

دانلود پنج فصل کامل این پایان نامه به صورت ورد با منابع فارسی و لاتین از اینجا

پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی

عنوان:

پیش بینی فرسودگی تحصیلی براساس رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی، راهبردهای شناختی
تنظیم هیجان و ادراک حمایت عاطفی معلم با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان
دختر مقطع متوسطه

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

در این فصل با استفاده از یافته های پژوهش در فصل ۴، به تبیین فرضیات پژوهش پرداخته ایم؛ و با توجه به اطلاعات به دست آمده از بررسی های آماری و بحث های نظری و سوابق پژوهش مندرج در فصل دوم، هر یک از فرضیه ها، تفسیر و نتیجه گیری شد.

۱-۵. بحث و نتیجه گیری

فرضیه کلی: "مدل فرسودگی تحصیلی براساس رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و ادراک حمایت عاطفی معلم با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه از برازش کافی برخوردار است."

شاخص های برازش کلی شامل χ^2 دو، شاخص برازش نرم شده (NFI)، شاخص برازش مقایسه ای (CFI) و ریشه ی دوم میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) مهم ترین شاخص های برازش می باشند. لذا در پژوهش حاضر شاخص های مذکور محاسبه شد. نتایج آماره χ^2 دو نشان داد که مقدار این آماره برابر با ۰/۰۱ است که با درجات آزادی ۱، میزان سطح معنی داری آن به دست آمد که بیانگر برازش مدل با داده ها می باشد.

این یافته با پژوهش ساعتی معصومی و همکاران (۱۴۰۰) که به این نتیجه رسیده اند که مدل علی درگیری تحصیلی براساس خودنظم جویی و هیجان های تحصیلی با نقش واسطه ای خودناتوان سازی تحصیلی، برازش مطلوبی دارد همخوان است.

یافته های بدست آمده در مدل اصلاح شده نشان داد مدل از برازندگی مناسبی برخوردار است و شاخص ها در حد قابل قبول بودند. بنابراین چنین نتیجه گیری می شود که مدل ساختاری فرسودگی تحصیلی براساس رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی، راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و ادراک حمایت عاطفی معلم با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه از برازش کافی برخوردار است.

فرضیه ۱: "رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه تاثیر مثبت و معنی دار دارد. در واقع هر چه رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان بیشتر شود، فرسودگی تحصیلی آن ها بیشتر می شود.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. دیندارلو (۱۴۰۱) که به این نتیجه رسیده اند که فرسودگی تحصیلی براساس خود ناتوان سازی تحصیلی دانش اموزان مقطع ابتدایی شهر مرودشت پیش بینی می شود. یزدانی و اسماعیلی شاد (۱۴۰۱) نشان دادند که بین فرسودگی تحصیلی و خود ناتوان سازی تحصیلی رابطه مثبت وجود دارد. آقامیری و همکاران (۱۴۰۰) مبنی بر اینکه فرسودگی تحصیلی براساس خود ناتوان سازی پیش بینی می شود. روسی و فتس^۱ (۲۰۱۵) نشان دادند که خود ناتوان ساز موجب کاهش عملکرد تحصیلی و پیشرفت تحصیلی می شود. کودوایل، جرنیگون و مارتین جینیس^۲ (۲۰۱۱) نشان دادند که خود کارآمدی و عزت نفس رابطه منفی با خود ناتوان سازی دارند و اضطراب رابطه مثبت با خودناتوان سازی دارند. در پژوهش گادیویس و استروجن^۳ (۲۰۱۱) به این نتیجه رسیده اند که افزایش خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان کانادایی با کاهش خودناتوان سازی تحصیلی آنان همراه است. احساسات و باورهای دانش آموزان از تواناییهای خود تأثیری مهم بر کارایی و رضایتمندی آنها دارد دانش آموزان خود ناتوان ساز به سبب تصور این که ممکن است از عهده انتظارات برنیایند یا اینکه تصور کنند انتظاراتی که از آنها وجود دارد غیر منطقی و بیش از اندازه حتی ممکن است مدرسه را رها کنند یا در موارد خفیف تر دچار فرسودگی تحصیلی شوند.

¹ Russey B, Fatas K

² Coudevylle, G. R., Gernigon, C., & MartinGinis, K. A

³ Gadbois, S. A., & Sturgeon, R. D

در تبیین این فرضیه می توان به این اشاره کرد که دانش آموزان دارای اختلال خود ناتوان سازی برای دور شدن از هیجانهای منفی خود استفاده می کنند. بدین معنی که با به تعویق انداختن در وظایف خود از بعضی کارها که انجامشان باعث هیجان منفی می شود از هیجانات منفی دور می مانند و بدین ترتیب احساس بد و منفی حاصل از انجام آن کار را تجربه نمی کنند این افراد با استفاده از این روش به تدریج در تکالیف خود عقب افتاده و فشار روانی حاصل از انجام ندادن تکالیف موجب کاهش بهزیستی، روانی اجتماعی، بروز عوارض جسمانی ناشی از اختلالات روانی و در نتیجه فرسودگی تحصیلی می شود.

فرضیه جزئی ۲: "راهنماهای شناختی تنظیم هیجان بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که راهنماهای شناختی تنظیم هیجان بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه تاثیر منفی و معنی دار دارد. در واقع هر چه راهنماهای شناختی تنظیم هیجان در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه افزایش یابد، فرسودگی تحصیلی آن ها کمتر می شود.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. پودینه ابراهیمی، حاتمیان و رهدار (۱۴۰۱) به این نتیجه رسیده اند که بدتنظیمی هیجانی در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم مقطع متوسطه نقش دارد. نریمانی، کاظمی و نریمانی (۱۴۰۰) که نشان دادند تنظیم شناختی هیجان با فرسودگی تحصیلی رابطه دارد. صبا وایمان پرور (۱۳۹۹) نشان دادند که تنظیم هیجان در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان نقش دارد. ویسکرمی، صادقی و خلیلی گشنگانی (۱۳۹۷) با این نتیجه رسیده اند که بین فرسودگی تحصیلی و راهنماهای تنظیم شناختی هیجان دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد رابطه معنادار وجود دارد. میکائیلی، رجبی، عباسی و زمانلو (۱۳۹۳) مبنی بر اینکه بین تنظیم هیجان با عملکرد و فرسودگی تحصیلی در دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد.

در تبیین این یافته ها می توان گفت دشواری در خود تنظیم گری هیجانی یا ناتوانی در پردازش شناختی اطلاعات هیجانی و تنظیم هیجانات یا زمانی که اطلاعات هیجانی نتوانند در فرایندهای پردازش شناختی

ادراک و ارزشیابی شوند باعث می شود فرد از نظر عاطفی و شناختی دچار آشفتگی و درماندگی شود این ناتوانی سازمان عواطف و شناختهای فرد را مختل می کند و در شرایط استرس زا فرد دچار فرسودگی می شود همچنین نوجوانانی که احساسات خود را تشخیص می دهند و معنی ضمنی آنها را درک می کنند به گونه مؤثرتری تجربه هیجانی خود را تنظیم کرده و در نتیجه در سازگاری با تجربه های منفی موفقیت بیشتری دارند تا نوجوانانی که از لحاظ توانش هیجانی ضعیف می.کنند همچنین به نظر می رسد عدم تنظیم هیجانها اضطراب تنیدگی و فرسودگی در موقعیتهای استرس آور مانند امتحانات مدرسه را افزایش داده و به عملکرد تحصیلی ضعیف منجر می.شود نقش تنظیم هیجان بر عملکرد تحصیلی را همچنین می توان به کمک نظریه شناختی اجتماعی ارزش کنترل بکران تبیین کرد در این نظریه به منظور تبیین تجربه هیجانها، تحصیلی بر نقش فرایندهای ارزیابی شناختی به عنوان پیش آیندهای درون فردی تأکید شده است.

فرایندهای تنظیم هیجان، توانایی بیشتر برای انجام کار و لذت بردن از فعالیتها را به همراه دارد، لذا دانش آموزان با تنظیم هیجانی مناسب می توانند از تکالیف تحصیلی لذت برده و عملکرد بهتری را نشان دهند. در واقع توانایی افراد در تنظیم هیجان موجب برخورد بهتر با مسائل در شرایط دشواری از قبیل رویارویی با تکالیف تحصیلی چالش برانگیز می شود و در نتیجه کمتر دچار فرسودگی تحصیلی می شود.

فرضیه جزئی ۳: "ادراک حمایت عاطفی معلم بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که ادراک حمایت عاطفی معلم بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه تاثیر منفی و معنی دار دارد. در واقع هر چه حمایت عاطفی معلم کمتر باشد، فرسودگی تحصیلی بیشتر است.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. آردا، رنجبر و یحیی زاده جلودار (۱۳۹۹) به این نتیجه رسیده اند که بین ادراک حمایت عاطفی معلم و تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان مقطع متوسطه اول

شهرستان آمل رابطه وجود دارد. عباسی؛ شاهکرمی و عالی پور (۱۳۹۸) که نشان دادند حمایت معلم و همسالان با اشتیاق تحصیلی رابطه معنادار وجود دارد.

در تبیین رابطه ادراک حمایت عاطفی معلم بر فرسودگی تحصیلی می توان گفت در مدرسه نقش معلمان نسبت به دیگر افراد برجسته تر است و از آنجایی که دانش آموزان بیشتر وقت خود را در مدرسه سپری می کنند. ارتباطی که با معلم برقرار می کنند هم در ارتباط با مطالب تدریس شده و درسی است و هم مطالب و مواد غیر درسی نحوه و کیفیت هر دو م ی تواند بر یکدیگر تاثیر بگذارند و به طور گسترده بر انگیزه دانش آموزان و در نتیجه پیشرفت تحصیلی آنها اثر گذار شود (چن و جانگ^۱، ۲۰۱۰؛ الیس و هاینس^۲، ۲۰۰۹). در همین رابطه شایان ذکر است دانش آموزانی که احساس می کنند توسط معلم شان حمایت می شوند و معلم به آنها توجه بیشتری دارد از عزت نفس تحصیلی بالاتری برخوردار هستند. انگیزه ی بالاتری برای یادگیری و اشتیاق بیشتری نسبت به انجام تکالیف درسی دارند و در این راه تلاش زیادی می کنند در مقابل دانش آموزانی که روابط مناسب و موثر با معلم را تجربه نمی کنند فرسودگی تحصیلی بیشتری دارند (سینگلی^۳ و همکاران، ۲۰۱۰).

فرضیه جزئی ۴: "تاب آوری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که تاب آوری تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه تاثیر منفی و معنی دار دارد. در واقع هر چه تاب آوری تحصیلی دانش آموز افزایش یابد، فرسودگی تحصیلی او بیشتر می شود.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. صبا وایمان پرور (۱۳۹۹) نشان دادند که تاب آوری تحصیلی در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان نقش دارد. اوضاعی؛ عظیم پور و امام جمعه (۱۳۹۸) نشان

¹ Chen, K.C., & Jang, S.J

² Elias, M.J., & Haynes, N.M

³ Singley, D.B

دادند که بین فرسودگی تحصیلی و تاب آوری تحصیلی رابطه معنادار وجود دارد. اعرابیان و ابوالمعالی الحسینی (۱۳۹۷) نشان دادند که فرسودگی تحصیلی با تاب آوری در دانش آموزان رابطه منفی معنادار دارد. ویسکرمی، صادقی و خلیلی گشینگانی (۱۳۹۷) با این نتیجه رسیده اند که بین فرسودگی تحصیلی و تاب آوری تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد رابطه معنادار وجود دارد. سوپرویا^۱ و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که بین تاب آوری و عملکرد تحصیلی در نوجوانی رابطه وجود دارد. ورشاوایسکی^۲ (۲۰۲۲) نشان دادند که بین خودکارآمدی تحصیلی، تاب آوری و حمایت اجتماعی در بین دانشجویان رابطه وجود دارد.

در تبیین احتمالی این یافته می توان گفت دانش آموزان با چالشهای تحصیلی متعددی مواجه می شوند که از لحاظ روانی آنها را مستعد فرسودگی می کند. برای چگونگی مواجهه با این چالشها یک ویژگی روان شناختی مثبت و تأثیر گذار لازم است که آنها را در برابر چالشها مقاوم کند. احساس فرسودگی و خستگی مفراط می تواند سلامت روانی دانش آموزان را به خطر انداخته در نتیجه باعث افت تحصیلی در آنان شود. از طرفی تاب آوری باعث می شود که افراد در هنگام تجربه هیجانات منفی بتوانند سازگاری و سلامت روانی خود را حفظ کنند. تاب آوری ظرفیت تغییر شرایط ناگوار به تجاربی است که منجر به رشد و پیشرفت فرد می شود یعنی اینکه تاب آوری پاسخی به استرسهای بسیار زیاد است. بنابراین می توان گفت تاب آوری می تواند سطوح استرس و ناتوانی را در شرایط استرس زا تعدیل کرده، افزایش رضایت از زندگی را باعث شود تاب آوری را در محیط آموزشی می توان به عنوان احتمال موفقیت بسیار بالا در مدرسه و سایر موقعیتهای زندگی به رغم مصائب و دشواریهای محیطی دانست. دانش آموزان دارای تاب آوری به رغم موانع و مشکلات اجتماعی فرهنگی و اقتصادی در سطح بالایی موفق می شوند و کمتر نسبت به مدرسه و انجام فعالیتهای مربوط به مدرسه احساس خستگی می کنند (کابر را و پادیل، ۲۰۰۴). بنابراین می توان گفت آموزش تاب آوری باعث افزایش میزان تاب آوری در دانش آموزان می شود. بنابراین دانش آموزان تاب آور از آنجا که کمتر احساس ناامیدی می کنند و از این مهارت

¹ Supervía, U

² Warshawski, S

برخوردارند که می توانند یک مشکل را به عنوان مسئله ای ببینند که می توانند آن را کندوکاو کنند تغییر دهند تحمل کنند و یا به روشهای دیگر حل کنند و همین موضوع و توان تحمل آنها در برابر مشکلات سبب چشم انداز مثبت و خوش بینی آنها به زندگی می شود می توان انتظار داشت که آموزش تاب آوری به دانش آموزان، فرسوده باعث شود که فرسودگی تحصیلی در آنان به صورت چشمگیر کاهش یابد.

فرضیه جزئی ۵: "رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در رابطه بین رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی معنی دار است. به عبارت دیگر رفتارهای خودناتوان سازی تحصیلی بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم دارد.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. یزدانی و اسماعیلی شاد (۱۴۰۱) به این نتیجه رسیده اند هوش عاطفی در رابطه فرسودگی تحصیلی و خود ناتوان سازی تحصیلی نقش میانجی دارد.

با عنایت به تأیید رابطه بین متغیرهای پژوهش برای کاهش خودناتوان سازی تحصیلی و فرسودگی تحصیلی در بین دانش آموزان باید بر تاب آوری تحصیلی تمرکز گردد چرا که دانش آموزان اگر به توانایی هایش برای مقابله با فشار روانی اطمینان داشته باشند در محیط تحصیلی موفق تر عمل خواهند کرد دانش آموزان دارای تاب آوری تحصیلی سعی می کنند از امکانات پیرامونشان در جهت نیل به موفقیت حداکثر استفاده را بنمایند. تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان احساس عاطفی خوشایندی نسبت به افراد دیگر ایجاد می نماید در نتیجه با انگیزه ، رضایت، تعهد و اعتماد به نفس بالاتری به تحصیل می پردازند بدین ترتیب خود را ضعیف و ناتوان نمی بینند به شایستگی خود اطمینان دارند و برای رسیدن به هدف از هیچ تلاشی دریغ نمی کنند و در صورت احتمال شکست به دنبال بهانه ای نیستند و

شکست را نه به عوامل بیرونی بلکه به عوامل درونی (کمبود، تلاش یا راهبرد ضعیف یادگیری) نسبت می‌دهند در نتیجه کمتر فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی را تجربه می کنند لذا نقش میانجی تاب آوری تحصیلی می تواند یک عامل اثر گذار و پیش بینی کننده فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی باشد.

فرضیه جزئی ۶: "راهبردهای شناختی تنظیم هیجان بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در رابطه بین راهبردهای شناختی تنظیم هیجان و فرسودگی تحصیلی معنی دار است. به عبارت دیگر راهبردهای شناختی تنظیم هیجان بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم دارد.

این یافته با پژوهش های زیر همسو است. داداش زاده کله سر و همکاران (۱۴۰۰) به این نتیجه رسیده اند تاب آوری، تنظیم هیجان و خودکارآمدی در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان نقش دارد. صبا وایمان پرور (۱۳۹۹) نشان دادند که تنظیم هیجان و تاب آوری تحصیلی در پیش بینی فرسودگی تحصیلی دانش آموزان نقش دارد. ویسکرمی، صادقی و خلیلی گشینگانی (۱۳۹۷) با این نتیجه رسیده اند که بین فرسودگی تحصیلی با راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تاب آوری تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهرکرد رابطه معنادار وجود دارد. بردیدا (۲۰۲۳) نشان دادند که تاب آوری و انگیزش تحصیلی در استرس تحصیلی و یادگیری خودراهبر دانشجویان پرستاری نقش میانجی دارد. هو^۱ و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که در ارتباط استرس و فرسودگی تحصیلی تاب آوری واسطه می شود.

در تبیین این نتایج می توان گفت مهار هیجان در شرایط تهدید کننده و چالش برانگیز، منجر به افزایش توانایی سازگاری فرد و باعث رشد تاب آوری افراد می شود. چنانچه گارنفسکی و کرایج (۲۰۰۶)

¹ Hao, Z

معتقدند این که افراد در مواجهه با رویدادهای منفی چگونه آنها را ارزشیابی می کنند؛ از اهمیت بالایی برخوردار است و تنظیم هیجان این توانمندی را به افراد می دهد که از موقعیت تنش زا ارزیابی درستی داشته باشند. افراد تاب آور بدون اینکه سلامت روان آنها کاهش یابد و دچار بیماری روانی شوند رویدادهای فشارزا را پشت سر میگذارند (واف^۱ و همکاران، ۲۰۰۸). همچنین بیان کردند که افراد به این دلیل تاب می آورند که از احساسات مثبت به طور راهبردی و هوشمندانه برای دستیابی به نتایج مقابلهای برتر استفاده می کنند. الستر و کیمنون معتقدند ظرفیت بالای تاب آوری در افراد باعث می شود تا آنها نحوه استدلال و نگرش متفاوتی در مواجهه با موانع و چالشهای تحصیلی، شغلی و دیگر موقعیتهای زندگی اتخاذ کنند و در این صورت با عملکرد بهتر و فرسودگی کمتری مواجه شوند (الستر و کیمنون، ۲۰۰۹؛ به نقل از صدوقی تمنایی فر و ناصری، ۱۳۹۶). همچنین این نتیجه حمایت کننده نظریه شناختی اجتماعی بندورا و نظریه شناختی بک است چرا که بالا بودن میزان تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان باعث احساس اعتماد به نفس و داشتن باورهای خودکارآمدی بالا شده و به آنها اجازه میدهد با موفقیت چالشهای زندگی و تحصیلی را پشت سر بگذارند.

فرضیه جزئی ۷: "ادراک حمایت عاطفی معلم بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم دارد."

نتایج نشان داد که نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در رابطه بین ادراک حمایت عاطفی معلم و فرسودگی تحصیلی معنی دار نیست. به عبارت دیگر ادراک حمایت عاطفی معلم بر فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش میانجی تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اثر غیر مستقیم ندارد.

در واقع تاب آوری تحصیلی که بخشی از آن ناشی از ادراک حمایت عاطفی معلم است می تواند بر اهمال کاری تحصیلی موثر باشد. در رابطه با علت این اثر میتوان به تعریف مارتین و مارش^۲ (۲۰۰۶) از تاب آوری تحصیلی اشاره کرد که این سازه را پتانسیل و توانایی مقابله با مشکلات تحصیلی مزمن و

^۱ Waugh, C. E

^۲ Martin, A. J., & Marsh, H. W

مقطعی میدانند، مشکلاتی که می توانند موجب کاهش درگیری تحصیلی و یا کاهش پیشرفت تحصیلی شوند. بر این اساس دانش آموزان تاب آور سطوح بالایی از انگیزش و عملکرد را حفظ می کنند و شرایط و چالشهای تحصیلی نمی توانند درگیری تحصیلی آنها را کاهش دهند. به بیانی دیگر تاب آوری تحصیلی انعطاف پذیری در مقابل مشکلات استرسها و شرایط چالش انگیز دوران تحصیل بوده و منجر به عملکرد تحصیلی بهتر و کسب موفقیت تحصیلی می شود (طاهری خرامه شریفی فرد آسایش و سپه وندي، ۱۳۹۶). بنابراین تاب آوری تحصیلی با حفظ انگیزش و درگیری با فعالیتهای تحصیلی و جلوگیری از افت عملکرد می تواند رفتار تعویق اندازی تکالیف را کاهش داده و میل به اجرای به موقع فعالیتهای تحصیلی را در دانش آموزان به همراه داشته باشد. البته شایان ذکر است که تاب آوری تحصیلی نتوانست در رابطه میان ادراک حمایت عاطفی معلم با فرسودگی نقش میانجی داشته باشد که این خود می تواند ناشی از اهمیت بیشتر ادراک حمایت عاطفی معلم در اثرگذاری بر تاب آوری تحصیلی و به تبع آن فرسودگی تحصیلی باشد.

۵-۲. محدودیت های پژوهش

- در پژوهش حاضر هم برخی محدودیت ها به شرح زیر وجود داشت:
۱. این پژوهش فقط در شهر اهواز و روی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم انجام شده که در تعمیم پذیری آن به شهرهای دیگر باید جانب احتیاط را رعایت کرد.
 ۲. مقطعی بودن مطالعه نیز سبب می شد تا در رابطه با نقش محافظت کننده عوامل شناخته شده در این مطالعه نتوان اظهار نظر قطعی کرد.
 ۳. نتایج مطالعه حاضر همچون بسیاری از مطالعات دیگر به دلیل استفاده از ابزارهای خود گزارشی به جای مطالعه رفتار واقعی ممکن است مشارکت کنندگان را به استفاده از شیوه های مبتنی بر کسب تایید اجتماعی و اجتناب از بدنامی مربوط به عدم کفایت فردی ترغیب کند.

۴. در مطالعه حاضر به منظور تحلیل روابط بین متغیرهای چندگانه در الگوی مفهومی پیشنهاد شده از یک طرح توصیفی استفاده شد؛ بنابراین، تکرار و بسط این یافته ها مستلزم به کارگیری طرح های طولی است.

۵. همچنین با توجه به اینکه برای ارزیابی روابط بین متغیرهای از ضریب همبستگی و مدل یابی معادلات ساختاری استفاده شده است، بنابراین، نتیجه گیری علت و معلولی باید با احتیاط انجام شود.

۶. از محدودیت های دیگر این طرح را می توان به ویژگی های فردی، خصوصیات روحی و روانی، تفاوت های زندگی، فرهنگی و اجتماعی نمونه های مورد پژوهش که بر پاسخگویی به پرسشها بر نتایج پژوهش تاثیر گذار بود، اشاره نمود که کنترل این عوامل از عهده پژوهشگر خارج بود.

۴-۵. پیشنهادات

با توجه به گستره ی نظری موجود، یافته ها و محدودیت های حاضر، می توان پیشنهادها و جهت گیری های پژوهشی زیر را ارائه نمود که فراهم کننده زمینه های پژوهشی جدید می باشند:

۴-۵-۱. پیشنهادات پژوهشی

۱. پیشنهاد می شود که انجام پژوهش با حجم نمونه بزرگتر و محدوده جغرافیایی وسیع تر انجام گیرد تا ادبیات متراکم و منسجمی در خصوص نحوه به کار گیری متغیرهای ذکر شده فراهم آید.

۲. بنابراین پیشنهاد می شود این پژوهش در شهرهای دیگر و همچنین گروههایی غیر از دانش آموزان تکرار شود.

۳. به پژوهشگران علاقه مند در این زمینه پیشنهاد می شود که از روشهای دیگری به غیر از پرسشنامه برای جمع آوری دادهها استفاده شود تا از محدودیت اعتبار بخشی به داده ها و یافته ها خارج شود.

۴. همچنین در تحقیقات آینده، نقش متغیرهای دیگر مؤثر بر فرسودگی تحصیلی وارد مدل گردد تا تبیین جامعتری بر اساس یک الگوی مدلسازی معادلات ساختاری فراهم شود.

۵. علاوه بر این ترکیب روشهای کمی و کیفی پژوهش و استفاده از روشهای کیفی درک عمیق تری از مبانی نظری فرسودگی تحصیلی فراهم خواهد کرد.

۲-۴-۵. پیشنهادات کاربردی

۱. با عنایت به نتایج تحقیق پیشنهاد می گردد مسئولین دانشگاهها موضوع فرسودگی تحصیلی و خودناتوان سازی تحصیلی دانش آموزان را به طور جدی مورد توجه قرار دهند و برنامه ریزی مناسبی در قالب برنامه های بلند مدت برای کاهش آن تدارک ببینند.
۲. پیشنهاد می گردد یک برنامه کوتاه مدت در قالب کارگاههایی به منظور کاهش فرسودگی و خودناتوان سازی دانش آموزان برگزار گردد تا شیوه مدیریت عواطف و کنترل عوامل استرس زا و عواملی که موجب فرسودگی می شود را به آنها آموخت.
۳. در نهایت با توجه به ارتباط معنادار تنظیم هیجانی، ادراک حمایت عاطفی معلم و خودناتوان سازی با فرسودگی تحصیلی، جهت کاهش فرسودگی تحصیلی دانش آموزان تهیه بسته های آموزشی در زمینه ابعاد اشتیاق رفتاری، شناختی و عاطفی کمک شایانی کند.
۴. با توجه به یافته های پژوهش مبنی بر نقش معنادار تاب آوری تحصیلی، ادراک حمایت عاطفی معلم و تنظیم هیجان در فرسودگی تحصیلی، وجود مشاورین مجرب در مدارس و خانواده به منظور ارائه آموزش و مشاوره به آنها جهت رفع آسیبهای روان شناختی ضروری است.
۵. با توجه به نتایج پژوهش و مطالعات صورت گرفته می توان گفت افرادی که دچار بد تنظیمی هیجانی و خودناتوان سازی می شوند خطر ابتلا به فرسودگی تحصیلی را افزایش می دهند. بنابراین پیشنهاد می شود مشکلات هیجانی دانش آموزان شناسایی و تمهیداتی برای برطرف کردن آن صورت پذیرد.

دانلود پنج فصل کامل این پایان نامه به صورت ورد با منابع فارسی و لاتین از اینجا