

Research Paper

The Modeling of School Well-Being based on Emotion Regulation, Test Anxiety, Self-Efficacy and Academic Emotions and Investigate the Effectiveness of this Model on the Academic Satisfaction of the third Grade Students of the First Period of Secondary School in Eslamabad-e-Gharb City

Mehrdad Salimi¹, Hooshang Jadidi^{2*}, Zekrollah Morrovati³, Ali Taghvaei Niya⁴

1- Ph. D. Student of Educational Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

2- Assistant Professor of Educational Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

3- Associate Professor of Psychology, Zanjan University, Zanjan, Iran.

4- Associate Professor of Psychology, Yasuj University, Yasuj, Iran.

Received: 2022/03/26

Revised: 2022/10/30

Accepted: 2022/12/01

Use your device to scan and read the article online



DOI:

10.30495/JPM.2023.30205.3615

Keywords:

Test Anxiety, School Well-being, Emotional Regulation, Self-efficacy, Academic Satisfaction, Academic Emotions

Abstract

Introduction: Today, all human beings are constantly striving for their material and spiritual progress, using all available scientific facilities. The first step in this path is education, in order to reach a valuable scientific degrees. The purpose of this research was to modeling school well-being based on emotion regulation, test anxiety, self-efficacy and academic emotions and investigate the effectiveness of this model on the academic satisfaction of the third grade students of the first period of secondary school in Eslamabad-e-Gharb City.

Methods: The first part of this research was descriptive, correlation using the structural equation modeling method and the second part was a semi-experimental with a pre-test-post-test design with a control group. The statistical population of the current research was all male students of the ninth grade of high schools of the city of Eslamabad-e-Gharb in the academic year of 2019-2020. In order to select the members of the participating group using Cochran's sample size formula, 384 students were selected by multi-stage cluster random sampling method. The research tools included the questionnaires of Gross and John's emotion regulation, Fridman et al.'s anxiety test, Morgan Jinker's academic self-efficacy, Pakran et al.'s academic excitement, Kono et al.'s school well-being, and Huebner's academic satisfaction questionnaire. Statistical analysis was done with SPSS and AMOS version 23 software.

Findings: The results showed that the structural model of school well-being based on emotion regulation, test anxiety, self-efficacy and academic emotions has a good fit. Also, the results showed that the causal model based on the school well-being school is effective on the academic satisfaction of the third grade students in Eslamabad-e-Gharb City

Conclusion: It is suggested to pay attention to the issues related to the school's well-being and factors affecting it, such as emotional and motivational factors, in order to increase the level of academic satisfaction of students.

Citation: Salimi M, Jadidi H, Morrovati Z, Taghvaei Niya A. The Modeling of School Well-Being based on Emotion Regulation, Test Anxiety, Self-Efficacy and Academic Emotions and Investigate the Effectiveness of this Model on the Academic Satisfaction of the third Grade Students of the First Period of Secondary School in Eslamabad-e-Gharb City: Journal of Psychological Methods and Models 2022; 13 (49): 93-108.

***Corresponding Author:** Hooshang Jadidi

Address: Address: Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Psychology, Sanandaj Branch, Islamic Azad University, Sanandaj, Iran.

Tell: 09183560652

Email: hjadidi86@gmail.com

Extended Abstract Introduction

Today, education is an important part of people's lives, in addition, the quality and quantity of this education also plays an important role in people's future. Satisfaction with education is one of the main factors that lead to the academic progress and failure of students and is also affected by this success and failure. The concept of satisfaction is an inner experience that includes the presence of positive emotions and the absence of negative emotions.

Satisfaction with education includes students' perception of educational programs, the necessary conditions for studying, and also the teacher's behavior and guidance. It can be said that satisfaction with education is one of the basic components in creating overall satisfaction with life and among the emotional variables that seem to play an important role in students' education.

Despite the importance of the structure of satisfaction with education in education, very limited research is one of the main obstacles for the development of this structure. So that how academic satisfaction is formed is one of the ambiguous points in the definition of this construct. Also, in recent years, there has been an increase in international interest in the concept of mental health and its impact on all aspects of human life. The World Health Organization (2013) considers mental health to be the basis for the well-being and effective functioning of the individual and society (22). The nature and structure of well-being is a subject that has been the focus of philosophers and scientists of various fields of practice since the past, and has recently become the focus of positive psychology. Well-being means finding a balance and the process of creating a balance between the challenges, physical, social and psychological problems of people and the specific resources they have in the physical, social and psychological fields (5).

Also, well-being can be defined as a positive and stable state of mind that allows individuals, groups and nations to take action for their success and progress (4).

Today, the well-being structure has penetrated the field of education and one of the important educational goals in advanced societies is to provide well-being grounds for students (16).

Method

The first part of this research is descriptive of the correlation type, which examines the relationship between predictor, criterion and mediator variables. The second part of this research is a semi-experimental research with a pre-test-post-test design with a control group. In terms of the purpose, the first part is part of developmental research and the second part is part of applied research. The statistical population of this research included male students of the ninth grade of high school studying in the high schools of West Islamabad city in the academic year of 2020. In order to select the members of the participating group using Cochran's sample size formula, 384 students were selected by multi-stage cluster random sampling method. The method of collecting materials in this research was library, field and interview methods. The research tools in this research include the standard questionnaires of emotion regulation by Gross and John (2014), anxiety by Emtjan Friedman et al. (1997), academic self-efficacy by Morgan Jinker. (1999), Pakran et al.'s academic excitement (2005), Kono et al.'s school well-being (2002) and Huebner's academic satisfaction questionnaire (2001). In the continuation of the data, using the statistical method of structural equation modeling and covariance analysis test in SPSS and AMOS software version 23, the error level was 0.05.

Findings

The causal relationship between emotion regulation variable and school well-being variable is statistically significant ($P \geq 0.05$) and the intensity of the relationship is 0.46. Therefore, the hypothesis of the research is that there is a significant causal relationship between emotion regulation and school well-being variable. It is confirmed.

The causal relationship between the test anxiety variable and the school well-being variable is statistically significant ($P \geq 0.05$).

And the intensity of the relationship is -0.54, so the assumption of the research that there is a negative and significant relationship between exam anxiety and school well-being variable is confirmed.

The causal relationship between the academic self-efficacy variable and the school well-being variable is statistically significant ($P \geq 0.05$). And the intensity of the relationship is 0.40, so the hypothesis of the research that there is a significant causal relationship between academic self-efficacy and school well-being variable is confirmed.

Emotional regulation with the mediating role of academic emotions and school well-being has an effect on academic satisfaction

Conclusion

According to the obtained results, it can be said that the causal model of school well-being based on the components of emotional regulation, test anxiety and academic self-efficacy by mediating the academic emotions of ninth grade male students of West Islamabad High School in the academic year of 2020 has a direct effect. Examining the fit indices of the model indicated that the final model has a relatively good fit with the data and the hypothesis was confirmed. Also, according to the fact that the relationship examines the effect of the causal model on academic satisfaction, the results obtained in the previous discussions indicate the fact that the causal model had an effect on academic satisfaction, and this caused the academic satisfaction scores of the experimental group to increase after the causal model training. The well-being of the school, academic satisfaction will increase.

Also, the results showed that there is a significant relationship between emotional regulation and school well-being. In this section, we can see the relationship between emotional regulation and school well-being. Based on the results obtained from the causal relationship model, emotion regulation variable with school well-being variable is statistically significant ($P \geq 0.05$). And the intensity of the relationship is 0.46. Therefore, the assumption of the research that there is a significant causal relationship between emotion regulation and school well-being variable is confirmed. These findings are relative to the researches of Ruiz

Eranda et al. (2012); Ornagi et al. (2014), Varzalti et al. (2016), Noorali et al. (2017) that emotional regulation has a direct relationship with school well-being is consistent and can be a confirmation of the findings of this research (11,12,13,20).

Also, there is a significant relationship between exam anxiety and school well-being. In this section, you can see the relationship between exam anxiety and school well-being. Based on the results obtained from the causal relationship model between the test anxiety variable and the school well-being variable, it is statistically significant ($P \geq 0.05$) and the intensity of the relationship is -0.54. There is a negative and significant relationship, it is confirmed.

Also, it is possible to see the relationship between academic self-efficacy and school well-being. Based on the results obtained from the causal relationship model, the academic self-efficacy variable with the school well-being variable is statistically significant ($P \geq 0.05$) and the intensity of the relationship is 0.40. Therefore, the partial assumption of the research that there is a significant causal relationship between academic self-efficacy and school well-being variable is confirmed.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All subjects filled out the informed consent.

Funding

No financial fees have been received from any organization.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

اثربخشی مدل علی مبتنی بر بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی دانش‌آموزان پایه سوم دوره متوسطه دوره اول شهرستان اسلام آباد غرب

مهرداد سلیمی^۱، هوشنگ جدیدی^{۲*}، ذکراالله مروتی^۳، علی تقوائی نیا^۴

۱- دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

۲- استادیار، گروه روان‌شناسی تربیتی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

۳- دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران.

۴- دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه یاسوج، یاسوج، ایران.

چکیده

مقدمه: هدف از پژوهش بررسی اثربخشی مدل علی مبتنی بر بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی دانش‌آموزان پایه سوم دوره متوسطه دوره اول شهرستان اسلام آباد غرب بود. بخش نخست این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد که ارتباط بین متغیر پیش‌بین، ملاک و میانجی مورد بررسی قرار می‌گیرد. بخش دوم این پژوهش جز پژوهش‌های نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل می‌باشد.

هدف: از لحاظ هدف بخش نخست جزء پژوهش‌های توسعه‌ای و بخش دوم جزء پژوهش‌های کاربردی است. جامعه آماری این پژوهش جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر پایه نهم دبیرستان مشغول به تحصیل در دبیرستان‌های شهر اسلام آباد غرب در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود. بمنظور انتخاب اعضای گروه شرکت‌کننده با استفاده از فرمول حجم نمونه کوکران، تعداد ۳۸۴ دانش‌آموز از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند.

روش: روش گردآوری مطالب در این پژوهش به دو روش کتابخانه‌ای، میدانی و مصاحبه‌ای بود ابزارهای پژوهش در این پژوهش شامل پرسش‌نامه‌های استاندارد تنظیم هیجان گراس و جان (۲۰۱۴)، اضطراب امتحان فریدمن و همکاران (۱۹۹۷)، خودکارآمدی تحصیلی مورگان جینگر (۱۹۹۹)، هیجان تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۵)، بهزیستی مدرسه کونو و همکاران (۲۰۰۲) و پرسش‌نامه رضایت تحصیلی هیوینر (۲۰۰۱) بود. در ادامه داده‌ها با استفاده از روش آماری مدل‌سازی معادلات ساختاری و آزمون تحلیل کواریانس در نرم‌افزارهای SPSS و AMOS نسخه ۲۳ در سطح خطای ۰/۰۵ انجام گرفت.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد تنظیم هیجان، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان‌های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثرگذار می‌باشد.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌های بدست آمده پیشنهاد می‌شود برای افزایش سطح رضایت تحصیلی دانش‌آموزان به مسائل مربوط به بهزیستی مدرسه و عوامل اثرگذار بر آن مانند عوامل هیجانی و انگیزشی توجه شود.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۰۶

تاریخ داوری: ۱۴۰۱/۰۹/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۹/۱۰

از دستگاه خود برای اسکن و خواندن مقاله به صورت آنلاین استفاده کنید



DOI:

10.30495/JPMM.2023.30205.3615

واژه‌های کلیدی:

تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان، بهزیستی مدرسه، هیجان‌های تحصیلی، خودباوری تحصیلی، رضایت تحصیلی.

* نویسنده مسئول: هوشنگ جدیدی

نشانی: استادیار، گروه روان‌شناسی تربیتی، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنندج، ایران.

تلفن: ۰۹۱۸۳۵۶۰۶۵۲

پست الکترونیکی: hjadidi86@gmail.com

مقدمه

امروزه تعلیم و تربیت و روی هم رفته، تحصیل بخشی مهم از زندگی افراد را تشکیل می‌دهد، افزون بر این، کیفیت و کمیت این تحصیل نیز نقشی مهم در آینده افراد ایفا می‌کند. رضایت از تحصیل یکی از عوامل اصلی است که منجر به پیشرفت و شکست تحصیلی دانش‌آموزان و تحت تاثیر این موفقیت و شکست نیز قرار می‌گیرد. مفهوم رضایت تجربه درونی است که حضور مثبت هیجان‌ها و نبود احساسات منفی را در برمی‌گیرد. رضایت از تحصیل شامل ادراک دانش‌آموزان از برنامه‌های آموزشی، شرایط لازم برای مطالعه و همچنین، رفتار و راهنمایی معلم است. می‌توان گفت رضایت از تحصیل به عنوان یکی از مولفه‌های اساسی در ایجاد رضایت کلی از زندگی و از جمله متغیرهای عاطفی که به نظر می‌رسد نقشی مهم در تحصیل دانش‌آموزان داشته باشد، است.

با وجود اهمیت بسیار سازه رضایت از تحصیل در تعلیم و تربیت، پژوهش‌های بسیار محدود از موانع اصلی برای تکامل این سازه به شمار می‌آید. به گونه‌ای که چگونگی شکل‌گیری رضایت تحصیلی از نکات مبهم در تعریف این سازه است. همچنین، در سال‌های اخیر، افزایش علاقه بین‌المللی به مفهوم سلامت روان و تاثیر آن در همه جنبه‌های زندگی انسان مشاهده می‌شود. سازمان بهداشت جهانی (۲۰۱۳) سلامت روانی را پایه‌ای برای بهزیستی و کنش‌وری موثر فرد و جامعه می‌داند (۲۲). ماهیت و ساختار بهزیستی موضوعی است که از گذشته مورد توجه فیلسوفان و دانشمندان رشته‌های گوناگون عملی قرار داشته و به تازگی در کانون توجه روان‌شناسی مثبت نگر قرار گرفته است. بهزیستی به معنای تعادل‌یابی است و فرایند ایجاد تعادل در بین چالش‌ها، مشکلات جسمی، اجتماعی و روان‌شناختی افراد و منابع مشخصی که در حیطه جسمی، اجتماعی و روان‌شناختی در اختیار دارند، قرار دارد (۵).

همچنین، بهزیستی را می‌توان به عنوان حالت ذهنی مثبت و پایداری تعریف کرد که به افراد، گروه‌ها و ملیت‌ها اجازه می‌دهد برای کامیابی و پیشرفت خود اقدام نمایند (۴). امروزه، سازه بهزیستی به حوزه آموزش و پرورش نیز نفوذ پیدا کرده و یکی از اهداف مهم تربیتی در جوامع پیشرفته فراهم آوردن زمینه‌های بهزیستی برای دانش‌آموزان است (۱۶). برخی از پژوهشگران ویژگی‌های مثبتی مانند نیاز داشتن به آزادی، تلاش تحصیلی و شخصی، استقلال، انتخاب، خودمختاری، سلامت، امنیت و پاسخ‌های هیجانی مثبت را به عنوان شاخص‌های بهزیستی مدرسه بیان می‌کنند.

با وجود اهمیت بهزیستی مدرسه، پژوهش‌های صورت گرفته در مورد بهزیستی دانش‌آموزان در محیط مدرسه اندک است و به نظر می‌رسد که جامعه علمی آنچنان که شایسته و بایسته است، به اهمیت این سازه و نقش آن در تجارب مثبت دانش‌آموزان و ارتقاء کیفیت زندگی آن‌ها پی نبرده است (۱۴). از این رو، در این پژوهش می‌تواند خلا

پژوهش، عوامل هیجانی و شناختی موثر بر بهزیستی مدرسه را مورد بررسی قرار دهد

از سوی دیگر، اضطراب امتحان به عنوان یک پدیده متداول آموزشی رابطه‌ای تنگاتنگ با عملکرد و پیشرفت تحصیلی و حتی رضایت تحصیلی دارد. پژوهش‌های گذشته در زمینه اضطراب امتحان به منزله یک پدیده مهم شناختی هیجانی در نظر گرفته شده است. از نظر ساراسون و دیویدسون، اضطراب امتحان نوعی دل‌مشغولی ذهنی است که با خود کم‌انگاری و تردید درباره توانایی‌های خود مشخص می‌شود و غالباً به ارزیابی شناختی منفی، عدم تمرکز حواس و واکنش‌های فیزیولوژیکی نامطلوب و افت عملکرد تحصیلی منجر می‌شود. گیودا و لادلو اضطراب امتحان را نوعی واکنش ناخوشایند و هیجانی نسبت به موقعیت ارزیابی در مدرسه و کلاس درس تعریف کرده‌اند. از سوی دیگر، امروزه باورهای خودکارآمدی، به عنوان عامل موثر در نظم‌دهی انگیزش، هدایت رفتار انسان، کنار آمدن با موقعیت‌های اضطراب و استرس‌زا شناخته شده است (۱). خودکارآمدی، درجه‌ای از احساس تسلط فرد در مورد توانایی‌اش برای انجام فعالیت‌های خاص می‌باشد. تئوری خودکارآمدی باندورا (۲۰۰۲) به نقش اعتماد و اطمینان و عزت نفس فرد نسبت به توانایی‌هایش در انجام رفتار خواسته شده از وی تاکید دارد (۱). والترز (۲۰۰۴) در مطالعه‌ای نشان داد که خودکارآمدی با سطوح بالای بهره‌گیری از راهبردهای شناختی و فراشناختی و همچنین، پایداری در انجام دادن تکالیف درسی رابطه معنی‌داری دارد (۲۱). می‌توان گفت باورهای فرد از توانایی‌هایش یکی از عوامل مهم در عملکرد و کنار آمدن با موقعیت‌های اضطراب‌زا می‌باشد. با توجه به مباحث عنوان شده، نتایج این پژوهش که در بین دانش‌آموزان پایه سوم دوره متوسطه دوره اول شهرستان اسلام آباد غرب صورت خواهد گرفت، افزون بر کاربردی بودن اثربخشی مدل مستخرج بر رضایت تحصیلی، به نقش واسطه‌ای هیجان تحصیلی در رابطه بین تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با بهزیستی مدرسه نیز اشاره خواهد کرد؛ لذا، این پژوهش به گونه‌ای طراحی شده است که هم برای مشاوران، روان‌شناسان مدرسه و معلمان مفید باشد و هم برای والدینی که در کلاس‌های آموزشی خانواده و همایش‌های دیگر حضور دارند، بیان خواهد کرد که مولفه‌های مورد پژوهش چگونه بر بهزیستی مدرسه و در نهایت، رضایت تحصیلی فرزندان‌شان موثر است و چگونه می‌توان با تعدیل روش‌های رفتاری خویش در خانواده و با فرزندان، به این مهم دست یافت. با توجه به مطالب بیان شده پژوهش در مورد پاسخ این سوال است که آیا مدل مفهومی بهزیستی مدرسه بر اساس تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با مدل تجربی برازش دارد؟

مبانی نظری

تنظیم هیجان

تنظیم هیجان به استراتژی‌هایی اشاره دارد که در جهت کاهش^۱، ادامه^۲ یا افزایش^۳ هیجان استفاده می‌شوند (۶). در تعریفی دیگر تنظیم

3. Increase

1. Reduce

2. Maintain

رضایت تحصیلی

رضایت تحصیلی را لذت بردن از نقش دانش‌آموزی یا تجربه دانش‌آموز بودن تعریف کرده اند (۱۵). رضایت تحصیلی دانش‌آموزان افزون بر تبعات فردی برای خود دانش‌آموزان می‌تواند در رشد و ارتقا نظام آموزشی هر جامعه‌ای موثر باشد. لذا، رضایت تحصیلی می‌تواند شاخصی از موفقیت نظام آموزشی و در سطح آموزش عالی شاخصی برای مقدار موفقیت دانشگاهها باشد (۹).

در زمینه پیشینه پژوهش می‌توان به موارد ذیل اشاره داشت: امانی و نعیمی (۱۳۹۸) در پژوهشی به اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر اضطراب امتحان و کارآمدی پردازش در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه پرداختند. نتایج تحلیل‌ها نشان داد که آموزش تنظیم هیجان بر اضطراب امتحان و کارآمدی پردازش دانش‌آموزان مؤثر است. بنابراین، می‌توان در مدارس مهارت‌های تنظیم هیجان را به دانش‌آموزان آموزش داد تا بتوانند هیجان‌های خود، از جمله اضطراب را مدیریت کنند. جهان‌دیده و غزنوی (۱۳۹۷) در پژوهشی به بررسی رابطه خودکارآمدی، تنظیم هیجان و پیشرفت تحصیلی با اضطراب در دانش‌آموزان متوسط شهر سوران پرداختند. نتایج پژوهش نشان داد که بین خودکارآمدی، تنظیم هیجان و عملکرد تحصیلی با اضطراب امتحان دانش‌آموزان رابطه منفی و معناداری وجود دارد و همچنین، بین خودکارآمدی، تنظیم هیجان و عملکرد تحصیلی با اضطراب امتحان از نظر جنسیت تفاوت معناداری مشاهده شد. شیخ‌الاسلامی و قنبری‌طلب (۱۳۹۷) در پژوهشی به بررسی رابطه فراشناخت و بهزیستی مدرسه با توجه به نقش واسطه‌ای هیجان‌های تحصیلی پرداختند. یافته‌ها نشان دهنده اثر مستقیم دانش فراشناخت بر بهزیستی مدرسه، اثر مستقیم هیجان‌گناه بر بهزیستی مدرسه و نیز حاکی از نقش واسطه‌ای هیجان‌های تحصیلی در رابطه بین دانش فراشناخت و بهزیستی مدرسه بود به این شکل که دانش فراشناخت از راه افزایش هیجان‌گناه و امید و کاهش هیجان شرم منجر به افزایش بهزیستی مدرسه شده بود. باریکان و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهشی به بررسی رابطه بین عزت نفس و بهزیستی مدرسه در بین دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه مه‌باد صورت پذیرفته است. یافته‌ها بیانگر این است که بین عزت نفس و بهزیستی مدرسه رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. در آخر تحلیل رگرسیون مبین آن است که عزت نفس می‌تواند در پیش‌بینی بهزیستی مدرسه مورد استفاده قرار گیرد. مک‌کین و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهشی به بررسی رابطه بین هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی پرداختند (۸). نتایج نشان داد که هوش هیجانی می‌تواند از راه مکانیسم‌های گوناگونی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را مورد تأثیر قرار دهد. لذا، رابطه مثبت و معنی داری بین هوش هیجانی و عملکرد تحصیلی وجود دارد. کریسپنز و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی به این موضوع پرداختند که چگونه می‌توان اضطراب امتحان و تأخیر در تحصیل را از راه پرسش‌نامه ارزیابی شناختی کاهش داد. تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که مداخله کاهش استرس مبتنی بر پرسش، اضطراب امتحان و همچنین، تأخیر تحصیلی بعدی را در مقایسه با گروه کنترل کاهش می‌دهد (۷). این

شناختی هیجان عبارت است از فرایندهای درونی و بیرونی درگیر در راه‌اندازی، ادامه دادن و تنظیم رخدادها، تنش‌ها و بیان احساسات. مطالعه تنظیم هیجان به فرایند‌های درونی که در راستای تنظیم هیجان‌ها درگیر هستند مثل فرایند‌های شناختی هیجان، اداره کردن واکنش‌های روان شناختی و همچنین، تأثیرات بیرونی مثل والدین و سایر اشخاصی که در الگوسازی هیجان‌ها نقش دارند مربوط می‌شود.

اضطراب امتحان

ساراسون (۱۹۷۵)، به نقل از کاظمیان مقدم و مهرابی زاده هنرمند، (۱۳۹۱) اضطراب امتحان را نوعی خود اشتغالی ذهنی می‌داند که با خودکام انگاری و تردید درباره توانایی‌های شخصی مشخص می‌شود و غالباً به ارزیابی شناختی منفی، دم تمرکز حواس و واکنش‌های فیزیولوژیکی نامطلوب منجر می‌شود. چنین دانش‌آموزانی با وجود این که مفاهیم درسی را به خوبی آموخته‌اند، اما در موقعیت امتحان، قادر به استفاده از آموخته‌های خویش نیستند و به همین دلیل پیشرفت و عملکرد تحصیلی ضعیف تری خواهند داشت.

خودکارآمدی

خودکارآمدی به درجه‌ای از احساس تسلط فرد در مورد توانایی‌هایی برای انجام فعالیت‌های خاص می‌باشد و به اعتماد و اطمینان فرد نسبت به توانایی‌هایش در انجام رفتار خواسته شده از وی تأکید دارد (۲۱). بندورا (۲۰۰۶) خودکارآمدی را چنین تعریف می‌کند باور فرد در مورد توانایی مقابله او در به موقعیت خاص است و الگوهای فکری، رفتاری و هیجانی را در سطوح گوناگون تجربه انسانی تحت تأثیر قرار می‌دهد و تعیین کننده این است که آیا رفتاری شروع خواهد شد یا خیر و اگر شروع شد فرد چقدر تلاش برای انجام آن خواهد داشت و در رویارویی با مشکل استقامت از خود نشان خواهد داد (۱).

هیجان تحصیلی

هیجان‌های تحصیلی به هیجان‌هایی گفته می‌شود که به گونه مستقیم به فعالیت‌های تحصیلی یا نتایج تحصیلی، گره خورده‌اند. این تعریف دلالت بر این دارد که هیجان‌های وابسته به فعالیت‌های مرتبط با تحصیل نیز هیجان‌های تحصیلی تلقی می‌شوند (۱۰).

بهزیستی مدرسه

بر اساس نظر شارمن^۱ (۱۹۸۴) بهزیستی مدرسه را می‌توان به عنوان رضایت از مدرسه و آموزش تعریف کرد. مفهوم بهزیستی به چهار طبقه تقسیم می‌شود. شرایط مدرسه (داشتن)، روابط اجتماعی در مدرسه (دوست داشتن)، روش‌های خودشکوفایی در مدرسه (شدن) و وضع سلامت (سلامت).

¹ Schuurman

های شهر اسلام آباد غرب در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود. بمنظور انتخاب اعضای گروه شرکت کننده با استفاده از فرمول حجم نمونه کوکران، تعداد ۳۸۴ دانش‌آموز از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. روش گردآوری مطالب در این پژوهش به دو روش کتابخانه‌ای، میدانی و مصاحبه‌ای بود ابزارهای پژوهش در این پژوهش شامل پرسش‌نامه های استاندارد تنظیم هیجان گراس و جان (۲۰۱۴)، اضطراب امتحان فریدمن و همکاران (۱۹۹۷)، خودکارآمدی تحصیلی مورگان جینکر (۱۹۹۹)، هیجان تحصیلی پکران و همکاران (۲۰۰۵)، بهزیستی مدرسه کونو و همکاران (۲۰۰۲) و پرسش‌نامه رضایت تحصیلی هیونر (۲۰۰۱) بود. در ادامه داده ها با استفاده از روش آماری مدل سازی معادلات ساختاری و آزمون تحلیل کواریانس در نرم‌افزارهای SPSS و AMOS نسخه ۲۳ در سطح خطای ۰/۰۵ انجام گرفت.

یافته ها

بررسی برازش مدل علی بهزیستی مدرسه بر اساس مولفه های تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با میانجی گری هیجان های تحصیلی

برای بررسی رابطه بالا از تحلیل معادلات ساختاری تحت نرم‌افزار Amos استفاده می‌شود. با توجه به آزمون‌های پیش‌روی، برازش مدل علی بهزیستی مدرسه بر اساس مولفه های تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با میانجی گری هیجان های تحصیلی مورد سنجش قرار می‌گیرد. بنابراین، جدول ۱ به بررسی برازش مدلی کلی پژوهش می‌پردازد.

تأثیر بر اضطراب امتحان تا حدودی به دلیل افزایش خودکارآمدی بود. یونس بهات^۱ و همکاران (۲۰۱۶) در پژوهشی به بررسی رابطه بین هوش اجتماعی، عادات مطالعه و دستاوردهای تحصیلی دانشجویان پولواما پرداختند. نتیجه این مطالعه نشان می‌دهد که دانشجویان دختر دارای هوش اجتماعی و پیشرفت تحصیلی بالایی در مقایسه با دانشجویان پسر داشتند. از سوی دیگر، مشخص شد که ۷۵٪ از دانشجویان پسر و ۷۳٪ از دانشجویان دختر عادت های مطالعه داشتند. همچنین، نتایج نشان داد هوش اجتماعی می‌تواند موجب ارتقای دستاوردهای تحصیلی دانشجویان شود. دیپریت^۲ و جینینگ^۳ (۲۰۱۲) در پژوهشی به بررسی هوش اجتماعی و رفتاری و شکاف جنسیتی در پیشرفت تحصیلی اولیه پرداختند. در این مطالعه طولی گروهی از کودکان از اوایل کودکی تا کلاس پنجم مورد بررسی قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل داده ها نشان دادند که هوش اجتماعی و رفتاری اساساً اثرات مهمی بر نتایج تحصیلی کودک تا کلاس پنجم دارند. همچنین، تفاوت های جنسیتی در اکتساب این مهارت‌ها نقش دارد، افزون بر این بخش قابل توجهی از شکاف جنسیتی در نتایج دانشگاهی نیز ناشی از دوران مدرسه اولیه می‌باشد.

روش پژوهش

بخش نخست این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد که ارتباط بین متغیر پیش بین، ملاک و میانجی مورد بررسی قرار می‌گیرد. بخش دوم این پژوهش جز پژوهش‌های نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل می‌باشد. از لحاظ هدف بخش نخست جزء پژوهش‌های توسعه‌ای و بخش دوم جزء پژوهش‌های کاربردی است. جامعه آماری این پژوهش جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان پسر پایه نهم دبیرستان مشغول به تحصیل در دبیرستان

جدول ۱- برازش مدلی کلی پژوهش

بهزیستی مدرسه		نتیجه		نتیجه		نتیجه	
R ² (ضریب تعیین)	نتیجه	f ²	نتیجه	Gof	نتیجه	شاخص استون-گیسر Q ²	نتیجه
تنظیم هیجانی	۰/۲۸۱	قوی	۰/۵۷۳	بسیار قوی	۰/۳۲۷	قوی	۰/۶۸۸
اضطراب امتحان	۰/۱۱۰	متوسط	۰/۲۵۱	قوی			
خودکارآمدی تحصیلی	۰/۲۵۱	قوی	۰/۱۴۲	قوی			
هیجان تحصیلی	۰/۱۴۲	قوی					

³ Jennings

¹ Younis Bhat

² DiPrete

می‌دهد که کیفیت مدل ساختاری در فرضیه کلی نخست پژوهش به صورتی قوی ارزیابی می‌شود.

بنابراین، با توجه به نتایج بدست آمده شاخص های برازش R^2 ، Gof و Q^2 که به ترتیب در سطح قوی، بسیار قوی و قوی هستند، می‌توان نتیجه گرفت که مدل علی بهزیستی مدرسه بر اساس مولفه های تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با میانجی گری هیجان‌های تحصیلی برازش دارد. پس فرضیه کلی نخست پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می‌شود. لازم به ذکر است که تخمین ضرایب و معناداری ضرایب مدل ساختاری پژوهش در حالت کلی در اشکال ۱ و ۲ آورده شده است.

بررسی تاثیر مدل علی بر رضایت تحصیلی

برای بررسی تاثیر فوق از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره^۱ یا آنکووا تحت نرم افزار SPSS استفاده می‌شود. در بررسی فوق مدل علی بهزیستی مدرسه به‌عنوان متغیر مستقل، نمرات رضایت تحصیلی در حالت پس آزمون به‌عنوان متغیر وابسته و نمرات رضایت تحصیلی در حالت پیش آزمون به‌عنوان متغیر کنترل ایفای نقش می‌کنند. ابتدا پیش از بررسی تاثیر بالا لازم است که پیش فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره از جمله همگنی شیب های رگرسیون، وجود ارتباط خطی و نیز برابری واریانس ها مورد بررسی و تأیید قرار گیرند.

بررسی همگنی شیب رگرسیون

این فرض به معنی یکسان بودن رابطه نمرات رضایت تحصیلی پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل است. برای بررسی این فرض از تحلیل واریانس استفاده شده که نتایج آن در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲- همگنی شیب‌های رگرسیون در فرضیه کلی دوم پژوهش

مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معنی داری
۱۶۹۷/۲۰۴	۳	۵۷۱/۰۳۴	۱۵/۳۱۱	۰/۰۰۱
۵۳۱/۱۱۱	۱	۵۳۱/۱۱۱	۱۴/۸۰۳	۰/۰۰۱
۴۶/۸۱۲	۱	۴۶/۸۱۲	۱/۲۶۶	۰/۲۵۹
۷۳۳/۰۹۲	۱	۷۳۳/۰۹۲	۱۸/۷۰۵	۰/۰۰۱
۲/۹۱۸	۱	۲/۹۱۸	۰/۰۷۸	۰/۶۹۲
۹۳۱/۱۱۳	۲۵	۳۶/۷	-	-
۱۰۳۵۱۶	۲۹	-	-	-
۲۵۱۴/۶۶	۲۸	-	-	-

پیش‌آزمون نمرات رضایت تحصیلی از نظر آماری معنی‌دار نیست. بنابراین، می‌توان این گونه نتیجه گیری کرد که داده‌ها از فرضیه همگنی شیب های رگرسیون پشتیبانی می‌کنند.

جدول ۱ نشان می‌دهد که شاخص R^2 برای متغیر ملاک یا درون زا آورده شده است و مقادیر آنها با سه مقدار ۰/۱۹ (کیفیت پیش‌بینی ضعیف)، ۰/۳۳ (کیفیت پیش‌بینی متوسط) و ۰/۶۷ (کیفیت پیش‌بینی قوی) مورد ارزیابی قرار می‌گیرند. این امر گویای این مطلب است که تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان، خودکارآمدی تحصیلی و هیجان تحصیلی روی هم رفته به مقدار ۶۹٪ و به صورتی قوی بهزیستی دانش‌آموزان را به عنوان متغیر درون‌زا و یا ملاک مورد پیش‌بینی قرار می‌دهند. شاخص f^2 نشان‌دهنده سهم هر متغیر پیش بین در R^2 است و مقادیر آنها با سه مقدار ۰/۰۲ (کیفیت پیش‌بینی ضعیف)، ۰/۱۵ (کیفیت پیش‌بینی متوسط) و ۰/۳۵ (کیفیت پیش‌بینی قوی) مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. بنابراین از این شاخص می‌توان نتیجه گرفت که سهم تنظیم هیجانی، خودکارآمدی تحصیلی و هیجان تحصیلی در R^2 در سطح قوی و سهم اضطراب امتحان در R^2 در سطح متوسط بوده و در این بین متغیر تنظیم هیجانی سهم بیش‌تری نسبت به سایر متغیرها در R^2 دارد. از طرفی، آزمون Gof که مربوط به شاخص نیکویی برازش می‌باشد، با مقدار ۰/۵۷۳ با سه مقدار استاندارد ۰/۰۱ (کیفیت سنجی ضعیف)، ۰/۲۶ (کیفیت سنجی متوسط) و ۰/۳۶ (کیفیت سنجی قوی) مورد ارزیابی قرار می‌گیرد و مشخص می‌شود که قدرت پیش بینی این نرم افزار جهت بررسی مدل کلی پژوهش در حد بسیار قوی است. همچنین، شاخص استون-گیسر Q^2 است، برای متغیر درون‌زا آورده شده است و مقادیر آنها با سه مقدار ۰/۰۲ (کیفیت مدل ساختاری ضعیف)، ۰/۱۵ (کیفیت مدل ساختاری متوسط) و ۰/۳۵ (کیفیت مدل ساختاری قوی) مورد ارزیابی قرار می‌گیرد. لذا، مشخص شد که برای متغیر بهزیستی مدرسه به مقدار ۳۲۷٪ می‌باشد و این شاخص نشان

جدول بالا گویای این مطلب است که سطح معنی داری به دست آمده از آماره F در سطر پنجم جدول بیش‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد و این امر گویای این مطلب است که با سطح اطمینان ۹۵٪ تعامل بین گروه و

1. Analysis of Covariance

جدول ۳- بررسی برابری واریانس‌ها در تاثیر یاد شده

آماره F	درجه آزادی اول	درجه آزادی دوم	سطح معنی داری
۰/۰۲۱	۱	۲۷	۰/۸۴

حال جدول ۴ با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس به بررسی تاثیر مدل علی بر رضایت تحصیلی می‌پردازد.

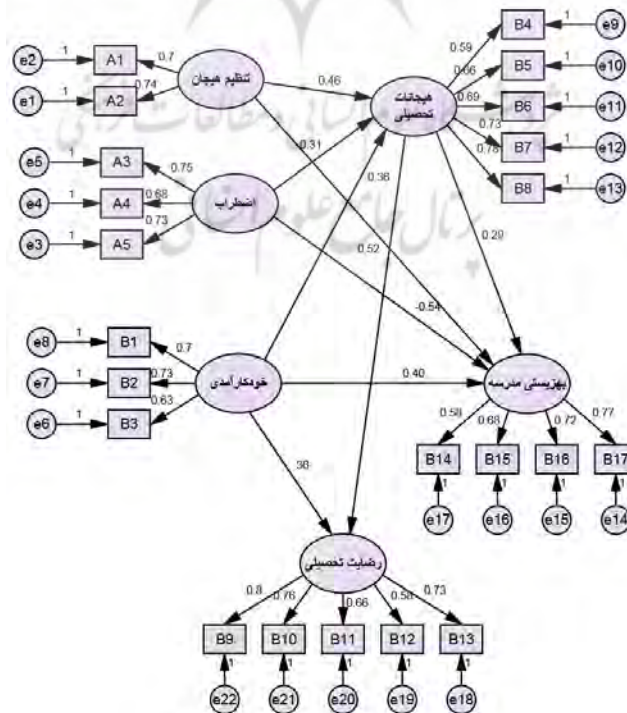
جدول ۳ گویای این مطلب است که سطح معنی داری بدست آمده از تست لون بیش‌تر از ۰/۰۵ است، بنابراین با سطح اطمینان ۹۵٪ فرض برابری خطای واریانس تخطی نشده است و لذا، واریانس‌ها همگن و برابر هستند.

جدول ۴- بررسی تاثیر مدل علی بر رضایت تحصیلی

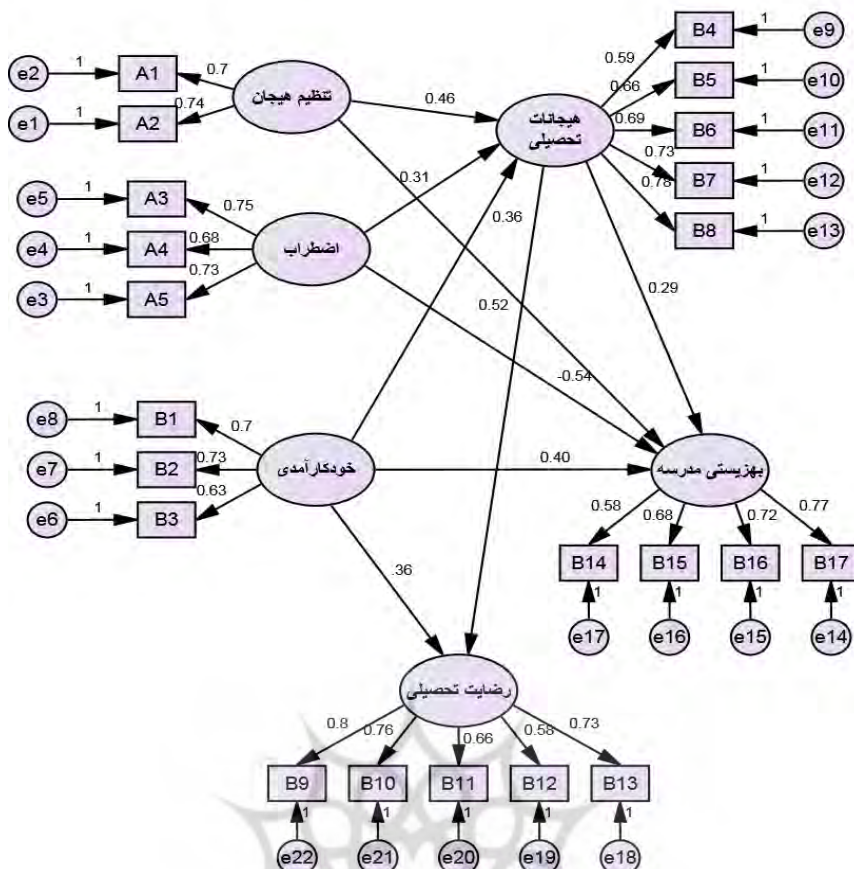
مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	آماره F	سطح معنی داری	مجذور اتا
۱۶۹۳/۱۵۱	۲	۷۹۹/۴۱۵	۲۱/۴۲۰	۰/۰۰۱	۰/۶۶۹
۱۱۴۱/۳۱۲	۱	۱۱۴۱/۳۱۲	۲۸/۶۸۷	۰/۰۰۱	۰/۵۹۲
۱۱۵۱/۰۸۹	۱	۱۱۵۱/۰۸۹	۳۰/۹۱۲	۰/۰۰۱	۰/۵۸۲
۱۱۰۳/۲۳۳	۱	۱۱۰۳/۲۳۳	۲۶/۰۴۵	۰/۰۰۱	۰/۵۶۷
۹۴۱/۱۱	۲۶	۳۴/۷۰۶	-	-	-
۱۰۳۵۱۶	۲۹	-	-	-	-
۲۵۱۴/۶۶	۲۸	-	-	-	-

بر رضایت تحصیلی که در جدول ۴ ارائه شده است نشان می‌دهد، مدل علی بر رضایت تحصیلی تاثیر دارد. از سوی دیگر، از مجذور اتا می‌توان نتیجه گرفت که آموزش مدل علی بهزیستی مدرسه به مقدار حدوداً ۶۲٪ بر رضایت تحصیلی تاثیرگذار است.

سطح معناداری بدست آمده از آماره F در متغیر پیش‌آزمون کم‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد. بنابراین، متغیر تصادفی با متغیر وابسته رابطه دارد. نتایج بدست آمده از اثر اصلی گروه نشان داد که گروه تاثیر معناداری بر متغیر وابسته داشته است. بنابراین، نتایج تحلیل کوواریانس برای آزمون مدل علی



شکل ۱- نتایج معادلات ساختاری براساس ضرایب استاندارد شده



شکل ۲- نتایج معادلات ساختاری براساس ضرایب معناداری

جدول ۵- خلاصه نتایج روابط بین متغیرهای پژوهش

نتیجه آماری	ضرایب معناداری	ضرایب استاندارد شده	بهزیستی مدرسه	تنظیم هیجان
تایید فرضیه	۳,۶۹	۰/۴۶	بهزیستی مدرسه	تنظیم هیجان
تایید فرضیه	۶,۲۵	-۰/۵۴	بهزیستی مدرسه	اضطراب
تایید فرضیه	۴,۴۰	۰/۴۰	بهزیستی مدرسه	خودکارآمدی تحصیلی

مقادیر برآورد شده در جدول بالا بیانگر این است:

بررسی رابطه بین تنظیم هیجانی با بهزیستی مدرسه

ارتباط علی متغیر تنظیم هیجان با متغیر بهزیستی مدرسه به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0.05$) و شدت رابطه در حد 0.46 می باشد. بنابراین، فرض پژوهش مبنی بر اینکه بین تنظیم هیجان با متغیر بهزیستی مدرسه رابطه علی معناداری وجود دارد، تأیید می شود.

بررسی رابطه بین اضطراب امتحان با بهزیستی مدرسه

ارتباط علی متغیر اضطراب امتحان با متغیر بهزیستی مدرسه به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0.05$) و شدت رابطه در حد -0.54 می باشد. بنابراین فرض پژوهش مبنی بر اینکه بین اضطراب امتحان با متغیر بهزیستی مدرسه رابطه منفی و معناداری وجود دارد، تأیید می شود.

بررسی اثرگذاری تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان های تحصیلی با بهزیستی مدرسه

الف- تنظیم هیجانی با نقش میانجی هیجان های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثرگذار می باشد.

جدول ۶-آزمون سابل تست پیرامون اثر متغیر میانجی هیجان‌های تحصیلی در رابطه بین بهزیستی مدرسه و رضایت تحصیلی

Input:		Test statistic:	Std. Error:	p-value:
a	.46	Sobel test: 7.09267877	0.02594224	0
b	.40	Aroian test: 7.08085215	0.02598557	0
s _a	.03	Goodman test: 7.10456484	0.02589884	0
s _b	.05	Reset all	Calculate	

مقدار Z-value ۷/۰۹ می‌باشد که چون بیش تر از ۱/۹۶ است تاثیر متغیر هیجان‌های تحصیلی بر رابطه بین بهزیستی مدرسه و رضایت تحصیلی تایید می‌شود.

ب- اضطراب امتحان با نقش میانجی هیجان‌های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثرگذار می‌باشد.

جدول ۷-آزمون سابل تست پیرامون اثر متغیر میانجی هیجان‌های تحصیلی در رابطه بین بهزیستی مدرسه و رضایت تحصیلی

Input:		Test statistic:	Std. Error:	p-value:
a	.36	Sobel test: 5.27490089	0.0211568	1.3e-7
b	.31	Aroian test: 5.25148851	0.02125112	1.5e-7
s _a	.05	Goodman test: 5.29862923	0.02106205	1.2e-7
s _b	.04	Reset all	Calculate	

مقدار Z-value ۵,۲۷ می‌باشد که چون بیش تر از ۱/۹۶ است تاثیر متغیر هیجان‌های تحصیلی بر رابطه بین بهزیستی مدرسه و رضایت تحصیلی تایید می‌شود.

ج- خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان‌های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثرگذار می‌باشد.

جدول ۸- آزمون سابل تست پیرامون اثر متغیر میانجی هیجان‌های تحصیلی در رابطه بین خودکارآمدی تحصیلی و رضایت تحصیلی

Input:		Test statistic:	Std. Error:	p-value:
a	.36	Sobel test: 6.25944392	0.02185498	0
b	.38	Aroian test: 6.24475274	0.02190639	0
s _a	.05	Goodman test: 6.27423927	0.02180344	0
s _b	.03	Reset all	Calculate	

مقدار Z-value ۶/۲۵ می‌باشد که چون بیش تر از ۱/۹۶ است تاثیر متغیر هیجان‌های تحصیلی بر رابطه بین خودکارآمدی تحصیلی و رضایت تحصیلی تایید می‌شود.

جدول ۹- تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثر گذار می باشد.

اثر مستقیم بر میانجی		اثر غیر مستقیم		اثر کل	
ضریب استاندارد شده	عدد معنا داری	ضریب استاندارد شده	عدد معنا داری	ضریب استاندارد شده	عدد معنا داری
۰/۴۰	۷/۰۹	۰/۲۵	۴/۲۴	۰/۶۵	۶/۹۸
۰/۳۱	۶/۲۵	۰/۱۲	۵/۷۴	۰/۴۲	۳/۵۲
۰/۳۶	۶/۵۶	۰/۱۱	۶/۲۵	۰/۴۷	۴/۲۰

و می توان شامل راهبردهای آگاهانه و غیر آگاهانه شود که برای افزایش، حفظ و کاهش مولفه های هیجانی، رفتاری شناختی یک پاسخ هیجانی به کار برده می شود. پاسخ های هیجانی اطلاعات مهمی در باره تجربه فرد در ارتباط با دیگران فراهم می کنند. با این اطلاعات، دانش آموزان در مدرسه یاد می گیرند که در رویارویی با هیجانات چگونه رفتار کنند، چگونه تجارب هیجانی را به صورت کلامی بیان کنند و چه راهکارهایی را در پاسخ به هیجان ها بکار برند و در زمینه هیجان های خاص، چگونه با دیگران رفتار کنند. افراد دارای سطح بهزیستی مدرسه بالا برای حل مسائل تحصیلی پافشاری بیش تری می کنند و در برابر بازخوردهای نامطلوبی که از محیط اطرافشان دریافت می کنند، استقامت بیش تری دارند. در نتیجه می توانند سطوح بالاتری از هیجان های مثبت را بروز دهند (۱۱). همچنین، بهزیستی مدرسه جزء بعد اجتماعی و هیجانی انسان است و از منابعی چون تجربه هیجانات مثبت، خشنودی، سلامت، خودشکوفایی، روابط اجتماعی و رضایت از زندگی نشأت می گیرد. بر این اساس، آموزش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان، بهزیستی مدرسه را افزایش می دهد چراکه افراد می آموزند که چگونه به خود دیگران همدلی و همدردی کنند و در نتیجه این همدلی و آگاهی لحظه ای در زمان حال با نگرش بدون قضاوت و پیش داوری باورها و تجارب افراد را اصلاح می کند و نگرش آن ها نسبت به خود و توانایی هاشان را تغییر می دهد و این امر بهزیستی اجتماعی آن ها را ارتقا می دهد.

همچنین، بین اضطراب امتحان با بهزیستی مدرسه رابطه معناداری وجود دارد. در این بخش می توان ارتباط موجود بین اضطراب امتحان با بهزیستی مدرسه را مشاهده کرد. براساس نتایج بدست آمده از مدل ارتباط علی متغیر اضطراب امتحان با متغیر بهزیستی مدرسه به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0/05$) و شدت رابطه در حد $0/54$ می باشد بنابراین، فرض پژوهش مبنی بر اینکه بین اضطراب امتحان با متغیر بهزیستی مدرسه رابطه منفی و معناداری وجود دارد، تأیید می شود. این یافته به طور نسبی با نظرات تاهوون (۲۰۲۱)، تستیاس و همکاران (۲۰۱۹) و استین مایز و مک الوانی (۲۰۱۶) مبنی بر رابطه منفی بین اضطراب امتحان و بهزیستی مدرسه هم خوانی دارد (۱۷، ۱۸، ۱۹). در

مقدار Z-value بدست آمده در خصوص سه متغیر بالا بیش تر از $1/96$ است تأثیر متغیر میانجی هیجان های تحصیلی بر رابطه بین خودکارآمدی تحصیلی و ، اضطراب امتحان و تنظیم هیجانی بر رضایت تحصیلی تأیید می شود.

نتیجه گیری

با توجه به نتایج بدست آمده می توان گفت که مدل علی بهزیستی مدرسه بر اساس مولفه های تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با میانجی گری هیجان های تحصیلی دانش آموزان پسر پایه نهم دبیرستان شهرستان اسلام آباد غرب در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ اثر بخشی مستقیم دارد. بررسی شاخص های برازش مدل حاکی از آن بود که مدل نهایی، برازش نسبتاً مطلوبی با داده ها دارد و فرضیه تأیید شد. همچنین، با توجه به این که روابط به بررسی تأثیر مدل علی بر رضایت تحصیلی می پردازد، نتایج حاصله در مباحث قبلی گویای این واقعیت می باشد که مدل علی بر رضایت تحصیلی تأثیر داشت و این باعث شد که نمرات رضایت تحصیلی گروه آزمایش پس از آموزش مدل علی بهزیستی مدرسه، رضایت تحصیلی افزایش پیدا کند.

همچنین، نتایج نشان داد که بین تنظیم هیجانی با بهزیستی مدرسه رابطه معناداری وجود دارد. در این قسمت می توان ارتباط موجود بین تنظیم هیجانی با بهزیستی مدرسه را مشاهده کرد. براساس نتایج بدست آمده از مدل ارتباط علی متغیر تنظیم هیجان با متغیر بهزیستی مدرسه به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0/05$) و شدت رابطه در حد $0/46$ می باشد بنابراین، فرض پژوهش مبنی بر اینکه بین تنظیم هیجان با متغیر بهزیستی مدرسه رابطه علی معناداری وجود دارد، تأیید می شود. این یافته ها به گونه نسبی با پژوهش های رویز اراندا و همکاران^۱ (۲۰۱۲)؛ اورناگی و همکاران^۲ (۲۰۱۴)، ورزلتی و همکاران^۳ (۲۰۱۶) نورعلی و همکاران (۱۳۹۷) مبنی بر این که تنظیم هیجانی رابطه مستقیمی با بهزیستی مدرسه دارد، هم خوانی دارد و می توان تأییدی بر یافته های این پژوهش باشد (۱۱، ۱۲، ۱۳، ۲۰). در تبیین این نتایج می توان گفت تنظیم هیجانی روشی است که فرد توسط آن، ثبات عاطفی پیدا می کند

³ Verzeletti et al

¹ Ruiz Aranda et al

² Ornaghi et al

تبیین این نتایج می‌توان عنوان کرد که اضطراب امتحان عامل مهمی در بی‌قراری و خستگی، انقباض عضلانی و درد شکم دانش‌آموزان پیش از امتحان می‌باشد. به بیان دیگر، اضطراب امتحان یک واکنش هیجانی ناخوشایند به موقعیت ارزیابی است. این هیجان با احساس ذهنی از تنش، تشویش و برانگیختگی سیستم عصبی خودکار مشخص می‌شود و نقش مخرب و بازدارنده‌ای در سلامت روانی و تحصیلی دانش‌آموزان ایفا می‌کند. لذا، می‌تواند در بسیاری از حوزه‌های زندگی دانش‌آموزان و تغییرات مولفه‌های شناختی و عاطفی آن‌ها اثرگذار باشد.

هم‌چنین، می‌توان ارتباط موجود بین خودکارآمدی تحصیلی با بهزیستی مدرسه را مشاهده کرد. براساس نتایج بدست آمده از مدل ارتباط علی متغیر خودکارآمدی تحصیلی با متغیر بهزیستی مدرسه به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0/05$) و شدت رابطه در حد $0/40$ می‌باشد. بنابراین، فرض جزئی پژوهش مبنی بر اینکه بین خودکارآمدی تحصیلی با متغیر بهزیستی مدرسه رابطه علی معناداری وجود دارد، تأیید می‌شود. این یافته به طور نسبی با نظرات اعتمادی و همکاران (۱۳۹۴)، شمس و همکاران (۱۳۹۰) و باریکان و همکاران (۱۳۹۶) مبنی بر وجود رابطه معنی‌دار بین خودکارآمدی تحصیلی و بهزیستی هم خوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان عنوان کرد که دانش‌آموزانی که خودکارآمدی بالایی دارند بر این باور هستند که می‌توانند به گونه موثر با رویدادها و شرایط مواجه شوند. با توجه به این که این دانش‌آموزان در رویارویی با مشکلات انتظار موفقیت دارند بر روی تکلیف استقامت کرده و اغلب در سطحی بالا عمل می‌کنند. چنین دانش‌آموزانی در مقایسه با دانش‌آموزانی که دارای خودکارآمدی کم‌تری هستند، از تردید کم‌تری نسبت به توانایی خود برخوردارند و اطمینان بیش‌تری به خود دارند لذا مشکلات را چالش می‌بینند و آن‌ها را به عنوان نوعی تهدید در نظر نمی‌گیرند و بدین ترتیب فعالانه موقعیت‌های جدید را جستجو می‌کنند زیرا خودکارآمدی بالا ترس از شکست را کاهش داده، سطح آرزو را بالا می‌برد و توانایی مسئله‌گشایی و تفکر تخیلی را در دانش‌آموزان بهبود می‌بخشد. چنین ویژگی‌هایی موجب می‌شود که دانش‌آموزان زود تسلیم نشوند و مورد تشویق معلمان قرار گرفته و زمانی را که در مدرسه به سر می‌برند احساس غرور و شادی داشته باشند.

هم‌چنین، نتایج نشان داد که تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان‌های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی اثرگذار می‌باشد. در این قسمت می‌توان ارتباط موجود بین تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با نقش میانجی هیجان‌های تحصیلی با بهزیستی مدرسه بر رضایت تحصیلی را مشاهده کرد. براساس نتایج بدست آمده از مدل مقدار Z -value بدست آمده در مورد سه متغیر بالا بیش‌تر از $1/96$ است تاثیر متغیر میانجی هیجان‌های تحصیلی بر رابطه بین خودکارآمدی تحصیلی و اضطراب امتحان و تنظیم هیجانی بر رضایت تحصیلی تأیید می‌شود. این یافته به گونه نسبی با نظرات

رفیعی پور و همکاران (۱۳۹۸)، امانی و نعیمی (۱۳۹۸)، جهان‌دیده و غزنوی (۱۳۹۷)، نورعلی و همکاران (۱۳۹۷)، تاهوون (۲۰۲۱)، استین‌مایر و مک‌الوانی (۲۰۱۶)، ورزلی و همکاران^۱ (۲۰۱۶)، رویز اراندا و همکاران^۲ (۲۰۱۲)؛ اورناگی و همکاران^۳ (۲۰۱۴) هم خوانی دارد. در تبیین این یافته بایستی عنوان کرد افراد دارای سطح بهزیستی مدرسه بالا، برای حل مسائل تحصیلی پافشاری بیش‌تری می‌کنند و در برابر بازخوردهای نامطلوبی که از محیط اطراف‌شان دریافت می‌کنند، استقامت بیش‌تری دارند. در نتیجه می‌توانند سطوح بالاتری از هیجان‌های مثبت را بروز دهند. افزون بر این، بهزیستی مدرسه جزء بعد اجتماعی و هیجان‌انسان است و از منابعی چون تجربه هیجان‌های مثبت، خشنودی، سلامت، خودباوری و رضایت از زندگی نشات می‌گیرد. هم‌چنین، می‌توان گفت که عوامل عمده و موثری در ارتقا و یا کاهش سلامت روانی تاثیرگذار هستند که از جمله می‌توان از خودکارآمدی و هیجان تحصیلی نام برد که این عوامل می‌توانند به دانش‌آموز کمک کنند تا با شرایط استرس‌زا و اضطراب ناشی از امتحان کنار بیایند و آسیب روانی و جسمانی کم‌تری را متحمل شوند و بدین ترتیب موجب رضایت از تحصیل شوند.

با توجه به نتایج به دست آمده می‌توان پیشنهاد داد که:

۱- با توجه به این که مدل علی بهزیستی مدرسه بر اساس مولفه‌های تنظیم هیجانی، اضطراب امتحان و خودکارآمدی تحصیلی با میانجی‌گری هیجان‌های تحصیلی برآزش دارد، به تمامی مسئولین امر در آموزش و پرورش شهر اسلام آباد غرب پیشنهاد می‌شود که با مشاوره دانش‌آموزان در زمینه تنظیم هیجانی و بررسی قدرت برنامه‌ریزی و انضباط فردی و تحصیلی آنها از راه معلمان و نیز مشاوران مدارس، بررسی هیجانات مثبت و منفی آنها و توانایی دانش‌آموزان در کنترل هیجانات خویش و هم‌چنین، شناسایی نشانه‌های خودناتوان‌سازی از راه مشاهدات مستقیم در محیط مدرسه و کلاس درس و یا محیط خانه با پیگیری کردن از والدین، زمینه و بستر کاهش اضطراب امتحان را در نزد دانش‌آموزان فراهم آورند و نیز با فراهم ساختن محیط مدرسه برای دانش‌آموزان موجب گسترش دوستی‌ها و رفاقت‌ها، گذراندن اوقات بیش‌تر در طبیعت، گذراندن وقت در حالت وجد و سرشاری، انجام بیش‌تر فعالیت‌های جسمانی، کشف و استفاده از توانمندی‌های خود در زندگی، مراقبه، آموختن، لذت‌داشتن، شناسایی و تغییر باورهای غیر مفید، سبب ارتقای بهزیستی مدرسه شوند.

۲- با توجه به این که مدل علی درگیری تحصیلی بر رضایت تحصیلی تأثیر دارد، به تمامی مسئولین امر در آموزش و پرورش شهر اسلام آباد غرب پیشنهاد می‌شود که از این پروتکل مدل علی درگیری تحصیلی در خصوص ارتقای رضایت تحصیلی بیش‌تر استفاده کنند تا زمینه افزایش تنظیم هیجانی، هیجان‌های مثبت و نیز بستر کاهش هیجان‌های منفی، کاهش اضطراب امتحان، افزایش هیجان‌های تحصیلی و بهزیستی بیش‌تر مدسه و خودکارآمدی در نزد دانش‌آموزان ایجاد شود.

³ Ornaghi et al

¹ Verzeletti et al

² Ruiz Aranda et al

References

- 1- Bandura A, Adams NE. Analysis of self efficacy theory in behavior change, cognitive theory. *Ther & Res* 2002; 23(1): 287-310.
- 2- Barikan E, Abdullahpour, MA, Kurd B. investigation of the relationship between self-esteem and school well-being among second year high school students of Mahabad city, the third national conference of knowledge and technology of educational sciences, social studies and psychology of Iran, Tehran. 2016, <https://civilica.com/doc/697637>. (in persion)
- 3- Barikan E, Abdullahpour MA. Investigation of the relationship between self-efficacy and school well-being among students of the second year of high school in Mahabad city, the third national conference of knowledge and technology of educational sciences, social studies and psychology of Iran, Tehran. 2016, <https://civilica.com/doc/697638>. (in persion)
- 4- Clarke A, Friede T, Putz R, Ashdown J, Martin S, Blake A, Adi Y, Parkinson J, Flynn P, Platt S, Stewart-Brown S. Warwickedinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Validated for teenage school students in England and Scotland. A mixed methods assessment. *Public Health*, 2011, 11(1): 487-492.
- 5- Dodge R, Daly A, Huyton J, Sanders L. The challenge of defining wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 2012, 2(3): 222-235.
- 6- Gross JJ. Handbook of emotion regulation. 2 nd ed. New York City, United States: Guilford Press; 2015.
- 7- Krispenz A, Gort C, Schültke L, Dickhäuser O. How to Reduce Test Anxiety and Academic Procrastination Through Inquiry of Cognitive Appraisals: A Pilot Study Investigating the Role of Academic Self-Efficacy. *Front. Psychol.* 10:1917. 2019.
- 8- Mac Cann Carolyn, Yixin Jiang K, Double S, Bucich M, Minbashian AA. (2020). Emotional Intelligence Predicts Academic Performance: A Meta-Analysis, *American Psychological Association*, Vol. 146, No. 2, 150-186 ISSN: 0033-2909 <http://dx.doi.org/10.1037/bul0000219>
- 9- Machell KA, Blalock DV, Kashdan TB, Yuen M. Academic achievement at the cost of ambition: The mixed results of a supportive, interactive environment on socially anxious teenagers. *Personality and Individual Differences*, 2016, 89, 166-171.
- 10- Nikdel F, Kadivar P, Farzad VE, Arabzadeh M, Kavosian J. The relationship between academic self-concept, positive and negative academic emotions and self-directed learning. *Applied Psychology Quarterly*, 2019, 21 (1), Spring 2013, 103-119. (in persion)
- 11- Noor Ali H, Haji Yakhchali AR, Shahni Yilaqh M. Maktabi GhH. The effect of teaching cognitive emotion regulation strategies on adaptation, school well-being and emotion regulation in male students of gifted schools in Darkhsan, *Journal of Psychological Achievements*, Shaheed Chamran University, 2017, 4(2), 91-110. (in persion)
- 12- Ornaghi V, Brockmeier J, Grazzani I. Enhancing social cognition by training children in emotion understanding: A primary school study. *Journal of Experimental Child Psychology*, 2014, 119, 26-39.
- 13- Ruiz-Aranda D, Castillo R, Salguero JM, Cabello R, Fernandez- Berrocal P, Balluerka N. Short and midterm effects of emotional intelligence training on adolescent mental health. *Journal of Adolescent Health*, 2012, 51 (5), 462-467.
- 14- Sheikhol Eslami R, Ghanbari Talab M. Relationship between metacognitive knowledge and school well-being: The meditating role of academic emotions. *Quarterly of Applied Psychology*, 2018, 12(3): 375-395.
- 15- Simões C, Matos MG, Tomé G, Ferreira M, Cháinho H. School satisfaction and academic achievement: the effect of school and internal assets as moderators of this relation in adolescents with special needs. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2010, 9, 1177-1181.
- 16- Soutter AK. What can we learn about wellbeing in school? *Journal of Student Wellbeing*, 2011, 5(1): 1-21.
- 17- Steinmayr R, McElvany M. Subjective well-being, test anxiety, academic

achievement: testing for reciprocal effects. *J Medical Health Welfare*, 2016, 10, 338-348.

18- Tahoon R, EFFECTS OF TEST ANXIETY, DISTANCE EDUCATION ON GENERAL ANXIETY AND LIFE SATISFACTION OF UNIVERSITY STUDENTS, *Psycho-Educational Research Reviews* 2021, 10(1), , pp 107-117.

19- Tsitsas G, Nanopoulos P, Paschali A. Life satisfaction and anxiety levels among university students. *Creative Education*, 2019, 10: 947-961. <http://www.scirp.org/journal/ce>, DOI:10.4236/ce.2019.105071

20- Verzeletti C, Zammuner VL, Galli C, Agnoli S. Emotion regulation strategies and

psychosocial well-being in adolescence. *Cogent Psychology*, 2016, 3 (1), 1-15.

21- Wollters CA. Advancing achievement goal theory: using goal, structures and goal orientations to predict students' motivation cognition and achievement. *Journal of Educational psychology* 2004; 82(1): 51-59.

22- World Health Organization. *The World Health Report 2000. Health Systems: Improving Performance*. Geneva: World Health Organization. 2013, <http://www.who.int/whr/2000/en/> (accessed 1 September 2013).



