

Relationship Between Emotional Self-Control, Alexithymia and Educational Emotional with Academic Burnout in Students with Learning Disorder

Abbas Javaheri Mohamadi^{1,*} , Hossein Keshavarz Afshar¹ ,
Shahrbano Bagherzadeh² 

¹ Department of Educational Sciences and Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran

² Department of Consulting, University of Research Sciences, Tehran, Iran

* **Corresponding Author:** Abbas Javaheri Mohamadi, Department of Educational Sciences and Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran.

Abstract

Received: 16/09/2021

Accepted: 28/09/2021

How to Cite this Article:

Javaheri Mohamadi A, Keshavarz Afshar H, Bagherzadeh Sh. Relationship Between Emotional Self-Control, Alexithymia and Educational Emotional with Academic Burnout in Students with Learning Disorder. *Pajouhan Scientific Journal*. 2022; 20(1): 57-63. DOI:10.52547/psj.20.1.57

Background and Objectives: One of the objectives of educational systems is to raise the level of students' ability to improve their academic performance. The aim of present study was to determine the relationship between emotional self-control, alexithymia, and academic excitement with academic burnout in students with learning disabilities.

Materials and Methods: The population of this study was all clients with learning disabilities who referred to the Learning Disabilities Centers in Tehran in 2021. The sampling method was cluster random sampling. Ten centers were selected from the centers of learning disabilities. Then, 150 students with the 1 learning disabilities were selected to participate in this study. The data was collected by Bresso Academic Burnout Questionnaire, Toronto Emotional Dysfunction Scale, Bakran Academic Emotion Questionnaire, and Weinberger & Schmaltz (srs) Self-Restraint Scale(1990).

Results: The results showed that negative academic excitement, emotional self- control, and positive emotion were able to predict students' academic burnout. The collected data were analyzed using Pearson correlation coefficient test and stepwise multivariate regression analysis. Negative academic excitement ($P<0.001$, $t= 4.91$, $\beta= 0.348$) with the highest value of B and then self-control ($P<0.001$, $t= 4.18$, $\beta=-0.288$) and positive emotion ($P<0.001$, $t= -3.42$, $\beta= -0.235$) could predict academic burnout, respectively.

Conclusions: Based on the findings, training the life skills related to emotion management, emotion regulation, and improving emotional intelligence should be widely and seriously considered. By training these skills, students' level of self-management can be improved and educational burnout can be prevented.

Keywords: Emotional self-control, Alexithymia, Academic excitement, Academic burnout, Learning disability

رابطه خودمهارگری هیجانی و ناگویی هیجانی و هیجانات تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری

عباس جواهری محمدی^{۱*}، حسین کشاورز افشار^۱، شهربانو باقرزاده^۲

^۱ گروه مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران

^۲ گروه مشاوره، واحد علوم تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

* نویسنده مسئول: عباس جواهری محمدی، گروه مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران.

چکیده

سابقه و هدف: از اهداف نظام‌های آموزشی، بالابردن سطح توانایی دانش‌آموزان به‌منظور ارتقای بازده تحصیلی یادگیرندگان است. هدف پژوهش حاضر، تعیین رابطه خودمهارگری هیجانی، ناگویی هیجانی و هیجانات تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری بود.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش از نوع مطالعات بنیادی با طرح همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش کلیه مراجعین دارای اختلال یادگیری مراجعه‌کننده به مراکز اختلالات یادگیری شهر تهران در سال ۱۴۰۰ را تشکیل می‌دادند. روش نمونه‌گیری این پژوهش به‌صورت نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود که ۱۰ مرکز از بین مراکز اختلال یادگیری انتخاب شد سپس از بین دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری، ۱۵۰ دانش‌آموز به‌عنوان نمونه‌های پژوهش انتخاب شد. ابزار جمع‌آوری داده‌های پژوهش پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی، مقیاس ناگویی هیجانی و پرسش‌نامه هیجان تحصیلی، پرسش‌نامه خودبازداری بود. داده‌های جمع‌آوری‌شده با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره گام‌به‌گام تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد هیجان تحصیلی منفی، خودمهارگری هیجانی و هیجان مثبت قادر به پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بوده‌اند. هیجان تحصیلی منفی ($\beta = 0.348, t = 4.91, p < 0.001$) با بیشترین مقدار B و پس از آن خودمهارگری ($\beta = -0.288, t = -4.18, p < 0.001$) و هیجان مثبت ($\beta = -0.235, t = -3.42, p < 0.001$) به ترتیب قابلیت پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی را دارند.

نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌ها آموزش مهارت‌های زندگی مرتبط با مدیریت هیجان و تنظیم هیجان و حتی بهبود هوش هیجانی را به‌طور گسترده و جدی مدنظر قرار گیرد تا بتوان با بهبود این مهارت‌ها، سطح خود‌مدیریتی دانش‌آموزان را بهبود بخشید و از بروز فرسودگی تحصیلی در آنان پیشگیری به عمل آورد.

واژگان کلیدی: خودمهارگری هیجانی، ناگویی هیجانی، هیجانات تحصیلی، فرسودگی تحصیلی، اختلال یادگیری

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۶/۲۵

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۰۷/۰۶

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

مقدمه

طبق راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، اختلالات یادگیری زمانی تشخیص داده می‌شوند که پیشرفت در آزمون‌های استاندارد شده برای خواندن، ریاضیات یا بیان نوشتاری به‌طور قابل ملاحظه زیر حد مورد انتظار برحسب سن، تحصیلات و سطح هوشی باشد. مسائل یادگیری تداخل جدی در پیشرفت آموزش با فعالیت‌های روزمره دارد (انجمن روانپزشکی آمریکا، ترجمه سید محمدی، ۱۳۹۴). یکی از مولفه‌های که می‌تواند با ناتوانی یادگیری مرتبط باشد، فرسودگی تحصیلی است که نقطه مقابل پیشرفت تحصیلی است. پژوهشگران نشان داده‌اند که دانش‌آموزان با اختلال یادگیری دارای میزان بیشتری از فرسودگی تحصیلی نسبت به

از اهداف نظام‌های آموزشی، بالابردن سطح توانایی دانش‌آموزان به‌منظور ارتقای بازده تحصیلی یادگیرندگان است. چنین هدفی باعث شده هیچ‌گاه از ارزش پژوهش‌های مرتبط با عملکرد و مهارت‌های درسی کاسته نشود. با وجود افزایش کشاکش‌ها در تعریف کودک استثنایی و همچنین افزایش ۱۳ درصدی جمعیت دانش‌آموزان استثنایی، ۳۲٪ آن‌ها را دانش‌آموزان با اختلال یادگیری خاص تشکیل می‌دهد (معنوی شاد، مصر آبادی، حبیبی و فرید، ۱۳۹۹). یکی از اختلالات شایع در دوران کودکی که می‌تواند بر والدین تأثیرات منفی بگذارد، اختلالات یادگیری خاص است و یکی از معضلات مهم و تعیین‌کننده سرنوشت تحصیلی دانش‌آموزان به‌شمار می‌آید.

توسط آزمودنی‌ها درجه‌بندی شده است.

مقیاس ناگویی هیجانی تورنتو (Toronto Alexithymia Scale) این مقیاس دارای ۲۰ ماده است که ناگویی هیجانی را در سه زیرمقیاس دشواری در شناسایی احساسات (۷ ماده)، دشواری در توصیف احساسات (۵ ماده) و تفکر معطوف به بیرون (۸ ماده) در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ (کاملاً مخالف) تا نمره ۵ (کاملاً موافق) می‌سنجد.

پرسش‌نامه هیجانات تحصیلی پکران: پرسش‌نامه هیجانات تحصیلی، توسط پکران و همکاران طراحی شده و هیجانات مثبت و منفی را می‌سنجد. این مقیاس دارای ۷۵ گویه و دو بعد هیجان‌های مثبت و منفی است که با مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای (هرگز تا همیشه) سنجیده می‌شود و هر ماده دارای ارزشی بین ۱ تا ۵ است.

پرسش‌نامه خودبازداری (SRS): پرسش‌نامه خودبازداری، ابزار خودگزارشی ۳۰ عبارتی است که میزان بازداری هیجانی و توانایی فرونشانی خشم را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این آزمون در سال ۱۹۹۰ توسط وینبرگر و شوو/رتز تهیه شده است و یکی از مقیاس‌های پرسش‌نامه سازگاری وینبرگر به‌شمار می‌رود. مقیاس خودبازداری دارای یک مقیاس کلی و ۴ زیرمقیاس است. زیرمقیاس‌های این آزمون که سازه‌های مشابه اما مجزایی هستند، عبارت‌اند از: فرونشاندن خشم، کنترل تکانه، مراعات دیگران و مسئولیت‌پذیری. آزمودنی‌ها در مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای میزان موافقت یا مخالفت خود با هر یک از عبارات را بیان کرد و امتیاز آزمودنی از طریق جمع‌کردن امتیاز عبارات مربوط به هر زیرمقیاس محاسبه می‌شود.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و اطلاعات از برنامه نرم‌افزاری SPSS نسخه ۲۰ استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف استاندارد متغیرها، فراوانی و درصد متغیرها استفاده شد. در بخش آمار استنباطی برای تایید و رد فرضیات پژوهش از آزمون همبستگی و رگرسیون چندگانه استفاده شد. به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها و انتخاب نوع آزمون‌های مربوطه، ابتدا به بررسی وضعیت نرمال بودن متغیرها با آزمون کولموگراف-اسمیرنوف پرداخته شد.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۱۵۲ نفر وارد مطالعه شدند که میانگین سنی شرکت‌کنندگان، ۱۱۰/۲ سال با انحراف معیار ۱/۴۵ بود. همچنین در این مطالعه، ۴۰٪ شرکت‌کنندگان پسر و ۶۰٪ دختر بودند.

میانگین نمره فرسودگی تحصیلی برابر با ۴۷/۸۰، مولفه فرونشاندن خشم برابر با ۷۳/۲۴، مولفه کنترل تکانه برابر با ۱۹/۱۲، مولفه مراعات دیگران برابر با ۱۵/۰۳، مولفه

دانش‌آموزان عادی هستند (مرادی، فتحی، غریب زاده و فائیدفر، ۱۳۹۵). فرسودگی، نوعی الگویی شناختی-هیجانی از درماندگی است که می‌تواند منجر به درماندگی ذهنی، کاهش انگیزه پیشرفت شود (اسکافیل، مارتینز، پینتو، سالانوا و بیکر، ۲۰۱۵). فرسودگی تحصیلی به خستگی ناشی از موقعیت‌های مربوط به مطالعه، افزایش احساس و نگرش بد و بدون حساسیت نسبت به مطالب درسی، بی‌علاقگی تحصیلی و عدم انگیزه پیشرفت، افت و ناکارآمدی تحصیلی و به‌طور کلی هر چیزی که مربوط به آموزش، مدرسه و تحصیل می‌شود، اطلاق می‌شود (حسن‌زاده و سمیعی، ۱۳۹۹). کسانی که از فرسودگی تحصیلی رنج می‌برند، معمولاً نشانه‌هایی مانند ناتوانی در حفظ توجه در کلاس درس، عدم شرکت در فعالیت‌های کلاسی، فقدان احساس معنادار در کارهای کلاسی و احساس ناتوانی در یادگیری مواد آموزشی را نشان می‌دهند (نریمانی، کاظمی و نریمانی، ۱۴۰۰). بدین ترتیب ملاحظه می‌شود که فرسودگی تحصیلی از جمله معضلات دانش‌آموزان، به‌ویژه دانش‌آموزان با اختلال یادگیری است. در نتیجه این پژوهش به بررسی عوامل تاثیرگذار بر فرسودگی تحصیلی در این دانش‌آموزان پرداخت.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر با توجه به هدف از نوع مطالعات بنیادی و از لحاظ ماهیت موضوع، در زمره مطالعات توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری مراجعه‌کننده به مراکز اختلال یادگیری شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ است که حجم جامعه برابر ۲۵۰ نفر بود. نمونه‌های پژوهش بر اساس جدول مورگان و با توجه به حجم جامعه، تعداد ۱۵۰ نفر محاسبه شد که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. بدین‌صورت که ابتدا از بین مراکز اختلال یادگیری شهر تهران تعداد ۱۰ مرکز انتخاب شدند. سپس با مراجعه به این ۱۰ مرکز، از بین دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری مراجعه‌کننده در این مراکز، نمونه‌های پژوهش انتخاب شدند. در این پژوهش از دو روش برای اجرا و گردآوری داده‌ها استفاده شد.

برای جمع‌آوری داده‌ها از چهار پرسش‌نامه استفاده شد که توسط دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری مراجعه‌کننده به مراکز اختلال یادگیری شرکت‌کننده در پژوهش تکمیل شد.

پرسش‌نامه فرسودگی تحصیلی (Educational Brunt Questionnaire): این پرسش‌نامه را برسو و همکاران ساخته‌اند. این پرسش‌نامه سه حیطة فرسودگی تحصیلی یعنی خستگی تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی را می‌سنجد. پرسش‌نامه مذکور ۱۵ ماده دارد که با روش درجه‌بندی لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق

خودمهارگری با فرسودگی تحصیلی و تعیین سهم پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی بر اساس متغیرهای اخیر از رگرسیون چندگانه به روش ورود استفاده شده است.

به‌منظور بررسی ضریب همبستگی چندگانه میان متغیرها از تحلیل رگرسیون چندگانه با روش گام‌به‌گام استفاده شد. بدین منظور متغیر هیجان تحصیلی منفی با داشتن بالاترین میزان همبستگی با متغیر ملاک در گام اول وارد معادله رگرسیون شد.

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، در مدل اول با ورود متغیر هیجان تحصیلی منفی در معادله مقدار ضریب همبستگی (R) برابر ۰/۴۸۲ شد. بدین معنی که متغیر هیجان تحصیلی منفی ۲۳/۳٪ از واریانس فرسودگی تحصیلی را تبیین می‌کند.

در گام دوم با افزوده‌شدن متغیر خودمهارگری به مدل میزان R به ۰/۵۵۴ افزایش یافت، یعنی ۳۰/۷٪ از واریانس فرسودگی تحصیلی را متغیرهای هیجان تحصیلی منفی و خودمهارگری باهم به‌طور مشترک تبیین می‌کنند.

در گام سوم با افزوده‌شدن متغیر هیجان مثبت به مدل، بر میزان R به ۰/۵۹۹ افزایش یافت، یعنی ۳۵/۸٪ از واریانس فرسودگی تحصیلی را متغیرهای هیجان تحصیلی منفی، خودمهارگری و هیجان مثبت باهم به‌طور مشترک تبیین می‌کنند.

همین‌طور نتایج تحلیل واریانس (جدول ۳) حاکی از آن هستند که ضرایب همبستگی چندگانه بین متغیرها و به‌طور کلی رگرسیون متغیرهای پیش‌بین بر متغیر ملاک از نظر آماری معنی‌دار بود ($p < 0.01$).

به‌منظور تعیین اینکه کدام یک از متغیرها قابلیت پیش‌بینی بیشتری برای متغیر ملاک یعنی فرسودگی تحصیلی دارند، ضرایب رگرسیون مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

مسئولیت‌پذیری برابر با ۱۸/۵۷، نمره کل خودمهارگری برابر با ۲۰/۵۱، مولفه دشواری در شناسایی برابر با ۶۳/۱۱، مولفه دشواری در توصیف برابر با ۲۲/۶۱، مولفه تفکر معطوف به بیرون برابر با ۱۴/۹۸، نمره کل ناگویی هیجانی برابر با ۲۵/۵۲، هیجان مثبت برابر با ۵۰/۰۰ و هیجان منفی برابر با ۱۲۳/۶۵ بود (جدول ۱).

جدول ۱: اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	بیشترین نمره	کمترین نمره
فرسودگی تحصیلی خودمهارگری	۴۷/۸۰±۸/۷۴	۷۰	۲۰
فرونشاندن خشم	۷۳/۲۴±۷/۰۰	۹۶	۵۴
کنترل تکانه	۱۹/۱۲±۳/۱۷	۲۶	۱۱
مراعات دیگران	۱۵/۰۳±۳/۷۰	۲۷	۹
مسئولیت‌پذیری	۱۸/۵۷±۲/۷۹	۲۶	۱۲
نمره کل	۲۰/۵۱±۲/۴۸	۲۷	۱۳
ناگویی هیجانی			
دشواری در شناسایی	۶۳/۱۱±۷/۰۲	۸۶	۴۵
دشواری در توصیف	۲۲/۶۱±۳/۹۱	۳۲	۱۳
تفکر معطوف به بیرون	۱۴/۹۸±۳/۵۰	۲۴	۷
نمره کل	۲۵/۵۲±۳/۴۱	۳۲	۱۶
هیجان تحصیلی			
مثبت	۵۰/۰۰±۱۴/۷۴	۸۶	۲۴
منفی	۱۲۳/۶۵±۲۵/۰۶	۱۹۶	۷۳

فرضیه اصلی: بین خودمهارگری هیجانی، ناگویی هیجانی و هیجانات تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری رابطه وجود دارد. برای تعیین همبستگی چندگانه ناگویی هیجانی و

جدول ۲: نتیجه تحلیل رگرسیون چندگانه و تحلیل واریانس فرسودگی تحصیلی در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی

شاخص‌ها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	R	R2	sig
هیجان تحصیلی منفی							
رگرسیون	۲۶۴۸/۲۹	۱	۳۶۴۸/۲۹	۴۴/۸۶	۰/۴۸۲	۲۳/۳	۰/۰۰۱
باقیمانده	۸۷۳۵/۷۰	۱۴۸	۵۹/۰۲				
مجموع	۱۱۳۸۴	۱۴۹					
هیجان تحصیلی منفی-خودمهارگری							
رگرسیون	۳۴۸۹/۵۶	۲	۱۷۴۴/۷۸	۳۲/۴۸	۰/۵۵۴	۳۰/۷	۰/۰۰۱
باقیمانده	۷۸۹۴/۴۳	۱۴۷	۵۳/۷۰				
مجموع	۱۱۳۸۴	۱۴۹					
هیجان تحصیلی مثبت-خودمهارگری							
رگرسیون	۴۰۷۷/۸۷	۳	۱۳۵۹/۲۹	۲۷/۱۶	۰/۵۹۹	۳۵/۸	۰/۰۰۱
باقیمانده	۷۳۰۶/۱۲	۱۴۶	۵۰/۰۴				
مجموع	۱۱۳۸۴	۱۴۹					

جدول ۳: ضرایب رگرسیونی متغیرهای پیش‌بین در پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی ($P=0/001$)

متغیرها	ضرایب معیارنشده β	خطای معیار	ضرایب استانداردشده β	t
مقدار ثابت	۶۶/۰۵	۸/۱۹		۸/۰۶
هیجان تحصیلی منفی	۰/۱۲۱	۰/۰۲۵	۰/۳۴۸	۴/۹۱
خودمهارگری	-۰/۳۵۹	۰/۰۸۶	-۰/۲۸۸	-۴/۱۸
هیجان مثبت	-۰/۱۳۹	۰/۰۴۱	-۰/۲۳۵	-۳/۴۲

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده شد، ضرایب β نشان از آن دارد که به ترتیب هیجان تحصیلی منفی ($P<0/001$)، خودمهارگری ($\beta = 0/348, t = 4/91, P<0/001$) و هیجان مثبت ($\beta = -0/235, t = -3/42, P<0/001$) به ترتیب قابلیت پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی را دارند.

بر اساس ضرایب استانداردنشده می‌توان معادله رگرسیونی زیر را برای پیش‌بینی میزان فرسودگی تحصیلی برحسب متغیرهای واردشده در مدل تنظیم کرد:

فرسودگی تحصیلی = $66/05$ (هیجان تحصیلی منفی) $(0/121)$ + $(-0/359)$ (خودمهارگری) + $(-0/139)$ (هیجان مثبت).

بحث

هدف پژوهش حاضر تعیین رابطه خودمهارگری هیجانی، ناگویی هیجانی و هیجانات تحصیلی با فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری و ارایه رهنمودها و راهکارهایی به منظور بهبود فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بود و نتایج تحلیل نشان داد هیجان تحصیلی منفی، خودمهارگری و هیجان مثبت قادر به پیش‌بینی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بوده‌اند. فرسودگی نوعی الگوی شناختی-هیجانی از درماندگی است که می‌تواند منجر به درماندگی ذهنی، کاهش انگیزه پیشرفت شود (اسکافیل، مارتینز، پینتو، سالانوا و بیکر، ۲۰۱۵). فرسودگی تحصیلی به خستگی ناشی از موقعیت‌های مربوط به مطالعه، افزایش احساس و نگرش بد و بدون حساسیت نسبت به مطالب درسی، بی‌علاقگی تحصیلی و عدم انگیزه پیشرفت، افت و ناکارآمدی تحصیلی و به‌طور کلی هر چیزی که مربوط به آموزش، مدرسه و تحصیل می‌شود، اطلاق می‌شود (حسن‌زاده و سمیعی، ۱۳۹۹). در تبیین این یافته از دیدگاه سورگی و همکاران می‌توان گفت که کسانی که از فرسودگی تحصیلی رنج می‌برند، معمولاً نشانه‌هایی مانند ناتوانی در حفظ توجه در کلاس درس، عدم شرکت در فعالیت‌های کلاسی، فقدان احساس معنادار در کارهای کلاسی و احساس ناتوانی در یادگیری مواد آموزشی را نشان می‌دهند (نریمانی، کاظمی و نریمانی). تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که هیجان تحصیلی منفی، خودمهارگری و هیجان مثبت قادر به پیش‌بینی

فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بوده‌اند. مدل شناختی انگیزشی پکران (۱۹۹۲) به این نتیجه دست یافت که هیجانات تحصیلی بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان اثر می‌گذارد که این اثر با مکانیزم انگیزشی شناختی فرد مرتبط است (چراغی خواه، عرب زاده و کدیور، ۱۳۹۴). بدین ترتیب پژوهشگران معتقدند که هیجانات منفی به نسبت هیجانات مثبت نیازمند منابع شناختی بیشتری هستند (مانند توجه) و به علت منابع کمتر در دسترس برای فعالیت‌های تکلیف‌محور، لذا منجر به پردازش شناختی بازدهی و کارایی کمتر می‌شود. خودمهارگری هیجان به توانایی فرد در روبروشدن با هیجان منفی به‌جای اجتناب از آن در حالت پریشانی و درک توأم با همدلی به‌منظور نیل به اهداف مهم، مربوط می‌شود. در این راستا به نظر می‌رسد که خودمهارگری هیجانی سبب می‌شود تا دانش‌آموزان برای نظم‌بخشی و مدیریت رفتارهای خویش و هیجان‌های منفی و عواطف آزاردهنده همچون غم، اضطراب و ناامیدی برنامه هدفمندی داشته باشند و بدین‌سان این دانش‌آموزان در رویارویی با مشکلات مختلف دوره تحصیلی بهتر می‌توانند هیجانات و افکار آزاردهنده را مدیریت نمایند و کمتر تحت تاثیر این هیجانات قرار گیرند و در نهایت، فرسودگی تحصیلی کمتری را بروز دهند. از آنجایی که قابلیت هیجانی-اجتماعی بر بهبود عملکرد تحصیلی اثر می‌گذارد و ناگویی خلقی ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجان‌هاست (تیلور، ۲۰۰۰)، افراد با ناگویی خلقی در مواجهه با چالش‌ها و فشارهای تحصیلی از تنظیم صحیح هیجان‌های خود ناتوان بوده و نسبت به تحصیل هیجان منفی پیدا می‌کنند که از جمله هیجان‌های منفی در این زمینه، به احساس بدبینی آنان به تکالیف درسی می‌توان اشاره کرد. هیجان‌ها برای یادگیری، رشد، سلامت و پیشرفت بشر هم مهم است و از گذشته‌های دور مورد توجه فلاسفه بوده و امروزه نیز مورد علاقه روان‌شناسان، انسان‌شناسان و جامعه‌شناسان است. هیجانات تحصیلی، تجربه‌های هیجانی مربوط به فعالیت‌ها و پیامدهای تحصیلی دانش‌آموزان است (دبیر، اسد زاده و حاتمی، ۱۳۹۶). هیجانات فعالیت به فعالیت مرتبط با پیشرفت وابسته هستند و هیجانات پیامد به پیامدهای این فعالیت وابسته هستند. این تجربه‌های هیجانی، با افزایش میزان تلاش، توجه و استفاده از راهبردهای کل‌نگر مانند بسط و سازمان‌دهی، درگیری را

تلاش، توجه و بسط و سازمان‌دهی، درگیری و ایجاد انعطاف شناختی در شخص، استفاده از فرا راهبردها، درگیری یادگیرنده را در فعالیتهای یادگیری بیشتر می‌کند.

تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از همکاری مراکز اختلال یادگیری و دانش‌آموزانی که در انجام این پژوهش ما را مساعدت کردند تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

مقاله حاضر مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره توانبخشی است که در دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تصویب شده است.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش معیارهای اخلاقی شامل اصل احترام و رازداری، جلوگیری از افشای اطلاعات به‌دست‌آمده از آزمودنی‌ها با اختیار و آزادی به‌منظور شرکت یا ترک آموزش رعایت شده است.

حمایت مالی

این پژوهش با هزینه شخصی اجرا شده و از حمایت مالی سازمان یا نهاد خاصی برخوردار نبوده است.

افزایش می‌دهد، همچنین با ایجاد انعطاف شناختی در شخص، استفاده از فرا راهبردها و درگیری یادگیرنده را در فعالیتهای یادگیری بیشتر می‌کند (پکران و لیننبرینک گارسیا، ۲۰۱۲).

در تحقیقات آینده لازم است با توجه به شیوع روزافزون فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری و اثرات منفی خانوادگی-تحصیلی، این اختلال در زندگی این دانش‌آموزان دارد، پیشنهاد می‌شود مدارس در ابتدای ورود دانش‌آموزان به مدارس، با غربال‌گری، دانش‌آموزان دارای سطوح بالای فرسودگی را شناسایی نموده تا بتوان اقدامات مقتضی را به عمل آورد. همچنین درمانگران و مشاوران حاضر در مدارس، هنگام مواجهه با دانش‌آموزانی که از فرسودگی رنج می‌برند، از نظریه و رویکردهای هیجان محور و مدیریت هیجانی و همین‌طور رویکرد آموزشی-درمانی مبتنی بر بهبود خودمهارگری هیجانی، ناگویی هیجانی و هیجانات مثبت تحصیلی بهره گیرند تا بتوانند به‌طور موثر سطح فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال یادگیری کاهش دهند.

نتیجه‌گیری

نتایج مطالعات حاضر نشان داد که هیجان تحصیلی منفی، خودمهارگری و هیجان مثبت قادر به پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان است. هیجانات تحصیلی بر پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان اثر می‌گذارد که این اثر با مکانیزم انگیزشی شناختی فرد مرتبط است. با افزایش میزان

REFERENCES

- Alizadeh A, Tohidi A, Hosseini Soltan Nasir MS. Predicting Dimensions of Academic Burn Out Based On Alexithymia, Negative Emotions, and Self-Esteem. *J Educ Psychol Stud*. 2016;13(24):69-88. [Persian]
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Seyed Mohammadi Y., Translator. Tehran: Ravan Publishing; 2015. [Persian]
- Atadokht A. The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on social anxiety of students. *J Sch Psychol*. 2016;5(1):65-80. [Persian]
- Cheraghikhah Z, Arabzadeh M, Kadivar P. The Role of Academic Optimism, Academic Emotions and School Well-Being in Mathematical Performance of Students. *J Posit Psychol*. 2015;1(3):11-20. [Persian]
- dvantage; Hatami H. Teaching play therapy based on the parent-child relationship (according to Landarth model) to mothers and its effectiveness in reducing the negative academic emotions of student children. *Cultural-Educational Quarterly of Women and Family*. 1396;12(40):56-37. [Persian]
- Farzin S, Barzegar Bafrooei K, Faqih M. The role of time perspective in prediction of academic emotions of secondary school male students. *J Sch Psychol*. 2020;9(1):153-72. [Persian]
- Fathi Ashtiani M, Akhavan Tafti M, khademi M. The Effectiveness of Cognitive Training on Information Processing Speed and Working Memory in Children with Learning Disabilities. *J Educ Psychol*. 2017;12(41):125-41. [Persian]
- Manavi Shad M, Mesrabadi J, Habibi Kelibar R, Abolfazl F. Meta-analysis of the Effectiveness of Therapeutic-Educational Interventions on the Improvement of Specific Learning Disorder. *Q J Child Ment Health*. 2020;7(3):264-77. [Persian]
- Hashemi Cholicheh S, Hashemi Z, Naghsh Z. The mediatory role of the achievement emotions in relationship between Attributional styles, task value and academic burnout. *Q Culture Couns Psychother*. 2018;9(34):119-40. [Persian]
- Hassanzadeh R, Samiee F. Investigating the relationship between quality of school life, career aspirations, and academic burnout mediated by mental well-being. *J Sch Psychol*. 2020;9(2):62-43. [Persian]
- Kazemi Rezaei SV, Kazemi Rezaei SA. Prediction of tendency to addiction based on alexithymia and assertiveness in nursing students. *Feiz*. 2020;24(2):228-36. [Persian]
- Moradi M, Fathi D, Gharibzadeh R, Faedfar Z. A comparison of academic burnout, academic procrastination and feelings comparison of academic burnout, academic negligence and feeling of loneliness in students with and without learning disabilities. *Stud Med Sci*. 2016;27(3):248-56. [Persian]
- Naami AAZ. Relationship Between Quality Of Learning Experiences And Academic Burnout In Graduate Students Of Shahid Chamran University. *J Psychol Stud*. 2009;5(3):117-34. [Persian]
- Pour Abdol S, Sobhi Gharamaleki N, Qaedi GH, Nabi Doost A. Effectiveness of Emotion Regulation Training in decreasing educational burnout and academic procrastination among students with Specific Learning Disorder(SLD). *Biquarterly J Cognitive Strategies Learn*. 2020;7(13):49-68. [Persian]
- Saba B, Imanparvar S. The Role of Academic Emotion Regulation and Resilience in Predicting Students' Academic Burnout. *J Sch Psychol*. 2021;9(4):62-73. [Persian]

16. Soorgi S, Ghanifar MH, Asadi Yoonesi MR, Ahi G. The Effectiveness of Emotional Self-Control on Students' Academic Vitality and Academic Performance. *Q J Child Ment Health*. 2020;7(3):40-52. [Persian]
17. The relationship between mental health, self-efficacy and motivation for academic achievement in female high school students in the 94-93 academic year in Amol. Master's thesis, unpublished, Islamic Azad University, Ayatollah Amoli Branch
18. Chang, SH, Yu NY. The effect of computer-assisted therapeutic practice for children with handwriting deficit: a comparison with the effect of the traditional sensorimotor approach. *Res Dev Dis*. 2013;35(7):1648-57.
19. Donahue JJ, Goranson AC, McClure KS, Van Male LM. Emotion dysregulation, negative affect, and aggression: A moderated, multiple mediator analysis. *Pers Individ Differ*. 2014;70:23-8.
20. El-Keshky M, Emam M. Emotional and behavioural difficulties in children referred for learning disabilities from two Arab countries: A cross-cultural examination of the Strengths and Difficulties Questionnaire. *Res Dev Disabil*. 2015;36:459-69.
21. Fietz J, Valencia N, Silani, G. Alexithymia and autistic traits as possible predictors for traits related to depression, anxiety, and stress: A multivariate statistical approach. *J Eval Clin Pract*. 2018;24(4):901-8.
22. Gustavson DE, Miyake A. Academic procrastination and goal accomplishment: A combined experimental and individual differences investigation. *Learn Individ Differ*. 2017;54:160-72.
23. Hemming L, Taylor P, Haddock G, Shaw J, Pratt D. A systematic review and meta-analysis of the association between alexithymia and suicide ideation and behaviour. *J Affect Disord*. 2019;254:34-48.
24. Hojat M, Vergare M, Isenberg G, Cohen M, Spandorfer J. Underlying construct of empathy, optimism, and burnout in medical students. *Int J Med Educ*. 2015;6:12-6.
25. - Karukivi M. Associations between alexithymia and mental well-being in adolescents [dissertation]. Finland: Department of Adolescent Psychiatry, University of Turku, Finland and School of Health Sciences, University of Tampere, Finland; 2011.
26. Kooranian F, Khosravi AR, Esmaeeli H. The relationship between hardiness/ locus of control and burnout in nurses. *Q Horizon Med Sci*. 2008;14(1):58-66. [Persian]
27. Kubzansky LD, Huffman JC, Boehm JK, Hernandez R, Kim ES, Koga HK, et al. Positive Psychological Well-Being and Cardiovascular Disease: JACC Health Promotion Series. *J Am Coll Cardiol*. 2018;72(12):1382-96.
28. Luminet O, De Sousa Uva MC, Fantini C, De Timary P. The association between depression and craving in alcohol dependency is moderated by gender and by alexithymia factors. *Psychiatry Res*. 2016;239(?):28-38.
29. Maehler C, Schuchardt K. Working memory functioning in children with learning disabilities: does intelligence make a difference?. *J Intellect Disabil Res*. 2008;53(1):3-10.
30. Milton H. Effects of a computerized working memory training program on attention, working memory, and academics, in adolescents with severe ADHD/LD. *Journal of Psychology*. 2010;1(14):120-122.
31. Morrish L, Rickard N, Chin TC, Vella-Brodrick DA. Emotion regulation in adolescent well-being and positive education. *J Happiness Stud*. 2018;19(5):1543-64.
32. O'Shea A, Booth JL, Barbieri C, McGinn KM, Young LK, Oyer MH. Algebra performance and motivation differences for students with learning disabilities and students of varying achievement levels. *Contemp Educ Psychol*, 2017;50:80-96.
33. Pekrun R. The Impact of Emotions on Learning and Achievement: Towards a Theory of Cognitive/Motivational Mediators. *Appl Psychol*. 1992;41(4):359-76.
34. Pekrun R. The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educ Psychol Rev*. 2006;18(4):315-41.
35. Pekrun R. A social-cognitive, control-value theory of achievement emotions. In: Heckhausen J, editor. *Motivational Psychology of Human Development: Developing Motivation And Motivating Development*. New York: Elsevier Science; 2000. p. 143-63.
36. Rebetez MML, Rochat L, Van der Linden M. Cognitive, emotional, and motivational factors related to procrastination: A cluster analytic approach. *Personal Individ Differ*. 2015;76:1-6.
37. Taylor GJ, Bagby RM, Parker JDA. *Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness*. Cambridge UK: Cambridge University Press; 1997.
38. Taylor GJ, Bagby RM. An overview of the alexithymia construct. In: Bar-On R, Parker JDA, editors. *The handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and in the workplace*. San Francisco: Jossey-Bass; 2005.
39. Van der Velde J, Gromann PM, Swart M, Wiersma D, de Haan L, Bruggeman R, et al. Alexithymia influences brain activation during emotion perception but not regulation. *Soc Cogn Affect Neurosci*. 2015;10(2):285-93.
40. Walburg V. Burnout among high school students: A literature review. *Child Youth Serv Rev*. 2014;42:28-33.