



The Relationship Between Academic Optimism and Academic Vitality: Mediation of Subjective Well-Being and Academic Resilience in Students

Azam Zare Mirkabad¹, Meysareh Keramati^{2*}, Zahra Mohammadzadeh¹

¹ Ph.D. in Educational Psychology, Faculty of Literature, Humanities and Social Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

² Ph.D. in Educational Psychology, Garmsar Branch, Islamic Azad University, Garmsar, Iran.

³ Ph.D. in Educational Psychology, Faculty of Literature, Humanities and Social Sciences, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

* **Corresponding author:** Kmeysareh@gmail.com

Received: 2026-02-22

Accepted: 2026-03-14

Publication: 2026-03-21

Abstract

Introduction: Mental health and positive cognitive attitudes are key factors in explaining students' academic success. Among them, students' psychological capital plays a pivotal role in creating motivation and expectations of success in them. **Purpose:** The present study aimed to test the mediation of subjective well-being and academic resilience in the relationship between academic optimism and academic vitality in first-year high school students. **Methodology:** The research method was descriptive-correlational and based on the structural equation model (SEM). The statistical population of the study was female students in the first year of high school in Tehran in the academic year 2024-2025. The research sample was 212 students who were selected using multi-stage cluster sampling method. To collect data, the students completed the Shannon-Moran, Bankole, Mitchell, and Moore (2013) academic optimism questionnaire, Dehghanizadeh and Chari's academic vitality (2012), Tennant et al.'s Subjective Well-Being Questionnaire (2007), and Samuels' academic resilience (2004). The data were processed using the correlation matrix method and AMOS software to determine the fit of the causal model (path coefficient). **Findings:** The results showed that the structural model using structural equation modeling is in the range of appropriate fit, which indicates the appropriate fit of the overall research model to the data. Academic optimism has a direct and significant effect on students' academic resilience ($P \geq 0.01$). Academic resilience has a direct and significant effect on students' academic vitality ($P \geq 0.01$). Academic optimism has a direct and significant effect on students' subjective well-being ($P \geq 0.01$). Subjective well-being has a direct and significant effect on students' academic vitality ($P \geq 0.01$). Academic optimism has a direct and significant effect on students' academic vitality ($P \geq 0.01$). Also, the total path coefficient between academic optimism and academic vitality was significant. Academic optimism, academic resilience, and well-being together explain 27 percent of the variance of the academic vitality variable. **Result:** By planning and implementing educational measures, holding educational classes in schools, the level of academic optimism, academic vitality, mental well-being, and academic resilience in students can be strengthened.

Keywords: Academic optimism, Academic vitality, Mental well-being, Academic resilience, Students

© 2019 Journal of New Approach to Children's Education (JNACE)



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

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article: Keramati, M & et al. (2026). The Relationship Between Academic Optimism and Academic Vitality: Mediation of Subjective Well-Being and Academic Resilience in Students. *JNACE*, 7(4): 259-274.





رابطه خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی: نقش میانجی بهزیستی ذهنی و تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان

اعظم زارع میرک آباد^۱، میسره کرامتی^{۲*}، زهرا محمدزاده^۳

^۱ دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
^۲ دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرمسار، گرمسار، ایران
^۳ دکتری روانشناسی تربیتی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
 * نویسنده مسئول: Kmeysareh@gmail.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۴/۱۲/۰۳ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۱۲/۲۳ تاریخ چاپ مقاله: ۱۴۰۵/۰۱/۰۱

چکیده

زمینه و هدف: هدف آزمون میانجی گری بهزیستی ذهنی و تاب آوری تحصیلی در رابطه بین خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی در دانش آموزان بود. روش پژوهش: توصیفی- همبستگی و مبتنی بر مدل معادلات ساختاری (SEM) بود. جامعه آماری پژوهش دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بودند. نمونه پژوهش ۲۱۲ دانش آموز بود که با روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها دانش آموزان پرسشنامه های خوش بینی تحصیلی اسپنجن-موران، بانکول، میتچل و مور (۲۰۱۳)، سرزندگی تحصیلی دهقانی زاده و چاری (۱۳۹۱)، بهزیستی ذهنی تنانت و همکاران (۲۰۰۷) و تاب آوری تحصیلی سامونلز (۲۰۰۴) تکمیل کردند. داده ها با روش ماتریس همبستگی و برای تعیین برازش مدل علی (ضریب تعیین مسیر) با نرم افزار AMOS پردازش شدند. یافته ها: نتایج نشان داد مدل ساختاری با استفاده از مدلیابی معادلات ساختاری در محدوده برازش مناسب قرار دارند که این بیانگر برازش مناسب مدل کلی پژوهش بر داده ها است خوش بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان دارد ($P \geq 0/01$). تاب آوری تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش آموزان دارد ($P \geq 0/01$). خوش بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر بهزیستی ذهنی دانش آموزان دارد ($P \geq 0/01$). بهزیستی ذهنی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش آموزان دارد ($P \geq 0/01$). خوش بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش آموزان دارد ($P \geq 0/01$). همچنین ضریب مسیر کل بین خوشبینی تحصیلی به سرزندگی تحصیلی معنادار بود. خوشبینی تحصیلی، تاب آوری تحصیلی و بهزیستی مجموعاً ۲۷ درصد از واریانس متغیر سرزندگی تحصیلی را تبیین می کنند. نتیجه گیری: می توان با برنامه ریزی ها و برگزاری کلاس های آموزشی در مدرسه میزان سرمایه های روانشناختی را در دانش آموزان افزایش داد.

واژگان کلیدی: تاب آوری تحصیلی، خوش بینی تحصیلی، دانش آموزان، سرزندگی تحصیلی

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: زارع میرک آباد، اعظم؛ کرامتی، میسره؛ محمدزاده، زهرا. (۱۴۰۴). رابطه خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی: نقش میانجی بهزیستی ذهنی و تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان. فصلنامه رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۷(۴): ۲۷۴-۲۵۹.

مقدمه

روان دانش آموزان بوده است. (احمدیان، جهانی، حیدری ظاهر، جوادی، ۱۴۰۲). در گذشته، تمرکز بر هوش شناختی و مهارت های فنی بود؛ اما روان شناسی تربیتی نوین، به طور فزاینده ای بر اهمیت

آموزش و پرورش، به عنوان رکن اصلی توسعه اجتماعی، همواره در جستجوی راهکارهایی برای ارتقاء عملکرد تحصیلی و سلامت

تحصیلی به ایجاد محیط مثبت در مدرسه کمک می کند و موجب احساس کارآمدی دانش آموزان می شود. این سازه به عنوان الگوی شناختی مثبت و انتظارات مطلوب درباره نتایج آتی تحصیل تعریف می شود، یک محرک درونی قوی برای تعهد به اهداف بلندمدت است. (یوسفوند، قدمپور، صادقی، غلامرضایی، ۱۳۹۸) پژوهش ها این سازه را به عنوان یک عامل محافظتی می شناسند که از شکل گیری احساس درماندگی آموخته شده جلوگیری می کند. خوش بینی تحصیلی، به عنوان یک سبک تبیینی مثبت نسبت به نتایج و انتظارات آتی، پیش بینی کننده قدرتمندی برای استمرار تلاش و بازیابی در مواجهه با چالش های آموزشی است. این سازه، با تقویت خودکارآمدی ادراک شده و کاهش ترس از شکست، زمینه ساز یک رویکرد فعالانه به یادگیری می شود. دانش آموزانی که شکست ها را موقتی و ناشی از عوامل غیرقابل کنترل می دانند (دیدگاه خوش بینانه)، توانایی بیشتری در حفظ سطح بالای انرژی و انگیزه در مواجهه با موانع کوچک روزمره نشان می دهند؛ این توانایی همان سرزندگی تحصیلی است. (بابلان و کریمیان پور، ۱۳۹۹) نتایج پژوهش (Cheung & Li 2022) نشان داد خوش بینی تحصیلی موجب افزایش سرزندگی از طریق کاهش فرسودگی و افزایش هیجان های مثبت تحصیلی است. یافته های پژوهش (Palos, Maricutoiu & Costea 2019). نیز نشان داد همبستگی مثبت و معناداری میان خوش بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی است و خوش بینی را به عنوان مؤلفه های اساسی برای حفظ نشاط و پایداری دانش آموز در محیط مدرسه معرفی نمودند. این باور به ما می گوید که در صورت برقراری روابط اعتمادآمیز بین دانش آموزان و کادر آموزشی، وجود ویژگی های تأکید تحصیلی در محیط و به دنبال آن شکل گیری احساس یگانگی با محیط آموزشی، فرد در مسیر پیشرفت انگیزه بالایی کسب می کند و به موفقیت دست می یابد. (Davidson, Smith & Chen 2019) در مطالعه ای دیگر بر روی دانش آموزان مقطع دبیرستان، دریافتند که خوش بینی تحصیلی به طور قابل توجهی سرزندگی تحصیلی را پیش بینی می کند. نتایج پژوهش ملائی، حجازی، یوسفی افراشته و مروتی (۱۳۹۹) نیز حاکی از آن بود که خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی رابطه معناداری دارد. (García-Moya, Moreno & Jiménez-Iglesias, 2022) نیز در پژوهش خود نشان دادند دانش آموزان خوش بین تر معمولاً احساس سرزندگی و انگیزش بالاتری در مدرسه دارند. بنابراین خوش بینی تحصیلی به عنوان یک منبع شناختی مثبت، انتظار موفقیت را تقویت می کند، اما این خوش بینی برای تبدیل شدن به عملکرد پایدار در محیط های چالشی نیازمند یک سازوکار تطبیقی قوی به نام تاب آوری تحصیلی است. (Liu, Zhang, Ji & Yang, 2018) تاب آوری

منابع روان شناختی مثبت و عوامل غیرشناختی در پیش بینی موفقیت های تحصیلی تأکید دارد. در این راستا، سازه هایی چون سرزندگی تحصیلی^۱، خوش بینی تحصیلی^۲، تاب آوری تحصیلی^۳ و بهزیستی ذهنی^۴، به عنوان سرمایه های روان شناختی حیاتی دانش آموزان مطرح شده اند که به آن ها کمک می کنند تا چالش های محیط آموزشی را مدیریت کرده و با انگیزه و پشتکار به مسیر یادگیری ادامه دهند (شیروانی، ۱۴۰۴). سرزندگی تحصیلی به این واقعیت اشاره دارد که می تواند دانش آموزان را توانا کند تا به طور موفقیت آمیزی با موانع و چالش های تحصیلی همچون نمرات ضعیف، فشار امتحان، تکالیف سخت و دشواری که در طول تحصیل و مدرسه رخ می دهد مقابله کنند (قمری، ۱۴۰۱). این مفهوم به پاسخ مثبت، سازنده و انطباقی به انواع چالش ها و موانعی که در عرصه مداوم و جاری تحصیلی، تجربه می شوند، اشاره دارد (Putwain, Connors, Symes & Douglas-Osborn, 2020). همچنین نوعی تجربه خاص روان شناختی است که افراد در خود احساس شور زندگی و روحیه می کنند. بنابراین یکی از شاخص های مهم در یادگیری موفق و ثمربخش سرزندگی تحصیلی است که باعث اثبات تواناییها و پیشرفتهای علمی می شود (رضایی، ۱۴۰۲). دانش آموزان سرزنده، با وجود مشکلات اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی در سطح بالایی موفق می شوند، انگیزش تحصیلی قویتری دارند، به آینده تحصیلی امیدوارترند و خودکارآمدی بیشتری احساس می کنند. سرزندگی افراد تأثیر شگرفی بر افزایش توان مقابله ای دانش آموزان در مقابل مشکلات تحصیلی آنان خواهد داشت. وقتی فرد کاری را به طور خودجوش انجام می دهد، نه تنها احساس خستگی و ناامیدی به او دست نمی دهد، بلکه احساس می کند انرژی و نیروی او افزایش یافته است. به طور کلی، حس درونی سرزندگی، شاخص معنادار برای سلامت ذهنی است (افضلی، اسماعیلی و نقش، ۱۳۹۸). نتایج پژوهش حیدری ممقانی و حسین پور (۱۳۹۹) حاکی از آن بود یکی از عوامل تأثیر گذار بر موفقیت یا سازگاری تحصیلی دانش آموزان سرزندگی تحصیلی است. بهادری چهارمی، چراغ پور و پایان (۱۳۹۸) در پژوهشی دیگر به این نتیجه رسیدند که سرزندگی تحصیلی، انگیزش پیشرفت، و خوش بینی تحصیلی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه مثبت و معناداری دارد. نتایج پژوهش (Kim & Park 2023) نیز حاکی از آن بود سرزندگی تحصیلی با خوش بینی تحصیلی ارتباط دارد. بنابراین یکی دیگر از سرمایه های روان شناختی که با سرزندگی تحصیلی در دانش آموزان ارتباط دارد، خوش بینی تحصیلی است. خوش بینی تحصیلی یک باور مثبت فردی است، و اطمینان به این باور است که او از نظر تحصیلی موفق خواهد بود، و همین باور موجب میشود انتظار موفقیت و انگیزه دانش آموز افزایش یابد. خوشبینی

معنادار خوش بینی تحصیلی با عملکرد تحصیلی، انگیزه، تاب آوری و بهزیستی بود (احمدی، جدیدی، خلعتبری، ۱۳۹۸؛ Yun, Hiver & Al-Hoorie, 2018) نتایج پژوهش کریمیان و قیاسی دهقان (۱۴۰۱) نشان داد بین تاب آوری تحصیلی و سرزندگی تحصیلی رابطه معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش سبزی و همکاران (۱۴۰۳) نیز حاکی از آن بود خوشبینی تحصیلی و تاب آوری پیشبینی کننده سرزندگی تحصیلی دانش آموزان هستند. عباس زاده (۱۴۰۱) در پژوهش خود نشان داد درارتباط بین ساختار هدف کلاس و خوشبینی تحصیلی، تاب آوری تحصیلی نقش میانجی دارد و در نتیجه بین تاب آوری تحصیلی با خوش بینی تحصیلی رابطه مثبت معنی داری برقرار است. نتایج پژوهش بساک، بهجتی اردکانی، محمدپناه اردکان، و عباسی (۱۴۰۳) نیز نشان داد خوش بینی تحصیلی با تاب آوری و عملکرد تحصیلی اثر مستقیم و معناداری دارد. López-Martínez, Pérez- (2024) Fernández & García-González نیز در پژوهش خود نشان دادند افراد با سطح بالای تاب آوری و خوش بینی در موقعیت های فشار تحصیلی احساس خستگی کمتری دارند و انرژی هیجانی بیشتری حفظ می کنند. نتایج پژوهش Zhou & Yu (2024) نیز حاکی از آن بود. خوش بینی تحصیلی با تقویت سطوح تاب آوری فرد، به طور غیرمستقیم بهزیستی روانی بالاتری را پیش بینی می کند. این یافته نقش تاب آوری را به عنوان یک مکانیسم کلیدی در تبدیل باورهای مثبت به پیامدهای عینی بهزیستی برجسته می سازد. بنابراین، علاوه بر تاب آوری تحصیلی (مقاومت در برابر چالش های بزرگ) بهزیستی ذهنی نیز به عنوان ساز و کارهای درونی عمل می کند که نهایتاً می تواند سطح سرزندگی تحصیلی دانش آموز را افزایش دهند. در واقع، دانش آموزی که تاب آور است و از وضعیت تحصیلی خود راضی است (بهزیستی ذهنی)، توانایی بیشتری در حفظ روحیه و ادامه تلاش پس از مواجهه با شکست های کوچک خواهد داشت از سوی دیگر خوش بینی تحصیلی نیز نه تنها یک پیش بینی کننده مستقیم برای پیامدهای مطلوب تحصیلی است، بلکه از طریق ارتقاء وضعیت عاطفی و شناختی کلی دانش آموز، زمینه را برای سرزندگی فراهم می آورد. بهزیستی ذهنی نیز به عنوان یک میانجی روان شناختی محوری در این مسیر عمل می کند (Collie, 2020). بهزیستی ذهنی شامل ارزیابی های شناختی فرد از رضایت زندگی و تعادل عاطفی بین هیجان های مثبت و منفی است (Ciarrochi, Sahdra, Parker & Kashdan, 2022) بهزیستی دانش آموزان به معنای مداخله زود هنگام با مهیا کردن حمایت قابل دسترس بوده و برای دانش آموزان، بهترین فرصت به منظور غلبه بر مشکلات و مسائلی که در حال حاضر زندگی آنها را تحت تاثیر قرار داده است، می باشد (عزیزی، ۱۴۰۲)

تحصیلی توانایی رویارویی با مشکلات تحصیلی است که این مشکلات موجب کاهش سرزندگی و خوش بینی و مشارکت تحصیلی یا کناره گیری و کاهش پیشرفت تحصیلی می شود. تاب آوری تحصیلی موجب افزایش احتمال موفقیت تحصیلی دانش آموزان با وجود دشواری ها در زندگی تحصیلی می شود (Hwang & Shin, 2018) دانش آموزانی که تاب آوری تحصیلی دارند، حتی با وجود رویدادهای فشارزا و شرایطی که می تواند آنها را در خطر عملکرد ضعیف و نهایتاً در موقعیت رها کردن مدرسه قرار دهد، انگیزه بالا و عملکرد خوبی دارندهمچنین این دانش آموزان قادرند به صورت مؤثر و کارآمد در گروه خود فعالیت کنند و روابط دوستانه بهتری را شکل دهند که این امر سازگاری بهتر آنان را در مدرسه در پی خواهد داشت (May Jones, 2019). بنابراین، تاب آوری تحصیلی به عنوان یک متغیر انگیزشی-عاطفی میتواند جهت مقابله با استرسها و مشکلات تحصیلی (خوش بینی و سرزندگی تحصیلی) به یادگیرنده کمک کند. (انوری و میکائیلی منبع، ۱۴۰۰). خوش بینی تحصیلی نیز، با فراهم آوردن یک سبک تبیینی مثبت (تفسیر رویدادهای منفی به عنوان موقت و خاص)، به طور مستقیم بر ارتقاء ظرفیت دانش آموز برای مقاومت در برابر استرس ها و چالش های تحصیلی تاثیر می گذارد و بدین ترتیب، تاب آوری را تقویت می کند. سپس، تاب آوری تحصیلی به عنوان یک متغیر میانجی، خوش بینی را به سرزندگی تحصیلی پیوند می دهد. (سبزی، جودکی و دانش پایه، ۱۴۰۳). دانش آموزانی که از منابع خوش بینی برای ساختن تاب آوری بهره می برند، نه تنها از شکست ها دلسرد نمی شوند، بلکه تجربه موفقیت در غلبه بر موانع (که ماهیت تاب آوری است) مستقیماً حس توانمندی و پایداری رفتاری لازم برای بازیابی سریع (سرزندگی) را تقویت می کند. مدل های مبتنی بر نظریه منابع شناختی این رابطه را تأیید می کنند؛ به گونه ای که خوش بینی منابع اولیه را فراهم کرده، تاب آوری منابع عملیاتی را ایجاد می کند تا سرزندگی به عنوان نتیجه مطلوب بروز یابد. (Putwain, Connors, Woods, Nicholson & Symes, 2022) وقتی نوجوان با موفقیت از یک بحران تحصیلی عبور می کند، این تجربه به عنوان شاهدی عینی، سبک تبیینی او را تقویت می کند. این امر باعث می شود که خوش بینی او از یک انتظار صرف به یک باور عمیق و مبتنی بر شواهد تبدیل شود. در نتیجه، تاب آوری تحصیلی، به مرور زمان، سطح خوش بینی و سرزندگی تحصیلی نوجوان را پایدارتر و مستحکم تر می سازد. همچنین تاب آوری به عنوان یک منبع روان شناختی عمل می کند که به دانش آموزان کمک می کند تا موانع تحصیلی را مدیریت کنند، که این خود منجر به حفظ احساس خوش بینی و سرزندگی می شود (Peterson & Byron, 2024). نتایج پژوهش ها ی دیگر نیز حاکی از رابطه مثبت و

مواردی چون بهزیستی ذهنی و تاب‌آوری تحصیلی به طور کامل مورد بررسی قرار نگرفته است. از سوی دیگر تحقیقات کمی به بررسی تأثیرات متقابل این سازه‌ها بر روی دانش‌آموزان دوره اول متوسطه پرداخته است به این ترتیب، این مطالعه تلاش دارد تا با بررسی نقش میانجی بهزیستی ذهنی و تاب‌آوری تحصیلی در رابطه بین خوش‌بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی، برخی از این خلاهای پژوهشی را پر کند و بینش‌های جدیدی را در این حوزه ارائه دهد. نتایج این پژوهش می‌تواند به درک بهتر از چگونگی تقویت سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان کمک کرده و راهکارهایی را برای بهبود روند یادگیری و بهزیستی آموزشی ارائه دهد. در همین راستا، سوال‌های پژوهش این است آیا خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان دارد؟ آیا تاب‌آوری تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد؟ آیا تاب‌آوری تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد؟ آیا خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد؟ آیا تاب‌آوری تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد؟

روش پژوهش

روش پژوهش حاضر با در نظر گرفتن هدف آن، بنیادی است و با توجه به اینکه مداخله‌ای در ایجاد داده‌ها صورت نگرفته، توصیفی از نوع همبستگی است. همچنین این پژوهش از نوع مدلیابی معادلات ساختاری است و هدف آن بررسی رابطه سازه‌های نهان بروزنازاد و درونزاد موجود در مدل است. جامعه آماری پژوهش، کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوره اول (پایه هفتم تا نهم) شهر تهران منطقه ۱۲ در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. برای تعیین حجم نمونه از اصول تعیین حجم نمونه در مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد. درباره حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق همبستگی از نوع مدلیابی معادلات ساختاری نظرات گوناگون وجود دارد ولی همه بر این موضوع توافق دارند که الگویابی تحلیل مسیر، شبیه تحلیل عامل از فنون آماری است که با نمونه بزرگ قابل اجرا است (Tabachnick & Fidell, 2007).

Boomsma (1983) به نقل از Tabachnick & Fidell (2001) حداقل حجم ۲۰۰ نفر را برای برآزش مدل کافی دانسته است. بر اساس ملاک‌های ورود و با در نظر گرفتن احتمال ریزش ۲۱۴ نفر دانش‌آموز دختر دوره اول متوسطه (پایه هفتم تا نهم) با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. در نهایت دو نفر به دلیل عدم تکمیل پرسشنامه‌ها حذف شدند و داده‌های مربوط به ۲۱۲ نفر وارد

بهزیستی سازه‌ای چند بعدی است و مجموعه‌ای از ویژگی‌های مثبت مانند پیشرفت تحصیلی، اهداف پیشرفت، توانایی مقابله با موقعیت‌های دشوار تحصیلی، سلامت جسمانی و روانی و روابط موثر را به دنبال دارد (Lin & Hsu, 2020). بنابراین جهت‌گیری خوشبینانه و امید به موفقیت در زندگی می‌تواند حاصل کارکرد بهزیستی ذهنی و عاطفه مثبت باشد که این امر موجب افزایش و بهبود انگیزش برای تلاش بیشتر و احساس خوشبینی و سرزندگی تحصیلی شود. (Ciarrochi et al, 2022). به عبارت دیگر، خوش‌بینی تحصیلی، از طریق تفسیر مثبت رویدادهای آموزشی و انتظارات آتی، به طور محسوس سطح هیجانات مثبت را افزایش داده و منابع درونی فرد برای مقابله با استرس را بهبود می‌بخشد که مستقیماً به بهزیستی ذهنی بالاتر منجر می‌شود درگام بعدی، بهزیستی ذهنی ارتقا یافته، عاملی حیاتی در حفظ سرزندگی تحصیلی است؛ زیرا دانش‌آموزانی که از نظر ذهنی سالم‌تر هستند، از نظر عاطفی انعطاف‌پذیرتر بوده و توانایی بیشتری برای بازیابی سریع انرژی شناختی خود پس از مواجهه با چالش‌ها دارند، که این امر جوهر سرزندگی محسوب می‌شود (Zhou, & Yu, 2024).

نتایج پژوهش عزیززی (۱۴۰۲) حاکی از آن بود بهزیستی مدرسه با خوش‌بینی تحصیلی رابطه منفی و بهزیستی مدرسه با تاب‌آوری تحصیلی دارای رابطه مثبت و معنادار است. نتایج پژوهش هدایت و صادق زاده (۱۳۹۹) نیز نشان داد که بین ارتباط با مدرسه، بهزیستی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی با هیجانات تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش حسین زاده، حسینی خواه، رفیعی و اسمعیل پور (۱۴۰۳) نیز حاکی از آن بود بین مولفه‌های خوش‌بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی با مولفه‌های بهزیستی مدرسه (علاقمندی به مدرسه، خودکارآمدی ادراک شده تحصیلی و رفتارهای مخرب) رابطه‌ای معنی‌دار وجود دارد. (Rand & Cheavens, 2020) در پژوهش خود گزارش کردند خوش‌بینی و امید هر دو پیش‌بینی‌کننده‌ی مثبت عملکرد تحصیلی و بهزیستی ذهنی هستند. نتایج پژوهش فلاح‌چای (۱۴۰۲) نشان داد که همبستگی مثبت و معناداری بین بهزیستی روانشناختی و تاب‌آوری و سرزندگی وجود دارد. بنابراین دوره نوجوانی دوره‌ای است که هویت‌یابی تحصیلی در آن شکل می‌گیرد و فشار اجتماعی/تحصیلی افزایش می‌یابد. این امر اهمیت مطالعه سرمایه‌های روانشناختی (خوش‌بینی تحصیلی، سرزندگی تحصیلی، بهزیستی ذهنی و تاب‌آوری تحصیلی) را در این مرحله نشان می‌دهد. از سوی دیگر در سال‌های اخیر، پژوهش‌های متعددی بر روی رابطه بین خوش‌بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی در میان دانش‌آموزان انجام شده‌اند. با این حال، خلاهای پژوهشی در این حوزه به وضوح وجود دارند. از یک سو بسیاری از مطالعات بر روی روابط مستقیم بین این سازه‌ها تمرکز داشته‌اند و نقش میانجی

آزمایی را به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۷۳ گزارش کردند. روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسشنامه را نیز مناسب ارزیابی نمودند. در مطالعه حاضر روایی محتوایی پرسشنامه توسط اساتید متخصص تأیید شد همچنین پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد.

پرسشنامه بهزیستی ذهنی وارویک ادینبورگ^۷ (WEMWBS) مقیاس بهزیستی ذهنی در سال ۲۰۰۷ توسط تنانت و همکاران دوین گردید. این مقیاس دارای ۱۴ گویه است. که پاسخ سوالات بر اساس طیف ۵ رتبه ای لیکرت تنظیم شده و به صورت هیچ وقت (۰) تا همه اوقات (۵) نمره گذاری می شود. ضریب الفای کرونباخ این مقیاس برای نمونه دانش آموزی ۰/۸۹ و برای افراد جامعه ۰/۹۱ و ضریب پایایی بازآزمایی (به فاصله ۱ هفته) ۰/۸۳ به دست آمده است. اعتبار همزمان آن نیز با استفاده از آزمون همبستگی در سطح بالا و معنی دار بوده است (رجبی، ۱۳۹۱). پایایی مقیاس در پژوهش حاضر با ضریب الفای کرونباخ ۰/۹۵ به دست آمد که نشان دهنده پایایی مطلوب این مقیاس است.

پرسشنامه تاب آوری تحصیلی^۸ (ARI)

این ابزار سنجش توسط (Samuels 2004) ساخته شد. پرسشنامه ۴۰ سؤال دارد. نمره گذاری آن بر پایه طیف لیکرت ۵ درجه ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) انجام شد. پرسشنامه در نسخه اصلی توسط (Samuels 2004) اعتبار یابی شده که با روش آلفای کرونباخ پایایی کل پرسشنامه را ۰/۸۹ گزارش نمود. روایی سازه پرسش نامه نیز در پژوهش وی مطلوب ارزیابی

شد. در ایران، این پرسشنامه توسط سلطانی نژاد، آسیابی، ادهمی، توانایی یوسفیان (۱۳۹۳) هنجاریابی شد. مطالعه بر روی دو نمونه دانش آموزی و دانشجویی انجام شد. در هنجاریابی تعداد سؤالات این پرسشنامه به ۲۹ سؤال تقلیل یافته است که دارای سه خرده مقیاس مسئله محوری، جهت گیری آینده و مهارتهای ارتباطی است. پایایی ابزار با روش الفای کرونباخ در نمونه دانش آموزان بین ۰/۶۳ تا ۰/۷۷ و در نمونه دانشجویان بین ۰/۶۲ تا ۰/۷۶ محاسبه شد که نشان دهنده پایایی و همسانی درونی بالا بود. در مطالعه حاضر روایی محتوایی پرسشنامه توسط اساتید متخصص تأیید شد همچنین پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد.

شیوه اجرای پژوهش

روند انتخاب نمونه در مطالعه حاضر بدین صورت بود که ابتدا با مسئول مربوطه اداره آموزش و پرورش منطقه ۱۲ مذاکره شده و

مرحله تحلیل شد. معیارهای ورود انتخاب نمونه برای پژوهش عبارت بودند از: تمایل جهت شرکت در پژوهش، امضای رضایتنامه کتبی والدین جهت شرکت آگاهانه در پژوهش، عدم تجدید در نیمسال قبل، پاسخ دادن کامل تمامی سوالات پرسشنامه ها، معیارهای خروج عبارتند از: عدم تمایل جهت شرکت در پژوهش، عدم تمایل برای تکمیل پرسشنامه های پژوهش و سابقه تکرار پایه، دانش آموزانی که در پرسشنامه ها الگوهای پاسخ دهی نامعتبر از خود نشان دهند. جمع آوری داده ها براساس پرسشنامه های خوش بینی تحصیلی -Tschannen Moran, Bankole, Mitchell (2013)، سرزندگی تحصیلی دهقانی زاده و چاری (۱۳۹۱)، بهزیستی ذهنی Tennant, Hiller, Fishwick, Platt, Joseph, Weich, Parkinson, Secker & Stewart-Brown (2007) تاب آوری تحصیلی Samuels (2004) صورت گرفت.

ابزار پژوهش

پرسشنامه خوش بینی تحصیلی^۹ (AIQ)

پرسشنامه خوشبینی تحصیلی دانش آموز توسط-Tschannen Moran et al (2013) ساخته شده و دارای ۲۱ گویه است. این پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس تأکید تحصیلی دانش آموزان، اعتماد دانش آموزان به معلمان و احساس هویت دانش آموزان نسبت به مدرسه است. روایی و پایایی پرسشنامه نیز در پژوهش (Tschannen-Moran et al 2013)، برای هر یک از خرده مقیاس ها با روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۹۶، ۰/۹۷ به دست آمد که نشان از مطلوب بودن پایایی پرسشنامه دارد. پایایی پرسشنامه در پژوهش مرادی، سلیمانی، خشاب؛ شهاب زاده؛ صباغیان بغدادآباد؛ دهقانی زاده (۱۳۹۳) برای هر یک از خرده مقیاس ها با روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۶، ۰/۸۹ و برای کل ابزار ۰/۹۲ به دست آمد. همسانی درونی بر اساس آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر، ۰/۸۱ محاسبه گردید.

پرسشنامه سرزندگی تحصیلی^۶

پرسشنامه توسط دهقانی زاده و حسین چاری در سال (۱۳۹۱) بر مبنای مدل سرزندگی تحصیلی (Martin & Marsh 2006) طراحی و تدوین گردیده است. این پرسشنامه دارای ۹ گویه است. نمره گذاری آن بر پایه طیف لیکرت ۵ درجه ای از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) انجام شد. دامنه همبستگی گویه ها با نمره کل بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۸ بیانگر این است که گویه ها از همسانی درونی و ثبات رضایت بخشی برخوردار هستند. دهقانی زاده و چاری (۱۳۹۱) ضریب آلفای کرونباخ و پایایی باز

و تحلیل داده ها از مدلسازی معادلات ساختاری در قالب الگویابی تحلیل مسیر با نرم افزار AMOS نسخه ۲۶ استفاده شد.

یافته های پژوهش:

یافته های جمعیت شناختی نشان داد میانگین سنی گروه شرکت کننده ۱۴/۱۹ (انحراف استاندارد = ۰/۹۰) بود. در خصوص وضعیت تحصیلات پدر از ۲۱۲ شرکت کننده ۱۹۴ نفر (۹۱ درصد) دیپلم، ۱۴ نفر (۷ درصد) لیسانس و ۴ نفر (۲ درصد) فوق لیسانس بودند. در مورد وضعیت تحصیلات مادر از ۲۱۲ شرکت کننده ۱۹۸ نفر (۹۳ درصد) دیپلم، ۱۱ نفر (۵/۵ درصد) لیسانس و ۳ نفر (۱/۵ درصد) فوق لیسانس بودند. همچنین یافته های توصیفی متغیرهای پژوهش با استفاده از شاخص های آمار توصیفی شامل فراوانی، میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی نمرات در جدول ۱ درج شده است.

پس از جلب موافقت آنها و دریافت مجوز و لیست مدارس و امضای قرارداد اخلاقی توسط پژوهشگر، برای انتخاب اعضای گروه نمونه، از بین مدارس منطقه ۱۲، ۶ مدرسه متوسطه دخترانه (دوره اول) سپس از هر مدرسه ۶ کلاس (دو کلاس پایه هفتم، دو کلاس پایه هشتم و دو کلاس پایه نهم) و از هر کلاس ۵-۶ نفر اقدام شد. از بین این دانش آموزان آن افرادی که نمرات لازم در ابزارهای ارزیابی و سایر ملاکهای ورود و خروج مطالعه را برآورده نمودند ۲۱۲ تعداد دانش آموز دختر برای شرکت در مطالعه انتخاب شدند. بعد از هماهنگی لازم با مدیر و کادر اجرایی مدرسه آدرس الکترونیکی پرسشنامه ها به همراه شرح اهداف، ملاحظات اخلاقی و فرم رضایت آگاهانه از طریق شبکه های اجتماعی در اختیار دانش آموزان منتخب در هر کلاس قرار گرفت همچنین برای دانش آموزان کلاس های منتخب، اهمیت و ضرورت و نکات اخلاقی پژوهش بیان و از آنها خواسته شد تا به پرسشنامه های پژوهش کامل پاسخ دهند و هیچ گویه ای را بی پاسخ نگذارند. در نهایت به منظور تجزیه

جدول ۱: شاخص های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه	کجی	کشیدگی
خوشبینی تحصیلی	۹۲/۰۷	۷/۳۷	۶۶	۱۰۸	۱/۷۱	-۲/۱۶
سرزندگی تحصیلی	۳۰/۰۴	۷/۷۴	۹	۴۵	-۱/۱۳	۱/۶۳
تاب آوری تحصیلی	۹۲/۲۸	۱۲/۲۵	۲۹	۱۲۶	-۰/۹۴	۳/۰۲
بهبودی	۴۲/۲۹	۸/۹۹	۱۱/۲۰	۵۶	-۱/۳۲	-۴/۴۲

شاخص های کجی و کشیدگی در جدول ۱ نشان می دهند که توزیع هیچ یک از متغیرها خارج از حالت نرمال نیست. جهت بررسی نرمال بودن، از ضریب کجی و ضریب کشیدگی استفاده شد. قدرمطلق ضریب کجی بزرگتر از ۳ تخطی از نرمال بودن داده ها را نشان می دهد. همچنین قدرمطلق ضریب کشیدگی بزرگتر از ± ۱۰ در تحلیل داده ها مسئله ساز است و حاکی از عدم نرمال بودن داده ها است. نتایج ضریب کجی و ضریب کشیدگی طبق جدول ۱ نشان داد که با توجه به معیار نرمال بودن،

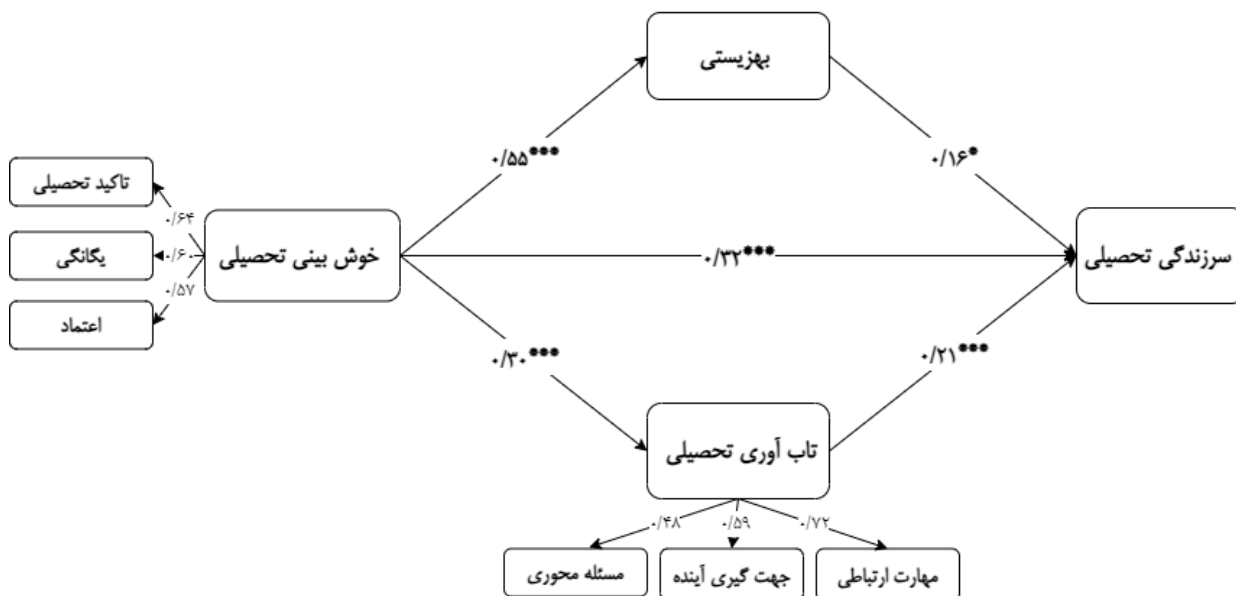
متغیرهای پژوهش همگی دارای قدر مطلق ضریب کجی کوچکتر از ۳ و ضریب کشیدگی کوچکتر از ۱۰ هستند و لذا تخطی از نرمال بودن داده ها قابل مشاهده نیست. با توجه به اینکه زیربنای تحلیل معادلات ساختاری مبتنی بر ماتریس همبستگی نمونه است، از این رو برای بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج مربوط به این تحلیل در جدول ۲ ارائه شده است

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای مطالعه

متغیرها	۱	۲	۳	۴
سرزندگی تحصیلی	۱			
خوشبینی تحصیلی	۰/۴۷**	۱		
تاب آوری تحصیلی	۰/۳۶*	۰/۳۱**	۱	
بهبودی	۰/۴۲**	۰/۵۵**	۰/۴۰**	۱

ساختاری، پیش فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. در مورد هم خطی چندگانه^۹، با توجه به اینکه ضرایب همبستگی بین متغیرها کمتر از ۰/۸۵ هستند، این پیش فرض نیز محقق شده است. در شکل ۲ نتایج مربوط به این تحلیل ارائه شده است:

همانطور که نتایج مندرج در جدول ۲ نشان می‌دهد، ضریب همبستگی بین سرزندگی تحصیلی با خوش بینی تحصیلی (۰/۴۷^{**})، تاب آوری تحصیلی (۰/۳۶^{*}) و بهزیستی (۰/۴۳^{*}) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. قبل از انجام مدلسازی معادلات



شکل ۱. ضرایب استاندارد مدل رابطه بین خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی دانش آموزان با میانجی‌گری بهزیستی ذهنی و تاب آوری تحصیلی

در شکل (۲) ضرایب مسیر استاندارد شده و خطاهای هر نشانگر در مدل مفهومی پژوهش در دانش آموزان دختر قابل مشاهده است. برای مدلیابی معادلات ساختاری، روش حداکثر درست نمایی برای مدل اندازه گیری به کار برده شد. به این منظور

متغیر خوش بینی تحصیلی به عنوان متغیر برون‌زا و متغیرهای سرزندگی تحصیلی، بهزیستی ذهنی و تاب آوری تحصیلی به عنوان متغیرهای درون‌زا در نظر گرفته شدند. درجدول زیر شاخص‌های برازش مدل اندازه گیری نشان داده شده است

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل اندازه گیری

شاخص‌های برازندگی	مدل اندازه گیری	میزان کفایت برازش
مجدور کای ^{۱۰}	۱۹/۳۱	-
درجه آزادی مدل	۸	-
χ^2/df ^{۱۱}	۲/۴۱	کمتر از ۳
GFI ^{۱۲}	۰/۹۴	۰/۹۰ >
AGFI ^{۱۳}	۰/۹۷	۰/۹۰ >
CFI ^{۱۴}	۰/۹۱	۰/۹۰ >
NFI ^{۱۵}	۰/۹۳	۰/۹۰ >
CFI ^{۱۶}	۰/۹۸	۰/۹۰ >
RMSEA ^{۱۷}	۰/۰۰۴	۰/۰۸ <

شاخص‌های برازندگی مدل در جدول ۳ نشان داد که مدل ساختاری با استفاده از مدلیابی معادلات ساختاری در محدوده برازش مناسب قرار دارند که این نشان دهنده برازش مناسب

مدل کلی پژوهش بر داده‌ها است. در جدول ۴ به ضرایب مسیر بین متغیرها در مدل ساختاری پرداخته شده است

جدول ۴: نتایج ضرایب اثرهای مستقیم و غیر مستقیم و کل متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری

متغیرهای علی	ضرایب مسیر	تاب آوری	بهبودی	سرزندگی تحصیلی
خوش بینی تحصیلی	مستقیم	۰/۳۰***	۰/۵۵***	۰/۳۲***
	غیرمستقیم	---	---	۰/۱۵**
	کل	---	---	۰/۴۹***
تاب آوری تحصیلی	مستقیم	---	---	۰/۲۱***
	غیرمستقیم	---	---	---
	کل	---	---	۰/۲۱***
بهبودی	مستقیم	---	---	۰/۱۶*
	غیرمستقیم	---	---	---
	کل	---	---	۰/۱۶*

طبق نتایج جدول ۴ ضریب مسیر مستقیم خوشبینی تحصیلی به تاب آوری تحصیلی ($\beta=0/30, P \leq 0/001$)، بهبودی ($\beta=0/55, P \leq 0/001$) و سرزندگی تحصیلی ($\beta=0/32, P \leq 0/001$) در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. ضریب مسیر غیرمستقیم خوشبینی تحصیلی به سرزندگی تحصیلی ($\beta=0/15, P \leq 0/01$) در سطح ۰/۰۱ معنادار است. ضریب مسیر کل بین خوشبینی تحصیلی به سرزندگی تحصیلی در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است ($\beta=0/49, P \leq 0/001$). همچنین ضریب تعیین این مسیر برابر با ۰/۲۷ بود که به بیان دیگر خوشبینی تحصیلی، تاب آوری تحصیلی و بهبودی مجموعاً ۲۷ درصد از واریانس متغیر سرزندگی تحصیلی را تبیین می‌کنند.

Yu (2024) همسو و هماهنگ است در تبیین میتوان چنین استدلال کرد خوش‌بینی تحصیلی (به عنوان یک انتظار مثبت نسبت به آینده) یک منابع شناختی پایدار برای فرد فراهم می‌آورد. این منبع شناختی، فرد را در برابر تفسیرهای منفی از شکست‌ها مصون می‌دارد؛ دانش‌آموز خوش‌بین، موانع را به جای یک عامل ثابت و غیرقابل تغییر، به صورت موقتی و قابل مدیریت می‌بیند. این شیوه اسناد به طور ذاتی باعث افزایش ظرفیت بازگشت پس از تجربه ناکامی تحصیلی می‌شود. افرادی که خوشبینی تحصیلی بالایی دارند، به تحصیل و موفقیت تحصیلی عمدتاً دیدی مثبت و امیدوارانه دارند و همین عاملی می‌شود برای اینکه به هنگام اولین شکست تحصیلی انگیزه و امید خود را از دست ندهند و به صورت تدریجی میزان تابآوری تحصیلی در آنها افزایش یابد. همچنین میتوان گفت افرادی که سطح خوشبینی تحصیلی آنها بالا است در یک موقعیت استرس‌زا دچار ترس و تشویش و دلهره و نهایتاً کناره‌گیری از موفقیت تحصیلی، نمیشوند و لذا همین مقاومت در برابر مشکلات تحصیلی و همچنین دوری کردن از تشویش و دلهره، عاملی برای ارتقای میزان تابآوری تحصیلی می‌شود. افرادی که مشکلات پیش آمده را چه از بعد تحصیلی و چه از سایر ابعاد به عوامل بیرونی نسبت میدهند و بر این عقیده هستند که توانایی‌های بالایی برای عبور از مشکلات و رسیدن به عملکرد خوب دارند، به موفقیت‌های زیادی دست پیدا کرده و همین عاملی می‌شود تا صبر و تحمل برای غلبه بر موانع و مشکلات تحصیلی و نهایتاً تابآوری تحصیلی خود را ارتقا دهند نتیجه دیگر از یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود تاب آوری تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد. یافته‌های پژوهش کریمیان و قیاسی دهقان (۱۴۰۱) سبزی و همکاران (۱۴۰۳) با نتایج یافته‌های پژوهش حاضر همسو بود. برای تبیین می‌توان گفت ظرفیت زیاد تاب آوری در افراد باعث می‌شود آنها

پژوهش حاضر، با هدف ارائه مدل ساختاری برای بررسی رابطه خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی با نقش واسطه‌ای بهبودی ذهنی و تاب آوری تحصیلی در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول شهر تهران انجام گرفت. مدل پژوهش حاضر، روابط میان این متغیرها را در کنار یکدیگر و متغیرهای بهبودی ذهنی و تاب آوری تحصیلی را به عنوان متغیرهای میانجی و در قالب یک مدل در این حیطه مورد آزمون قرار داده است که بر اساس پیشینه‌های انجام شده، تاکنون مدل جامعی که تمامی این روابط را در خصوص دانش‌آموزان دوره متوسطه اول مطرح کرده باشد، مشاهده نشده است. بر اساس نتایج به دست آمده ضریب مسیر کل بین خوشبینی تحصیلی به سرزندگی تحصیلی معنادار هستند. در مجموع نتایج یافته‌ها نشان داد الگوی پیشنهادی برازش خوبی بر داده‌ها دارد. با توجه به یافته‌های پژوهش خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر تاب آوری تحصیلی دانش‌آموزان دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های عباس‌زاده (۱۴۰۱) بساک و همکاران (۱۴۰۳) و Zhou &

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، با هدف ارائه مدل ساختاری برای بررسی رابطه خوش بینی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی با نقش واسطه‌ای بهبودی ذهنی و تاب آوری تحصیلی در دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول شهر تهران انجام گرفت. مدل پژوهش حاضر، روابط میان این متغیرها را در کنار یکدیگر و متغیرهای بهبودی ذهنی و تاب آوری تحصیلی را به عنوان متغیرهای میانجی و در قالب یک مدل در این حیطه مورد آزمون قرار داده است که بر اساس پیشینه‌های انجام شده، تاکنون مدل جامعی که تمامی این روابط را در خصوص دانش‌آموزان دوره متوسطه اول مطرح کرده باشد، مشاهده نشده است. بر اساس نتایج به دست آمده ضریب مسیر کل بین خوشبینی تحصیلی به سرزندگی تحصیلی معنادار هستند. در مجموع نتایج یافته‌ها نشان داد الگوی پیشنهادی برازش خوبی بر داده‌ها دارد. با توجه به یافته‌های پژوهش خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر تاب آوری تحصیلی دانش‌آموزان دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های عباس‌زاده (۱۴۰۱) بساک و همکاران (۱۴۰۳) و Zhou &

کند و باور قوی‌تری به توانایی‌های خود (عاملیت تحصیلی) پیدا نماید و نتایج مثبت در آینده را انتظار داشته باشد. در مقابل، هر موفقیت تحصیلی که ناشی از این خوش‌بینی است، مجدداً عزت نفس و حس شایستگی فرد را تقویت کرده و به افزایش سطح بهزیستی ذهنی او کمک می‌کند، که این چرخه مثبت، عملکرد تحصیلی و سلامت روان را به طور همزمان ارتقا می‌دهد. نتیجه دیگر از یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود بهزیستی ذهنی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد. نتایج پژوهش‌های هدایت و صادق زاده (۱۳۹۹) حسین زاده و همکاران (۱۴۰۳) فلاح چای (۱۴۰۲) با نتایج پژوهش حاضر همسو و هماهنگ بود. برای تبیین می‌توان گفت سرزندگی تحصیلی نیازمند سطح بالایی از انرژی ذهنی و عاطفی است. فردی که از بهزیستی ذهنی بالایی برخوردار است، به دلیل داشتن عواطف مثبت مکرر و معنایی در زندگی، منابع انرژی درونی کافی برای فعال بودن و غوطه‌ور شدن در فرآیند یادگیری را دارد. به بیان دیگر، وقتی فرد از زندگی خود راضی و با مسائل درونی‌اش در صلح است، این انرژی آزاد می‌شود تا صرف یادگیری فعالانه و پرشور گردد. وقتی دانش‌آموز با اشتیاق یاد می‌گیرد و در فرآیند تحصیلی احساس ارزشمندی و کفایت می‌کند (سرزندگی)، این احساسات مثبت مستقیماً به رضایت کلی از زندگی و افزایش خودکارآمدی (که از ارکان بهزیستی است) منجر می‌شود. بهزیستی ذهنی با کاهش علائم اضطراب و نشخوار فکری همراه است. هنگامی که ذهن فرد کمتر مشغول نگرانی‌های غیرمرتبط یا منفی است، ظرفیت شناختی بیشتری برای تمرکز پیدا می‌کند. این تمرکز بالا، مسیر را برای ورود به حالت جریان یا غرقگی در هنگام مطالعه هموار می‌سازد؛ حالتی که در آن فرد کاملاً درگیر فعالیت است و سرزندگی تحصیلی به اوج خود می‌رسد. یافته‌های دیگر پژوهش حاضر حاکی از آن بود خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان دارد. نتایج پژوهش‌های بهادری جهرمی و همکاران (۱۳۹۸)، ملائی و همکاران (۱۳۹۹)، Kim, J., & Park, H. (2023); Cheung & Li (2022); Palos et al (2019); García-Moya et al (2022); Davidson et al (2019) با نتایج پژوهش حاضر همسو و هماهنگ بود. برای تبیین می‌توان گفت خوش‌بینی تحصیلی اطمینان فرد به این باور است که از نظر تحصیلی موفق خواهد شد. این باور موجب می‌شود انتظار موفقیت در دانشجویان افزایش یابد و به مرور انگیزه آن‌ها را برای موفقیت بالا رود. این باور متأثر از عوامل محیطی است و به برقراری رابطه اعتمادآمیز بین دانشجو و کادر آموزشی و احساس یگانگی دانشجویان با کادر آموزشی منجر می‌شود که زمینه افزایش انگیزه دانشجویان در مسیر پیشرفت را فراهم کرده، و کسب موفقیت‌ها را برای آن‌ها تسهیل می‌کند

روش استدلال و نگرش متفاوتی در مواجهه با مشکلات تحصیلی و دیگر موقعیت‌های زندگی اتخاذ کنند و در این صورت با عملکرد بهتری مواجه شوند زیرا این افراد به جای تمرکز بر مشکلات، توجه بیشتری به ارزیابی مشکل به صورت خلاقانه می‌کنند در این حالت به جای اضطراب موفقیت را تجربه می‌کنند، تاب‌آوری به افراد این توانایی را می‌بخشد که با مشکلات تحصیلی روبرو شوند و احساس سرزندگی داشته باشند. در تبیین دیگر می‌توان گفت سرزندگی تحصیلی بیشتر، توانایی دانش‌آموزان را در مواجهه با رویدادهای چالش‌برانگیز زندگی تحصیلی افزایش می‌دهد. در واقع سرزندگی تحصیلی به پاسخ مثبت دانش‌آموزان اشاره دارد از آنجا که تاب‌آوری سازگاری مثبت در مواجهه با رویدادهای ناگوار زندگی است و میتواند مانع تأثیرات منفی حوادث ناخوشایند شود، لذا اثرات ناگوار مشکلات و چالش‌های تحصیلی بر دانش‌آموزان را نیز کاهش خواهد داد. تاب‌آوری به‌عنوان یک سرمایه روانشناختی و درون‌فردی، مانند یک تسهیلگر عمل میکند و میتواند فعالیت‌های افراد را به سوی پیامدها و نتایج مثبت سوق دهد. در واقع چنین به نظر می‌رسد که تاب‌آوری یک نوع بینش روانشناختی در افراد ایجاد می‌کند که تلاش‌ها و فعالیت‌های تحصیلی را در ذهن افراد امیدبخش معنا میکند. تاب‌آوری به احتمال بسیار زیادی بتواند توانایی دانش‌آموزان را در حل مسائل دشوار تحصیلی افزایش دهد و احساسات مثبتی را در آنان ایجاد کند، لذا این امر شرایطی را فراهم می‌کند که تمایل دانش‌آموزان به تحصیل و فعالیت‌های مربوط به آن افزایش پیدا کند و به احتمال بسیار زیادی سرزندگی تحصیلی آنان را بالا ببرد (کریمیان و حسینی دهقان، ۱۴۰۲). نتیجه دیگر از یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود خوش‌بینی تحصیلی اثر مستقیم و معناداری بر بهزیستی ذهنی دانش‌آموزان دارد. نتایج پژوهش‌های احمدی و همکاران (۱۳۹۸)، عزیزی (۱۴۰۲)، Rand & Cheavens (2020) با نتایج یافته‌های پژوهش حاضر، همسو بود. در تبیین می‌توان گفت سطح کلی سلامت روان فرد (شامل ثبات عاطفی، رضایت درونی، و داشتن منابع درونی برای مقابله) مستقیماً تعیین می‌کند که فرد چقدر نسبت به آینده تحصیلی‌اش امیدوار و خودکارآمد باشد؛ زیرا وقتی فرد از نظر روانی در وضعیت مناسبی قرار دارد، مغز و سیستم شناختی او در حالتی قرار می‌گیرد که به‌طور طبیعی رویدادهای محیطی، به‌ویژه در حوزه آموزش، را مثبت‌تر تفسیر کرده و با قدرت ذهنی بیشتری برای دستیابی به اهداف تحصیلی برنامه‌ریزی و تلاش می‌کند. بهزیستی ذهنی که شامل احساس رضایت، داشتن هدف، و ظرفیت انعطاف‌پذیری روانی است، به دانش‌آموز منابع شناختی و عاطفی لازم برای مقابله با شکست‌ها را می‌دهد؛ این منابع باعث می‌شوند که فرد از سبک تبیینی خوش‌بینانه‌تری استفاده

که خود زمینه ساز ایجاد سرزندگی تحصیلی است. در واقع، خوش بینی تحصیلی باور جمعی و مشترک کادر آموزشی است مبنی بر اینکه می توانند وضع موجود را تغییر دهند، دانش آموزان قادرند یاد بگیرند و می توانند به عملکرد تحصیلی بالا دست یابند. این نوع باور به آنها کمک می کند با ایمان به ظرفیت خود و با تلاش بر مشکلات و چالش های تحصیلی خود غلبه کرده و احساس سرزندگی بیشتری در حوزه تحصیلی تجربه کنند. از محدودیت های پژوهش حاضر این است که جامعه آماری به دانش آموزان دختر در دوره متوسطه اول و در یک ناحیه محدود بود؛ این محدودیت موجب کاهش تعمیم پذیری نتایج می شود. همچنین تعمیم نتایج تنها به دانش آموزان دختر دوره متوسطه اول امکان پذیر است؛ نمی توان نتایج را به دانش آموزان پسر یا سایر پایه ها تعمیم داد. لذا انجام پژوهش در مقاطع دیگر و بر روی هر دو جنس نیز می تواند گامی در جهت حل این موضوع باشد. همین نبود امکان پیگیری طولی برای ارزیابی پایداری رابطه میان متغیرها در گذر زمان یکی دیگر از محدودیت های پژوهش حاضر بود. یکی از پیشنهادات پژوهشی این است که برای بررسی پایداری روابط میان خوش بینی، سرزندگی، تاب آوری و بهزیستی در گذر زمان؛ مطالعات طولی انجام شود. جامعه آماری به دانش آموزان پسر و دوره های آموزشی دیگر برای افزایش تعمیم پذیری گسترش یابد از روش های ترکیبی (کمی و کیفی) برای درک عمیق تر از تجارب تحصیلی استفاده شود. نقش متغیرهای تعدیل گر مانند حمایت خانوادگی، جو مدرسه و انگیزش درونی در مدل پژوهش در نظر گرفته شود. به صورت کاربردی پیشنهاد می شود، کارگاه های آموزشی برای معلمان و مشاوران مدارس با هدف آموزش راهبردهای ارتقای خوش بینی و تاب آوری تحصیلی در دانش آموزان طراحی و اجرا شود، برنامه های مداخله ای گروهی در مدارس برای تقویت سرزندگی تحصیلی و بهزیستی ذهنی با مشارکت فعال دانش آموزان تدوین شود، مؤلفه های خوش بینی، تاب آوری و سرزندگی در برنامه های درسی مهارت های زندگی جهت بهبود سلامت روانی و انگیزش تحصیلی دانش آموزان گنجانده شود. همچنین همکاری میان والدین، معلمان و مشاوران برای ایجاد محیط حمایتی که زمینه ساز شکل گیری نگرش مثبت به تحصیل شود ترویج یابد.

سهم نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش های پژوهش حاضر مشارکت داشته اند.

تشکر و قدردانی

از تمامی دانش آموزان عزیز که در انجام این پژوهش مشارکت کردند و ما را در انجام این پژوهش یاری نمودند صمیمانه سپاس گزاریم.

تعارض منافع

با اطمینان کامل و اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

واژه نامه

1. Academic Buoyancy	۱. سرزندگی تحصیلی
2. Academic Optimism	۲. خوش بینی تحصیلی
3. Academic resilience	۳. تاب آوری تحصیلی
4. Mental well-being	۴. بهزیستی ذهنی
5. Academic Optimism Questionnaire	۵. پرسشنامه خوش بینی تحصیلی
6. Academic Buoyancy Questionnaire	۶. پرسشنامه سرزندگی تحصیلی
7. Warwick-Edinburgh mental well-being scale	۷. پرسشنامه بهزیستی ذهنی وارویک ادینبورگ
8. Academic Resilience Questionnaire	۸. پرسشنامه تاب آوری تحصیلی
9. Multicollinearity	۹. هم خطی چندگانه
10. Chi-square	۱۰. مجذور کای
11. normed chi-square	χ^2 / df ، ۱۱
12. Goodness Fit Index	GFI، ۱۲
13. Adjusted Goodness Fit Index	AGFI، ۱۳
14. Comparative Fit Index	CFI، ۱۴
15. normed fit index	NFI، ۱۵
16. comparative fit index	CFI، ۱۶
17. Root Mean Square Error of Approximation	RMSEA، ۱۷

منابع فارسی

احمدی، حمیرا؛ جدیدی، هوشنگ؛ خلعتبری، جواد. (۱۳۹۸). تدوین مدل درگیری تحصیلی بر اساس خوش بینی تحصیلی و انگیزش پیشرفت با میانجیگری بهزیستی مدرسه و سرزندگی تحصیلی. پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۴(۵۶)، ۲۰-۲. https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_10316.html

موازین اخلاقی

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. همه شرکت کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آنها محرمانه نگه داشته شد.

خودکارآمدی. مجله مطالعات آموزش و یادگیری، ۴(۲)، ۲۱-۴۷.
doi: 10.22099/jsl.2013.1575
رجبی، غلامرضا . (۱۳۹۱). روایی و اعتبار نسخه فارسی مقیاس
بهبودی ذهنی در بیماران سرطانی. روانشناسی سلامت. ۱(۴):
۳۰-۴۱

https://hpj.journals.pnu.ac.ir/article_439.html
رضایی، فرشته. (۱۴۰۲). بررسی رابطه خلاقیت هیجانی با احساس
تعلق به مدرسه و سرزندگی تحصیلی در میان دانش آموزان دختر
اول متوسطه شهر چهرم. فصلنامه روانشناسی و علوم رفتاری
ایران دوره ۳۳، ص ۳۷-۲۳. <http://noo.rs/dbonU>

سبزی پور، امیر، جودکی، خدیجه، دانش پایه، علی. (۱۴۰۳). پیش‌بینی
سرزندگی تحصیلی بر اساس جهت‌گیری هدفی، خوش‌بینی
تحصیلی و تاب‌آوری دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهر
پلدختر. پژوهش‌های تربیتی. ۱۵ (۴۹): ۲۵-۴۳.
URL: [http://erj.khu.ac.ir/article-](http://erj.khu.ac.ir/article-fa.html)

سلطانی نژاد، مهرانه؛ آسیابی، مینا؛ ادهمی، بیانه؛ توانایی یوسفیان،
سمیرا. (۱۳۹۳). بررسی شاخص‌های روان‌سنجی پرسشنامه
تاب‌آوری تحصیلی. ARI. فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی. ۵(۱۵):
۱۷-۳۵. https://jem.atu.ac.ir/article_267.html

شیروانی، لیلیا. (۱۴۰۴). مدل‌سازی انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان بر
اساس پذیرش سرمایه روان‌شناختی و خودکارآمدی مقایسه ایران و
فرانسه. <https://civilica.com/doc/2544597>

عباس زاده، رویا. (۱۴۰۱). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری تحصیلی در
رابطه بین ساختار هدفی کلاس و خوشبینی تحصیلی دانش
آموزان. نشریه پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و
آموزش و پرورش، ۵۱، ۶۲۷-۶۱۴.
<https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1962846>

عزیزی، حامد. (۱۴۰۲). پیش‌بینی بهبودی مدرسه بر اساس
خوشبینی تحصیلی و حمایت عاطفی ادراک شده در دانش‌آموزان
دختر مقطع دوم متوسطه شهرستان بانه. فصلنامه مطالعات
روانشناسی و علوم تربیتی، ۵(۵۰)، ۱۳۵-۱۱۱.
<http://noo.rs/y9sbZ>

عزیزی، حامد. (۱۴۰۲). پیش‌بینی بهبودی مدرسه بر اساس خوشبینی
تحصیلی و تاب‌آوری تحصیلی شده در دانش‌آموزان دختر مقطع
دوم متوسطه شهرستان بانه. رویکردی نو بر آموزش کودکان،
۵(۱)، ۵۰-۳۹. [10.22034/naes.2022.362772.1273](https://naes.2022.362772.1273)

فلاح‌چای، سید رضا. (۱۴۰۲). نقش تاب‌آوری و سرزندگی تحصیلی
در پیش‌بینی بهبودی تحصیلی در دانش‌آموزان، پنجمین
همایش ملی پژوهش‌های حرفه‌ای در روانشناسی و مشاوره با
رویکرد از نگاه معلم. <https://civilica.com/doc/1935743>

قمری، محمد. (۱۴۰۱). پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی و عملکرد
تحصیلی دانشجویان بر اساس سبک زندگی اسلامی. روان‌شناسی
فرهنگی، ۱(۶): ۱۷۹-۱۹۸. doi:
10.30487/jcp.2022.303996.1309

احمدیان، حدیث؛ جهانی، محمد؛ حیدری ظاهر، محمد؛ اسلام‌جوادی،
محمدجواد. (۱۴۰۲). پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس
اشتیاق به مدرسه در دانش‌آموزان، در مجموعه مقالات
شانزدهمین همایش ملی علمی پژوهشی روانشناسی و علوم
تربیتی، موسسه پژوهشی رهجویان پایا شهر اترک و مجله علمی
تخصصی پایا شهر، شیروان، تیر ۱۴۰۲.

افضلی، لیلیا؛ اسماعیلی، سمیه؛ نقش، زهرا. (۱۳۹۸). تاب‌آوری
تحصیلی، سرزندگی تحصیلی و عملکرد دانش‌آموزان با اختلال
یادگیری: بررسی نقش واسطه‌ای اهمالکاری تحصیلی، نشریه
توانمندسازی کودکان استثنایی، ۱۰(۴)، ۶۰-۵۱.

<https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1616763>

انوری، فاطمه؛ میکائیلی منیع، فرزانه. (۱۴۰۰). تدوین مدلی علی
بهبودی ذهنی بر پایه تاب‌آوری تحصیلی و نقش واسطه‌ای
تعامل معلم دانش‌آموز، سازگاری هیجانی و ادراک از جو مدرسه.
فصلنامه علمی پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی، ۹(۱):
۲۶-۹. doi: 10.30473/etl.2021.56161.3360

بابلان، عادل؛ کریمیان پور، غفار. (۱۳۹۹). رابطه خوش‌بینی تحصیلی
و سرزندگی تحصیلی با نقش میانجی خودکارآمدی تحصیلی
دانشجویان. مطالعه آموزشی و آموزشگاهی، ۹(۱)، ۱۷۰-۱۴۹.
https://journals.cfu.ac.ir/article_1210.html

بساک، فاطمه؛ بهجتی اردکانی، فاطمه؛ محمدپناه اردکان، عذرا و
عباسی، سارا. (۱۴۰۳). نقش واسطه‌ای خوش‌بینی تحصیلی در
رابطه بین ذهن‌آگاهی و تاب‌آوری و عملکرد تحصیلی
دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه. پژوهش در نظام‌های
آموزشی. ۱۸(۶۴): ۱۳۱-۱۱۵. doi:
10.22034/jiera.2024.433648.3102

بهادری جهرمی، ثمینه؛ چراغپور، روح‌اله، پایان، سهیلا. (۱۳۹۸). پیش
بینی عملکرد تحصیلی بر اساس سرزندگی تحصیلی، انگیزش
پیشرفت و خوشبینی تحصیلی در دانش‌آموزان. پژوهشنامه
تربیتی، دوره ۱۴، شماره ۶۰، ص ۳۴-۱۹.
<https://ensani.ir/fa/article/442224>

حسین زاده، معصومه، حسینی خواه، وحیده سادات، رفیعی، فاطمه و
اسمعیل پور، سمیه. (۱۴۰۳). نقش خوش‌بینی تحصیلی و
سرزندگی تحصیلی در پیش‌بینی بهبودی مدرسه دانش‌آموزان
سال سوم مقطع متوسطه، اولین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی،
علوم تربیتی، مدیریت و علوم
اجتماعی، تبریز، <https://civilica.com/doc/2053816>

حیدری ممقانی، محمدرضا؛ حسین پور، محمد (۱۳۹۹). رابطه‌ی
تاب‌آوری و سرزندگی تحصیلی با موفقیت تحصیلی در دانشجویان
پزشکی دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز. نشریه توسعه
آموزش جندی شاپور اهواز، ۱۱(۲)، ۱۸۱-۱۷۱.

<https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1862872>

دهقانی زاده، محمدحسین؛ حسین چاری، مسعود. (۱۳۹۱). سرزندگی
تحصیلی و ادراک از الگوی ارتباطی خانواده؛ نقش واسطه‌ای

- and achievement motivation mediated by school well-being and academic vitality. *Modern Psychological Research*, 14(56), 2-20. [Persian]
- Ahmadian, H., Jahani, M., Heydari Zahervand, I., & Javadi, M. J. (2023). Predicting academic progress based on school engagement in students. In *Proceedings of the 16th National Scientific-Research Conference on Psychology and Educational Sciences*. Shirvan: Payashahr Publications. [Persian]
- Anvari, F., & Mikaeili Manee, F. (2021). Developing a causal model of subjective well-being based on academic resilience and the mediating role of teacher-student interaction, emotional adjustment, and perception of school climate. *Research in School and Virtual Learning*, 9(1), 9-26. [Persian]
- Azizi, H. (2023). Predicting school well-being based on academic optimism and academic resilience in female high school students in Baneh. *A New Approach to Children's Education*, 5(1), 39-50. [Persian]
- Azizi, H. (2023). Predicting school well-being based on academic optimism and perceived emotional support in female high school students in Baneh. *Quarterly Journal of Psychology and Educational Sciences*, 5(50), 111-135. [Persian]
- Babolan, A., & Karimianpour, G. (2020). The relationship between academic optimism and academic vitality with the mediating role of students' academic self-efficacy. *Educational and School Studies*, 9(1), 149-170. [Persian]
- Bahadori Jahromi, S., Cheraghpour, R., & Payan, S. (2019). Predicting academic performance based on academic vitality, achievement motivation and academic optimism in students. *Educational Research Journal*, 14(60), 19-34. [Persian]
- Basak, F., Behjati Ardakani, F., Mohammadpanah Ardakan, A., & Abbasi, S. (2024). The mediating role of academic optimism in the relationship between mindfulness, resilience, and academic performance of female high school students. *Research in Educational Systems*, 18(64), 115-131. [Persian]
- Cheung, K. F., & Li, W. M. (2022). Structural modeling of academic optimism and vitality among university students in Hong
- کریمیان، حسین؛ قیاسی دهقان، نرگس. (۱۴۰۱). پیش بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس سبکهای فرزندپروری ادراک شده و تابآوری تحصیلی در بین دانش آموزان پایه ششم ابتدایی. *نشریه مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی (مرکز توسعه آموزشهای نوین ایران)*. ۵۲۴-۵۴۶، (۴)۸
- <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/۲۰۳۲۷۶۸>
- مرادی، مرتضی؛ سلیمانی، خشاب؛ عباسعلی، شهاب زاده؛ صدیقه، صباغیان بغدادآباد، حمید؛ دهقانی زاده، محمدحسین. (۱۳۹۵). آزمون ساختار عاملی و سنجش همسانی درونی نسخه‌ی ایرانی پرسشنامه‌ی بهزیستی تحصیلی. *فصلنامه اندازه گیری تربیتی*. ۱۲۳-۱۴۸، (۲۶)۷
- <https://sid.ir/paper/214528/fa>
- ملائی، فاطمه؛ حجازی، مسعود؛ یوسفی افراشته، مجید؛ و مروتی، ذکراه. (۱۳۹۹). نقش میانجی انعطاف پذیری شناختی در رابطه بین خوش بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهر زنجان. *راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۳(۱)، ۴۳-۵۲. URL: <http://edcbmj.ir/article-1-2103-fa.html>
- هدایت، فائزه؛ و صادق زاده، صغری. (۱۳۹۹). رابطه ارتباط با مدرسه و بهزیستی تحصیلی با هیجانات تحصیلی با نقش میانجیگری سرزندگی تحصیلی. *رویکردی نو بر آموزش کودکان*، ۲(۲)، ۷-۲۱. doi: 10.22034/naes.2020.229868.1038
- یوسفوند، مهدی؛ قدمپور، عزت اله؛ صادقی، مسعود؛ غلامرضایی، سیمین. (۱۳۹۸). نقش خوشبینی تحصیلی، مکان کنترل (درونی بیرونی) و درگیری تحصیلی (شناختی رفتاری انگیزشی) در پیش بینی تاب آوری تحصیلی، نشریه پژوهش های نوین روانشناختی، ۵۵، ۲۷۶-۲۵۳.
- <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/۱۶۷۳۲۵۸>

فهرست منابع

- Abbaszadeh, R. (2022). The mediating role of academic resilience in the relationship between classroom goal structure and students' academic optimism. *Journal of New Advances in Psychology, Educational Sciences and Education*, 51, 614-627. [Persian]
- Afzali, L., Esmaeili, S., & Naghsh, Z. (2019). Academic resilience, academic vitality and performance of students with learning disabilities: Investigating the mediating role of academic procrastination. *Journal of Empowering Exceptional Children*, 10(4), 51-60. [Persian]
- Ahmadi, H., Jadidi, H., & Khalatbari, J. (2019). Developing a model of academic engagement based on academic optimism

- and academic well-being with academic emotions through the mediating role of academic vitality. *A New Approach to Children's Education*, 2(2), 7-21. [Persian]
- Heydari Mamaghani, M. R., & Hosseinpour, M. (2020). The relationship between resilience and academic vitality with academic success in medical students of Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences. *Journal of Educational Development of Jundishapur*, 11(2), 171-181. [Persian]
- Hosseinzadeh, M., Hosseinkhah, V. S., Rafiei, F., & Esmaeilpour, S. (2024). The role of academic optimism and academic vitality in predicting school well-being of third-grade high school students. In *The First International Conference on Psychology, Educational Sciences, Management and Social Sciences*. Tabriz, Iran. [Persian]
- Hwang, E., & Shin, S. (2018). Characteristics of nursing students with high levels of academic resilience: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 71, 54-59. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.09.011>
- Karimian, H., & Ghiyasi Dehghan, N. (2022). Predicting academic vitality based on perceived parenting styles and academic resilience among sixth-grade elementary students. *Journal of Psychology and Educational Sciences*, 8(4), 524-546. [Persian]
- Kim, J., & Park, H. (2023). Academic optimism and student vitality in the context of post-pandemic online learning. *Frontiers in Psychology*, 14, 1123456. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1123456>
- Lin, S-C., & Hsu, C-T. (2020). Relationships between Secondary School Students' Perceptions of School Adjustment and Well-being. *Journal of Education and Practice*, 11(30):5-15. DOI: 10.7176/JEP/11-30-19
- Liu, H., Zhang, C., Ji, Y., & Yang, L. (2018). Biological and Psychological Perspectives of Resilience: Is It Possible to Improve Stress Resistance? *Frontiers in Human Neuroscience*, 12, 326. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2018.00326>
- López-Martínez, J., Pérez-Fernández, R., & García-González, L. (2024). Exploring the relationships between academic burnout and well-being in adolescents: The mediating role of optimism. *Journal of Adolescence*, 103, 25–37.
- Kong. *Educational Psychology*, XX(X), 1–20. <https://doi.org/10.1080/01443415.2022.XX.XXXXX>
- Ciarrochi, J., Sahdra, B. K., Parker, P. D., & Kashdan, T. B. (2022). Optimism and well-being in education: Unpacking the protective mechanisms. *Journal of Positive Psychology*, 17(4), 493–507. <https://doi.org/10.1080/17439760.2021.1962158>
- Collie, R. J. (2020). Teacher well-being and its links to students' academic buoyancy and optimism: A reciprocal effects model. *Teaching and Teacher Education*, 94, 103122. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103122>
- Davidson, J., Smith, A., & Chen, L. (2019). Academic optimism and academic buoyancy: A study of predictors and outcomes in high school students. *Contemporary Educational Psychology*, 57, 98-109. <https://doi.org/10.61838/kman.psynexus.1.1.12>
- Dehghani-Zadeh, M. H., & Hossein-Chari, M. (2012). Academic vitality and perception of family communication patterns: The mediating role of self-efficacy. *Journal of Learning and Educational Studies*, 4(2), 21-47. [Persian]
- Fallah Chay, S. R. (2023). The role of academic resilience and vitality in predicting academic well-being in students. In *The 5th National Conference on Professional Research in Psychology and Counseling: A Teacher's Perspective*. Retrieved from <https://civilica.com/doc/1935743> [Persian]
- García-Moya, I., Moreno, C., & Jiménez-Iglesias, A. (2022). Revealing associations between students' school-related well-being, optimism, and academic achievement. *Learning and Individual Differences*, 96, 102165. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102165>
- Ghamari, M. (2022). Predicting students' academic vitality and academic performance based on Islamic lifestyle. *Cultural Psychology*, 6(1), 179-198. [Persian]
- Hedayat, F., & Sadeghzadeh, S. (2020). The relationship between school connectedness

126. <https://doi.org/10.1177/01430343211070804>
- Rajabi, G. (2012). Validity and reliability of the Persian version of the Subjective Well-Being Scale in cancer patients. *Health Psychology, 1*(4), 30-41. [Persian]
- Rand, K. L., & Cheavens, J. S. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being among college students. *Journal of Educational Psychology, 112*(6), 1179–1192. <https://doi.org/10.1037/edu0000444>
- Rezaei, F. (2023). Investigating the relationship between emotional creativity and sense of belonging to school and academic vitality among first-grade high school female students in Jahrom. *Iranian Journal of Psychology and Behavioral Sciences, 33*, 23-37. [Persian]
- Sabzipour, A., Joudaki, K., & Daneshpayeh, A. (2024). Predicting academic vitality based on goal orientation, academic optimism and resilience of second-grade high school students in Pol-e Dokhtar. *Educational Research, 15*(49), 25-43. [Persian]
- Samuels, W. E. (2004). Development of Non-Intellective Measure of Academic Success: Towards the Quantification of Resilience. For Degree of Doctor of Philosophy, the University of Texas at Arlington. https://wesamuels.net/pdfs/Dissertation_Mechanical_for_William_Ellery_Samuels.pdf
- Seligman, M. E.,
- Shirvani, L. (2025). Modeling students' academic motivation based on psychological capital acceptance and self-efficacy: A comparison of Iran and France. Retrieved from <https://civilica.com/doc/2544597> [Persian]
- Soltani-Nejad, M., Asiabi, M., Adhami, B., & Tavanaei Yusefian, S. (2014). Investigating the psychometric properties of the Academic Resilience Inventory (ARI). *Educational Measurement Quarterly, 5*(15), 17-35. [Persian]
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using Multivariate Statistics* (5th ed.). New York: Allyn and Bacon. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1887285>
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2024.03.005>
- Martin, A. J., Marsh, H. W. (2006). "Academic buoyancy and its psychological and educational correlates: A construct validity approach". *Psychology in the Schools, .* period 43, number 3, page 267-282. <https://doi.org/10.22034/JIERA.2020.174736.1835>
- May Jones, S (2019), Social support and high resilient coping in carers of people with dementia, *Geriatric Nursing*, In press, DOI: 10.1016/j.gerinurse.2019.05.011
- Molaei, F., Hejazi, M., Yousefi Afrashteh, M., & Morovati, Z. (2020). The mediating role of cognitive flexibility in the relationship between academic optimism and academic vitality of female high school students in Zanjan. *Educational Strategies in Medical Sciences, 13*(1), 43-52. [Persian]
- Moradi, M., Soleymani, K., Abbasali, S. Z., Sabbaghian Baghdadabad, S., & Dehghani-Zadeh, M. H. (2016). Factor structure and internal consistency of the Iranian version of the Academic Well-Being Questionnaire. *Educational Measurement Quarterly, 7*(26), 123-148. [Persian]
- Palos, R., Maricutoiu, L. P., & Costea, I. (2019). Relations between academic performance, student engagement and student burnout: A cross-lagged analysis of a two-wave study. *Studies in Educational Evaluation, 60*, 199-204. <https://doi.org/10.1108/JARHE-04-2023-015>
- Peterson, S. J., & Byron, K. (2024). Optimism, resilience, and performance among university students: Moderating role of social support. *Personality and Individual Differences, 210*, 112238. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112238>
- Putwain, D. W., Connors, L., Symes, W., & Douglas-Osborn, E. (2020). Is academic buoyancy anything more than adaptive coping? *Anxiety, Stress & Coping, 25*(3): 349-358. DOI: 10.1080/10615806.2011.582459
- Putwain, D. W., Connors, L., Woods, K., Nicholson, L., & Symes, W. (2022). Academic buoyancy in times of crisis: Student functioning during COVID-19 lockdowns. *School Psychology International, 43*(2), 109–

- Yun, S., Hiver, P., & Al-Hoorie, A. H. (2018). ACADEMIC BUOYANCY. *Studies in Second Language Acquisition*, 1–26. Doi: 10.1017/s0272263118000037.
- Zhou, M., & Yu, C. (2024). Academic optimism and mental well-being: Mediating role of resilience among university students. *Personality and Individual Differences*, 214, 112350. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112350>
- J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): development and UK validation. *Health and Quality of life Outcomes*, 5(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- Tschannen-Moran M, Bankole RA, Mitchell RM,(2013) Moore J. Student academic optimism: A confirmatory factor analysis. *Journal of Educational Administration*; 51 (2): 150-175. <https://doi.org/10.1108/09578231311304689>
- Yousefvand, M., Ghadampour, E., Sadeghi, M., & Gholamrezaei, S. (2019). The role of academic optimism, locus of control (internal-external) and academic engagement (cognitive-behavioral-motivational) in predicting academic resilience. *Modern Psychological Research*, 55, 253-276. [Persian]