjustment, academic procrastination and academic hope in the high school students' academic burnout, 2016.