

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

Mohammad Azimi, Moosa Piri, Taghi Zavaar

<sup>1</sup>MA in Educational Research, Payam Noor University, Khalkhaal, Iran

<sup>2,3</sup> Assistant Professor of Educational Sciences, 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 2010-11. The statistical sample of this research was included 379 high school students (197 boys, 182 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 2010-11. 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 t2 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 دانش‌آموزان دوره متوسطه

محمد عظیمی\*، موسی پیری، تقی زوار

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد تحقیقات آموزشی، مدرس دانشگاه پیام نور، خلخال، ایران  
<sup>۲،۳</sup> استادیار گروه علوم تربیتی، دانشگاه شهید مدنی، 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 دانش‌آموزان دختر و پسر تنها در متغیر عملکرد تحصیلی تفاوت معناداری با هم دارند؛ به طوری که میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر  $17/32$  و میانگین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر  $16/99$  است.

**واژگان کلیدی:** فرسودگی تحصیلی، یادگیری خودنظم داده، عملکرد تحصیلی، مدارس متوسطه

## مقدمه

(Salmela Aro and et al, 2008). فرسودگی تحصیلی در 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, 2007)

تحقیقات نشان داده‌اند که جو حاکم بر مدرسه و عملکرد تحصیلی با فرسودگی تحصیلی رابطه منفی معناداری دارد (Salmela-Aro, Savola Inen, & Ahola & hakanen, 2008). آهوا و هاکنین (Holopainen, 2008). نشان داده‌اند که فرسودگی تحصیلی به افسردگی منجر می‌شود. همچنین سالما — آرو و ساوولانن (Savolainen, 2008) 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, 1984) (Maslach & Jackson, 1984) همسویی ندارد. بنا به گفته یانگ (Yang, 2005) فرسودگی تحصیلی اثر منفی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد.

پژوهش (Schwarzer & Hallum, 2008) نیز نشان داده است که متغیر فرسودگی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی تأثیر منفی به سزایی دارد. بررسی‌های لاینبرنیک و پینتریک (Linnen brink & pintrich, 2003)، سالانوا و ناتانن (Salmela & Natanen, 2005) حکایت از آن است که افراد با خودکارآمدی بالا مشغولیت تحصیلی بالاتری را نشان می‌دهند. در همین راستا، گرو (Grau, 2001) طی مطالعه‌ای با عنوان اثرات میانجیگری خودکارآمدی بر استرس و فشار شغلی، به این نتیجه رسیدند که کارگرانی

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, 2011) 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, 2008 ، 2001 ، Maslach and et al , 2001, Demerouti and et al) 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, 1984). 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, 1984). 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, 2001). سرانجام تمامیت فردی کاهش یافته اشاره به احساس کاستی در شایستگی و میزان باروری و حس کارایی پایین فرد دارد که مؤلفه خودارزیابی فرسودگی را شامل می‌شود (schaufeli & schreurs, 2002) متغیر فرسودگی به موقعیت‌ها و بافت‌های آموزشی گسترش پیدا کرده است و از آن با عنوان فرسودگی تحصیلی نام برده می‌شود

پنتریچ و دی‌گروت (Pintrich, & Degroot, 1990) خودکارآمدی، ارزش‌گذاری درونی و اضطراب امتحان را به عنوان باورهای انگیزشی در نظر گرفتند و راهبردهای شناختی، فراشناختی و تلاش و تدبیر دانش‌آموزان را تحت عنوان یادگیری خودتنظیمی معرفی کردند. خودکارآمدی به مجموعه باورهای دانش‌آموزان در مورد توانایی هایشان در انجام تکالیف اشاره دارد. شانک (Schunk, 1991) ارزش‌گذاری درونی به اهمیتی که دانش‌آموز به یک تکلیف یا درس خاصی می‌دهد، باوری که به آن تکلیف دارد و هدفی که از مطالعه آن دنبال می‌کند، اطلاق می‌شود. اضطراب امتحان احساس یا حالت هیجانی ناخوشایندی است که پیامدهای رفتاری و روان‌شناختی خاصی دارد و در امتحانات رسمی و یادگیری موقعیت‌های ارزشیابی تجربه می‌شود. بر اساس نظریه یادگیری خودتنظیمی، فرآیندهای فراشناختی و تلاش‌ها و تدابیر دانش‌آموزان، خودنظم‌دهی را تشکیل می‌دهد. منظور از خودنظم‌دهی این است که دانش‌آموزان، مهارت‌هایی 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 راه‌کارهایی که دانش‌آموزان برای یادگیری به خاطر سپاری، یادآوری و درک مطالب از آنها اشاره دارد (Biyabangard, 2011).

نتایج پژوهش پنتریچ و دی‌گروت (Pintrich & Degroot, 1990) نشان داد که خودنظم‌دهی، خودکارآمدی و اضطراب امتحان بهترین پیش‌بینی‌کننده‌های عملکرد تحصیلی هستند. همچنین خودکارآمدی در پسران و اضطراب امتحان در دختران به طور معناداری بیشتر بوده و نتایج بعضی از پژوهش‌ها حاکی از عدم تأثیر عامل جنسیت بر میزان استفاده از راهبردهای شناختی است. علاوه بر این، تعداد قابل ملاحظه‌ای از این پژوهش‌ها نشان داده است که آموزش یادگیری خودنظم‌دهی می‌تواند پیشرفت تحصیلی را تقویت و انگیزه یادگیری را تسهیل کند (Ao man chin, 2006). محسن‌پور، حجازی و کیامنش (Mohsein Pour, Hejazi, Keyamanish 2007) با بررسی نقش خودکارآمدی، اهداف پیشرفت، راهبردهای

که خودکارآمدی پایینی داشتند فرسودگی هیجانی بیشتری را نشان دادند. (Evers, Brouwers, . Tomic, 2002).

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. بررسی‌های آنان نیز نشان داد کسانی که در خودکارآمدی نمره بالاتری گرفتند، به نشانگان فرسودگی کمتری دچار شدند.

نیومن (Neuman, 1990) معتقد است که فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان، بنا به دلایلی مختلف، یکی از عرصه‌های مهم پژوهشی در مدارس است. دلیل نخست این است که فرسودگی تحصیلی می‌تواند کلید مهم درک رفتارهای مختلف دانش‌آموزان، مانند عملکرد تحصیلی در دوران تحصیل باشد. دلیل دوم این است که فرسودگی تحصیلی رابطه دانش‌آموزان را با مدارس خود تحت تأثیر قرار می‌دهد و سوم این که فرسودگی تحصیلی می‌تواند شوق و اشتیاق دانش‌آموزان را به ادامه تحصیل، تحت تأثیر قرار دهد. از آنجا که یادگیری فراگیران، عمدتاً به وسیله عملکرد تحصیلی آنها سنجش می‌شود؛ شناسایی متغیر فرسودگی تحصیلی و اثر آن بر عملکرد تحصیلی فراگیران، از کارهای مهم روان‌شناسان تربیتی و دانشجویان این رشته است؛ به طوری که کنترل فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان، به دلیل بهبود پیشرفت تحصیلی و انگیزش یادگیری آنها ضروری است (Brouwers & Tomic, 2010).

نظریه خودتنظیمی بر این اساس استوار است که دانش‌آموزان چگونه از نظر باورهای فراشناختی انگیزشی و رفتاری، یادگیری خود را سازمان‌دهی می‌کنند (Kadivar, 2009). نظریه شناختی اجتماعی (Bandora, 1986) برای رشد مدل یادگیری خودتنظیمی چهارچوب نظری مناسبی فراهم کرد که بر اساس آن در هر فرد عوامل زمینه‌ای و رفتارها فرصت لازم را برای کنترل یادگیری دانش‌آموز، فراهم می‌کنند (Nikos & Gorg, 2005). بر اساس نظریه زیمرمن و پونز (Zimmerman And Pons, 1988) راهبردهای یادگیری خودتنظیمی شامل زیرمجموعه‌هایی است که عبارتند از: ۱ - خودتنظیمی رفتاری ۲ - خودتنظیمی انگیزشی ۳ - خودتنظیمی فراشناختی.

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 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, 2008, Ghafori, 1997) 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, 2011) 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, 1970) 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

یادگیری و پایداری در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی، به این نتیجه رسیدند که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی با عملکرد تحصیلی رابطه دارد. همچنین نتایج پژوهش های سبحانی نژاد و عابدی (Sobhani Nejad, Abidi, 2006) البرزی و سیف (Albourzi, Seyf, 2003) نشان می دهد که راهبردهای یادگیری خودنظم دهی با پیشرفت تحصیلی رابطه دارد. در پژوهش سبحانی نژاد و عابدی (Sobhani Nejad, Abidi, 2006) 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.

اومن چی (Ao Man Chin, 2006) 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, 1995).

صداقت، دستا، مصطفایی (Cedaghat, Dasta, Mostafaei, 2010) 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 زیمـرمن و پونس (Zimmerman & Pons, 1998) 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, 1997) نیز با بررسی های خود نشان داد که متغیرهای اضطراب

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 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،  $t_2$  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  $r=0/119$  - و برای بی‌علاقگی

خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسشنامه ۱۵ ماده دارد که در مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت درجه بندی شده است. 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 of Approximation Mean-Square Error Of Root) را مطلوب گزارش کرده‌اند. نعامی (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  $P < 0/001$  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

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

نتیجه گرفت که براساس ملاک کوهن همبستگی کوچکی بین متغیرها وجود دارد. معناداری ۰/۰۰۰ بین این چهار متغیر برقرار است. به عبارت گویاتر، این رابطه در سطح آلفای بیشتر از یک هزارم معنادار است و می‌توان نتایج حاصل از نمونه را به کل جامعه آماری دانش‌آموزان تعمیم داد. بنابراین می‌توان سؤال دوم: آیا می‌توان عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان 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 علاقه‌گی 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)	۱۹/۲۴۵	۰/۴۴۱	-	۴۳/۶۴۱	۰/۰۰۰
	فرسودگی تحصیلی	-۰/۶۲	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  $(F(3, 375) = 3/34)$ ؛  $P = 0/019$ ؛  $t = 2$  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  $(t, 003/0p = 2/93)$  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.

$$0/676 = (-0/262) = \text{اثر مستقیم}$$

$$0/33 = (-0/382) + (0/162) + (0/402) = \text{اثر غیر مستقیم}$$

$$0/3976 = 0/33 + 0/676 = \text{کل واریانس تبیین شده}$$

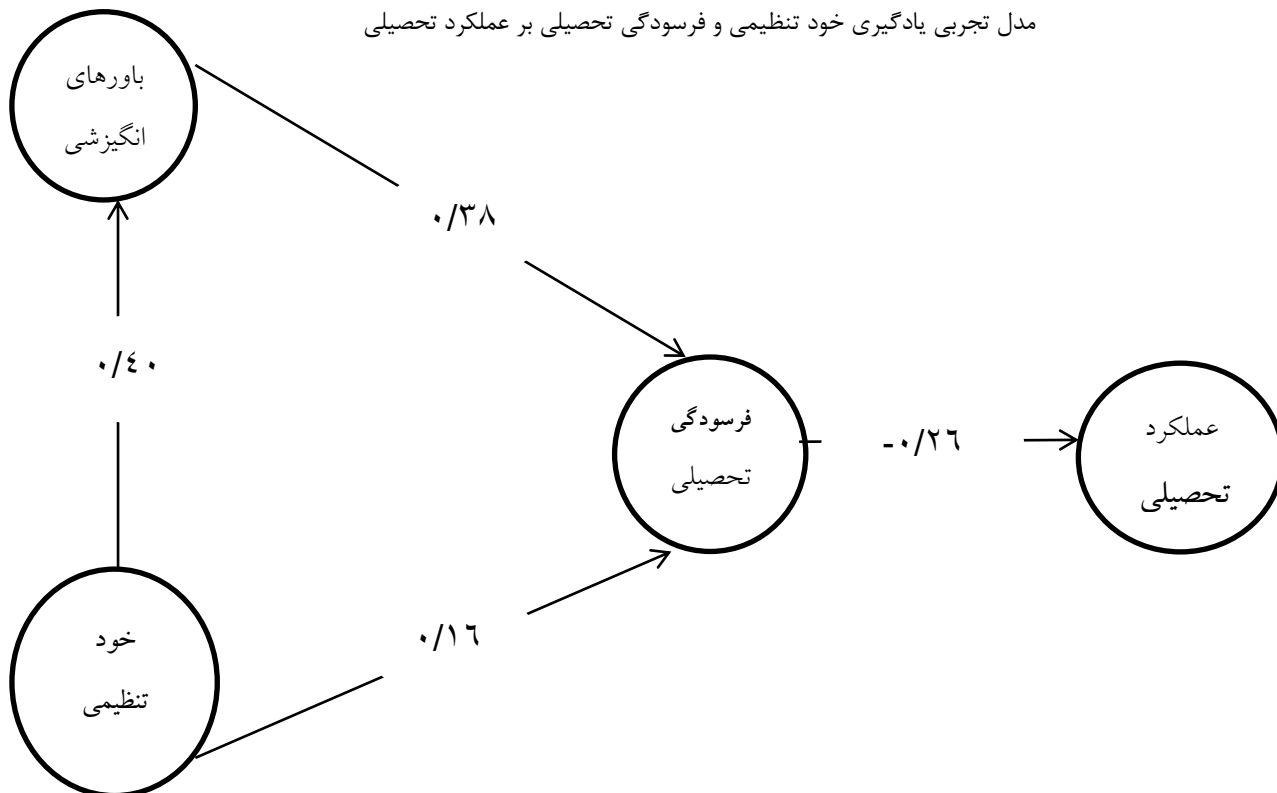
می‌توان گفت که از کل واریانس متغیر عملکرد تحصیلی در مدل تحلیل مسیر ۰/۳۹ تبیین شده است که به عنوان تغییرات تبیین شده می‌توان از آن نام برد. در مقابل، مقدار واریانس تبیین نشده ۰/۶۱ است که ناشی از متغیرهای دیگری است که در تحقیق مزبور مورد بررسی قرار نگرفته است.

جدول ۳ - آزمون  $t^2$  هتلینگ برای تفاوت بین دانش‌آموزان دختر و پسر از لحاظ ترکیب فرسودگی تحصیلی،

یادگیری خود تنظیمی، عملکرد تحصیلی

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

مدل تجربی یادگیری خود تنظیمی و فرسودگی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی



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

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, 2010) 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

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, 2008, mostafaei, 2008, Ghafari, 1997) 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, 2005) که به بررسی رابطه فرسودگی تحصیلی و عملکرد تحصیلی پرداخته و دریافتند که فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان اثر منفی

یافته‌های (Linnen brink & pintrich, schaufeli & schreurs, به نقل از Yang, 2005) و گرو و همکاران (2001) (Grau, و (Nammi, 2001) و پیر حسینلو (Pirhossienlou, 2003) 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, 1990) 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

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, 2005) ارتباط این دو متغیر در بسیاری از تحقیقات مانند (Schwarzer & Tomic. Evers, Brouwers, 2002, Hallum, 2008) 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, 2005) 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

### منابع

Ahola, K. & Hakanen, J. (2007). Jobstrain, burnout and depressive symptams:a prospective study among dentists .journal of affective disorders.

Albourzi, Shahla, Seyf, Diba.(2003). 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 1 winter, 2003.

Ao Man Chin. (2006). 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. (2011). Educational Psychology( Educational Psychology and Leaning). Tehran: edition.

Breso, E, Salanova, M. & Schoufeil, B.(200۹). In search of the thied dimension of burnout, applied psychology, 56(3),460-472.

Brouwers, A, & Tomic, W. (20۱۰). Alogitudinal study of teacher burnout and perceived self-efficacy classroom management .teaching and teacher education, 16, 239-253.

Chang, C. Y. (1991) . A study of relation ship between college studens academic per formance and their conghitive tyle meta congntion, motivatinal and self regulated factor .Educational psychology24, 145.-161.

Dasta, Mehdi. (2010). 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. (2001). The job demands-resources model of burnout,journal of applied psychology,86,499-512.

Eshvar Nejad, Fatemeh. (2008). The Relationship Structure of self-concept, Self-Regulated Learning and educational achievement of

انگیزشی یعنی ارزش گذاری درونی تفاوتی مشاهده نشد همخوانی دارد. همچنین غفوری ( Ghafari, 1997 ) 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.

- Mosavi Nejad, Abdol Mohammad. (1997). 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.
- Mostafaei, Ali. (2010). The effectiveness of the training components of self-regulated learning strategies based on model Pntrych 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. (2009). The relationship of quality learning experience with educational burnout students of master Shahied Chamran Ahvaz University, Psychological studies journal, Period 5/ No3, fall season
- Neuman, Y. (1990). Derrminants and conse quences of student, burnout in universities, the gournal of higher education, 61(1), 20-30.
- Nikos Mousoulides & Georg Philippohl. (2005). Students motivational belifes, self-regulaions trategies use, and mathematics achievement group for the psychology of mathematics education, vol.3, pp321-328.melbourne.
- Pintrich, P. R. & DEGROOTH, E. (1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance. Journal of self-regulated learning educational psychology, 82(1), 33-40.
- Pirhossienlou, Saeedeh. (2004). The relationship between Efficacy of math, Expected performance of Mathmatics with academic performance of girls and boys in public high school in Tehran, zone 2
- Ryerson, D. Marks, N. (1981). Carrer burnout in the human servies:strategi for interrention.in:jones,j.w.(ed.),burnout syndrome.landon hones press,park ridge.il,pp.751-164.
- Salmela- Aro, k & Natanen, P. (2005). ppi-10:nuorten kouluuupumus-menetelma, adolescent school hourn out method,Helsinki,finland,edita.
- students of Shahied Beheshti University, Master thesis, Shahied Beheshti Universtiy.
- Evers, W. J. Brouwers,A.& Tomic,W. (2002). Burnout and.self-efficcaly:astudy on teachers beliefs when implementing an innovative educational system in the Netherlands-british journal of educational psychology,72277e243.
- Ghafori, Mansour. (1997). 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. (2001). Modertor effects of self-efficacy on occupational streses. Psychology in sain,5.1,1,63-74.
- Hussini Nasab, Sieyd Davod. (1992). Motivation and Behavior, journal of Humanities College of Humanities of Tabriz Univiersity. No 3 and 4 fall and winter.
- Kadivar, Parveen. (2009). Educational Psychology. Tehran: Samt Publication.
- Krejcie, R., &Morgan, D. (1970). Detrermining sample size for research activites. Educational and psychological measure-ment, 30, 607-610.
- Lee. R & Ashforth, B. (2008). A meta – analytic examination of the correlates of the three dimension of job burnout, jurnjal of applied psychology 81,123-133.
- Linnenbrink,E.A.,&Pintrich,P.R. (2003). therole of self-efeeicacy beliefs student engement and learning in the classroom.
- Masalach, C,Schaufeil,W. B & Liter, M. P. (2001). job burnout, annual review of psychology,52,397- 422.
- Maslach, C & Qjakson, S. E. (1984). Burnout in organizational setting,applied social psychology annual,5,133-153.
- Mohsein Pour, Maryam Hejazi, Maryam, Elahe, Keyamanish, Ali Reza. (2007). Self-efficacy, Development goals, The Relationship of Learning and Stability with academic performance of Mathematics lesson. Modern Journal of Education, No16, 5th years, Summer. (2007).

Zang, Riwen; Gan, Rigun Cham. (2007). Heining. Prefectionism, Academic burnout and engagement among chine secollge students:a structural equation modeling analysis. *Personality & invidual differences* 43(2007)1529-1540.

Zimmerman, B. J. & Pons, M. M. (1995). Student deffrences in self-regulated l earning :relating grade, sex and giftedness to self-efficacy and strategy use .gounal of Educational psychology. 82(1), 51-59.

Zimmerman. B, J & Martinez-Pons. (1988). constrat validation of a strategg model of student self regulated learning, journal of educational psychogg. 80.

Salmela-Aro, K, Savola Inen, H. & Holopainen. L. (2008). Nepressive symptoms and school burnout during adolescence, *journal of royth and ad olesence*, 6, 34- 45.

Sarmad, Zohreh, Bazorgan, Abbas and Hejazi, Elahe. (2011). *Research methods in the behavioral sciences*.

Schaufeil, W. B And Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and reaserch :a critical analysis* taylor&fraancis, London .

Schaufeli, W. b. Baunk, B. P. (2002). *Burnout:an overview of 25 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. (2010). *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. (2011). *Modern Educational Psychology: Psychology Learning and Education*. Tehran: Doran Publication

Shawarzer, Ralf & Hallum, Suhair. (2008). Perceived teacher self-efficacy asa predictor of job stress and burnout :mediation analases. *Applied psychology :an international review*, 57, 52, 171.

Sobhani Nejad, Mehdi, Abidi, Ahmad. (2006). *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 1 (1): PP 82-97.

Yang, Hui-jen & Fran, Cheng. (2005). *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* 24(2002) 283-301.