

## رابطه تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر

سوما حمیدی<sup>۱</sup>؛ علی خدایی<sup>۲\*</sup>؛ شهریار میرزایی<sup>۳</sup>

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۴/۰۲

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۳/۱۸

### چکیده

**مقدمه و هدف:** اضطراب از مشکلات اساسی دانش‌آموزان است که می‌تواند آسیب‌های روان‌شناختی و هیجانی فراوانی برای دانش‌آموزان در پی داشته باشد. بنابراین این پژوهش با هدف تعیین رابطه تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر انجام شد.

**روش‌شناسی پژوهش:** طرح پژوهش از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول شهرستان پاوه در سال تحصیلی ۱۴۰۰ بود، که تعداد ۱۵۰ نفر براساس فرمول  $(n=50+8m)$  و با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه تاب‌آوری (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳)، بهزیستی روانشناختی (ریف، ۲۰۰۲) و پرسشنامه عملکرد تحصیلی (فام و تیلور، ۱۹۹۹) پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی، ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیری و نرم افزار SPSS استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد بین نمره کل تاب‌آوری ( $r=0/679$  و  $p=0/000$ ) و یک از ابعاد آن با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مضطرب در سطح  $0/05$  ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، نتایج نشان داد نمره کل بهزیستی روانشناختی ( $r=0/899$  و  $p=0/000$ ) و هر یک از ابعاد آن با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مضطرب در سطح  $0/05$  ارتباط مثبت و معناداری دارد. تحلیل رگرسیون با روش ورود همزمان نیز نشان داد که متغیرهای پیش‌بین با هم توان تبیین ۴۰ درصد از واریانس نمره عملکرد تحصیلی را در دانش‌آموزان داشته‌اند.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به اینکه عملکرد تحصیلی می‌تواند تحت تأثیر عوامل روانی-اجتماعی متعددی قرار گیرد، لازم است برنامه‌ریزان و روانشناسان تربیتی با شناخت این دسته از عوامل در بهبود عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان گام بردارند.

**کلید واژه‌ها:** تاب‌آوری، بهزیستی روانشناختی، عملکرد تحصیلی، اضطراب فراگیر.

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، جواترود، ایران.

<sup>۲</sup> استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران. ایمیل: alikhodaei@pnu.ac.ir

<sup>۳</sup> استادیار گروه آمار، دانشکده علوم پایه، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

## مقدمه

اختلال اضطراب فراگیر<sup>۱</sup> از شایعترین اختلالات اضطرابی مشاهده شده در مراکز بالینی و جمعیت عمومی است (نوش‌کیا و همکاران، ۱۳۹۹). این اختلال در میان دانش‌آموزان نیز از شیوع بالایی برخوردار است و موجب اختلال در رشد اجتماعی، شخصی و رشد تحصیلی دانش‌آموزان می‌شود (بیرد<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). در این اختلال فرد به شکل دائم درباره رویدادهای آینده نگران است و از آن‌ها می‌ترسد (ستاری و دهناشی، ۱۳۹۹). اضطراب در دانش‌آموزان با افزایش درجات مشکلات رفتاری و عملکرد تحصیلی نامناسب همراه است (دیویس و گلازبروک<sup>۳</sup>، ۲۰۲۰).

عملکرد تحصیلی<sup>۴</sup> به موفقیت فراگیران در امور تحصیلی اشاره دارد که براساس آزمون‌ها، قابل سنجش باشد و انجام دادن کاری است که نتیجه مطلوب بدست آورد (باصری و همکاران، ۱۳۹۸) و به عنوان یکی از شاخص‌های ارزیابی یادگیری دانش‌آموزان و کیفیت آموزش معلمان طی سال‌های متمادی به طور گسترده‌ای مورد ارزیابی قرار گرفته است (قناد و همکاران، ۱۳۹۸). بررسی سازه‌های مرتبط با تحصیل، از راه‌های دستیابی به توسعه و بهبود مستمر کیفیت آموزشی و ارائه راه‌حل‌های علمی است. سبب‌شناسی مشکلات مربوط به عملکردهای تحصیلی پیچیده است (امینی و همکاران، ۱۳۹۹). این در حالی است که روانشناسان برای شناسایی عوامل پیش‌بینی کننده عملکردهای مطلوب تحصیلی تاکنون متغیرهای زیادی را مورد بررسی قرار داده‌اند. یکی از عواملی که می‌تواند بر تحصیلات دانش‌آموزان تأثیرگذار باشد، بهزیستی روانشناختی است (اسپوسیتو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۰).

بهزیستی روانشناختی<sup>۶</sup> شامل افکار و احساسات مثبتی است که افراد زندگی خود را به طور مطلوبی ارزیابی می‌کنند (دیویس و تورنر<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰). افراد دارای احساس بهزیستی بالاتر، به طور عمده هیجان‌های مثبت را تجربه می‌کنند و از وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند؛ در حالیکه افراد با بهزیستی پایین، بیشتر هیجان‌های منفی نظیر افسردگی و اضطراب را تجربه می‌کنند (محمدی‌نژاد و نیک‌نژادی، ۱۳۹۹). پژوهش نشان داده است بین بهزیستی روانشناختی، امید و عملکردهای تحصیلی بهتر در دانش‌آموزان رابطه معناداری وجود دارد (راند<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰) و تاب‌آوری به عنوان متغیری

1. generalized anxiety disorder (GAD)

2. Byrd

3. Davies & Glazebrook

4. academic performance

5. Esposito

6. psychological well-being

7. Davis & Turner

8. Rand

که ارتباط نزدیکی با بهزیستی روانی دارد، می‌تواند بر تفکر، خلق و رفتار افراد تأثیر گذاشته و توان مقابله با مشکلات هیجانی و روانشناختی از قبیل اضطراب را افزایش دهد (پاردس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). تاب‌آوری آمیزان ظرفیت بازگشت به حالت اولیه و سازگاری موفقیت‌آمیز با وجود استرس زیاد و شرایط نامطلوب است (مقدسی، ۱۳۹۹). دانش‌آموزانی که دارای تاب‌آوری بالاتری هستند به رغم دشواری‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی احتمال موفقیت بالاتری دارند. با افزایش سطح تاب‌آوری می‌توان شرایط استرس‌زا را تعدیل کرد و این امر باعث سلامت جسمانی، روانی و خشنودی و عملکرد تحصیلی مطلوب در دانش‌آموز می‌شود (قندی و همکاران، ۱۳۹۹). با توجه به اینکه دانش‌آموزان قشر عظیمی از جمعیت کشور را تشکیل می‌دهد و ورود به مدرسه دوره‌ای حساس از زندگی دانش‌آموزان است، تاب‌آوری روانشناختی این گروه می‌تواند به عملکردهای تحصیلی بیشتر و کاهش آسیب‌پذیری روانشناختی منجر شود؛ از این رو، با توجه به افزایش تعداد دانش‌آموزان، یافته‌های این پژوهش برای تحقیقات بیشتر درباره تأمین سلامت روانی و عملکرد مطلوب تحصیلی مفید است. بنابراین، در چنین شرایطی انجام پژوهش‌های علمی در این زمینه برای پرکردن خلاء پژوهشی موجود و بدنبال آن، دست یافتن به عوامل مرتبط و مؤثر برای ارائه راهکارهای پیشگیرانه و بهبود عملکردهای تحصیلی لازم و ضروری است. با عنایت به آنچه بیان شد، هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی رابطه تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر بود.

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش توصیفی-مقطعی و از نوع مطالعات همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول شهرستان پاوه در سال تحصیلی ۱۴۰۰ بود. به روش نمونه‌گیری در دسترس (داوطلبانه و مجازی) و بر طبق فرمول  $n=50+8m$  از تاباجنیک و همکاران (۲۰۰۷) تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه آماری مورد ارزیابی و مطالعه قرار گرفتند.

از جمله اصول رعایت شده اخلاقی بر اساس انجمن روانشناسی آمریکا عدم تضييع حقوق افراد شرکت‌کننده در پژوهش و رعایت حقوق انسانی آن‌ها می‌باشد. توضیح به افراد شرکت‌کننده در پژوهش که مشارکت در تحقیق برای آن‌ها خطری ندارد. توضیح کامل و مفید به افراد شرکت‌کننده جهت نحوه‌ی پرکردن پرسشنامه‌ها، کسب رضایت‌آگاهانه از آن‌ها، اختیاری بودن پژوهش و همچنین محرمانه ماندن اطلاعات داده شد. همچنین در هنگام اجرا به شرکت‌کنندگان اعلام گردید که به‌عنوان

<sup>1</sup>. Paredes

<sup>2</sup>. resilience

سپاسگزاری از همکاری‌شان در تکمیل پرسشنامه‌ها، کسانی که مایل باشند از نتایج آزمون‌شان مطلع گردند، می‌توانند نام و یا نام مستعاری از خود در پرسشنامه درج کنند تا محقق آن‌ها را از نتایج مطلع سازد. در ابتدای پرسشنامه اصول اخلاقی پژوهش نوشته و از آن‌ها رضایت جهت شرکت در پژوهش دریافت شد.

یک محقق با توجه به اهداف تحقیق خویش و نیز ویژگی‌های نمونه تحقیق، باید از روش مناسبی برای گردآوری اطلاعات استفاده نماید. از پرسشنامه بیشتر در تحقیقات کمی استفاده می‌شود، زیرا استاندارد بودن و ساختار منسجم پرسشنامه با روش کمی سازگار است. لذا در پژوهش حاضر نیز، برای گردآوری اطلاعات از پرسشنامه به شرح زیر استفاده شد:

**الف- پرسشنامه اضطراب فراگیر فرم کوتاه:** این پرسشنامه توسط اسپیتزر<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۶) ساخته شد و دارای ۷ سؤال است. نمره‌گذاری صورت طیف لیکرت ۴ درجه‌ای از اصلاً (۰) تا تقریباً هر روز (۳) می‌باشد. نمره کل مقیاس از طریق جمع نمرات سؤالات آن به دست می‌آید و دامنه‌ای بین صفر تا ۲۱ دارد. نقطه برش پرسشنامه نمره ۱۰ یا بیشتر است که یک نقطه برش منطقی را برای شناسایی موارد دارای اختلال اضطراب فراگیر ارائه می‌کند. ثبات درونی پرسشنامه برابر ۰/۹۲ و پایایی بازآزمایی آن نیز ۰/۸۳ بوده است. مقایسه نمرات به دست آمده از مقیاس‌های خودگزارشی با نمرات به دست آمده از نسخه‌های مقیاس‌های یکسان اجرا شده توسط متخصصان سلامت روان، مشابه و همبستگی ۰/۸۳ را نشان داد که روایی وابسته به طرز عمل خوب آن را نشان می‌دهد. روایی همگرایی این پرسشنامه نیز از طریق محاسبه همبستگی آن با دو پرسشنامه اضطراب بک و خرده مقیاس اضطراب مربوط به چک لیست نشانی بالینی به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۴ گزارش شده است (اسپیتزر و همکاران، ۲۰۰۶). در ایران نیز همسانی درونی این آزمون از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است. همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه اضطراب حالت اشیپیلبرگر، پرسشنامه اضطراب صفت اشیپیلبرگر و خرده مقیاس اضطراب مربوط به چک لیست نشانه بالینی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۵۲ و ۰/۶۳ بوده است که روایی همگرایی مناسب آن را نشان می‌دهد (سپهوند و مرادی، ۱۳۹۸). پایایی در پژوهش حاضر با آلفای کرونباخ ۰/۷۰ بدست آمد.

<sup>۱</sup>. Brief Scale of Generalized Anxiety Disorder GAD-7

<sup>۲</sup>. Spitzer

**ب- پرسشنامه تاب‌آوری<sup>۱</sup>:** پرسشنامه تاب‌آوری توسط کانر و دیویدسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) ساخته شد و دارای ۲۵ سؤال است که ۵ زیرمقیاس این تصور از شایستگی فردی (سوالات ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۲۳، ۲۴، ۲۵)، تحمل عاطفه (سوالات ۶، ۷، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۱۹، ۲۰)، پذیرش مثبت تغییر (سوالات ۱، ۲، ۴، ۵، ۸)، کنترل (سوالات ۱۳، ۲۱، ۲۲) و تأثیرات معنوی (سوالات ۳، ۹) را می‌سنجد. نحوه جواب‌دهی به سوالات پرسشنامه کانر و دیویدسون به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱، مخالفم = ۲، نظری ندارم = ۳، موافقم = ۴ و کاملاً موافقم = ۵) است و دامنه نمرات کل آن بین (۰ تا ۱۰۰) است یعنی حداقل نمره آن صفر و حداکثر آن صد است. نمرات بالا در پرسشنامه بیانگر سطح تاب‌آوری روانی بیشتر و نمرات پایین‌تر تاب‌آوری کمتر است. سازندگان ابزار ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه را ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. همچنین همسانی درونی حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله ۴ هفته‌ای ۰/۸۷ گزارش شده است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). در ایران برای تعیین پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ استفاده شد و همسانی درونی ۰/۸۹ بدست آمد (میرمهدی و رضاعلی، ۱۳۹۷). پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۷۸ بدست آمد.

**ج- پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف<sup>۳</sup>:** این پرسشنامه توسط ریف در سال ۱۹۸۹ طراحی شد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت. فرم اصلی پرسشنامه از ۱۲۰ سؤال تشکیل شده است اما در مطالعات بعدی و تجدید نظرهایی که صورت گرفت فرم‌های کوتاه‌تر ۸۴ سؤالی و ۱۸ سؤالی نیز تهیه شد. در این پژوهش از فرم ۱۸ سؤالی استفاده شد که ۶ مؤلفه اصلی الگوی بهباشی روانی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و دارای ۶ زیرمقیاس (هر زیرمقیاس دارای ۳ عبارت) است. مؤلفه‌های این پرسشنامه عبارتند از: پذیرش خود (سوالات ۲، ۸، ۱۰) روابط مثبت با دیگران (سوالات ۳، ۱۱، ۱۳)، خودمختاری (سوالات ۹، ۱۲، ۱۸)، تسلط بر محیط (سوالات ۱، ۴، ۶)، زندگی هدفمند (سوالات ۵، ۱۴، ۱۶) و رشد فردی (سوالات ۷، ۱۵، ۱۷). پاسخگویی به پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای (کاملاً مخالفم = ۱، تاحدی مخالفم = ۲، مخالفم = ۳، موافقم = ۴، تاحدی موافقم = ۵، کاملاً موافقم = ۶) می‌باشد. ضریب همسانی در نسخه اصلی زیرمقیاس‌های این پرسشنامه، بدین صورت گزارش شده است: خودمختاری ۰/۷۶، تسلط بر محیط ۰/۹۰، رشد فردی ۰/۸۷، ارتباط مثبت با دیگران ۰/۹۱، زندگی هدفمند ۰/۹۰ و پذیرش خود ۰/۹۳. پایایی این پرسشنامه نیز، با روش بازآزمایی زیرمقیاس‌ها در یک نمونه ۱۱۷ نفری و در فاصله ۶ هفته بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۵ بوده است و همبستگی

1. Resilience Scale

2. Connor & Davidson

3. Ryff Scale of Psychological Well-Being

نسخه کوتاه با مقیاس اصلی از ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ در نوسان بوده است (ریف، ۱۹۸۹). در پژوهش داخل کشور ضریب همسانی درونی کل پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شد (حسن‌زاده و همکاران، ۱۳۹۹). در پژوهش دیگر داخل کشور ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۴ و برای زیرمقیاس‌ها در دامنه‌ی ۰/۷۵ تا ۰/۸۴ گزارش شده است (باقری‌شیخانگفشه و همکاران، ۱۴۰۰). پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر ۰/۸۳ بدست آمد.

**د- پرسشنامه عملکرد تحصیلی:** این پرسشنامه اقتباسی از پژوهش‌های فام و تیلور<sup>۲</sup> است که در سال ۱۹۹۹ تهیه شد و در حوزه عملکرد تحصیلی برای جامعه ایران اعتباریابی شد. آزمون عملکرد تحصیلی ۴۸ سؤال دارد و پنج مؤلفه به نام‌های: ۱- خودکارآمدی، ۲- تأثیرات هیجانی، ۳- فقدان کنترل پیامد، ۴- برنامه‌ریزی و ۵- انگیزش را می‌سنجد. نمره‌دهی پرسشنامه براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از هیچ (۱ نمره) تا خیلی زیاد (۵ نمره) می‌باشد. حداقل نمره ۴۸ و حداکثر نمره ۲۴۰ می‌باشد. نمرات بالاتر بیانگر عملکرد تحصیلی بهتر است. نمره کمتر از ۱۲۰ عملکرد تحصیلی ضعیف، نمره ۱۲۱ تا ۱۷۴ عملکرد تحصیلی متوسط و نمره ۱۷۵ عملکرد تحصیلی قوی را نشان می‌دهد. سازندگان پرسشنامه پایایی ابزار را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۰ گزارش کردند (فام و تیلور، ۱۹۹۹). در تاج (۱۳۸۳) روایی پرسشنامه را به روش تحلیل عاملی ۰/۸۱ و پایایی را به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ گزارش نمود. در پژوهش دیگر داخل کشور پایایی پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۷۳ محاسبه شد (پاک منش و جاودان، ۱۳۹۹). پایایی در پژوهش حاضر با آلفای کرونباخ ۰/۷۹ بدست آمد.

برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار) و آمار استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره با ورود همزمان) با کمک نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد.

<sup>۱</sup>. Educational Performance Test

<sup>۲</sup>. Pham & Taylor

## یافته‌ها

جدول ۱: داده‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و ابعاد آن در دانش‌آموزان مضطرب

متغیر پژوهش	تعداد	کمینه	بیشینه	انحراف معیار $\pm$ میانگین
تصور از شایستگی فردی	۱۵۰ نفر	۹	۳۱	$۱۵/۹۴ \pm ۶/۲۶$
تحمل عاطفه منفی	۱۵۰ نفر	۱۰	۲۹	$۱۴/۹۷ \pm ۵/۶۵$
پذیرش مثبت تغییر	۱۵۰ نفر	۸	۱۹	$۱۱/۸۶ \pm ۳/۱۹$
کنترل	۱۵۰ نفر	۲	۱۲	$۵/۰۷ \pm ۲/۹۳$
تأثیرات معنوی	۱۵۰ نفر	۱	۸	$۳/۴۴ \pm ۲/۰۳$
<b>نمره کل تاب‌آوری</b>	۱۵۰ نفر	۳۳	۹۴	$۵۱/۲۷ \pm ۱۹/۵۸$
تسلط بر محیط	۱۵۰ نفر	۸	۲۱	$۱۳/۶۵ \pm ۳/۵۶$
پذیرش خود	۱۵۰ نفر	۷	۲۰	$۱۴/۳۱ \pm ۳/۸۴$
روابط مثبت با دیگران	۱۵۰ نفر	۹	۲۱	$۱۵/۴۰ \pm ۳/۷۹$
زندگی هدفمند	۱۵۰ نفر	۷	۲۱	$۱۳/۳۹ \pm ۴/۳۶$
رشد فردی	۱۵۰ نفر	۷	۲۰	$۱۴/۵۰ \pm ۳/۳۵$
خودمختاری	۱۵۰ نفر	۸	۲۱	$۱۴/۶۳ \pm ۳/۳۶$
<b>نمره کل بهزیستی روانشناختی</b>	۱۵۰ نفر	۴۷	۱۱۹	$۸۵/۸۸ \pm ۱۸/۵۶$
خودکارآمدی	۱۵۰ نفر	۱۰	۲۷	$۱۶/۹۵ \pm ۶/۳۰$
برنامه‌ریزی	۱۵۰ نفر	۱۱	۴۵	$۲۸/۷۶ \pm ۱۰/۹۵$
تأثیرات هیجانی	۱۵۰ نفر	۱۰	۲۵	$۱۵/۶۸ \pm ۵/۵۳$
فقدان کنترل پیامد	۱۵۰ نفر	۳	۱۲	$۷/۰۹ \pm ۳/۵۲$
انگیزش	۱۵۰ نفر	۱۱	۴۵	$۲۶/۴۷ \pm ۱۱/۷۸$
<b>نمره کل عملکرد تحصیلی</b>	۱۵۰ نفر	۴۵	۱۵۳	$۹۴/۹۵ \pm ۳۲/۷۹$

در جدول شماره ۱ اطلاعات توصیفی متغیرهای پژوهش و ابعاد آن در بین دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر آورده شده است. همانطور که نتایج نشان می‌دهد میانگین نمره کل تاب‌آوری در افراد نمونه برابر با ۵۱/۲۷ می‌باشد و در بین ابعاد تاب‌آوری به ترتیب بالاترین و پایین‌ترین نمرات مربوط به عامل تصور از شایستگی فردی، ۱۵/۹۴ و تأثیرات معنوی، ۳/۴۴ بوده است. میانگین نمره کل بهزیستی روانشناختی در افراد نمونه برابر با ۸۵/۸۸ می‌باشد و در بین ابعاد بهزیستی روانشناختی به ترتیب بالاترین و پایین‌ترین نمرات مربوط به عامل روابط مثبت با دیگران، ۱۵/۴۰ و زندگی دارای هدف، ۱۳/۳۹ بوده است. در نهایت نتایج جدول فوق‌الذکر نشان داد میانگین نمره کل عملکرد تحصیلی در افراد نمونه برابر با ۹۴/۹۵ می‌باشد و در بین ابعاد عملکرد تحصیلی به ترتیب بالاترین و پایین‌ترین نمرات مربوط به عامل برنامه‌ریزی، ۲۸/۷۶ و فقدان کنترل پیامد، ۷/۰۹ بود.



جدول ۲: نتایج آزمون کلموگراف-اسمیرنوف برای نرمال بودن توزیع نمرات

متغیرهای پژوهش	آماره KS	سطح معناداری	ضریب تحمل	تورم واریانس
تاب آوری	۰/۸۵۳	۰/۱۲۳	۰/۳۸۴	۲/۶۰۶
بهبودی روانی	۰/۹۲۹	۰/۴۱۶	۰/۱۸۲	۵/۴۹۰
عملکرد تحصیلی	۰/۴۱۹	۰/۶۳۱	۰/۵۷۲	۱/۷۴۸

در جدول شماره ۲ نتایج پیش‌فرض‌های آماری قابل مشاهده است. همان‌طور که نتایج ارائه شده در جدول نشان می‌دهد، براساس آزمون کلموگروف-اسمیرنوف توزیع نمرات متغیرهای پژوهش با ۹۵ درصد اطمینان طبیعی است. از آنجایی سطوح معناداری آماره‌های نرمال بودن بزرگتر از ۰/۰۵ هستند ( $P > 0.05$ )، لذا توزیع نمرات دارای توزیع نرمال است. همچنین نتایج آزمون چولگی و چولگی برای نرمال بودن توزیع نمرات، آزمون دوربین-واتسون برای بررسی استقلال خطاها و ضرایب تحمل و تورم واریانس برای بررسی عدم همخطی چندگانه انجام و مورد تأیید قرار گرفتند. بر این اساس می‌توان از آزمون‌های پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره استفاده نمود و نتایج آن قابل اطمینان است.

جدول ۳: ضریب همبستگی بین تاب آوری با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان مضطرب

متغیر پیش‌بین	ضریب همبستگی	P-Value
تصور از شایستگی فردی	۰/۶۶۱***	۰/۰۰۰
تحمل عاطفه منفی	۰/۶۶۲***	۰/۰۰۰
پذیرش مثبت تغییر	۰/۶۶۶***	۰/۰۰۰
کنترل	۰/۶۵۹***	۰/۰۰۰
تأثیرات معنوی	۰/۶۶۹***	۰/۰۰۰
تاب آوری	۰/۶۷۹***	۰/۰۰۰

$P < 0.05^{***}$

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که بین نمره کل تاب‌آوری با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح ۰/۰۵ رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $I = 0.679$  و  $p = 0.000$ ). همچنین، نتایج حاکی از آن است که بین هر یک از ابعاد تاب‌آوری شامل تصور از شایستگی فردی ( $I = 0.661$ )، تحمل عاطفه منفی ( $I = 0.662$ )، پذیرش مثبت تغییرات ( $I = 0.666$ )، کنترل ( $I = 0.659$ ) و تأثیرات معنوی ( $I = 0.669$ ) با عملکرد تحصیلی در بین دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح ۰/۰۵ ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.



جدول ۴: ضریب همبستگی بین بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان مضطرب

متغیر پیش بین		متغیر ملاک: عملکرد تحصیلی	
P-Value	ضریب همبستگی		
۰/۰۰۰	۰/۸۳۹**	تسلط بر محیط	
۰/۰۰۰	۰/۹۱۱**	پذیرش خود	
۰/۰۰۰	۰/۸۱۱**	روابط مثبت با دیگران	
۰/۰۰۰	۰/۸۳۶**	زندگی هدفمند	
۰/۰۰۰	۰/۷۸۰**	رشد فردی	
۰/۰۰۰	۰/۸۰۹**	خودمختاری	
۰/۰۰۰	۰/۸۹۹**	بهزیستی روانشناختی	

$P < ۰/۰۵^{**}$

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که بین نمره کل بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح  $۰/۰۵$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد ( $T=۰/۸۹۹$  و  $p=۰/۰۰۰$ ). همچنین، نتایج حاکی از آن است که بین هر یک از ابعاد بهزیستی روانشناختی شامل تسلط بر محیط ( $T=۰/۸۳۹$ )، پذیرش خود ( $T=۰/۹۱۱$ )، روابط مثبت با دیگران ( $T=۰/۸۱۱$ )، زندگی هدفمند ( $T=۰/۸۳۶$ )، رشد فردی ( $T=۰/۷۸۰$ ) و خودمختاری ( $T=۰/۸۰۹$ ) با عملکرد تحصیلی در بین دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح  $۰/۰۵$  ارتباط مثبت و معناداری وجود دارد.

جدول ۵: جدول ضرایب (شاخص‌ها) رگرسیون چندمتغیره بین متغیرهای پژوهش

متغیر ملاک	متغیر پیش بین	مقدار بتای استاندارد	مقدار ثابت	مجذور $R^2$	مقدار t	P
عملکرد تحصیلی	تاب آوری	۰/۲۶	۵۵/۱۶	۰/۴۰	۳/۶۳	۰/۰۰۰
	بهزیستی روانشناختی	۰/۴۱			۶/۱۱	۰/۰۰۱

تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با روش رگرسیون چندمتغیره ورود همزمان که نتایج آن در جدول شماره ۵ ارائه شده است، نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین (تاب‌آوری - بهزیستی روانشناختی) توان تبیین نمرات متغیر ملاک (عملکرد تحصیلی) را در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر داشته‌اند. مقدار بتا برای متغیر تاب‌آوری برابر با  $۰/۲۶$ ، مقدار بتا برای متغیر بهزیستی روانشناختی برابر با  $۰/۴۱$  و در سطح  $۰/۰۵$  معنادار است. همچنین، نتایج نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین توان تبیین  $۴۰$  درصد از تغییرات مربوط به عملکرد تحصیلی را داشته‌اند. بنابراین فرضیه اصلی پژوهش حاضر تأیید می‌شود.

## بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین رابطه تاب‌آوری و بهزیستی روانشناختی با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد بین نمره کل تاب‌آوری و ابعاد آن با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح  $0/05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. این نتیجه از پژوهش با نتایج بسیاری از مطالعات پیشین مانند اسکالاتته ماتئوس<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱)، دمتریوس<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۲۱)، وو<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۲۰)، لی و هاسون<sup>۴</sup> (۲۰۲۰)، یداللهی فر و میرزایی (۱۳۹۹) و قندی و همکاران (۱۳۹۸) که در پژوهش‌های مستقلی نشان داده‌اند تاب‌آوری بر بهبود وضعیت روانی و تحصیلی فراگیران نقش مثبت دارد، همسو و همخوان است.

یافته فوق را می‌توان اینگونه تبیین کرد که معنویت‌گرایی و باورهای مرتبط با این سازه توانایی تجربه شده‌ای را شامل می‌شوند که به افراد امکان دستیابی به دانش و فهم بیشتر را می‌دهد و زمینه را برای رسیدن به کمال و ترقی در زندگی فردی، اجتماعی و تحصیلی فراهم می‌سازد. افراد با اعتقادات و باورهای معنوی بالا، توانایی سازگاری با اطراف خود، اعتماد به نفس و خودآگاهی زیادی دارند و خودآگاهی به معنی آگاهی فرد از هیجانات و احساسات خود در شرایط مختلف است. بنابراین، افراد دارای معنویت‌گرایی بالا از توانایی، استعداد، انگیزه و نقاط قوت و ضعف و علایق درونی خویش اطلاع کافی داشته و آرزوهایشان با اهداف و تلاش و نیز مدیریت زمان شان همسانی دارد. لذا این افراد قادر هستند تصمیمات درستی در مراحل مختلف زندگی از جمله حوزه تحصیلی اتخاذ نمایند، که این تصمیم‌گیری می‌تواند باعث استفاده بجا از قوا و قابلیت‌های فرد شده و در نتیجه با استفاده درست از مهارت‌های شناختی و کارکردهای اجرایی (مانند حل مسأله، توجه، پردازش اطلاعات) فرد بر تکالیف درسی و تحصیلی وقت بیشتری را صرف نموده و پشتکار قابل توجهی در مواجهه با تکالیف درسی از خود نشان داده و در نتیجه عملکرد تحصیلی وی تحت تأثیر این معنویت‌گرایی قرار گیرد.

همچنین، می‌توان گفت که تاب‌آوری به‌طور کلی موجب تقویت یک نوع از توانایی ذهنی و فکری در دانش‌آموز می‌شود که این توانایی در شکل‌گیری معنای تحصیلی در ابعاد مختلف از جمله ایجاد توانایی برای یادگیری (تفکر انتقادی)، توانایی آینده‌نگری (شناسایی کشف مسیر زندگی) و استقلال (تحقق بزرگ شدن)، شناختن خود و انگیزها، فرصت دوستیابی و درگیری در فعالیت‌های تحصیلی می‌شود و از سویی می‌تواند در دانش‌آموزان توانایی‌گریز از موقعیت‌های پرتنش را ایجاد کند. در واقع

1. Escalante Mateos

2. Demetriou

3. Wu

4. Li & Hasson

در محیط آموزشی دانش‌آموزان دارای تاب‌آوری برخلاف موانع و مشکلات متعدد در سطح بالایی عمل نموده و اغلب نتایج مثبتی نیز کسب می‌کنند. افراد با تاب‌آوری بالا به دلیل عزت نفس بالاتر از سازگاری تحصیلی بهتری نیز برخوردار بوده و عملکرد تحصیلی بالاتری از خود نشان خواهند داد. همچنین، دانش‌آموزان با تاب‌آوری بالا به دلیل برخوردارگی از سرسختی روانی رویدادهای تنش‌زا و ناکامی‌های تحصیلی را به عنوان فرصتی برای یادگیری و ابراز وجود تلقی نموده و احساس کنترل بیشتری نسبت به رویدادهای زندگی و تحصیل خود داشته و بنابراین بهتر قادرند تا در شرایط استرس‌زای تحصیلی آرامش خود را حفظ نموده و در نهایت به دلیل همین ویژگی انعطاف‌پذیری شناختی بالا بهتر به تکالیف درسی خود رسیدگی نموده و عملکرد تحصیلی بهتری کسب خواهند نمود. نتایج دیگر یافته پژوهش نشان داد بین نمره کل بهزیستی روانشناختی و ابعاد آن با عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر در سطح  $0/05$  رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همسو با یافته حاضر مبنی مطالعات متعددی مانند راسبی و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۲۱)، وو و همکاران (۲۰۲۰)، راند و همکاران (۲۰۲۰)، پرویر و تاندلر<sup>۲</sup> (۲۰۲۰)، امینی و همکاران (۱۳۹۹)، حسن‌زاده و همکاران (۱۳۹۹) و وقار و همکاران (۱۳۹۶) در جمعیت‌های دانش‌آموزان و دانشجویان بر نقش مثبت بهزیستی روانشناختی بر سازه‌های تحصیلی اشاره کرده‌اند.

در این راستا باید اذعان کرد که اگر چه بهزیستی روانشناختی و رضایت از زندگی اموری نسبی هستند و به شرایط زمانی و مکانی و شخصیت افراد وابسته هستند، اما برخی افراد داشتن امکانات محیطی را عامل بهزیستی روانشناختی می‌دانند. با این حال بهزیستی روانشناختی به دلیل تأثیر زیادی که بر رفتار و احساس خودکارآمدی شخصی اعمال می‌کند، خود ممکن است متغیری مرتبط با عملکرد افراد باشد. این مسأله به ویژه در دوران تحصیل و خاصه در دوران نوجوانی و تحصیلات این دوران، به دلیل استقلال‌خواهی فرد نوجوان و اتکای درونی شخص به خود و همچنین، تعریف جدید فرد از عوامل ایجادکننده رضایتمندی از خود و زندگی نمود بیشتری پیدا کرده و در عین حال به دلیل این که یکی از عوامل معنابخشی زندگی برای دانش‌آموزان، می‌تواند ارتقای تحصیلی باشد، لذا احساس بهزیستی روانشناختی نقش بسزایی را در عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کند.

همچنین، با توجه به نظریه ریف (۱۹۸۹) می‌توان گفت پذیرش خود، رشد فردی، داشتن هدف در زندگی و خودمختاری زمینه‌یشتکار و انگیزش بیشتر را در فرد به دنبال دارند. وقتی فرد در زندگی دارای ارزش‌های مشخص باشد و رشد فردی و اجتماعی خود را به همراه ارزشمند دانست حس

<sup>۱</sup>. Rassaby

<sup>۲</sup>. Proyer & Tandler

استقلال به درستی درک نموده باشد در مواجهه با تکالیف درسی نیز به شکل مناسبی می‌تواند دست به زمان بندی و برنامه‌ریزی بزند. همین رفتارهای منظم در زمینه تحصیلی اثر گذاشته و منجر به کاهش رفتارهای منفی در دوران تحصیل مانند تعلل ورزی در مطالعه شده و در نتیجه منجر به کسب نتایج موفقیت‌آمیز و بازخورد مثبت در دوران تحصیلی شده در نتیجه عملکرد تحصیلی تحت تأثیر بهزیستی روانشناختی قرار می‌گیرد.

این پژوهش نیز به مانند دیگر مطالعات دارای محدودیت‌هایی بود که در ادامه به برخی از آن‌ها پرداخته می‌شود. مطالعه حاضر در بین دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه اول شهرستان پاوه انجام شده است، بنابراین لازم است در تعمیم‌پذیری یافته‌های این پژوهش به سایر دانش‌آموزان دختر و پسر مشغول به تحصیل در مقاطع مختلف احتیاط لازم صورت گیرد. روش پژوهش در این مطالعه توصیفی و از نوع همبستگی بود، بنابراین نمی‌توان استنباط علی (علت و معلولی) از نتایج انجام داد. همچنین، محدودیت استفاده از ابزارهای خودسنجی از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. لذا با توجه به محدودیت‌های مطرح شده پیشنهاد می‌شود این پژوهش برای رده‌های سنی و تحصیلی دیگر مانند دانش‌آموزان دوره ابتدایی، دوره متوسطه دوم و دانشجویان نیز انجام شود. به منظور تبیین دقیقتر نتایج پژوهش از روش‌های آزمایشی و کیفی نیز استفاده شود تا زمینه‌ساز بستری مناسب برای تعمیم‌پذیری نتایج گردد. محققان آینده در کنار ابزارهای کمی با استفاده از سایر ابزارهای کیفی نظیر مشاهده و مصاحبه تفسیر دقیق‌تری از داده‌ها به عمل آورند. با توجه به نتایج پژوهش مبنی بر قابل تبیین بودن عملکرد تحصیلی براساس سازه‌های بهزیستی روانشناختی و تاب‌آوری پیشنهاد می‌شود با برگزاری کارگاه‌های آموزشی و علمی به دانش‌آموزان اهمیت بهزیستی روانشناختی در زندگی و روش‌های افزایش این ویژگی‌های روانی-شناختی طی جلسات آموزشی به صورت کارگاه به دانش‌آموزان ارائه شود. همچنین، به سیاست‌گذاران، مسئولین آموزش و پرورش، والدین و معلمان و سایر کسانی که به نوعی با تعلیم و تربیت و فرایند یاد-دهی و بهداشت روان دانش‌آموزان درگیر هستند، پیشنهاد می‌گردد برای بهبود وضعیت تحصیلی نوجوانان به بهبود وضعیت سلامت روانی توجه ویژه‌ای داشته باشند.

## ملاحظات اخلاقی

### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در مطالعه حاضر تمامی اصول اخلاق پژوهش از قبیل محرمانه ماندن اطلاعات، عدم هرگونه خطر جانی و مالی برای شرکت کنندگان و رضایت آگاهانه توسط پژوهشگران رعایت شد.

### حامی مالی

این مقاله هیچ کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی دریافت نکرده و تمامی مراحل پژوهش با هزینه شخصی صورت گرفته است.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

### تقدیر و تشکر

بدین وسیله پژوهشگران از تمامی دانش‌آموزان مشارکت کننده در پژوهش کمال تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

## منابع فارسی

امینی، مرضیه؛ شهنی بیلاق، منیجه و یخچالی، علیرضا. (۱۳۹۹). رابطه سرمایه روانی با بهزیستی روانی و عملکرد تحصیلی با نقش میانجی سرمایه اجتماعی، *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۶(۲)، ۱۶-۱.

پاک منش، ناهید و جاودان، موسی. (۱۳۹۹). پیش بینی عملکرد تحصیلی از طریق خودکنترلی، خودمختاری و خودآگاهی در دانش آموزان، *دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۸(۱۴)، ۵۵-۳۷.

حسن زاده، فرزانه؛ پیمانی، جاوید؛ رنجبری پور، طاهره و ابوالمعالی، خدیجه. (۱۳۹۹). پیش بینی بهزیستی روانی براساس تاب‌آوری: نقش میانجی استرس ادراک شده، *علوم روانشناختی*، ۱۸(۷۷)، ۵۷۸-۵۶۹.

سپهوند، تورج و مرادی، جلیل. (۱۳۹۸). مقایسه اضطراب فراگیر و اضطراب اجتماعی در کودکان چپ برتر و راست برتر دارای علائم افسردگی، *مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک*، ۲۲(۵)، ۹۰-۱۰۷.

ستاری، مریم و دهناشی، تاجماه. (۱۳۹۹). اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر بر نگرش ناکارآمد و اجتناب تجربه دانش‌آموزان دارای اضطراب فراگیر. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۷(۴)، ۲۸-۴۱.

قناد، سیمین؛ بارانیان، سحر و عالیپور، سیروس. (۱۳۹۸). رابطه ادراکات کیفیت کلاسی و انعطاف‌پذیری شناختی با چالش‌پذیری و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان، *روانشناسی مدرسه*، ۸(۴)، ۱۳۰-۱۱۲. قندی، ایمان؛ فتاحی، مدینه و موسوی، علی. (۱۳۹۸). رابطه هوش معنوی، تاب‌آوری، منبع کنترل درونی با عملکرد تحصیلی. *همایش روانشناسی و علوم تربیتی، شیروان*.

محمدی نژاد، میترا و نیک نژادی، فرزانه. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر بهزیستی روانشناختی و تاب‌آوری مادران دارای دختر ناشنوا، *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۲۱(۲)، ۳۱-۲۲.

مقدسی، محمدرضا. (۱۳۹۹). *تاب‌آوری زنان*، تهران: انتشارات رشد. میرمهدی، سیدرضا و رضاعلی، مرضیه. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان ذهن آگاهی بر تاب‌آوری: تنظیم هیجان و امید به زندگی در زنان مبتلا به دیابت. *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*، ۷(۴)، ۱۸۲-۱۶۶.

نوش‌کیا، مهرناز؛ رسولی، محسن و زارع بهرام‌آبادی، مهدی. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی رفتار درمانی دیالکتیکی و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تنظیم شناختی هیجان و کاهش نشخوارفکری بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر، *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۴(۱)، ۳۴-۲۶.

وقار، زهرا؛ آزادی، نرگس و ضیغمیان، سیده فاطمه. (۱۳۹۶). رابطه بین سرسختی روانشناختی و تاب‌آوری با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام نور کرمانشاه. *همایش ملی چشم‌انداز تعلیم و تربیت*.

یداللهی‌فر، محمدجواد و میرزایی، داوود. (۱۳۹۹). رابطه تاب‌آوری، راهبردهای مقابله‌ای با سبک‌های یادگیری و عملکرد تحصیلی. *راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۸(۱۴)، ۲۲۴-۲۰۵.

### منابع انگلیسی:

- Byrd, C., Eck, K., & Quick, V. (2020). Psychometric properties of the generalized anxiety disorder-7 and generalized anxiety disorder-mini in United States university students. *Frontiers in Psychology, 11*, 2512.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology, 57*(6), 1069.
- Connor, M., & Davidson, R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor Davidson resilience scale. *Depression and anxiety, 18*(2), 76-82.
- Davies, B., & Glazebrook, C. (2020). A longitudinal cohort study to explore the relationship between depression, anxiety and academic performance Emirati university students. *BMC psychiatry, 20*, 1-10.
- Davis, H., & Turner, M. J. (2020). The use of rational emotive behavior therapy (REBT) to increase the self-determined motivation and psychological well-being of triathletes. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 9*(4), 478-489.
- Demetriou, L., Drakontaides, M., & Demetris, H. (2021). Psychological Resilience, Hope, and Adaptability as Protective Factors in Times of Crisis: A Study in Greek and Cypriot Society During the Covid-19 Pandemic. *Social Education Research, 20*-34.
- Escalante Mateos, N., Fernández-Zabala, A., & Goñi Palacios, E. (2021). School Climate and Perceived Academic Performance: Direct or Resilience-Mediated Relationship. *The Journal of Sustainability, 13*(1), 51-68.
- Espósito, G., Passeggia, R., Pepicelli, G., Cannata, A., & Freda, M. F. (2020). Mentalizing the University experience: an exploratory study on the relationship between university students' reflective functioning, psychological well-being and academic performance. *Mediterranean Clinical Psychology, 8*(2), 1-21.
- Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. *Nurse education today, 10* (2), 25-39.
- Paredes, R., Apaolaza, V., Robin, C., Hartmann, P., & Martinez, D. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience. *Individual Differences, 170*, 110455.
- Porter, E., Brennan-Ing, M., Burr, A., Dugan, E., & Karpiak, S. E. (2017). Stigma and psychological well-being among older adults with HIV: the impact of spirituality and integrative health approaches. *The Gerontologist, 57*(2), 219-228.



- Proyer, T., & Tandler, N. (2020). An update on the study of playfulness in adolescents: Its relationship with academic performance, well-being, anxiety, and roles in bullying-type-situations. *Social Psychology of Education, 23*(1), 73-99.
- Rand, K. L., Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Fortney, S. K. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual Differences, 81*, 101906.
- Rassaby, M., Cassiello-Robbins, C., & Sauer-Zavala, S. (2021). When perfect is never good enough: The predictive role of discrepancy on anxiety, time spent on academic tasks, and psychological well-being in university students. *Personality and Individual Differences, 168*, 110305.
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *internal medicine, 166*(10), 1092-1097.
- Pham, L. B., & Taylor, S. E. (1999). From thought to action: Effects of process-versus outcome-based mental simulations on performance. *Personality and Social Psychology Bulletin, 25*(2), 250-260.
- Wu, Y., Sang, Z. Q., Zhang, X. C., & Margraf, J. (2020). The relationship between resilience and mental health in Chinese college students: a longitudinal cross-lagged analysis. *Frontiers in psychology, 11*, 108.

## The Relationship Between Resilience and Psychological Well-Being in Students With Generalized Anxiety Disorder

Soma Hamidi<sup>1</sup>, Ali Khodaei<sup>2\*</sup>, Shahriar Mirzaei<sup>3</sup>

### Abstract

**Introduction and Goal:** Anxiety is one of the basic problems of students, which can cause a lot of psychological and emotional damage to students. Therefore, this research was conducted with the aim of determining the relationship between resilience and psychological well-being with academic performance in students With Generalized Anxiety Disorder.

**Research Methodology:** The research design was correlational. The statistical population of the research included all the female students of the first secondary school in Paveh city in the academic year of 2021, of which 150 people were selected based on the formula ( $n=50 + 8m$ ) and selected by the available sampling method and the research tools included Tab questionnaire. Avery (Connor and Davidson, 2003), psychological well-being (Reif, 2002) and academic performance questionnaire (Pham and Taylor, 1999) answered. Descriptive statistics, Pearson correlation coefficients, multivariate regression and spss software were used for data analysis.

**Findings:** The results showed that there is a positive and significant relationship between the total score of resilience ( $r=0.679$  and  $p=0.000$ ) and one of its dimensions with the academic performance of anxious students at the level of 0.05. Also, the results showed that the total score of psychological well-being ( $r=0.899$  and  $p=0.000$ ) and each of its dimensions have a positive and significant relationship with the academic performance of anxious students at the level of 0.05. Regression analysis with the simultaneous entry method also showed that the predictor variables together explained 40% of the variance of the academic performance score in students.

**Conclusion:** Considering that academic performance can be influenced by many psycho-social factors, it is necessary for educational planners and psychologists to take steps to improve students' academic performance by recognizing these factors.

**Keywords:** Resilience, psychological well-being, academic performance, Generalized Anxiety.

<sup>1</sup> Master's degree in Educational Psychology, Faculty of Humanities, Pebam Noor University, Javanrud, Iran.

<sup>2</sup> Assistant Professor, General Psychology, Payam Noor University of Tehran, Iran.  
Email: alikhodaei@pnu.ac.ir

<sup>3</sup> Assistant Professor, Department of statistics, Faculty of Science, Payame Noor University, Tehran, iran.