



Comparison of Fatigue Tendency of Students with High and Low Academic Achievement of Elementary School Students in Qazvin City, Academic Year 2023-2024

Shahrokh Nemati ^{1*}, Mahsa Daemi ²

1 Master of Educational Management, Islamic Azad University, Ardabil branch, Iran

2 Master's degree in Educational Management, Islamic Azad University, Takestan branch

* **Corresponding author:** shahrokh_nemati@yahoo.com

Received: 2024-05-14

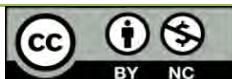
Accepted: 2024-06-23

Abstract

The purpose of this research was to compare the tendency of students to be tired with high and low academic achievement of elementary school students. The causal study method is comparative. The statistical population of the research includes all elementary school students in Qazvin city in the academic year of 1402-1403. The sampling method in the present study was random, based on Morgan's table, 370 students were selected as the sample group. The data was collected using cognitive impairment, fatigue and aggression questionnaire. The obtained data were analyzed using multivariate analysis of variance (MANOVA) and using SPSS software. The results showed that the average scores of cognitive fatigue and mental fatigue in students with low academic performance were higher than students with high academic performance ($P < 0.001$). Based on this, it can be concluded that fatigue is one of the effective factors in students' academic performance.

Keywords: The talent of fatigue, Anger, Academic progress, Students

© 2023 Journal of Mental Health in School (JMHS)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2023 The Authors.

How to Cite This Article: Nemati, Sh. (2024). Comparison of Fatigue Tendency of Students with High and Low Academic Achievement of Elementary School Students in Qazvin City, Academic Year 2023-2024. *JMHS*, 2(2): 14-20.





مقایسه استعداد خستگی دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین دانش آموزان مقطع ابتدایی شهرستان قزوین سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

شاهرخ نعمتی^{۱*}، مهسا دائمی^۲

^۱ کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، ایران

^۲ کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تاکستان

* نویسنده مسئول: shahrokh_nemati@yahoo.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۰۴/۰۳

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

چکیده

هدف از این پژوهش مقایسه استعداد خستگی دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین دانش آموزان مقطع ابتدایی بود. روش مطالعه علی مقایسه ای است. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش آموزان دوره ابتدایی شهر قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ است. روش نمونه گیری در پژوهش حاضر بصورت تصادفی بود بر اساس جدول مورگان تعداد ۳۷۰ نفر از دانش آموزان به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. داده ها با استفاده از پرسشنامه نارسایی شناختی، استعداد خستگی و پرخاشگری جمع آوری شد. اطلاعات به دست آمده با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغره (MANOVA) و با بهره گیری از نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد میانگین نمرات خستگی شناختی و خستگی روانی در دانش آموزان با عملکرد تحصیلی پایین بیشتر از دانش آموزان با عملکرد تحصیلی بالا بود ($P > 0.001$). بر این اساس می توان نتیجه گرفت استعداد خستگی، از عوامل موثر در عملکرد تحصیلی دانش آموزان می باشد.

واژگان کلیدی: استعداد خستگی، خشم، پیشرفت تحصیلی، دانش آموزان

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه سلامت روان در مدرسه محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: نعمتی، شاهرخ. (۱۴۰۳) مقایسه استعداد خستگی دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین دانش آموزان مقطع ابتدایی شهرستان قزوین سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲. فصلنامه سلامت روان در مدرسه، ۲(۲): ۱۴-۲۰.

مقدمه

از بارزترین ویژگی های هر انسانی داشتن توانایی یادگیری است که همین ویژگی پدید آورنده پیشرفت و تمدن امروزی بوده است. زندگی تحصیلی، یکی از مهم ترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تاثیر فراوان دارد (سیف، ۱۴۰۰). پیشرفت تحصیلی همچون بسیاری از پدیده ها از ترکیب عواملی چون خانه، مدرسه و جامعه به وجود می آید. در کل پیشرفت تحصیلی عبارت است از سنجش عملکرد یادگیرندگان و مقایسه نتایج حاصل از آن با هدف های آموزشی از پیش تعیین شده به

منظور تصمیم گیری در این باره که آیا فعالیت های آموزشی معلم و کوشش یادگیری دانش آموزان به نتایج مطلوب انجامیده اند (پورقاز و همکاران، ۱۴۰۱) از پیشرفت تحصیلی به عنوان یکی از ابعاد پیشرفت در نظام آموزشی تعاریف متعددی ارائه گردیده است که به برخی از آنها اشاره می شود. پیشرفت تحصیلی عبارتند از میزان یادگیری آموزشی فرد به صورتی که توسط آزمون های مختلف درسی مانند دیکته و ریاضی سنجیده می شود. پیشرفت تحصیلی نتیجه تاثیر یک عامل نیست چنان که ویژگی های فردی دانش آموز، سلامت جسم

روانی، انگیزش و توانایی فرد، محیط روانی خانه و مدرسه، گروه همسالان و انتظارات معلم، خاستگاه اجتماعی دانش آموز، ساختار آموزشی و... از جمله موارد اساسی در این زمینه به شمار می رود (Kim و همکاران، ۲۰۱۹). از طرفی زندگی تحصیلی، یکی از مهمترین ابعاد زندگی اشخاص است که بر سایر ابعاد زندگی تاثیر فراوان دارد. در این بین یکی از مسایل و مشکلات اساسی زندگی تحصیلی افراد و نظام آموزشی آن کشور، مساله افت تحصیلی و پایین بودن سطح عملکرد تحصیلی دانش آموزان آن کشور است (Leung و Zhu، ۲۰۱۶). این پدیده، علاوه بر زیان های هنگفت اقتصادی، سلامت روانی فراگیرندگان را مخدوش می نماید. منظور از افت تحصیلی، کاهش عملکرد تحصیلی درسی فراگیرنده از سطح رضایت بخش به سطح نامطلوب است. (پورقاز و همکاران، ۱۴۰۱) عوامل مختلفی بر عملکرد تحصیلی افراد تاثیر می گذارند که متخصصان تعلیم و تربیت آنها را به چهار دسته شامل عوامل فردی، عوامل آموزشی، عوامل خانوادگی و عوامل اجتماعی تقسیم کرده اند (زهراکار، ۱۳۹۶). یکی از عوامل مهم ابعاد مختلف توسعه، نظام آموزشی کشور است که برای پرورش و آموزش نسل جدید هزینه های بسیار بالایی را متحمل می شود. هزینه هایی که به طور مستقیم یا غیر مستقیم بر دوش مردم قرار دارد (امین ابادی، ۱۴۰۰). اگر نظام آموزشی کشور کارآمد و اثر بخش باشد، در ازای هزینه های صرف شده درآمدهای مادی و معنوی عاید مردم و جامعه خواهد شد و چنان چه نظام آموزشی کارآمدی لازم را نداشته باشد، هزینه ها بی جهت به هدر خواهد رفت و استعداد های دانش آموزان و توانایی هایی آن ها که مورد نیاز جامعه است از قوه به فعل نخواهد رسید (Charlie و همکاران، ۲۰۲۰). پیشرفت تحصیلی دانش آموزان از مهم ترین ابعاد زندگی این افراد می باشد که بر سایر جنبه های زندگی و آینده آنان نقش بسزایی دارد. عوامل مختلفی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان تاثیر دارد و می تواند عملکرد آنها را با مشکل مواجه سازد (امین زاده . حسن آبادی، ۱۳۹۹). این پدیده، علاوه بر زیان های هنگفت اقتصادی، سلامت روانی فراگیرندگان را مخدوش می نماید. عوامل مختلفی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان تاثیر می گذارند که متخصصان تعلیم و تربیت آنها را به چهار دسته شامل عوامل فردی، عوامل آموزشی، عوامل خانوادگی و عوامل اجتماعی تقسیم کرده اند (زهراکار، ۱۳۹۶). بنابراین بررسی عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان از اهمیت بسزایی برخوردار می باشد. مطالعه ی عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی، طی سه دهه اخیر، بیش از پیش مورد توجه متخصصان تعلیم و تربیت قرار گرفته است. سیف (۱۴۰۰) پیشرفت تحصیلی را توانایی آموخته شده یا

اکتسابی حاصل از دروس ارایه شده یا به عبارت دیگر، توانایی آموخته شده یا اکتسابی فرد در موضوعات آموزشی می دانند (سیف، ۱۳۹۴). دانش آموزان به دلیل قرار گرفتن در موقعیت های تحصیلی و اجتماعی خاص، برخی مشکلات از جمله احساس خستگی را تجربه می کنند. احساس خستگی عبارت است از یک حس فراگیر فقدان انرژی که ارتباطی با میزان و تلاش و کوشش ندارد (شاهقلیان و همکاران، ۱۴۰۱) این حالت معمولاً از نظر شدت بر روی یک پیوستار قرار دارد که از گذرا و خفیف تا شدید و با دوام تغییر می کند و چنانچه شدید باشد از آن به عنوان اختلال خستگی یاد می شود (Loblay و همکاران، ۲۰۱۸). اختلال خستگی با حالت خستگی ناتوان کننده همراه با خواب بی کیفیت، سردرد، علائم اسکلتی-عضلانی و عصب روانپزشکی به مدت بیش از یک ماه همراه است (Fukuda و همکاران، ۲۰۱۹). مطالعات نشان می دهد ۵/۶ درصد دانش آموزان احساس خستگی خفیف دارند و شیوع احساس خستگی ۱۰/۲ درصد و در پسرها ۱/۲ درصد است (محمودیان و همکاران، ۱۳۹۳). از طرفی خستگی تبعاتی مثل اختلال افسردگی و تنیدگی هیجانی (مثل خشم)) و نقص در حل مسائل شناختی (مثل نارسایی شناختی) دارد (پورقاز و همکاران، ۱۴۰۱) در این راستا پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا استعداد خستگی در بین دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین در مقطع تحصیلی ابتدایی در نیمسال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ در شهر قزوین تفاوت دارد؟

مبانی نظری

روش پژوهش حاضر با توجه به اهداف و فرضیه ها علی مقایسه ای بود. در این پژوهش متغیر های استعداد خستگی به عنوان متغیر مستقل و پیشرفت تحصیلی بالا و پایین به عنوان متغیر وابسته در نظر گرفته شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان دوره ابتدایی شهر قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ می باشد که تعداد دانش آموزان طبق سالنامه آمار ۱۴۰۱ شهر قزوین ۱۱۲۳۰ نفر می باشد که از بین این دانش آموزان تعداد ۵۸۱۹ نفر دختر و ۵۴۱۱ نفر پسر بودند. روش نمونه گیری در پژوهش حاضر بصورت تصادفی مرحله ای بود در مرحله اول تعداد ۳۷۰ نفر از دانش آموزان بر اساس جدول گرجرسی- مورگان از میان دانش آموزان شاغل به تحصیل در دوره ابتدایی شهر قزوین از بین سنین ۱۰-۱۲ سال انتخاب شد و در مرحله دوم از بین این دانش آموزان افراد دارای عملکرد تحصیلی بالا (۱۸۵ نفر) و پایین (۱۸۵ نفر) شناسایی شد. در این تحقیق برای توصیف داده ها از شاخص های آمار توصیفی از جمله فراوانی، درصد فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد استفاده شده است و

برای بررسی فرضیه ها آزمون تحلیل واریانس چند متغیری MANOVA استفاده شد.

آمد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی این پرسشنامه با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ ۰/۸۳ بدست آمد.

ابزار های اندازه گیری

مقیاس اثر خستگی فیتز: یک مقیاس ۴۰ سوالی است. در این مقیاس ۵ گزینه ای لیکرت از صفر (فقدان مشکل) تا ۴ (حداکثر مشکل) نمره گذاری می شود و ادراک فرد از محدودیت های عملکردی ناشی از خستگی را در طی یک ماه گذشته بررسی می کند. این مقیاس دارای مولفه های «شناختی، جسمانی و روانی اجتماعی» است. حداقل نمره در این مقیاس برابر صفر و حداکثر آن برابر با ۱۶۰ می باشد. نمره بالاتر نشان دهنده خستگی شدید و اگر نمره فرد بیش از ۹۰ باشد از نشانگان خستگی رنج می برد. در تحقیق جلیل باباپور (۱۳۸۹) اعتبار آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۹ به دست

فرضیه های تحقیق

برای بررسی فرضیه های این پژوهش از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شده است. جهت استفاده از آزمون تحلیل واریانس چندمتغیری باید مفروضه های آن برقرار باشد. یکی از این مفروضه ها پارامتریک بودن داده های مورد مطالعه می باشد. که با استفاده از آزمون باکس و لوین سنجیده شده است و نتایج آن در قالب جداول گزارش شده است. نتایج جدول ۱ نشان می دهد آزمون باکس معنی دار نیست بنابراین شرط همگنی ماتریس های واریانس بدرستی رعایت شده است.

جدول ۱ نتایج آزمون باکس جهت بررسی همگنی ماتریس های واریانس نمرات استعداد خستگی

سطح معنی داری	درجات آزادی ۲	درجات آزادی ۱	F	باکس
۰/۱۱	۴۴۲۴۵۱/۱۲	۴۵	۲/۷۲	۱۲۵/۶۲

جدول ۲ نتایج آزمون لوین جهت بررسی همگنی واریانس نمرات نارسایی شناختی، استعداد خستگی و پرخاشگری

سطح معنی داری	درجات آزادی ۲	درجات آزادی ۱	F	گروه ها
۰/۳۱	۳۶۷	۱	۰/۹۲	خستگی شناختی
۰/۶۲	۳۶۷	۱	۰/۲۳	خستگی روانی
۰/۳۸	۳۶۷	۱	۱/۷۵	خستگی جسمانی

کدام از متغیر ها معنی دار نبود، در نتیجه استفاده از آزمون پارامتریک، تحلیل واریانس چند متغیری بلا مانع است.

نتایج جدول ۲ نشان می دهد که آزمون لوین معنی دار نیست. بر اساس این نتایج پیش فرض همگنی واریانس ها در متغیر های فوق در گروه های مورد مطالعه تایید شد. این آزمون برای هیچ

جدول ۳ نتایج آزمون معنا داری تحلیل واریانس چند متغیری روی نمرات استعداد خستگی

مجذور اتا	سطح معنی داری	درجات آزادی ۲	درجات آزادی ۱	F	مقدار	نام آزمون	
۰/۹۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۴۵۹۳/۹۳	۰/۹۹	اثر پیلایی	مدل
۰/۹۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۴۵۹۳/۹۳	۰/۰۰۹	لامبدا ویلکز	
۰/۹۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۴۵۹۳/۹۳	۱۱۵/۱۶	اثر هتیلنگ	
۰/۹۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۴۵۹۳/۹۳	۱۱۵/۱۶	بزرگترین ریشه خطا	
۰/۶۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۹۰/۴۸	۰/۶۹	اثر پیلایی	گروه
۰/۶۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۹۰/۴۸	۰/۳۰	لامبدا ویلکز	
۰/۶۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۹۰/۴۸	۲/۲۶	اثر هتیلنگ	
۰/۶۹	۰/۰۰۱	۹	۳۵۹	۹۰/۴۸	۲/۲۶	بزرگترین ریشه خطا	

وجود دارد. مجذور اتا(که در واقع مجذور ضریب همبستگی بین متغیرهای وابسته و عضویت گروهی است) نشان می دهد که تفاوت بین دو گروه با توجه به متغیرهای وابسته در مجموع معنی دار است و میزان این تفاوت ۶۹٪ درصد می باشد. یعنی ۶۹٪ درصد واریانس مربوط به اختلاف بین دو گروه می باشد.

همانطور که در جدول شماره ۳ مشاهده می شود نتایج آزمون معناداری تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) روی نمرات استعداد خستگی را نشان می دهد، سطوح معناداری همه آزمون ها قابلیت استفاده از تحلیل واریانس چند متغیری بر نمرات استعداد خستگی در دو گروه مورد مطالعه را مجاز می شمارد. نتایج نشان می دهد که دانش آموزان تفاوت معناداری

جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیری روی میانگین نمرات استعداد خستگی

ضریب اتا	P	F	MS	Df	SS	متغیر وابسته	
۰/۹۱	۰/۰۰۱	۳۹۱۲/۱۷	۳۵۷۲۰/۲۳	۱	۳۵۷۲۰/۲۳	خستگی شناختی	مدل
۰/۹۳	۰/۰۰۱	۴۹۴۱/۵۹	۲۴۳۸۶۶/۶۹	۱	۲۴۳۸۶۶/۶۹	خستگی روانی	
۰/۹۰	۰/۰۰۱	۳۵۸۷/۱۸	۲۶۵۲۶۹/۵۰	۱	۲۶۵۲۶۹/۵۰	خستگی جسمانی	
۰/۰۸	۰/۰۰۱	۳۴/۴۱	۳۱۴۲/۷۵	۱	۳۱۴۲/۷۵	خستگی شناختی	گروه
۰/۰۱	۰/۰۲	۵/۱۱	۲۵۲/۵۸	۱	۲۵۲/۵۸	خستگی روانی	
۰/۰۰۱	۰/۴۹	۰/۴۷	۳۴/۷۱	۱	۳۴/۷۱	خستگی جسمانی	
			۹۱/۳۱	۳۶۷	۳۳۵۱۰/۷۶	خستگی شناختی	خطا
			۴۹/۳۵	۳۶۷	۱۸۱۱۱/۳۹	خستگی روانی	
			۷۳/۹۴	۳۶۷	۲۷۱۳۹/۳۷	خستگی جسمانی	

نقش های با ارزش زندگی، به گونه ای منفی کیفیت زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می دهد. کاهش فعالیت درازمدت و خستگی می تواند باعث کاهش قدرت عضلانی، ضعف و فقدان تحمل گردد و در نهایت باعث افزایش بی دقتی، کاهش تحمل فعالیت و افزایش شکایت فرد از خستگی خواهد شد (McCorckle و همکاران، ۲۰۲۱). در این بین استعداد خستگی از پنج مولفه تشکیل شده است. مولفه اول تحت عنوان محرک های بیرونی نام گذاری شده است. این حیطه بیانگر این است که خستگی و بی علاقهگی فرد آنقدر زیاد است که محرک های محیطی قادر به برانگیخته کردن وی نیستند(تمنایی فر و گندمی، ۱۴۰۰). در این حالت افراد خیلی سریع نسبت به محرک های محیطی بی تفاوت می شوند، یافتن محرک های برانگیزاننده برای این افراد خیلی دشوار است، به محرک های با چالش انگیزی خیلی زیاد نیاز دارد، به راحتی نمی توانند با کار های نسبتاً تکراری کنار بیایند و برای حفظ شادی و سلامتی خود به تغییرات و تنوع بسیاری زیادی نیاز دارند. (Janne و همکاران، ۲۰۲۰) عامل دوم محرک های درونی است که به مشکلات مربوط به عدم توانایی ایجاد و حفظ توجه بر انجام فعالیت ها، عدم توانایی در پیدا کردن فعالیت های مورد علاقه، نداشتن ایده های خلاق و ناتوانایی در برانگیختن خود اشاره دارد. عامل سوم به واکنش های عاطفی مربوط است. از جمله این واکنش ها می توان به نگرانی، بی علاقهگی، احساس تکراری بودن فعالیت ها و تکالیف، عدم برانگیختگی و تحریک پذیری اشاره کرد. عامل

همانطور که در جدول شماره ۴ مشاهده می شود نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نشان می دهد که میانگین نمرات خستگی شناختی ($F=۳۴/۴۱$) و خستگی روانی ($F=۵/۱۱$) در بین دو گروه تفاوت معنی داری وجود دارد ($P<۰/۰۰۱$).

نتیجه گیری

استعداد خستگی دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین متفاوت است. فرضیه های فرعی عبارت بود از خستگی شناختی، خستگی جسمانی و خستگی روانی اجتماعی در دانش آموزان با پیشرفت تحصیلی بالا و پایین متفاوت است. برای بررسی این فرضیه از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شد که نتایج نشان داد میانگین نمرات خستگی شناختی و خستگی روانی اجتماعی در دانش آموزان با عملکرد تحصیلی بالا، کمتر از دانش آموزان با عملکرد تحصیلی پایین است ($P<۰/۰۵$) اما نتایج خستگی جسمانی معنی داری نبود. باید به این نکته توجه کرد، خستگی احساس ذهنی ضعیف، کمبود انرژی و فرسودگی است. احساس خستگی یک تجربه ی انسانی شایع است و درجه بندی های ذهنی شدت آن، در جمعیت عمومی به گونه های متفاوتی انجام می شود. در واقع خستگی حالتی است که شخص پس از یک فعالیت عضلانی یا روانی آن را به صورت یک احساس منفی درک می کند (شعبانی، ۱۳۹۹). خستگی به طور عمیق بر روی بسیاری از جنبه های زندگی فرد تأثیر می گذارد این علامت با تأثیر بر روی توانایی فرد در اجرای فعالیت ها و

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

فهرست منابع

- Adrian F, Tomas CP, Fiona M. Personality, cognitive ability, and beliefs about intelligence as predictors of academic performance, *Journal of Learning and Individual Differences*, 2018; 14(1): 47-64
- Amin Abadi Z. "Comparison of the effectiveness of two methods of teaching metacognitive strategies and teaching through software on improving cognitive functions and academic progress of students with dyslexia". Master's thesis, field of psychology, Mohaghegh Ardabili University. 2021. [Persian]
- Aminzadeh Hassanabadi HR: Underlying cognitive deficits in math disability, *Journal of Developmental Psychology*: 2019; 6(23): 187-191. [Persian]
- Charlie L, Reeve SB, Eboni C, Winford B. Cognitive ability, exam-related emotions and exam performance: A field study in a college setting, *Journal of Contemporary Educational Psychology*, 2020; 39(2): 124-133.
- Fukuda K, Straus SE, Hickie I. Chronic fatigue syndrome: A comprehensive approach to its definition and study. *Annual of Internal Medicine*, 2019; 121(21): 953-959.
- Janne P, Tiina, Kirsi P. Students' emotional and cognitive engagement as the determinants of well-being and achievement in school, *International Journal of Educational Research*, 2020; 67(7): 40-51
- Kim Sukwon, Ben C, Young SR. Fatigue; Working under the influence. In the Proceedings of the XXIst Annual International Occupational Ergonomics and Safety Conference Dallas, Texas, USA. 2019.
- Loblay R, Stewart G, Bertouch J, Cistulli P, Darveniza P, Ellis C, Gatenby P, Gillis D, Hickie I. Chronic fatigue syndrome:

چهارم ادراک زمان است. (Adrian و همکاران، ۲۰۱۸) این عامل به نحوه استفاده از زمان بر می گردد. برای این افراد زمان به کندی می گذرد، نمی توانند به خوبی از زمان استفاده کنند و نمی توانند تکالیف خود را در زمان مقرر انجام دهند. عامل پنجم بی قراری است. صبر و تحمل این افراد پایین است و در مقابل موقعیت هایی که مستلزم صبر است، بی قرار می شوند (محمودیان و همکاران، ۱۳۹۳). با وجود این که استعداد خستگی می تواند پیامد ها و اثرات منفی متعددی داشته باشد، اما تا به حال توجه جدی به این موضوع نشده است. در دانش آموزی که استعداد خستگی و به نوعی احساس خستگی بیشتر است فراموشی، کاهش هوشیاری، عدم توانایی در برقراری ارتباط با سایرین، عدم تمایل برای ادامه انجام فعالیت، تحریک پذیری، احساس افسردگی و عصبانیت و همچنین افزایش مدت زمان عکس العمل بیشتر دیده می شود (Kim و همکاران، ۲۰۱۹) و این عوامل منجر به عدم تمرکز حواس دانش آموز به تحصیل در مدرسه و خانه می گردد عدم یادسپاری و یادآوری مطالب در این دانش آموزان کاهش پیدا می کند تمایل و توان چندان برای تحصیل از خود نشان نمی دهند و در کل همه این عوامل منجر می شود عملکرد تحصیلی دانش آموز مذکور کاهش پیدا کند.

پیشنهاد کاربردی

➤ به مشاوران و روانشناسان پیشنهاد می شود با توجه به بالا بودن میانگین نمرات استعداد خستگی دانش آموزان با عملکرد تحصیلی پایین نسبت به افراد با عملکرد تحصیلی بالا، با استفاده از روش درمانی مناسب استعداد خستگی این افراد درمان شود.

➤ با توجه به نتایج بدست آمده، به مسئولین مدارس و آموزش و پرورش پیشنهاد می شود به منظور ارتقاء عملکرد تحصیلی دانش آموزان به سازه های روانشناختی این افراد توجه شود و راهکارهایی مناسب جهت کاهش استعداد خستگی در دانش آموزان تدوین شود.

موازین اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می دارند.

- Shahqalian M, Atad Fallah P, Fathi Ashtiani A. Comparing the components of metacognition and cognitive impairment based on personality dimensions, *Journal of Behavioral Sciences*, 2022; 6(2): 125-130. [Persian]
- Tamanai Fer MR, Gandami, Z. The relationship between achievement motivation and academic achievement in students. *Educational Strategies Quarterly*: 2021; 4(1): 15-19. [Persian]
- Zahra Kar K. Investigating the relationship between the components of emotional intelligence and academic performance, *Journal of Applied Psychology*: 2016; 2(5): 89-97. [Persian]
- Zhu Y, Leung FKS. Motivation and achievement: Is there an esst Asian model?. *International Journal of Science and Mathematics Education*, 2016; 9(5):1189-1212.
- Clinical practice guidelines. *Medicine Journal of Australia*, 2018; 176(3): 17-55.
- Mahmoudian SA, Faraj Zadegan Z, Noormohammadi A, Miralahi S. Relative frequency of feeling tired in Isfahan 12-15-year-old students, *Journal of Isfahan Faculty of Medicine*: 2014; 32(74): 79-84. [Persian]
- McCorckle R, Grart M, Frank-Stromberg M. In cancer nursing: a comprehensive textbook. Philadelphia: W. B. Saunders Co; 2021; 14(8): 150-170.
- Pourgaz A, Mohammadi A, Dosti M. The effect of academic self-efficacy and cognitive fatigue on students' cognitive problem solving, *New Journal of Cognitive Sciences*: 2022; 2(4):41-57. [Persian]
- Saif AA. *Modern educational psychology: psychology of learning and education*. Duran Publishing House, Tehran. 2022. [Persian]
- Saif AA. *Educational measurement, measurement and evaluation*. Duran Publishing House, Tehran. 2014. [Persian]
- Shabani H: *Advanced teaching method: teaching thinking skills and strategies*. Samit Publications, Tehran. 2019

