

## اثربخشی تلفیق آموزش خود تعیین‌گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی دانشآموزان پسر پایه پنجم ابتدایی

منیر صادقیان<sup>۱</sup>، کیانوش هاشمیان<sup>۲\*</sup>، خدیجه ابوالمعالی<sup>۳</sup>، مهرداد ثابت<sup>۴</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۰/۰۹

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۵/۱۷

نوع مقاله: پژوهشی

### چکیده

هدف: این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی تلفیق آموزش خود تعیین‌گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی دانشآموزان پسر انجام شد.

روش‌شناسی: مطالعه حاضر نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش دانشآموزان پسر پایه پنجم ابتدایی منطقه یک شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷ بودند. نمونه پژوهش ۶۰ دانشآموز بودند که با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به‌طور تصادفی در چهار گروه (سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل) جایگزین شدند. هر یک از گروه‌های آزمایش ۸ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای تحت مداخله قرار گرفتند و گروه کنترل آموزشی دریافت نکرد. ابزار پژوهش پرسشنامه فرسودگی تحصیلی (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker, 2002) بود و داده‌ها با روش‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بنفوذی در SPSS-19 نرم‌افزار تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که هر سه روش مداخله یعنی آموزش خود تعیین‌گری، آموزش هنر و آموزش تلفیق خود تعیین‌گری و هنر باعث کاهش معنادار فرسودگی تحصیلی دانشآموزان پسر پایه پنجم ابتدایی شدند و نتایج در مرحله پیگیری نیز حفظ شد ( $P < 0.05$ ). دیگر یافته‌ها نشان داد که بین سه روش مداخله در کاهش فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری مشاهده نشد ( $P > 0.05$ ).

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش حاضر برای متخصصان، برنامه‌ریزان درسی و معلمان تلویحات کاربردی دارد. آنان با آموزش روش‌های مذکور و یا بهره‌گیری از آنها می‌توانند گام موثری در جهت کاهش فرسودگی تحصیلی دانشآموزان بردارند.

وازگان کلیدی: آموزش خود تعیین‌گری، آموزش هنر، تلفیق آموزش خود تعیین‌گری و هنر، فرسودگی تحصیلی، دانشآموزان.

<sup>۱</sup> دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

<sup>۲</sup> دانشیار گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. (نویسنده مسئول).

<sup>۳</sup> دانشیار گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

<sup>۴</sup> استادیار گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

## مقدمه

فرسودگی یک سندروم مرتبط با کار یا حالت و وضعیتی از خستگی و تحلیل‌رفتگی است که از کار سخت، استرس‌زا و بدون انگیزه در طول زمان و به صورت تدریجی ایجاد می‌شود (Cook, Fye, Jones & Baltrinic, 2021). عوامل متعددی مانند تعارض نقش، ابهام نقش، رقابت، ناهماهنگی، عدم سازندگی و برنامه‌بینی نامناسب یا عدم وجود آن می‌توانند سبب ایجاد یا افزایش فرسودگی شوند (Stephenson, 2019). فرسودگی دارای سه بخش خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کارآمدی پایین است؛ به طوری که منظور از خستگی هیجانی تجربه احساس‌های تنفس و خستگی مزمن ناشی از کار بیش از حد، منظور از مسخ شخصیت بی‌تفاوتی و از دست دادن علاقه به کار و همکاران و منظور از کارآمدی پایین احساس شایستگی و کفایت اندک و دستیابی به موفقیت پایین یا عدم دستیابی به موفقیت می‌باشد (Coyle, Miller & Rivera Cotto, 2020). فرسودگی Ozhan & Yuksel, (2021) ممکن است در دانش‌آموزان و دانشجویان نیز بوجود آید که به آن فرسودگی تحصیلی می‌گویند).

دانش‌آموزان به علت درگیر بودن با تکالیف درسی به نوعی شاغل محسوب شده که گاهی اوقات به دلایل مختلف باعث فشار عمده‌ای به دانش‌آموزان می‌شود و همان‌طور که یک شغل رضایت‌بخش به مرور زمان باعث نارضایتی شخص می‌شود و شخص را به سمت فرسودگی پیش می‌برد، ممکن است که فرد را به سوی فرسودگی تحصیلی بکشاند (Mousavi & Ajam, 2021). بررسی‌ها حاکی از آن است که همه شاغلین و حتی دانش‌آموزان و دانشجویان نیز ممکن است به فرسودگی مبتلا شوند و مهم‌ترین شاخص عینی فرسودگی می‌تواند کاهش معنادار در عملکرد در طی دوره‌ای چند ماهه باشد که به صورت کیفیت پایین عملکرد در انجام وظایف، افت کارایی، افزایش غیبت و کاهش رغبت به انجام وظایف شغلی یا تحصیلی خود را نشان می‌دهد (Kim, Kim & Lee, 2017). فرسودگی تحصیلی همانند فرسودگی شغلی دارای سه بخش خستگی هیجانی، مسخ شخصیت و کارآمدی پایین است؛ به طوری که خستگی هیجانی به احساس فشار و خستگی مزمن ناشی از کار بیش از حد در فعالیت‌های درسی، مسخ شخصیت به نگرش بدینانه، بی‌تفاوتی و بی‌معنایی نسبت به کارهای مدرسه و فقدان علاقه به فعالیت‌های تحصیلی و کارآمدی پایین به احساس شایستگی و کفایت تحصیلی اندک، پیشرفت تحصیلی پایین و فقدان احساس موفقیت در انجام تکالیف تحصیلی اشاره دارد (Vizoso, Arias-Gundin & Rodriguez, 2019). بررسی فرسودگی تحصیلی به این دلیل مهم است که هم می‌تواند سبب افت نتایج تحصیلی در پایه حاضر شود و هم پایه‌های بعدی را متأثر سازد و حتی می‌تواند بر شغل آتی فرد نیز تاثیر منفی بگذارد (Salgado & Au-Yong-Oliveira, 2021). مبتلایان به فرسودگی تحصیلی علائمی مانند بی‌اشتیاقی به مطالب درسی، ناتوانی در ادامه حضور مستمر در کلاس‌های درسی، عدم مشارکت در فعالیت‌های کلاسی، احساس بی‌معنایی در فعالیت‌های درسی و احساس ناتوانی در یادگیری مطالب را از خود نشان می‌دهند (Chang & Lee, 2020).

روش‌های آموزشی بسیاری وجود دارند که می‌توانند نقش موثری در کاهش فرسودگی تحصیلی داشته باشند که یکی از این روش‌ها، روش آموزش خود تعیین‌گری است (Dashti Daryan, Hashemian & Abolma'ali AlHusseini, 2019). نظریه خود تعیین‌گری به طور ویژه‌ای به بررسی و شناسایی علل و دلایل رفتارها در قالب نیت‌ها، هدف‌ها، هیجان‌ها، افکار، باورها و شناخت‌هایی می‌پردازد که موجب ایجاد یا تداوم رفتار می‌شوند (Krettenauer & Curren, 2020). این نظریه بر این فرض استوار است که موجود زنده دارای یک نظام اولیه، درونی و بنیادی از نیازهای روان‌شناختی است که در طول رشد و تعامل بیشتر با محیط پیچیده‌تر می‌شوند تا به رفتارهای پیچیده رفتاری تبدیل شوند (Chao & Chou, 2017). اساس نظریه خود تعیین‌گری را انگیزش (بیرونی و درونی) و نیازهای بنیادین روان‌شناختی (نیاز به شایستگی، خودمختاری و ارتباط) تشکیل می‌دهد (Ball, Maljak, Bice, Valley & Parry, 2019). بر اساس نظریه خود تعیین‌گری در انگیزش بیرونی عوامل بیرون از فرد، وی را هدایت و آنان برای دستیابی به نمره‌های خوب، خشنودی معلم و عملکر بهتر از دیگران فعالیت می‌کنند، در مقابل در انگیزش درون فردی، وی را هدایت و آنان از خود فعالیت مورد نظر لذت می‌برند، نه اینکه آن فعالیت‌ها را واسطه‌ای برای دستیابی به چیزهای دیگر پیندارند (Salikhova, Lynch & Salikhova, 2020).

در نظریه خود تعیین‌گری نیاز به شایستگی شامل نیاز به موثر بودن در تعامل با محیطی است که بیانگر میل برای بکار بردن استعدادها، توانمندی‌ها و مهارت‌ها در انجام کار، چالش‌های بهینه و تسلط بر آنها می‌باشد. نیاز به خودمختاری شامل نیاز به

داشتن احساس انتخاب در شروع، نگهداری، تنظیم و مدیریت فعالیت‌ها است و هنگامی محقق می‌شود که فرد احساس کند علت رفتار خودشان هستند. نیاز به ارتباط شامل برقراری پیوندها و دلیستگی‌های عاطفی با دیگران است و این نیاز بیانگر تمایل به عاطفی بودن و درگیر روابط صمیمانه بودن می‌باشد (Thaha, Hasan, Hadju, Jafar, Muhiddin & Maria, 2021). خودتعیین گری به انگیزه درونی و گرایش فطری برای پرداختن به تمایل‌ها و خواسته‌ها، بکار بردن توانایی‌ها، جستجوی چالش‌های بهینه و تسلط بر آنها اشاره دارد (Leyton, Batista & Jimenez-Castuera, 2020). در صورتی که نیازهای بنیادین روانشناختی برآورده شوند احساس اعتمادبه نفس، خودکارآمدی و خودارزشمندی در فرد شکل می‌گیرد، اما در صورت ممانعت و عدم برآورده شدن این نیازها فرد از خود ادراکی منفی، نالمیدکننده، بیگانه، شکننده و انتقادی خواهد داشت (Krijgsman, Vansteenkiste, Van Tartwijk, Maes, Borghouts, Cardon & et al, 2017).

یکی دیگر از روش‌های کاهش ویژگی‌های تحصیلی منفی روش آموزش هنر است (Lotfali, Hajhosseini & Madani, 2019). هنر به سه شیوه تعریف می‌شود که در تعریف اول، هنر یک محصول فیزیکی قابل لمس است که به دیوار نصب می‌شود و یا در مکان‌های خاصی مورد تماشای دیگران قرار می‌گیرد. در تعریف دوم، بر فرایند تولید اثر هنری و مجموعه اقدام‌هایی که برای ایجاد آن می‌شود، تاکید می‌گردد. در تعریف سوم، بر فرایند خلاقانه، نو، بدیع و ابتکاری بودن هنر تاکید می‌شود که باعث ایجاد یک اثر منحصر به فرد می‌گردد (Edgar & Morrison, 2021). طراحی، نقاشی و مجسمه‌سازی را می‌توان از عالی‌ترین و پیچیده‌ترین فعالیت‌ها و تمرین‌های هنری دانست که در آموزش هنر مورد استفاده قرار می‌گیرند و باعث کشف فرم‌ها و درک بهتر روابط اشیاء و اشکال می‌شوند (Gall, 2019). آموزش هنر خاستگاه اصلی توجه به عواطف و زمینه‌سازی برای ایجاد و ارتقاء ادراک‌های متعالی و خلافانه است که ناظر بر آموزش حواس مختلف، رشد تجارت احساسی و لمسی، پرورش حساسیت درباره جلوه‌های هنری، افزایش تیزبینی، حساسیت در برابر ابعاد زیبایی‌شناسانه و نقد خلاقانه و هنرمندانه مصاديق هنری می‌باشد (Groenendijk, Karpati & Haanstra, 2020). آموزش هنر نقش موثری در پرورش مهارت‌های مشاهده، تحلیل، حل مساله و تفکر انتزاعی دارد و به عنوان ابزاری جهت تحریک قدرت تفکر، تخیل و تجسم باعث فراهم آوردن شرایط مناسب برای شکوفایی دیگر استعدادها و توانمندی‌ها می‌شود (Denmead, 2021).

پژوهش‌های اندکی درباره اثربخشی آموزش خودتعیین گری و آموزش هنر بر فرسودگی تحصیلی انجام شده، پژوهشی به مقایسه آنها نپرداخته و اثربخشی تلفیق آنها را نیز بررسی نکرده است. برای مثال، نتایج پژوهش De Francisco, Sanchez- (2020) نشان داد که نیازهای بنیادین روانشناختی پایین بر فرسودگی اثر مثبت و معنادار و نیازهای بنیادین روانشناختی بالا بر فرسودگی اثر منفی و معنادار داشت. Dashti Daryan & et al (2019) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که روش تلفیق آموزش سرمایه روانشناختی و خودتعیین گری باعث کاهش فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان دختر شد. در پژوهشی دیگر Tanhaye Rsheshvanloo, Samadiye, Kareshki, Manouchehri & Alizade (2019) گزارش کردند که نیازهای بنیادین روانشناختی برگرفته از نظریه خودتعیین گری بر فرسودگی تحصیلی دانشجویان اثر منفی و معنادار داشتند. Holmberg & Sheridan (2013) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که انگیزش خودتعیین گری نقش موثری در تبیین فرسودگی دانشجویان ورزشکار داشت. همچنین، نتایج پژوهش Reed, Cochran, Edelblute, (2020) نشان داد که آموزش هنر درمانی خلاق نقش موثری در کاهش و پیشگیری از فرسودگی شغلی داشت. Lotfali & et al (2019) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش گروهی مبتنی بر هنر باعث کاهش اضطراب و افزایش حرمت خود دانش‌آموزان دبستان شد. در پژوهشی دیگر Potash, Ho, Chan, (2014) گزارش کردند که هنر درمانی نقش موثری در کاهش فرسودگی داشت. Atari, Shafibabadi Wang & Cheng (2012) ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش هنر (نقاشی) باعث کاهش میزان اضطراب (به عنوان یکی از عوامل موثر در فرسودگی) دانش‌آموزان ابتدایی شد.

هر ساله فراغیران زیادی با شوق، رغبت و امید به آینده وارد مراکز آموزشی می‌شوند و علی‌رغم اینکه انتظار می‌رود این شوق و انگیزه ادامه یابد تا به بهترین نحو به اعتلای فردی و جامعه کمک نماید دچار فرسودگی تحصیلی می‌شوند. در حالی که در نظام آموزشی باید شرایطی فراهم شود تا فراغیران با اشتیاق، علاقه، اطمینان و احساس کارآمدی بتوانند به کسب یادگیری مداوم و در آینده هم با شور، انگیزه و امید به زندگی تحصیلی و حتی شغلی خود ادامه دهند (Falsafinejad, Azizi Abarghuei,

که روش‌های زیادی برای کاهش آن مورد آزمون قرار گرفتند، اما روش‌های آموزش خود تعیین‌گری و آموزش هنر کمتر مورد توجه قرار گرفتند و یا حتی می‌توان گفت مورد غفلت واقع شدند. از یک سو با توجه به نقش هنر و آموزش آن در بهبود ویژگی‌های تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی و عدم یافتن پژوهشی درباره اثربخشی آن بر فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان ابتدایی و از سوی دیگر با توجه به اثر خود تعیین‌گری در کاهش فرسودگی تحصیلی، پژوهشگران را بر آن داشت تا اثربخشی این دو روش و تلفیق آنها با هم را مقایسه نمایند. در نتیجه، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی تلفیق آموزش خود تعیین‌گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان پسربود.

### روش شناسی

مطالعه حاضر نیمه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش دانش‌آموزان پسر پایه پنجم ابتدایی منطقه یک شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷ بودند. نمونه پژوهش ۶۰ دانش‌آموز بودند که با روش نمونه‌گیری هدفمند به عنوان نمونه انتخاب شدند. در این روش نمونه‌گیری پژوهشگر با توجه به شناختی که از نمونه‌ها توسط کادر اجرایی مدرسه بدست آورد، تعداد ۶۰ نفر را به عنوان نمونه انتخاب کرد.

شیوه اجرای پژوهش به این صورت بود که ابتدا بعد از هماهنگی‌های لازم نمونه‌گیری انجام و ۶۰ نفر انتخاب شدند و سپس این افراد به طور تصادفی در چهار گروه مساوی (سه گروه آزمایش و یک گروه کنترل و هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. حداقل برای یکی از والدین نمونه‌ها اهمیت و ضرورت پژوهش بیان و درباره رعایت نکات اخلاقی از جمله حفظ حریم آزمودنی‌ها، رازداری، محramانه ماندن اطلاعات شخصی و غیره به آنان اطمینان‌خاطر داده شد و فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به امضا آنها رسید. گروه آزمایش اول آموزش خود تعیین‌گری، گروه آزمایش دوم آموزش هنر و گروه آزمایش سوم تلفیق آموزش خود تعیین‌گری و هنر را برای ۸ جلسه ۴۰ دقیقه‌ای دریافت کردند و گروه کنترل آموزشی ندید. مداخله‌ها توسط پژوهشگران حاضر طراحی و توسط تعدادی از متخصصان و خبرگان دانشگاهی مورد تایید قرار گرفته است. در ادامه موضوع و محتوى مداخله در گروه‌های آزمایش اول و دوم به تفکیک جلسات به ترتیب در جدول‌های ۱ و ۲ گزارش و در گروه آزمایش سوم از ترکیب این دو روش استفاده شد.

جدول ۱. موضوع و محتوى مداخله آموزش خود تعیین‌گری به تفکیک جلسات

جلسه	موضوع
اول	معارفه و خودآگاهی یا شناخت خود
دوم	شایستگی جسمانی
سوم	شایستگی اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی
چهارم	مهارت ابراز وجود و جرأت‌مندی در ارتباط با دیگران
پنجم	مهارت خودکنترلی و خودمنحتری
ششم	مهارت خودتنظیمی
هفتم	تکمیل مهارت خودتنظیمی و شایستگی

تحصیلی انگیزش	نحوه صحیح درخواست کمک از دیگران برای آموزش و تحصیل تعریف و شناخت انگیزش و انواع آن، آموزش راهبردهای بهبود انگیزش بهویژه از طریق ذهن‌آگاهی، شناخت و آگاهی از استادها و نحوه بکارگیری آنها در هنگام موقوفیت یا شکست و تغییر و تعديل استادهای نامناسب و ناکارآمد	هشتم
------------------	--	------

جدول ۲. موضوع و محتوى مداخله آموزش هنر به تفکیک جلسات

جلسه	موضوع	محتوى
اول	معارفه و شناخت محتوى جلسات	معارفه و آشنایی، تعیین و هماهنگی روز و ساعت آموزش و معرفی ابزارهای مورد نیاز برای آموزش هنر
دوم	آموزش نقاشی به صورت گروهی	نقاشی با کمک آبرنگ و آموزش تکنیک‌های مورد استفاده در آن، تشریح فرسودگی تحصیلی و نقش آموزش نقاشی بر کاهش فرسودگی تحصیلی
سوم	آموزش نقاشی به صورت گروهی	نقاشی با توجه به علاقه دانش‌آموزان و تاکید بر آرامش در هنگام انجام آن
چهارم	آموزش نقاشی به صورت انفرادی و گروهی	نقاشی با توجه به آموخته‌های قبلی و استفاده و بکارگیری از مطالب قبلاً یادگرفته شده
پنجم	آموزش نقاشی به صورت انفرادی و گروهی	توجه به رفتارها و واکنش‌های دانش‌آموزان هنگام نقاشی انفرادی و گروهی و تلاش برای آرامش بخشی
ششم	آموزش نقاشی به صورت تمرکز	همه دانش‌آموزان نقاشی واحدی را انجام و ارزیابی آنها با توجه به استعداد خود
هفتم	آموزش نقاشی به صورت تمرکز	استقامت و پایداری در انجام نقاشی و تلاش برای حفظ و ارتقای نظم جهت دستیابی به اهداف تحصیلی
هشتم	نقش نقاشی در زندگی	ارائه بازخورد کلامی و غیرکلامی به نقاشی دانش‌آموزان، اصلاح خلاًها و نواقص، بررسی ایده‌ها و افکار دانش‌آموزان در هنگام نقاشی و بررسی نظرهای دانش‌آموزان و والدین درباره دوره آموزشی

در این پژوهش برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه فرسودگی تحصیلی & Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova (2002) استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۱۵ ایتم است که به شیوه طیف لیکرت هفت درجه‌ای از صفر (هرگز) تا شش (همیشه) نمره‌گذاری می‌شود، لذا دامنه نمرات بین صفر الی ۹۰ می‌باشد و نمره بیشتر حاکی از فرسودگی تحصیلی بالاتر است. Schaufeli & et al (2002) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی اکتشافی، تایید و پایابی آن را با روش آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۰ الی ۰/۷۰ بدست آوردند. Jannatfereidooni, Sharifi, Nikkhah & Khalatbari (2018) روایی سازه ابزار را با روش تحلیل عاملی تاییدی، تایید و پایابی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و با روش بازآزمایی دو هفته‌ای ۰/۸۹ بدست آوردند. در پژوهش حاضر پایابی آن را با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ بدست آمد. داده‌ها با روش‌های تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر و آزمون تعقیبی بنفوذی در سطح معناداری ۰/۰۵ در SPSS-19 نرم‌افزار تحلیل شدند.

### یافته ها

میانگین و انحراف معیار سنی گروه‌های آموزش خود تعیین گری ۱۱/۵۳±۰/۵۱، ۱۱/۵۳±۰/۵۶، تلفیق خود تعیین گری و هنر ۱۱/۶۱±۰/۴۹ و کنترل ۱۱/۵۰±۰/۵۳ بود که از لحاظ آماری تفاوت معناداری نداشتند ( $P>0/05$ ). در جدول ۳ میانگین و انحراف معیار فرسودگی تحصیلی گروه‌ها در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه گزارش شد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار فرسودگی تحصیلی گروه‌ها در مراحل پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری سه ماهه

مراحل	آموزش خود تعیین گری	آموزش هنر	تلفیق خود تعیین گری و هنر	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)
پیش آزمون	۲۵/۷۶±۴/۱۶	۲۴/۰۶±۳/۲۴	۲۳/۵۹±۳/۲۶	۲۴/۷۰±۳/۹۲	میانگین	میانگین	کنترل
پس آزمون	۱۹/۳۰±۲/۹۳	۱۹/۱۲±۲/۱۷	۱۸/۱۵±۳/۵۰	۲۴/۵۱±۳/۸۳	میانگین	میانگین	میانگین
پیگیری سه ماهه	۱۹/۷۴±۲/۸۸	۱۸/۹۵±۳/۳۴	۱۸/۰۴±۳/۲۱	۲۵/۸۶±۴/۰۶	میانگین	میانگین	میانگین

پیشفرضهای تحلیل واریانس با اندازهگیری مکرر نشان داد که فرض نرمالبودن فرسودگی تحصیلی در مراحل پیشآزمون، پسآزمون و پیگیری بر اساس مقادیر آزمون شاپیرو- ولک، فرض برابری واریانس‌های فرسودگی تحصیلی در مراحل پیشآزمون، پسآزمون و پیگیری بر اساس آزمون لون و فرض برابری کواریانس‌ها بر اساس آزمون کرویت مولخلی برای فرسودگی تحصیلی تایید شد ( $P < 0.05$ )<sup>۲۷</sup>. در جدول ۴ نتایج تحلیل واریانس با اندازهگیری مکرر برای تعیین اثربخشی روش‌های مداخله بر فرسودگی تحصیلی گزارش شد.

جدول ۴. نتایج تحلیل واریانس با اندازهگیری مکرر برای تعیین اثربخشی روش‌های مداخله بر فرسودگی تحصیلی

منبع تغییرات	میانگین مجذورات	F مقدار	سطح معناداری	اندازه اثر
گروه	۴۵/۳۶	۶/۳۷	۰/۰۰۳	۰/۵۳۷
زمان	۳۴/۰۸	۱۹/۲۲	۰/۰۰۱	۰/۷۳۲
زمان*گروه	۳۱/۷۴	۱۸/۵۱	۰/۰۰۱	۰/۶۹۵

طبق نتایج جدول ۴، اثر گروه، زمان و تعامل زمان و گروه معنادار است که با توجه به معناداری اثر گروه می‌توان نتیجه گرفت که بین گروه‌ها و با توجه به معناداری اثر زمان و تعامل زمان و گروه می‌توان نتیجه گرفت که بین مراحل پیشآزمون، پسآزمون و پیگیری از لحاظ فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری وجود داشت ( $P < 0.05$ )<sup>۲۸</sup>. در جدول ۵ نتایج آزمون تعییی بنفروندی برای مقایسه زوجی فرسودگی تحصیلی گروه‌ها گزارش شد.

جدول ۵. نتایج آزمون تعییی بنفروندی برای مقایسه زوجی فرسودگی تحصیلی گروه‌ها

گروه‌ها	میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری	اختلاف میانگین‌ها
آموزش خودتعیین‌گری	۱/۶۱	۰/۳۲	۰/۲۳۵	آموزش هنر
آموزش خودتعیین‌گری	۲/۸۷	۰/۲۷	۰/۰۸۴	تلفیق خودتعیین‌گری و هنر
آموزش خودتعیین‌گری	-۹/۷۳	۰/۳۰	۰/۰۰۱	کنترل
آموزش هنر	۱/۲۶	۰/۲۸	۰/۲۶۶	تلفیق خودتعیین‌گری و هنر
آموزش هنر	-۸/۱۲	۰/۳۵	۰/۰۰۱	کنترل
تلفیق خودتعیین‌گری و هنر	-۶/۸۶	۰/۲۸	۰/۰۰۱	کنترل

طبق نتایج جدول ۵، هر سه روش مداخله آموزش خودتعیین‌گری، آموزش هنر و تلفیق خودتعیین‌گری و هنر در مقایسه با گروه باعث کاهش معنادار فرسودگی تحصیلی شدند ( $P < 0.05$ )<sup>۲۹</sup>، اما بین سه روش مداخله در کاهش فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری وجود نداشت ( $P > 0.05$ )<sup>۳۰</sup>. در جدول ۶ نتایج آزمون تعییی بنفروندی برای مقایسه زوجی فرسودگی تحصیلی در مراحل پیشآزمون، پسآزمون و پیگیری به تفکیک گروه‌ها گزارش شد.

جدول ۶. نتایج آزمون تعییی بنفروندی برای مقایسه زوجی فرسودگی تحصیلی در مراحل پیشآزمون، پسآزمون و پیگیری به تفکیک گروه‌ها

گروه‌ها	میانگین	خطای استاندارد	سطح معناداری	اختلاف میانگین‌ها
آموزش خودتعیین‌گری	۵/۳۶	۰/۱۹	۰/۰۰۱	پیشآزمون
پیگیری	۵/۱۹	۰/۲۴	۰/۰۰۱	پیشآزمون
پسآزمون	-۰/۱۷	۰/۳۵	۰/۶۸۵	پیگیری
آموزش هنر	۴/۶۸	۰/۱۶	۰/۰۰۱	پسآزمون
پیشآزمون	۴/۵۴	۰/۲۴	۰/۰۰۱	پیگیری
پسآزمون	۰/۱۴	۰/۲۹	۰/۷۱۲	پیگیری
پیشآزمون	۴/۹۶	۰/۱۶	۰/۰۰۱	پسآزمون
پیشآزمون	۴/۸۹	۰/۲۷	۰/۰۰۱	پیگیری
پسآزمون	۰/۰۷	۰/۳۱	۰/۹۳۵	پیگیری
کنترل	۰/۱۲	۰/۲۸	۰/۶۹۹	پیشآزمون
پیشآزمون	-۰/۱۴	۰/۳۳	۰/۷۱۲	پیگیری
پسآزمون	-۰/۲۶	۰/۳۷	۰/۴۳۱	پیگیری

طبق نتایج جدول ۶ در هر سه روش مداخله آموزش خودتعیین‌گری، آموزش هنر و تلفیق خودتعیین‌گری و هنر اختلاف میانگین پیشآزمون با پسآزمون و پیگیری فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری وجود داشت ( $P < 0.05$ )<sup>۳۱</sup>، اما اختلاف میانگین پسآزمون و

پیگیری فرسودگی تحصیلی در سه روش مداخله و اختلاف میانگین پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری گروه کنترل تفاوت معناداری نداشتند ( $P > 0.05$ ).

## بحث و نتیجه گیری

فرسودگی تحصیلی متغیری است که نقش منفی زیادی بر افت عملکرد تحصیلی دارد. در نتیجه، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی تلفیق آموزش خود تعیین گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی دانش آموزان پسر بود. نتایج این پژوهش حاکی از اثربخشی آموزش خود تعیین گری بر کاهش فرسودگی تحصیلی و تداوم نتایج در مرحله پیگیری بود. این نتایج همسو با نتایج پژوهش های De Francisco & et al (2020) Tanhaye Daryan & et al (2019) Holmberg & Sheridan (2013) و Rseshvanloo & et al (2019) Dashti Daryan & et al (2019) می توان گفت که نظریه خود تعیین گری، نیازهای روانی یا نیازهای بنیادین روانشناسی را مطرح که به عنوان انگیزشی برای کمک به درگیری فعال با محیط و پرورش دانش ها، توانایی ها و مهارت ها و رشد سالم بوجود آمدند. این نظریه چارچوب مناسبی را برای پرداختن به انگیزش فراهم می کند. زیرا این نظریه سه نیاز بنیادین روانشناسی شامل خود مختاری، شایستگی و ارتباط را به عنوان تعیین کننده های انگیزش مطرح می سازد و در صورتی که این نیازها فرد در کی منفی و احساس اعتماد به خود و خود ارزشمندی در فرد شکل می گیرد، اما در صورت ممانعت و برآورده نشدن این نیازها فرد رشد و بهزیستی در هر منتقدانه از خود خواهد داشت. با توجه به نظریه خود تعیین گری حمایت از خود مختاری و شایستگی برای رشد و بهزیستی در هر محیط یادگیری ضروری است. در هر سطح آموزشی دانش آموزانی که نیازهایشان بهتر ارضاء شود بهتر می توانند خودشان را با کلاس درس و مدرسه تنظیم کرده و رفتارهای خود را متناسب با شرایط متفاوت تحصیل و مدرسه سازگار نمایند. با توجه به مطالب مطرح شده آموزش خود تعیین گری می تواند از طریق بهبود شرایط تحصیلی باعث کاهش فرسودگی تحصیلی شود.

دیگر نتایج این پژوهش حاکی از اثربخشی آموزش هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی و تداوم نتایج در مرحله پیگیری بود. این نتایج همسو با نتایج پژوهش های Reed & et al (2020) Lotfali & et al (2014) و Atari & et al (2012) بود. در تفسیر این نتایج بر مبنای پژوهش Atari & et al (2012) می توان گفت از آنجایی که کودکان با بیان احساسات و عواطف خود می توانند در راه کاهش اضطراب گام بردارند و آموزش مبتنی بر هنر به کودکان این فرست را می دهد تا احساسات آزاردهنده و مشکلات درونی را ابزار کنند و از این طریق آرزوها و تمایل های درونی را به نمایش بگذارند. بنابراین، آموزش هنر در کودکان از طریق فعالیت های هنری می تواند اضطراب ها، استرس ها و تنش های تحصیلی کودکان یا دانش آموزان ابتدایی را کاهش دهد. افزون بر آن، شرکت کودکان در مداخله آموزش هنر از طریق توجه و تمرکز بر عالیق و تنفسها، نقاط قوت و ضعف و شناسایی تفاوت ها با استفاده از ترسیم انواع نقاشی ها موجب حل تعارض های درونی شده و به تبع آن منجر به کاهش اضطراب می گردد. با توجه به مطالب ذکر شده آموزش هنر از طریق فرایندهای توضیح داده شده و با کمک کاهش اضطراب و استرس تحصیلی منجر به کاهش فرسودگی تحصیلی می گردد.

همچنین، نتایج این پژوهش حاکی از اثربخشی تلفیق آموزش خود تعیین گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی و تداوم نتایج در مرحله پیگیری بود. پژوهشی درباره تلفیق آموزش خود تعیین گری و هنر یافت نشد، اما در تفسیر این نتایج می توان گفت که روش تلفیقی دارای مزایای هر دو روش آموزش خود تعیین گری و آموزش هنر است و به همین دلیل این روش نیز می تواند نقش موثری در کاهش فرسودگی تحصیلی داشته باشد. در روش آموزش خود تعیین گری موضوعاتی مانند خود آگاهی، شایستگی جسمانی، اجتماعی و تحصیلی، مهارت های ارتباطی، مهارت ابراز وجود و جرأت مندی، ارتباط موثر، خود کنترلی و خود مختاری، خود تنظیمی و انگیزشی و در روش آموزش هنر موضوعاتی مانند نقاشی انفرادی، نقاشی گروهی و نقاشی مت مرکز و نقش آنها در بهبود شرایط زندگی آموزش داده می شود. این موضوعات با کمک هم می توانند از طریق افت استرس ها و فشارهای تحصیلی و افزایش آرامش و نشاط تحصیلی باعث کاهش فرسودگی تحصیلی شوند.

افزون بر آن، نتایج این پژوهش حاکی از عدم تفاوت معنادار بین سه روش مداخله آموزش خود تعیین گری، آموزش هنر و تلفیق آموزش خود تعیین گری و هنر بر کاهش فرسودگی تحصیلی بود. پژوهشی در این زمینه یافت نشد، اما در تفسیر این نتایج می توان گفت که هر دو شیوه آموزش خود تعیین گری و آموزش هنر از راهکارهای مناسبی جهت کاهش فرسودگی تحصیلی استفاده

می‌کند که برای این منظور آموزش خودتعیین‌گری از آموزش‌های مبتنی بر انگیزش و نیازهای شایستگی، خودختاری و ارتباط و مفاهیم مرتبط به آن استفاده می‌کند و آموزش هنر از آموزش‌های مبتنی بر نقاشی فردی، گروهی و متمرکز بهره می‌برد و به همین خاطر هر دو روش، روش‌های موثری در کاهش فرسودگی تحصیلی می‌باشند. علاوه بر آن، روش تلفیق آموزش خودتعیین‌گری و هنر از مزایای هر دو روش برخوردار است و بین اثربخشی آن با دو روش مداخله آموزش خودتعیین‌گری و آموزش هنر تفاوت معناداری وجود نداشت و شاید دلیل آن این باشد که مدت جلسات هر سه روش مداخله برابر بود. شاید اگر تعداد جلسات روش تلفیق آموزش خودتعیین‌گری و هنر افزایش یابد و از فشردگی جلسات کاهش شود، بتواند نقش موثرتر و بیشتری در مقایسه با دو روش آموزش خودتعیین‌گری و آموزش هنر داشته باشد که برای تصمیم‌گیری درباره آن نیاز به انجام پژوهش‌های بیشتری است. با توجه به مطالب مطرح شده هر سه روش آموزش خودتعیین‌گری، آموزش هنر و آموزش تلفیق خودتعیین‌گری و هنر نقش تقریباً برابری در کاهش فرسودگی تحصیلی داشتند و بین آنها در کاهش فرسودگی تحصیلی تفاوت معناداری وجود نداشت.

مهم‌ترین قوتهای پژوهش‌های حاضر شامل طراحی بسته‌های آموزش خودتعیین‌گری، آموزش هنر و آموزش تلفیقی آنها و بررسی ثبات نتایج مداخله با استفاده از مرحله پیگیری بود. مهم‌ترین ضعف‌ها یا محدودیت‌های پژوهش حاضر شامل استفاده از پرسشنامه جهت جمع‌آوری داده‌ها، تک جنسیتی بودن جامعه پژوهش و محدودشدن جامعه پژوهش به دانش‌آموزان پایه پنجم منطقه یک شهر تهران بود. با توجه به ضعف‌ها یا محدودیت‌ها پیشنهاد می‌شود که جهت جمع‌آوری داده‌های با دقت بیشتر از مصاحبه یا مشاهده استفاده شود، بر روی دانش‌آموزان دختر و حتی دانش‌آموزان سایر پایه‌ها و شهرها انجام و نتایج آنها با یکدیگر مقایسه شود تا بتوان با دقت و اطمینان بیشتری درباره اثربخشی روش‌های مداخله بر فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان با جنسیت‌ها و پایه‌های تحصیلی متفاوت بحث کرد. پیشنهاد پژوهشی دیگر اینکه اثربخشی روش‌های مداخله پژوهش حاضر با سایر روش‌ها مانند آموزش راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی، آموزش مثبت‌اندیشی، آموزش موسیقی، آموزش مهارت‌های زندگی و غیره مقایسه شود. نتایج پژوهش حاضر برای متخصصان، برنامه‌ریزان درسی و معلمان تلویحات کاربردی دارد. آنان با آموزش روش‌های مذکور و یا بهره‌گیری از آنها می‌توانند گام موثری در جهت کاهش فرسودگی تحصیلی دانش‌آموزان بردارند. بنابراین، برگزاری دوره‌های آموزش خودتعیین‌گری و آموزش هنر و حتی تلفیق آنها برای همه دانش‌آموزان و حتی برای آموزگاران پیشنهاد می‌شود. پیشنهاد کاربردی دیگر گنجاندن روش‌های آموزشی مذکور در سرفصل‌های درس روش‌های آموزش و تدریس دانشجویان دانشگاه فرهنگیان می‌باشد. انتظار می‌رود که دانشجو معلمان با فراغیری و آموزگاران با استفاده از روش‌های آموزش و تدریس بهویژه روش‌های مداخله پژوهش حاضر گام موثری در بهبود ویژگی‌های تحصیلی در دانش‌آموزان بردارند.

### تشکر و قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم و ضروری می‌دانند تا از مسئولان اداره آموزش و پرورش منطقه یک شهر تهران به دلیل مساعدت و همکاری با پژوهشگران، از دانش‌آموزان به دلیل شرکت در جلسات مداخله و از والدین دانش‌آموزان به دلیل اجازه به پژوهشگران برای انجام مداخله بر روی فرزندان آنها از آنان تشکر و قدردانی کند.

## References

- Atari B, Shafibadi A, Salimi H. (2012). The effectiveness of teaching painting on decreasing the amount of anxiety in elementary school boys. *Culture Counseling*, 2(8): 47-64. (In Persian)
- Ball JW, Maljak KA, Bice MR, Valley J, Parry T. (2019). Exploring the relationship between self-determination theory and physical education teachers meeting recommended weekly physical education minutes. *Physical Educator*, 76(5): 1306-1318.
- Chang E, Lee SM. (2020). Mediating effect of goal adjustment on the relationship between socially prescribed perfectionism and academic burnout. *Psychology in the Schools*, 57(2): 284-295.
- Chao PC, Chou YC. (2017). Correlation and predictive relationship between self-determination instruction and academic performance of students with disabilities. *Universal Journal of Educational Research*, 5(5): 799-805.
- Cook RM, Fye HJ, Jones JL, Baltrinic ER. (2021). Self-reported symptoms of burnout in novice professional counselors: A content analysis. *Professional Counselor*, 11(1): 31-45.
- Coyle T, Miller EV, Rivera Cotto C. (2020). Burnout: Why are teacher educators reaching their limits? *Excelsior: Leadership in Teaching and Learning*, 13(1): 63-79.
- Dashti Daryan E, Hashemian K, Abolma'ali AlHusseini K. (2019). Combining the education of psychological capital and self-determination on reducing academic burnout among students. *Middle Eastern Journal of Disability Studies*, 9(31): 1-10. (In Persian)
- De Francisco C, Sanchez-Romero EI, Conesa MDPV, Arce C. (2020). Basic Psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(4941): 1-13.
- Denmead T. (2021). Time after whiteness: Performative pedagogy and temporal subjectivities in art education. *Studies in Art Education: A Journal of Issues and Research in Art Education*, 62(2): 130-141.
- Edgar SN, Morrison B. (2021). A vision for social emotional learning and arts education policy. *Arts Education Policy Review*, 122(3): 145-150.
- Falsafinejad MR, Azizi Abarghuei M, Ebrahimi Ghavamabadi S, Dortaj F. (2016). Developing a causal model of academic burnout among BA students: The mediating role of self-efficacy. *Culture Counseling*, 6(24): 1-27. (In Persian)
- Gall D. (2019). Ethnocentrism and higher art education: Lingering legacies, imperative nondualities. *International Journal of Art & Design Education*, 38(4): 840-852.
- Groenendijk T, Karpati A, Haanstra F. (2020). Self-assessment in art education through a visual rubric. *International Journal of Art & Design Education*, 39(1): 153-175.
- Holmberg PM, Sheridan DA. (2013). Self-determined motivation as a predictor of burnout among college athletes. *The Sport Psychologist*, 27(2): 177-187.
- Jannatfereidooni M, Sharifi T, Nikkhah M, Khalatbari J. (2018). Validation of Maslach burnout inventory: student survey in Iranian second high school students. *Quarterly Journal of Career & Organizational Counseling*, 10(37): 91-116. (In Persian)
- Kim B, Kim E, Lee SM. (2017). Examining longitudinal relationship among effort reward imbalance, coping strategies and academic burnout in Korean middle school students. *School Psychology International*, 38(6): 628-646.
- Krettenauer T, Curren R. (2020). Self-determination theory, morality, and education: Introduction to special issue. *Journal of Moral Education*, 49(3): 275-281.
- Krijgsman C, Vansteenkiste M, Van Tartwijk J, Maes J, Borghouts L, Cardon G, et al. (2017). Performance grading and motivational functioning and fear in physical education: A self-determination theory perspective. *Learning and Individual Differences*, 55: 202-211.
- Leyton M, Batista M, Jimenez-Castuera R. (2020). Prediction model of healthy lifestyles in physical education students based on self-determination theory. *Revista de Psicodidactia* (English ed.), 25(1): 68-75.

- Lotfali H, Hajhosseini M, Madani Y. (2019). Effectiveness of art-based group training on anxiety and self-esteem of students. *Empowering Exceptional Children Journal*, 10(3): 15-28. (In Persian)
- Mousavi SF, Ajam A. (2021). Investigating the relationship between responsibility and academic burnout in students of public schools in Torbat Heydariyeh secondary school. *Journal of New Approaches in Educational Sciences*, 3(1): 1-11. (In Persian)
- Ozhan MB, Yuksel G. (2021). The effect of school burnout on academic achievement and well-being in high school students: A holistic model proposal. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(1): 145-162.
- Potash JS, Ho AHY, Chan F, Wang XL, Cheng C. (2014). Can art therapy reduce death anxiety and burnout in end-of-life care workers? A quasi-experimental study. *International Journal of Palliative Nursing*, 20(5): 233-240.
- Reed K, Cochran KL, Edelblute A, Manzanares D, Sinn H, Henry M, Moss M. (2020). Creative arts therapy as a potential intervention to prevent burnout and build resilience in health care professionals. *AACN Advanced Critical Care*, 31(2): 2-13.
- Salgado S, Au-Yong-Oliveira M. (2021). Student burnout: A case study about a Portuguese public university. *Education Sciences*, 11(31): 1-35.
- Salikhova NR, Lynch MF, Salikhova AB. (2020). Psychological aspects of digital learning: A self-determination theory perspective. *Contemporary Educational Technology*, 12(2):ep280: 1-13.
- Schaufeli WB, Martinez IM, Pinto AM, Salanova M, Bakker AB. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross- national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5): 464-481.
- Stephenson P. (2019). Building resilience and minimizing burnout in school-based practice. *Journal of Occupational Therapy, Schools & Early Intervention*, 12(3): 354-364.
- Tanhaye Rsheshvanloo F, Samadiye H, Kareshki H, Manouchehri M, Alizade M. (2019). Structural relationships between perceptions of parents, basic psychological needs and academic burnout in medical students. *Iranian Journal of Medical Education*, 19: 542-553. (In Persian)
- Thaha RM, Hasan N, Hadju V, Jafar N, Muhiddin S, Maria IL. (2021). Measuring self-regulation after nutrition education modules with self-determination theory (SDT) intervention among teachers with or at risk metabolic syndrome. *Gaceta Sanitaria*, 35(1): 83-86.
- Vizoso C, Arias-Gundin O, Rodriguez C. (2019). Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. *Educational Psychology*, 39(6): 768-783.

## The Effectiveness of Combining Education of Self-Determination and Art on Reducing Academic Burnout in Fifth Grade Elementary Male Students

Munir Sadeghian<sup>1</sup>

Kianoush Hashemian<sup>2\*</sup>

Khadijah Abol-Maali<sup>3</sup>

Mehrdad Sabet<sup>4</sup>

### Abstract

**Purpose:** Students are considered to be a type of worker due to being involved with homework, which sometimes causes major pressure on students for various reasons, and just as a satisfactory job causes dissatisfaction over time and leads a person to burnout; it is possible that lead a person to academic burnout. Studies indicate that all employees and even students may suffer from burnout and the most important objective indicator of burnout can be a significant decrease in performance over a period of several months, which is in the form of low quality performance in performing tasks, loss of efficiency, and increased absenteeism. And it shows a decrease in the desire to perform one's job or academic duties. This research was conducted with the aim of the effectiveness of combining education of self-determination and art on reducing academic burnout in male students.

**Methodology:** The present study was quasi-experimental with pre-test, post-test and quarterly follow-up with control group. The research population was fifth grading elementary male students in district one of Tehran city in the academic years of 2017-18. The research sample consisted of 60 students who were selected by purposive sampling method and randomly assigned to four groups (three experimental groups and one control group). Each experimental group underwent 8 sessions of 40 minutes and the control group did not receive any training. The research instrument was the academic burnout questionnaire (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker, 2002) and the data were analyzed by methods of repeated measures analysis of variance and bonferroni post hoc test in SPSS-19 software.

**Findings:** The results showed that all three methods of intervention, namely self-determination education, art education and combining education of self-determination and art significantly led to reduce the academic burnout of fifth grade elementary male students and the results were maintained in the follow-up phase ( $P<0.05$ ). Other findings showed that there was no significant difference between the three intervention methods in reducing academic burnout ( $P>0.05$ ).

**Conclusion:** The results of the present study have practical implications for professionals, curriculum planners and teachers. They by teaching the above methods or using of them can take an effective step to reduce academic burnout of students.

**Keywords:** Self-determination Education, Art education, Combining Education of Self-Determination and Art, Academic Burnout, Students.

<sup>1</sup> Doctoral student of educational psychology, Roudhan Branch, Islamic Azad University, Roudhan, Iran.  
pri.sadeghian@yahoo.com

<sup>2</sup> Associate Professor of Psychology Department, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran.  
(Author).hashemian-kianoosh@yahoo.com

<sup>3</sup> Associate Professor, Department of Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran. sama.abolmaali@yahoo.com

<sup>4</sup> Assistant Professor, Department of Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran.  
mehrdadsabet@yahoo.com