

Research Paper

Hope, life satisfaction, self-esteem and mental health mediated by cognition, metacognition and progress motivation in students



Taghi. Akbari^{1*} & Shahram. Mehravar Giglou²

1. Associate Professor of Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
2. Ph.D. in Higher Education Management, Allameh Tabatabaie University, Tehran, Iran.



Citation: Akbari, T. & Mehravar Giglou, S. (2022). [Hope, life satisfaction, self-esteem and mental health mediated by cognition, metacognition and progress motivation in students (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 10(4):6-20. <https://dx.doi.org/10.22098/jsp.2022.1459>

doi: 10.22098/jsp.2022.1459



Article Info:

Received: 2019/03/06

Accepted: 2022/01/22

Available Online: 2022/03/02

Key words:

Hope, life satisfaction, self-esteem, metacognition, motivation for progress, mental health.

ABSTRACT

Objective: The purpose of this study was to predict mental health of students based on hope, life satisfaction and self-esteem with the mediating role of cognition, metacognition, and motivation for progress.

Methods: The research method was correlational and 256 students were selected through randomized multistage cluster sampling. They answered the questionnaire of hope, life satisfaction, self-esteem, general health, cognition, metacognition, and progression motivation.

Results: The results showed that the standardized coefficient is the path of direct effects of hope, life satisfaction and self-esteem with cognition, metacognition, progress motivation and mental health, and the direct effects of cognition, metacognition, and progress motivation with mental health are significant at 0.01 alpha level ($p < .01$). Also, the indirect coefficient related to the hope, life satisfaction and self-esteem relationship with mental health by variables of cognition, metacognition and progress motivation were significant at 0.01 alpha level.

Conclusion: In general, the results revealed the effect of hope, life satisfaction and self-esteem in promoting cognitive, metacognitive and student motivation for achieving mental health.

Extended Abstract

1. Introduction

M

ental health is one of the most important structures of positive psychology. Positive psychology detects the structures and practices that lead to mental health and happiness of human beings, with regard to human talents and abilities, rather than address abnormalities and disorders. Gestel et al. (2011) have identified hope as one of the most important aspects of mental health and have proved their link. Positive and hopeful people are less

likely to experience physical inferiority or depression when confronted with life issues. In recent years, research has shown that self-esteem is one of the most important psychological factors and is considered as the main and important components of mental health and have been considered by researchers and thinkers of recent decades. Ghoni, Khelaphat and Boisen (2007) introduced another important aspect of mental health in life satisfaction of people. Life satisfaction and life assessment of people about themselves show their feelings about the future of their lives. Another psychological variable related to mental health is the motivation progress (Akbarpoor Zanglani et al., 2016).

*Corresponding Author:

Taghi. Akbari

Address: Associate Professor of Educational Sciences, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.

Tel: +98 (45) 33612916

E-mail: akbari-ta@uma.ac.ir

Slavin finds the motivation progress as the desire to success and engage in activities whose success depends on the individual's endeavor and ability (Schiefele, 2017).

2. Materials and Methods

The present study is a descriptive correlational method that is considered as a quantitative research. The population of this study included all students of the second grade secondary school of Parsabad who were studying in 2017 academic year. As a sample, 256 people were selected by random cluster sampling. Finally, 218 questionnaires were accepted. The sample selection process was as a way that at first four schools were selected from Parsabad Secondary Schools.

Then, four schools (from each base of a class) were selected from each school. The total numbers of students were 256 in these classes. The following instruments was used to collect data: Goldberg General Health Questionnaire, Rosenberg Self-Esteem Questionnaire, Life satisfaction scale questionnaire, Snyder hope questionnaire, Progress Motivation Questionnaire, Cognition and Metacognition.

3. Results

Route analysis was used to study the conceptual model of the research. The model is presented with model-fit indexes.

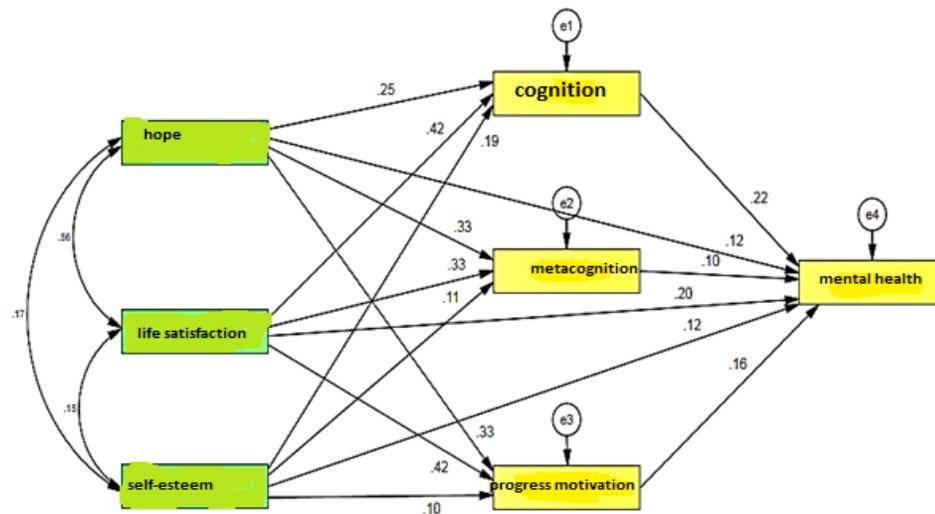


Figure (1): Standard coefficients of the model; the mediation role of cognition, metacognition and the motivation for progress in the relationship of hope, life satisfaction and self-esteem with mental health

In figure (1), the standard coefficients of the proposed model are shown to examine the intermediary role of cognition, metacognition, and progressive motivation

in the relationship of hope, life satisfaction and self-esteem with mental health of students. Indicators for fitting the model are presented in Table (1).

Table 1. Model fitting indicators

Value index evaluating	Visited amount	Accepted domain	Value index
suitable	2.25	≤3	df ² /χ
suitable	0.072	<0.08	RMSEA
suitable	0.068	<0.08	SRMR
suitable	0.962	>0.9	CFI
suitable	0.912	>0.9	GFI
suitable	0.960	>0.9	IFI

The chi-square correlation coefficient on the degree of freedom (df / 2χ) confirms the fitness of the model, Df / 2χ, which is less than 3, and shows model fitting of the data. The root mean square error (RMSEA) is 0.072 and the remaining of second root mean square (SRMR) is 0.068, which is smaller than the criterion

(0.08) and therefore confirms the fitness of the model. Finally, the IFI, CFI and GFI indicators are also more than the target (0.9). Together with considering the sum of the calculated indices, the fitting of the model is confirmed by the data.

4. Discussion and Conclusion

The purpose of this study was to predict the mental health of students based on the variables of hope, life satisfaction and self-esteem while also examining the intermediary of cognition, metacognition, and motivation for progress among these variables. Findings indicated that path coefficients related to the direct relationship of hope, life satisfaction and self-esteem with cognition, metacognition, motivation for progress and mental health and were significant at 0.01 alpha level ($p < .01$). Positive effects have shown that students with high hopes, life satisfaction and self-esteem have better understanding, metacognition, motivation for progress and higher mental health. These findings are based on the results of [Arshadi et al. research](#); [De Brito et al. \(2010\)](#). These findings are consistent with research findings of Akbar Pour Zanglani et al. (2016) and Batista et al. (2015). The findings also showed that cognition, metacognition, and motivation for progress have a mediator role in the relationship of hope, life satisfaction and self-esteem with mental health of students. The obtained results of bootstrap method showed that the indirect coefficient related to the relationship of hope, life satisfaction and self-esteem with mental health through cognitive,

metacognitive and developmental motivational variables and is significant at 0.01 alpha level.

5. Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines

All ethical principles were considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They were also assured about the confidentiality of their information and were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

Authors' contributions

Both authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

Conflicts of interest

The authors declare no conflict of interest.

مقاله پژوهشی

رابطه امید، رضایت از زندگی و عزت نفس و سلامت روان با نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در دانش‌آموزان

تقی اکبری^{۱*}، شهرام مهرآور گیگلو^۲

۱. دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.
۲. دکتری مدیریت آموزش عالی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

چکیده	اطلاعات مقاله:
<p>هدف: هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی سلامت روان دانش‌آموزان براساس متغیرهای امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بود.</p> <p>روش‌ها: روش پژوهش از نوع همبستگی و ۲۵۶ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای تصادفی، به عنوان نمونه انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌های امید، رضایت از زندگی، عزت نفس، سلامت عمومی، شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت جواب دادند.</p> <p>یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که ضریب استاندارد شده مسیر اثرات مستقیم امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان و اثرات مستقیم شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با سلامت روان در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است ($P < ۰/۰۱$). همچنین ضریب غیرمستقیم مربوط به رابطه امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان از طریق متغیرهای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت، در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار بود.</p> <p>نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که تقویت متغیرهای امید، رضایت از زندگی و عزت نفس می‌تواند نقش تأثیرگذاری در ارتقای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان، جهت نیل به سلامت روان داشته باشد.</p>	<p>تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۲/۱۵</p> <p>تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۱/۰۲</p> <p>تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۱۲/۱۱</p> <p>کلیدواژه‌ها: امید، رضایت از زندگی، عزت نفس، فراشناخت، انگیزه پیشرفت، سلامت روان.</p>

مقدمه

شیوه‌هایی می‌داند که سلامت روان و شادکامی انسان‌ها را به دنبال دارد. از این رو عواملی که سبب سازگاری هرچه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌شوند، بنیادی‌ترین سازه‌های این رویکرد هستند (عینی، هاشمی و عبادی، ۱۳۹۹). روان‌شناسی جدید سعی دارد توجه خود را صرفاً به مشکلات روانی معطوف نسازد و بیشتر به جنبه‌های مثبت زندگی تأکید کند، بر اساس نظریه سلینگمن و زیکزنتمیهایلی^۲ (۲۰۱۴) روان‌شناسی طی ۶۰ سال گذشته به گونه‌ای گسترده به علم درمان تبدیل شده است. آن‌ها چنین پیشنهاد می‌کنند که روان‌شناسان نه تنها باید به این موضوع که چگونه با رخدادهای منفی زندگی کنار بیایند و آن‌ها را درمان کنند، پردازند، بلکه باید به

سلامت روان‌شناختی یکی از مسائل مطرح در دنیای امروز است که در عصر حاضر مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته و یکی از فاکتورهای با ارزش شاخص جهانی است (سلطانی و همکاران، ۲۰۱۰). مفهوم سلامت روانی از نظر سازمان بهداشت جهانی چیزی فراتر از نبود اختلالات روانی است که شامل خوب بودن ذهنی، ادراک خودکارآمدی، استقلال و خودمختاری، کفایت و خودشکوفایی توانمندی‌های بالقوه فکری و هیجانی است (صادقی، ۲۰۱۰؛ سازمانی جهانی سلامت، ۲۰۰۱). سلامت روان یکی از مهم‌ترین سازه‌های روان‌شناسی مثبت گرا است. روان‌شناسی مثبت‌گرا با توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان به جای پرداختن به ناتوانی‌ها و اختلال‌ها، هدف نهایی خود را شناسایی سازه‌ها و

1. World Health Organization
2. Seligman & Csikszentmihalyi

* نویسنده مسئول:

تقی اکبری

نشانی: دانشیار، گروه علوم تربیتی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

تلفن: ۳۳۶۱۲۹۱۶ (۴۵) ۹۸+

پست الکترونیکی: akbari-ta@uma.ac.ir

افراد برخوردار از عزت نفس بالا و منبع کنترل درونی از وضعیت سلامتی بهتری برخوردارند (برزرگر بفرولی، صالح پور و امام جمه، ۲۰۱۴).

گونی، خلافت و بویزن^{۱۱} (۲۰۰۷) یکی از ابعاد مهم سلامت روان را رضایت از زندگی افراد بیان نمودند. رضایت از زندگی، ارزیابی افراد از زندگی خودشان، احساسی که نسبت به آینده زندگی‌شان دارند تعریف می‌شود. در واقع، رضایت از زندگی مفهومی کلی و ناشی از نحوه ادراک (شناختی و عاطفی) شخص از کل زندگی است؛ به همین دلیل، افرادی با رضایت از زندگی بالا هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده، از گذشته و آینده خود و دیگران، رویدادهای مثبت بیشتری را به یاد آورده و از پیرامون خود ارزیابی مثبت‌تری دارند و آن‌ها را خوشایند توصیف می‌کنند (تیم^۱، ۲۰۱۰). نتایج حاصل از پژوهش مهدوی و عظیمی (۲۰۱۶) بیانگر این مطلب است که رضایت از زندگی اساساً ارزیابی فرد از کیفیت زندگی‌اش است. بخشی از شرایط پیرامون زندگی هر فرد موقعیتی است که فرد در آن به فعالیت می‌پردازد و در تعامل با جامعه است. وجود رضایت از زندگی در زندگی هر فرد زمینه مناسب برای بهبود و ارتقا سلامت روان می‌شود همچنین نتایج تحقیقات کرد و کهریزی (۲۰۱۰)، لایس، ادواردس و سینگل هورست^{۱۳} (۲۰۱۱) و کرمی (۲۰۱۰) بیانگر رابطه مثبت و معنادار بین رضایت از زندگی و سلامت روان است.

یکی دیگر از متغیرهای روان‌شناختی مرتبط با سلامت روان انگیزه پیشرفت است، اسلاوین انگیزه پیشرفت را میل یا اشتیاق برای کسب موفقیت و شرکت در فعالیت‌هایی می‌داند که موفقیت در آن‌ها به کوشش و توانایی شخص وابسته است (اسچیفله^{۱۴}، ۲۰۱۷). پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه انگیزه پیشرفت حکایت از آن دارد که افراد دارای انگیزه پیشرفت زیاد در انجام بسیاری از کارها از جمله یادگیری بر افرادی که از این انگیزه بی‌بهره‌اند پیشی می‌گیرند (لوگان، لاندبرگ، روس و والش^{۱۵}، ۲۰۱۷؛ اسلی، بیانچو و لیچ^{۱۶}،

فهم آن چیزهایی که زندگی را ارزشمند می‌سازد نیز کمک‌کنند (نادری و حسینی، ۲۰۱۰). براین اساس، روی آوردن به کنش‌وری‌های مثبت، تجربه‌های مثبت و نیرومندی‌های سازش یافته انسانی به طور فزاینده‌ای در حال گسترش است (سلیگمن، استن، پارک و پترسون^۱، ۲۰۰۵).

در سال‌های اخیر، روان‌شناسان به سازه امید به عنوان یک نقطه قوت روان‌شناختی نگریسته و معتقدند که این سازه می‌تواند به پرورش و ایجاد سلامت روان کمک زیادی کند (فلدمن و اسنایدر^۲، ۲۰۰۵). وان گستل، کوهلر، استیر، تیسلر، رتوسی و تیسلر^۳ (۲۰۱۱) امید را به عنوان یکی از مهم‌ترین جنبه‌های سلامت روان معرفی کرده و ارتباط بین این دو را اثبات نموده‌اند. افراد مثبت‌نگر و امیدوار کمتر احتمال دارد که به هنگام رویارویی با مسائل زندگی به ضعف سلامت جسمانی یا افسردگی دچار شوند. از این رو سطح امید پیش‌بینی‌کننده نیرومند سازگاری روان‌شناختی، سلامت و کنار آمدن است (اسنایدر^۴، ۲۰۰۰). نتایج پژوهش قربانی، سعادت‌مند، سپهریان آذر، اسدیان و فیضی پور^۵ (۲۰۱۳) حکایت از آن دارد که امید و اضطراب مرگ می‌توانند سلامت روان را به طور معناداری پیش‌بینی کنند و با افزایش امید از میزان اضطراب مرگ کاسته و سلامت روان افزایش می‌یابد.

نتایج تحقیقات (ارشدی، هومام، محمدی و سنجان، ۲۰۱۴؛ کوپر، اسمیت و رتوسل^۶، ۲۰۱۷؛ مان، هوسمان، اسکلم و دی وریس^۶، ۲۰۰۴؛ نی، لیو، ها، لو، وانگ و یان^۷، ۲۰۱۰ و اسموکو واسکی^۸، ۲۰۰۷؛ دی بریتو^۹، ۲۰۱۰) در سال‌های اخیر نشان داده است که عزت نفس یکی از مهم‌ترین عوامل روان‌شناختی و از مؤلفه‌های اصلی و مهم سلامت روان تلقی می‌شود و در چند دهه اخیر مورد توجه پژوهشگران و اندیشمندان قرار گرفته است. عزت نفس اشاره به ارزیابی فرد از ویژگی‌های خودش دارد و به زبان ساده احترامی است که افراد برای خویشان قائل هستند و ظرفیتی است که فرد برای دریافت عشق و احترام دارد (قاسمزاده، یونسی و خانلو، ۲۰۱۱).

همچنین عزت نفس از جمله عوامل سازنده اعتماد بنفس در هر فرد است (مایرس، ویلس و ویلالبا^{۱۰}، ۲۰۱۱). می‌توان گفت عزت نفس عامل مهمی در سازگاری اجتماعی و عاطفی افراد تلقی می‌شود و جزئی از سلامت روانی شخص است؛ زیرا که تأیید و پذیرش خویشان و داشتن حس ارزشمندی که فرد نسبت به خود احساس می‌کند از مشخصه‌های شخصیت سالم و بهنجار تلقی می‌شود (سوفی، دمیرچی، صادقی و شبیان، ۲۰۱۴). سونی (۲۰۰۲) معتقد است که

1. Seligman, Steen, Park & Peterson
2. Feldman & Snyder
3. Van Gestel, Kohler, Steier, Teschler, Russi & Teschler
4. Snyder
5. Cooper, Smith & Russell
6. Mann, Hosman, Schaalma & De Vries
7. Ni, Liu, Hua, Lv, Wang & Yan
8. Smokowski
9. de Brito
10. Myers, Willse & Villalba
11. Guney, Kalafat & Boysan
12. Thimm
13. Lowis, Edwards & Singlehurst
14. Schiefele
15. Logan, Lundberg, Roth & Walsh
16. Easley Jr, Bianco & Leech

۲۰۱۲؛ فابر، لایتن و ویسچهر^۱، ۲۰۱۷؛ نریمانی، محمد امینی، زاهد و ابوالقاسمی، ۲۰۱۵). پژوهش اکبر پور زنگلانی خدایاری و ملک زاده (۲۰۱۶) نشان داده‌اند که انگیزه پیشرفت، نقش اساسی در بهبود سلامت روانی دارد، نتایج پژوهش میرکمالی کوهبار، مازیار و امجد (۲۰۱۵) نشان داد که سلامت روان با انگیزش پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری دارد. همچنین نتایج یافته‌های پژوهش‌های (تقدیری، نریمانی و موسی‌زاده، ۱۴۰۰؛ فراهی، کاشانی، مشیریان فراهی و مقدم، ۲۰۱۷؛ تاوب، آزودو، بوچت و خسراوی فر^۲، ۲۰۱۰؛ باتیستا^۳، ۲۰۱۵ و آکیول، سانگور و تککایا^۴، ۲۰۱۰) حاکی از آن است دانش‌آموزانی که در تلاش برای یادگیری از راهبردهای شناختی و فراشناختی استفاده می‌کردند، نسبت به دانش‌آموزانی که به استفاده از این راهبردها تمایلی نداشتند، دارای عملکرد تحصیلی بهتری بودند. نتایج پژوهش زرار (۲۰۰۶) نشان داد که راهبردهای فراشناختی در سلامت روان دانش‌آموزان نقش مؤثری دارد همچنین در پژوهش عاشوری، آزادمراد، جلیلی و معین (۲۰۱۴) نقش واسطه‌ای راهبردهای شناختی و فراشناختی در میان جهت‌گیری هدف‌های پیشرفت و پیشرفت تحصیلی تأیید شده است.

توجه به امور تربیتی - آموزشی و مسائل سلامت روان دانش‌آموزان در هر جامعه‌ای موجب پرورش افرادی می‌شود که در آینده قادرند امور مختلفی را به دست گیرند و جامعه خود را با شایستگی اداره و هدایت کنند. یکی از نیازهای دانش‌آموزان، توجه به نیازهای عاطفی و شناخت وضعیت شخصیتی و سلامت روان آنان است. اهمیت این موضوع به آن دلیل است که در همه کشورهای خواستار توسعه، مسئولیت‌ها و مشاغل حساس معمولاً به افراد با هوش بالا و دارای سلامت روان متعادل سپرده می‌شود. از طرفی دیگر شناخت دقیق متغیرهای تعیین‌کننده سلامت روانی قادر است نقش قابل توجهی در تکامل روان‌شناسی سلامت ایفاء کند. بدون شک شناخت علمی از بهداشت روانی می‌تواند تأثیر به‌سزایی در کنترل پیامدهای منفی مشکلات مربوط به سلامت روانی دانش‌آموزان داشته باشد. بنابراین اگر بشر موفق به پیدا کردن راه‌حل‌های مناسبی در مورد کنترل کشمکش‌های روانی خود نشود، آینده تاریکی متوجه او خواهد بود. با توجه به نقش سلامت روان در زندگی و لزوم پیشگیری از آسیب‌های روانی و تقویت عوامل محافظت‌کننده و ارتقادهنده سلامت روان، انجام چنین پژوهش‌هایی ضروری است. بنابراین، ما در این پژوهش قصد داریم نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت را در رابطه بین سلامت روان با امید، رضایت از زندگی و عزت نفس مورد کنکاش قرار دهیم. با توجه به مطالب ذکر شده

فرضیه‌های پژوهش عبارتند از:

امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بر شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان اثر مثبت و معنادار دارد. شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بر سلامت روان دانش‌آموزان اثر مثبت و معنادار دارد. شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان دانش‌آموزان نقش واسطه‌ای دارد.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی از نوع همبستگی است که از زمره پژوهش‌های کمی محسوب می‌شود.

جامعه، نمونه، روش نمونه‌گیری و ابزار پژوهش: جامعه آماری پژوهش حاضر را تمامی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر پارس‌آباد تشکیل می‌دادند. که در سال تحصیلی ۱۳۹۷ مشغول به تحصیل بودند. برای انتخاب نمونه از میان جامعه آماری، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای، نمونه به حجم ۲۵۶ نفر انتخاب شد که در نهایت ۲۱۸ پرسش‌نامه قابل قبول بود. فرآیند انتخاب نمونه بدین صورت بود که ابتدا از بین مدارس دوره دوم متوسطه شهر پارس‌آباد چهار مدرسه انتخاب شد، سپس از هر مدرسه چهار کلاس (از هر پایه یک کلاس) به عنوان نمونه انتخاب گردیدند که تعداد کل دانش‌آموزان این کلاس‌ها ۲۵۶ نفر بود. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس‌های زیر استفاده گردید:

پرسش‌نامه سلامت عمومی گلدبرگ: پرسش‌نامه سلامت عمومی ۲۸ سؤالی، توسط گلدبرگ طراحی و تدوین شده است. سؤال‌های آن بر اساس تحلیل عاملی بر روی فرم ۶۰ ماده‌ای اولیه استخراج گردیده است. پرسش‌نامه شامل ۲۸ سؤال چهار گزینه‌ای و با طیف لیکرت طراحی شده است و دارای چهار مقیاس فرعی، که هر مقیاس ۷ سؤال دارد. مقیاس‌ها عبارتند از: علائم جسمانی (سؤالات ۱-۷)، مقیاس علائم اضطراب و اختلال خواب (سؤالات ۸-۱۴)، مقیاس اختلال در کارکرد اجتماعی (سؤالات ۱۵-۲۱) و مقیاس علائم افسردگی (سؤالات ۲۲-۲۸). گلدبرگ و بلک ول ضریب همبستگی بین نمرات پرسش‌نامه مذکور را با نتیجه ارزیابی بالینی شدت اختلالات به میزان ۰/۸۰ گزارش داده‌اند (چاوش زاده، ۲۰۰۹).

1. Faber, Luyten & Visscher
2. Taub, Azevedo, Bouchet & Khosravifar
3. Bautista
4. Akyol, Sungur & Tekkaya

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

ویژگی شخصیتی نسبتاً ثابت ارزیابی می‌کند. این پرسش‌نامه که بر اساس طیف ۴ درجه‌ای لیکرت که از کاملاً غلط تا کاملاً درست است و دارای ۱۲ سؤال است. اسنایدر^۳ و همکاران (۱۹۹۱) همسانی درونی کل این مقیاس را از طریق آلفای کرونباخ بین ۰/۹۷ تا ۰/۹۵ گزارش کرده‌اند. پایایی پرسش‌نامه در این پژوهش نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۲ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه انگیزه پیشرفت: برای سنجش متغیر انگیزه پیشرفت، از مقیاس انگیزه پیشرفت، هرمنس استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۲۹ سؤال که به صورت طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای از خیلی زیاد تا خیلی کم است. هرمنس روایی محتوایی این پرسش‌نامه و پایایی آن را با آلفای کرونباخ ۰/۸۴ برآورد کرده است. پایایی پرسش‌نامه در این پژوهش نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۸ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه شناخت و فراشناخت: در این پژوهش، پرسش‌نامه راهبردهای شناختی و فراشناختی مک‌اینری و داوسون^۴ (۲۰۰۴) مورد استفاده قرار گرفت. برای سنجش راهبردهای شناختی ۱۸ ماده و راهبردهای فراشناختی ۱۸ ماده، که مجموع ماده‌های مقیاس ۳۶ ماده است. راهبردهای شناختی شامل سه خرده آزمون تکرار و تمرین، بسط معنایی و سازماندهی است. مقیاس راهبردهای فراشناختی شامل سه خرده مقیاس برنامه‌ریزی، نظارت و نظم‌دهی است این پرسش‌نامه بر اساس یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً موافقم = ۵ و کاملاً مخالفم = ۱) است که ایتری و داوسون روایی این پرسش‌نامه را به شیوه تحلیل عاملی و پایایی آن را با آلفای کرونباخ راهبردهای شناختی بین ۰/۷۳ تا ۰/۷۷ و راهبردهای فراشناختی بین ۰/۷۵ تا ۰/۷۸ برآورد کرده‌اند. پایایی پرسش‌نامه در این پژوهش نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۷۹ به‌دست آمد.

1. Rosenberg
2. Diener & Diener
3. Snyder
4. McInry & Dawson

در این پژوهش نیز پایایی پرسش‌نامه مجدداً با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۶ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه عزت نفس روزنبرگ: مقیاس عزت نفس روزنبرگ^۱ (۲۰۱۵)، عزت نفس کلی و ارزش شخصی را از دیدگاه خود آزمودنی اندازه می‌گیرد. این مقیاس ۱۰ عبارت کلی است که میزان رضایت از زندگی و داشتن احساس خوب در مورد خود را می‌سنجد. به نظر بورت و رایت مقیاس عزت نفس روزنبرگ یکی از رایج‌ترین مقیاس‌های اندازه‌گیری عزت نفس بوده و به منظور ارائه یک تصویر کلی از نگرش‌های مثبت و منفی درباره خود به وجود آمده است. این مقیاس ضرایب همبستگی قوی‌تری نسبت به پرسش‌نامه عزت نفس کوپر اسمیت دارد و در سنجش سطوح عزت نفس دارای روایی بیشتری است و واجد قابلیت اعتماد و اعتبار (همگرا و واگرا) مناسب است (جعفری، ۲۰۰۹). برای اجرای این آزمون مقیاسی به آزمودنی داده می‌شود و از وی خواسته می‌شود پس از خواندن جملات، موافقت یا مخالفت خود را با آن جملات از طریق انتخاب گزینه "موافقم" یا "مخالفم" ابراز کند. پایایی پرسش‌نامه در این پژوهش نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۷ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه مقیاس رضایت از زندگی: پرکاربردترین ابزار اندازه‌گیری رضایت که توسط دینر و دینر در سال ۱۹۸۵ طراحی شده است، مقیاس رضایت از زندگی است. این مقیاس جنبه مثبت تجارب افراد را به جای تمرکز بر هیجانات منفی اندازه می‌گیرد. این مقیاس در ابتدا شامل ۴۸ سؤال بود که بعد از تحلیل عاملی به ۱۰ سؤال کاهش یافت. به خاطر شباهت معنایی بین ۱۰ سؤال، نسخه نهایی به ۵ سؤال کاهش یافت. مقیاس پاسخگویی به سؤالات مقیاس لیکرت ۷ درجه ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم است. دینر و دینر^۲ (۱۹۹۶) پایایی این پرسش‌نامه را ۰/۸۴ گزارش کرده‌اند. پایایی پرسش‌نامه در این پژوهش نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار آن ۰/۸۹ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه امید اسنایدر: مقیاس امید اسنایدر بر اساس نظریه امید اسنایدر است. این ابزار مقیاسی است که امید فرد را به عنوان یک

نتایج

جدول ۱. اطلاعات توصیفی و ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

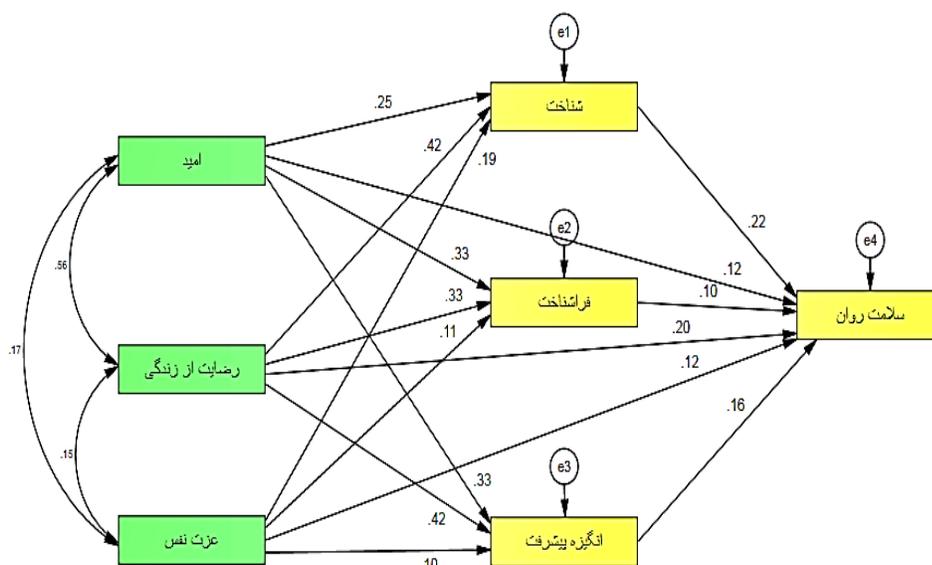
متغیرها	میانگین	انحراف معیار	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- امید	۲۱/۵۶	۴/۴۳	۱						
۲- رضایت از زندگی	۱۶/۳۸	۳/۳۵	۰/۵۵۶**	۱					
۳- عزت نفس	۷/۰۹	۱/۱۴	۰/۱۷۱*	۰/۱۴۷*	۱				
۴- شناخت	۳۱/۲۲	۵/۸۶	۰/۵۱۷**	۰/۵۸۴**	۰/۲۹۳**	۱			
۵- فراشناخت	۲۰/۷۵	۴/۹۱	۰/۵۳۶**	۰/۵۳۳**	۰/۲۱۵**	۰/۵۷۰**	۱		
۶- انگیزه پیشرفت	۵۶/۴۳	۸/۶۲	۰/۵۷۸**	۰/۶۱۸**	۰/۲۱۸**	۰/۶۶۵**	۰/۶۲۵**	۱	
۷- سلامت روان	۵۱/۱۲	۷/۲۴	۰/۵۰۳**	۰/۵۵۷**	۰/۲۸۵**	۰/۵۸۶**	۰/۵۱۵**	۰/۵۷۷**	۱

* معناداری در سطح ۰/۰۵ ** معناداری در سطح ۰/۰۱

وجود رابطه مستقیم بین متغیرهای امید، رضایت از زندگی، عزت نفس، شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با متغیر سلامت روان است.

به منظور بررسی مدل مفهومی پژوهش، از تحلیل مسیر استفاده گردید. مدل بررسی شده به همراه شاخص‌های مربوط به برازش مدل در ادامه ارائه شده است.

در جدول شماره (۱) شاخص‌های میانگین و انحراف معیار به همراه ضرایب همبستگی بین متغیرهای امید، رضایت از زندگی، عزت نفس، شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با سلامت روان دانش‌آموزان نشان داده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود تمامی ضرایب همبستگی محاسبه شده بین متغیرهای پژوهش مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار هستند ($P < 0/01$) که نشان دهنده



شکل ۱. ضرایب استاندارد مدل نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان

نشان داده شده است. شاخص‌های مربوط به برازش مدل در جدول شماره (۲) ارائه شده است.

در شکل شماره (۱) ضرایب استاندارد مدل پیشنهادی به منظور بررسی نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان دانش‌آموزان،

جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل

شاخص برازش	دامنه مورد قبول	مقدار مشاهده شده	ارزیابی شاخص برازش
χ^2/df	≤ 3	۲/۲۵	مناسب
RMSEA	< 0.08	۰/۰۷۲	مناسب
SRMR	< 0.08	۰/۰۶۸	مناسب
CFI	> 0.9	۰/۹۶۲	مناسب
GFI	> 0.9	۰/۹۱۲	مناسب
IFI	> 0.9	۰/۹۶۰	مناسب

برازش مدل را تأیید می‌کند. و در نهایت شاخص‌های CFI، IFI و GFI نیز از ملاک مورد نظر (۰/۹) بزرگتر هستند. در مجموع و با در نظر گرفتن مجموع شاخص‌های محاسبه شده، برازش مدل با داده‌ها مورد تأیید قرار می‌گیرد.

شاخص نسبت مجذور کای بر درجه آزادی (χ^2/df) برازش مدل را تأیید می‌کند χ^2/df که این عدد کمتر از ۳ است و به معنی برازش مدل با داده‌هاست. خطای ریشه مجذور میانگین تقریبی (RMSEA) برابر ۰/۰۷۲ و ریشه دوم میانگین مربعات باقی مانده (SRMR) برابر با ۰/۰۶۸ است که از میزان ملاک (۰/۰۸) کوچکتر است و در نتیجه

جدول ۳. ضریب مسیر رابطه مستقیم بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان

اثر مستقیم	ضریب غیر استاندارد	ضریب استاندارد	آزمون آماره	سطح معناداری
امید ← شناخت	۰/۲۵۹	۰/۲۵۱	۴/۰۴۲	۰/۰۰۱
امید ← فراشناخت	۰/۴۲۳	۰/۳۳۲	۵/۱۳۶	۰/۰۰۱
امید ← انگیزه پیشرفت	۰/۳۴۱	۰/۳۲۶	۵/۴۵۵	۰/۰۰۱
امید ← سلامت روان	۰/۳۷۰	۰/۱۲۱	۲/۳۲۲	۰/۰۲۱
رضایت از زندگی ← شناخت	۰/۴۱۷	۰/۴۱۶	۶/۷۲۰	۰/۰۰۱
رضایت از زندگی ← فراشناخت	۰/۴۱۰	۰/۳۳۳	۵/۱۵۷	۰/۰۰۱
رضایت از زندگی ← انگیزه پیشرفت	۰/۴۳۰	۰/۴۲۳	۷/۱۰۲	۰/۰۰۱
رضایت از زندگی ← سلامت روان	۰/۶۰۱	۰/۲۰۲	۲/۶۷۵	۰/۰۰۷
عزت نفس ← شناخت	۰/۱۸۴	۰/۱۸۹	۳/۶۱۶	۰/۰۰۱
عزت نفس ← فراشناخت	۰/۱۳۱	۰/۱۰۹	۲/۰۰۷	۰/۰۴۵
عزت نفس ← انگیزه پیشرفت	۰/۰۹۸	۰/۱۰۰	۱/۹۸۳	۰/۰۴۷
عزت نفس ← سلامت روان	۰/۳۴۴	۰/۱۱۹	۲/۲۳۰	۰/۰۲۶

شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان دانش‌آموزان مورد تأیید قرار می‌گیرد. مثبت بودن اثرات به‌دست آمده نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بالاتری دارند، از شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان بالاتری برخوردارند.

در جدول شماره (۳) نتایج مربوط به ضرایب مسیر رابطه مستقیم بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان ارائه شده است. بر اساس نتایج به‌دست آمده ضرایب مسیر به‌دست آمده مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است ($p < 0.01$). بر این اساس فرض صفر رد و فرض پژوهش مبنی بر اثر مثبت متغیرهای امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بر

جدول ۴. ضریب مسیر رابطه مستقیم بین شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با سلامت روان

اثر مستقیم	ضریب غیر استاندارد	ضریب استاندارد	آماره آزمون	سطح معناداری
شناخت ← سلامت روان	۰/۶۴۲	۰/۲۱۶	۳/۲۶۳	۰/۰۰۱
فراشناخت ← سلامت روان	۰/۲۴۷	۰/۱۰۲	۱/۹۹۷	۰/۰۴۶
انگیزه پیشرفت ← سلامت روان	۰/۴۶۱	۰/۱۵۸	۲/۲۸۷	۰/۰۲۲

قرار می‌گیرد. مثبت بودن ضرایب به‌دست آمده نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که از شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بیشتری برخوردارند، از سلامت روانی بالاتری نیز برخوردارند. برای تعیین معناداری آماری اثر واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان دانش‌آموزان، از روش بوت استراپ استفاده شد.

در جدول شماره (۴) نتایج مربوط به ضرایب مسیر رابطه مستقیم بین شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با سلامت روان ارائه شده است. بر اساس نتایج به‌دست آمده ضرایب مسیر به‌دست آمده مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است ($p < 0/01$). بر این اساس فرض صفر رد و فرض پژوهش مبنی بر اثر مثبت متغیرهای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بر سلامت روان دانش‌آموزان مورد تأیید

جدول ۵. ضریب مسیر اثر غیرمستقیم امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بر سلامت روان از طریق شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت

اثر غیر مستقیم	ضریب غیراستاندارد	ضریب استاندارد	سطح معناداری
امید	←	۰/۴۲۸	۰/۰۱
رضایت از زندگی	←	۰/۵۶۷	۰/۰۱
عزت نفس	←	۰/۱۹۶	۰/۰۱

نفس با بررسی نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بود. در این راستا برای رسیدن به هدف اصلی پژوهش سه فرضیه تدوین گردید. فرضیه اول پژوهش این بود که امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بر شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان اثر مثبت و معنادار دارد. نتایج مربوط به ضرایب مسیر نیز نشان می‌دهد که رابطه مستقیم بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است ($p < 0/01$). مثبت بودن اثرات به‌دست آمده نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که امید، رضایت از زندگی و عزت نفس بالاتری دارند، از شناخت، فراشناخت، انگیزه پیشرفت و سلامت روان بالاتری برخوردارند. در تبیین یافته‌های حاصل از این فرضیه پژوهش می‌توان گفت زمانی که دانش‌آموزان امیدواری بالاتری نسبت به آینده و زندگی خود داشته باشند، به لحاظ عزت نفس و رضایت از زندگی در شرایط مطلوبی قرار خواهند گرفت و از راهبردهای شناختی و فراشناختی در راستای بهبود یادگیری و افزایش عملکرد خود بهره خواهند برد. با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر و پژوهش‌های مشابه از مدیران و سیاست‌گذاران آموزش و پرورش انتظار می‌رود که در مدارس یک محیط شاداب و سالم به لحاظ روانی ایجاد کنند و با الهام گرفتن از مبانی دین اسلام که سرشار از آرمان‌گرایی و امید به آینده است، امید به زندگی و عزت نفس را در درون دانش‌آموزان نهادینه کنند. در صورت عدم امیدواری دانش‌آموزان به زندگی و آینده خود، محیط مدرسه از یک محیط سالم به لحاظ روانی به محیط پرخاشگر و ناامیدی تبدیل خواهد شد، در نتیجه دانش‌آموزان هم به لحاظ عزت نفس و هم از

بر اساس نتایج به‌دست آمده ضریب غیرمستقیم مربوط به رابطه امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان از طریق متغیرهای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت، در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. از این رو فرض صفر رد و فرض پژوهش مبنی بر نقش واسطه‌ای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان دانش‌آموزان مورد تأیید قرار می‌گیرد.

بحث و نتیجه‌گیری

امروزه در بسیاری از کشورها با استفاده از شعار (سلامت روان برای همه) سیاست‌گذاری‌های لازم به منظور توسعه و تقویت اقدامات در راستای ارتقاء سلامت روان صورت پذیرفته است، در واقع نیل به سلامت روان مثبت و تندرستی برای همه می‌تواند سبب دستیابی به طیف وسیعی از اهداف بهداشتی و اجتماعی بلند مدت گردد. از طرفی دیگر بُعد روانی دانش‌آموزان نقشی مهمی در رشد و ارتقای آنها دارد. بنابراین، اهداف و برنامه‌های آموزش و پرورش باید در راستای رشد احساس ارزشمندی و مهم بودن دانش‌آموزان شکل بگیرد، تا دانش‌آموزان بتوانند از این طریق به یک رضایت نسبی از زندگی شخصی و تحصیلی خویش برسند. دانش‌آموزان جوان‌ترین و مهم‌ترین قشر جامعه هستند و تأمین عوامل سلامت جسم و روان آن‌ها به نوعی می‌تواند سلامت روان فردای جامعه را تضمین کند. تأکید توجه به سلامت روانی دانش‌آموزان در نظام آموزش و پرورش می‌تواند شیوع اختلال‌های روانی را در دانش‌آموزان کاهش دهد. هدف پژوهش حاضر امکان پیش‌بینی سلامت روان دانش‌آموزان بر اساس متغیرهای امید، رضایت از زندگی و عزت

روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

مختلف نشان می‌دهند که شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت نقش اساسی در سلامت روان دانش‌آموزان دارند. از طرف دیگر در طول چند دهه اخیر، مسأله سلامت روان به عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی بهداشت روان مورد توجه خاصی قرار گرفته است. برخورداری از سلامت روان علیرغم اینکه یک نیاز همگانی محسوب می‌شود با این حال توجه به آن در دوره نوجوانی و جوانی که مصادف با دوران تحصیلات دبیرستانی و دانشگاهی است از اهمیت به‌سزایی برخوردار است؛ چرا که دوره نوجوانی دوره‌ای است که در آن نیاز به تعادل هیجانی عاطفی به ویژه تعادل بین عواطف و عقل، درک ارزش وجودی خویش، شامل شناخت استعدادها، توانایی‌ها و رغبت‌ها، انتخاب هدف‌های واقعی در زندگی، استقلال عاطفی از خانواده، حفظ تعادل روانی و عاطفی خویش در مقابل عوامل فشارزای محیط از مهمترین نیازهای نوجوانان به شمار می‌روند که کمک به نوجوان در رشد و گسترش مهارت‌های مورد نیاز برای زندگی مطلوب ضروری به نظر می‌رسد. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهش‌های (فراهی، کاشانی، مشیریان فراهی و مقدم، ۲۰۱۷؛ تاب، آزودو، بوچت و خسراوی فر، ۲۰۱۰؛ باتیستا، ۲۰۱۵؛ **نریمانی و طاهری‌فرد، ۱۳۹۸**؛ آکیول، سانگور و تککایا، ۲۰۱۰ و زرار، ۲۰۰۶) همسو است. فرضیه سوم پژوهش این بود که شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت در رابطه بین امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان دانش‌آموزان نقش واسطه‌ای دارد. نتایج به‌دست آمده با استفاده از روش بوت استارپ نشان داد که ضریب غیرمستقیم مربوط به رابطه امید، رضایت از زندگی و عزت نفس با سلامت روان از طریق متغیرهای شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت، در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. زرار (۲۰۰۶) در پژوهش خود بر نقش و اهمیت تأثیر راهبردهای فراشناختی بر سلامت روان تأکید کرده‌اند. پژوهش اکبر پور زنگلانی خدایاری و ملک زاده (۲۰۱۶) نیز بر رابطه بین انگیزه پیشرفت و سلامت روان تأکید کرده است.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت‌کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین همه شرکت‌کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

لحاظ پیشرفت و انگیزه پیشرفت تحصیلی در شرایط مطلوبی قرار نخواهد گرفت. نتیجه چنین شرایطی کاهش سلامت روان دانش‌آموزان و افزایش بزهکاری و پرخاشگری در دانش‌آموزان خواهد بود. از طرف دیگر از معلمان به عنوان کسانی که به صورت مستقیم با دانش‌آموزان در ارتباط هستند و بیشترین نقش را در رشد و پیشرفت دانش‌آموزان دارند انتظار می‌رود که محیط کلاس درس را شاداب و پرنشاط و امن کنند و دانش‌آموزان را نسبت به زندگی و آینده خود امیدوار کرده و امید و عزت نفس را در دانش‌آموزان نهادینه کنند؛ زیرا زمانی که دانش‌آموزان از محیط مدرسه رضایت داشته و عزت نفس درونی بیشتری داشته باشند، میل و اشتیاق درونی برای پیشرفت و رشد خواهند داشت و از راهبردهای شناختی و فراشناخت به صورت درست استفاده خواهند کرد که نتیجه این کار، در وهله اول ایجاد یک محیط آموزشی ایمن به لحاظ بهداشت و سلامت روانی خواهد بود که این امر خود نوید یک جامعه سالم در آینده را می‌دهد. نتایج حاصل از پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش‌های (ارشدی، هومام، محمدی و سنجان، ۲۰۱۴؛ کوپر، اسمیت و رثوسل، ۲۰۱۷؛ مان، هوسمان، اسکلا و دی وریس، ۲۰۰۴؛ نی، لیو، ها، لو، وانگ و یان، ۲۰۱۰ و اسمو کو واسکی، ۲۰۰۷ و دی بریتو، ۲۰۱۰ و مهدوی و عظیمی، ۲۰۱۶؛ هاشمی، عینی و عبادی، ۲۰۲۱) همسو است.

فرضیه دوم پژوهش این بود که شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بر سلامت روان دانش‌آموزان اثر مثبت و معنادار دارد. نتایج مربوط به ضرایب مسیر نشان می‌دهد که رابطه مستقیم بین شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت با سلامت روان مثبت بوده و در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار است. مثبت بودن ضرایب به‌دست آمده نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که از شناخت، فراشناخت و انگیزه پیشرفت بیشتری برخوردار بوده، از سلامت روانی بالاتری نیز برخوردارند. پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه انگیزه پیشرفت حکایت از آن دارد که دانش‌آموزان دارای انگیزه پیشرفت زیاد در انجام بسیاری از کارها از جمله یادگیری بر افرادی که از این انگیزه بی‌بهره‌اند، پیشی می‌گیرند؛ زیرا که انگیزه پیشرفت میل یا تلاش برای کسب موفقیت و شرکت در فعالیت‌هایی است که موفقیت در آن‌ها به کوشش و توانایی شخصی وابسته است. از طرفی دیگر دانش‌آموزانی که خودگرداند و از راهبردهای شناختی و فراشناختی استفاده بهره می‌برند، در عملکرد تحصیلی پرنرتری هستند و باور دارند که می‌توانند بر مشکلات و چالش‌ها غلبه کنند. همچنین پژوهش‌های

حامی مالی

این تحقیق هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخشهای پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابراین اظهار نویسنده این مقاله تعارض منافع ندارد.

منابع

اکبرپور زنگلانی، محمد باقر؛ خدایاری شوطی سعید و ملک زاده اصغر. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین سلامت روانی و انگیزش پیشرفت در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تبریز. *راهبردهای توسعه در آموزش پزشکی*، ۳(۲)، ۱۴-۲۴.

<http://dsme.hums.ac.ir/article-۵۷-۱-fa.html>

برزگر بفری، فاضل؛ صالح‌پور، مصطفی و امام جمعه، محمدرضا. (۱۳۹۳). بررسی رابطه‌ی منبع کنترل و عزت نفس با خلاقیت در دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر اردکان. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۳(۴)، ۶-۲۱.

تقدیری، عزت؛ نریمانی، محمد و موسی‌زاده، توکل. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی مدل مبتنی بر انگیزه پیشرفت و تکنیک‌های تنظیم هیجان بر خودتنظیمی یادگیری در دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۱۱(۱)، ۷۰-۸۲.

[Doi: 10.22098/jld.2021.9344.1935]

تقی‌یاره، فاطمه و کریمی، یوسف. (۱۳۸۹). تأثیر چارچوب بر انتخاب: تعامل بین درگیری هیجانی و خطرپذیری. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۶(۱۹)، ۱-۱۷.

[Doi: 10.22054/jep.2011.6024]

عاشوری، جمال؛ آزادمرد، شهنام؛ جلیل آبکنار، سمیه و معینی‌کیا، مهدی. (۱۳۹۲). الگوی پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس راهبردهای شناختی و فراشناختی، جهت‌گیری هد فهای پیشرفت و هوش معنوی در درس زیست‌شناسی. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۲(۴)، ۱۱۸-۱۳۶.

عینی، ساناز؛ هاشمی، زهره و عبادی، متینه. (۱۳۹۹). بهزیستی روانشناختی بیماران مبتلا به دیابت نوع دو: نقش سرسختی روانشناختی، حس انسجام و راهبردهای مقابله‌ای. *روان‌شناسی سلامت*، ۹(۳۴)، ۱۲۱-۱۳۶.

[Doi: 10.30473/hpj.2020.50390.466]

میرکمالی، سیدمحمد؛ خبارة، کبری؛ مزاری، ابراهیم و فرهای امجد، فرهاد. (۱۳۹۴). نقش سلامت روان بر عملکرد تحصیلی دانشجویان، با میانجیگری انگیزش پیشرفت تحصیلی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۶(۲)، ۱۰۱-۱۰۹.

http://jsrp.khuisf.ac.ir/article_533972.html?lang=fa

قربانی، الهه؛ سعادت‌مند، سعید؛ سپهریان اذر، فیروزه؛ اسدنیاء، سعید؛ فیضی پورف‌هایده (۱۳۹۲). رابطه امید، اضطراب مرگ با سلامت روان در دانشجویان دانشگاه ارومیه. *مجله پزشکی ارومیه*، ۲۴(۸)، ۶۰۷-۶۱۶.

<http://umj.umsu.ac.ir/article-۱۸۸۷-۱-fa.html>

نریمانی، محمد؛ محمدامینی، رزا؛ زاهد، عادل و ابوالقاسمی، عباس. (۱۳۹۴). مقایسه‌ی اثربخشی آموزش راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و حل مسئله بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان اهل کار. *روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه*، ۴(۱)، ۱۵۵-۱۳۹.

نریمانی، محمد و طاهری‌فرد، مینا. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اجتناب تجربه‌ای و پریشانی روان‌شناختی نوجوانان دارای اختلال یادگیری خاص. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۸(۴)، ۱۱۰-۱۳۳.

[Doi: 10.22098/jld.2019.823]

References:

- Akbarpoor zanghalani M, khodayari shouti S, Malekzadeh, A. (2016). The relationship between mental health and achievement motivation among the students of Tabriz University of Medical Sciences. *Development Strategies in Medical Education*, 3(2), 14-24. (Persian) <http://dsme.hums.ac.ir/article-1-57-fa.html>
- Akyol, G., Sungur, S., & Tekkaya, C. (2010). The contribution of cognitive and metacognitive strategy use to students' science achievement. *Educational Research and Evaluation*, 16(1), 1-21. [\[Doi: 10.1080/13803611003672348\]](https://doi.org/10.1080/13803611003672348)
- Arshadi, H., Homam, M., Mohamadi, E., & Sanjar Musavi, N. (2014). A comparative study of self-efficacy and self-esteem among students of islamic azad university of medical sciences Mashhad branch. *Future of Medical Education Journal*, 4(1), 17-21. [\[Doi: 10.22038/FMEJ.2014.2320\]](https://doi.org/10.22038/FMEJ.2014.2320)
- Ashoori, J., Azadmard, S. H., Jalil, A. S., & Moeini, K. M. (2014). A prediction model of academic achievement based on cognitive and metacognitive strategies, achievement goals orientation and spiritual intelligence in biology. *Journal of School Psycholohg and Institutions*, 2(4), 118-136. (Persian). [D_2_92_12_18_7](https://doi.org/10.22038/FMEJ.2014.2320)
- Barzegar, F., Salehpour, M., & EmamJomeh, M. R. (2015). The relationship between locus of control and self-esteem with creativity in Ardekan city high schools students. *Journal of School Psychology*, 3(4), 6-21. (Persian). JSP-1
- Bautista, R. G. (2015). The impact of cognitive and metacognitive learning strategies in desktop teaching. *Journal of the Association-Institute for English Language and American Studies*, 1(2), 135-143. [\[Doi: 10.0001/\(aj\).v1i2.380\]](https://doi.org/10.0001/(aj).v1i2.380)
- Chavez Zadeh, Z. (2009). The relationship between mental health variables with Internet addiction among Yazd Youth. Tehran, Allameh Tabataba'i University. Master's Thesis. (Persian)
- Cooper, K., Smith, L. G., & Russell, A. (2017). Social identity, self-esteem, and mental health in autism. *European Journal of Social Psychology*, 47(7), 844-854. [\[Doi: 10.1002/ejsp.2297\]](https://doi.org/10.1002/ejsp.2297)
- De Brito, M. J. A., Nahas, F. X., Barbosa, M. V. J., Dini, G. M., Kimura, A. K., Farah, A. B., & Ferreira, L. M. (2010). Abdominoplasty and its effect on body image, self-esteem, and mental health. *Annals of Plastic Surgery*, 65(1), 5-10. [\[Doi:10.1097/SAP.0b013e3181bc30f7\]](https://doi.org/10.1097/SAP.0b013e3181bc30f7)
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7(3), 181-185.
- Easley Jr, N., Bianco, M., & Leech, N. (2012). Ganas: A qualitative study examining Mexican heritage students' motivation to succeed in higher education. *Journal of Hispanic Higher Education*, 11(2), 164-178. [\[Doi: 10.1177/1538192712440175\]](https://doi.org/10.1177/1538192712440175)
- Eyni, S., Hashemi, Z., & Ebadi, M. (2020). Psychological well-being of patients with type 2 diabetes: The role of psychological hardiness, sense of cohesion, and coping strategies. *Health Psychology*, 9(34), 121-136. (Persian) [\[Doi: 10.30473/hpj.2020.50390.4661\]](https://doi.org/10.30473/hpj.2020.50390.4661)
- Faber, J. M., Luyten, H., & Visscher, A. J. (2017). The effects of a digital formative assessment tool on mathematics achievement and student motivation: Results of a randomized experiment. *Computers & Education*, 106, 83-96. [\[Doi: 10.1016/j.compedu.2016.12.001\]](https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.12.001)
- Farahi, S. M. M. M., Kashani, S. R., Moshirian Farahi, S. M., Moghaddam, M., & Ashkzari, M. K. (2017). The relationship between Visual working memory with motivational beliefs and cognitive and metacognitive strategies in primary school children. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 8(3). [\[Doi: 10.5539/elt.v9n3p117\]](https://doi.org/10.5539/elt.v9n3p117)
- Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(3), 401-421. [\[Doi: 10.1521/jscp.24.3.401.65616\]](https://doi.org/10.1521/jscp.24.3.401.65616)
- Ghasemzadeh, A., Youneci, H., & Khanlou, R. (2010). A comparative study of mental health and self-esteem of freshman and junior students. *Journal Educational Psychology*, 1(4), 39-58. (Persian) [\[Doi: 10.22054/jep.2011.6024\]](https://doi.org/10.22054/jep.2011.6024)
- Ghorbani, E., Sadatmand, S., Sepehrian Azar, F., Asadnia, S., & Feyzipour, H. (2013). Surveying the relationship between hope, death, anxiety with mental health on students of Urmia university. *Studies in Medical Sciences*, 24(8), 607-616. (Persian). <http://umj.umsu.ac.ir/article-1-1887-en.html>
- Guney, S., Kalafat, T., & Boysan, M. (2010). Dimensions of mental health: life satisfaction, anxiety and depression: a preventive mental health study in Ankara University students population. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 1210-1213. [\[Doi: 10.1016/j.sbspro.2010.03.174\]](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.174)

- Hashemi, Z., Eyni, S., & Ebadi, M. (2021). Life satisfaction of veterans with post-traumatic stress disorder: The predictive role of cognitive flexibility and alexithymia. *Annales Médico-psychologiques, revue psychiatrique*, 179(10), 901-906. [Doi: 10.1016/j.amp.2021.02.007]
- Jafari, H. (2009). Effectiveness of self-esteem-based intervention on decreasing behavioral problems of adolescent girls adolescents. Tehran, Allameh Tabataba'i University. Master's Thesis. (Persian)
- Karami, A. (2010). The Survey of The relationship between life satisfaction with general health and adjustment. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 1(4), 73-90. [Doi: 10.22054/qccpc.2011.5896]
- Kord, B. T. and kahrzei .(2010). General Health and Life Satisfaction of Students in Polygamy and Monogamy Families. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. Vol. 36, No.2, 307- 310. [Doi: 10.1177/00207640060061245]
- Logan, J. W., Lundberg, O. H., Roth, L., & Walsh, K. R. (2017). The Effect of Individual Motivation and Cognitive Ability on Student Performance Outcomes in a Distance Education Environment. *Journal of Learning in Higher Education*, 13(1), 83-91.
- Lewis, M. J., Edwards, A. C., & Singlehurst, H. M. (2010). The relationship between preretirement occupation and older adults' life satisfaction and self-rated health. *The Journal of Psychology*, 145(1), 59-72. [Doi: 10.1080/00223980.2010.526974]
- Mahdavi, S & Azimi, M .(2016). Mental health forecast based on life satisfaction and job satisfaction, national conference on knowledge and technology of educational sciences, Social Studies and Psychology of Iran, Tehran, Institute for the Development of Knowledge and Technology Centers in Iran. (Persian)
- Mann, M. M., Hosman, C. M., Schaalma, H. P., & De Vries, N. K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health Education Research*, 19(4), 357-372. [Doi: 10.1093/her/cyg041]
- Mirkamali, S. M., Khobare, K., Mazari, E., & FarhadiAmjad, F. (2015). The role of mental health and academic performance, mediated by achievement motivation. *Journal of Applied Psychology*, 16(60), 39-54. (Persian).<https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1395.10.1.1.1>
- Myers, J. E., Willse, J. T., & Villalba, J. A. (2011). Promoting self-esteem in adolescents: the influence of wellness factors. *Journal of Counseling & Development*, 89(1), 28-36. [Doi: 10.1002/j.1556-6678.2011.tb00058.x]
- Naderi, F., & Hosseini, S. M. (2010). On the relationship between life expectancy and psychological perseverance: A case Study of Male and Female Students of Azad University of Gachsaran. (Persian)
- Narimani, M., Mohammad Amini, Z., Zahed, A., & Abolghasemi, A. (2015). A comparison of effectiveness of training self-regulated learning strategies and problem-solving on academic motivation in male students with academic procrastination. *Journal of School Psychology*, 4(1), 139-155. (Persian)
- Narimani, N., & Taherifard, M. (2019). The effectiveness of acceptance/commitment training to decrease experiential avoidance and psychological distress in teenagers with specific learning disorder. *Journal of Learning Disabilities*, 8(4), 110-133. (Persian) [Doi: 10.22098/jld.2019.823]
- Ni, C., Liu, X., Hua, Q., Lv, A., Wang, B., & Yan, Y. (2010). Relationship between coping, self-esteem, individual factors and mental health among Chinese nursing students: A matched case-control study. *Nurse Education Today*, 30(4), 338-343. [Doi: 10.1016/j.nedt.2009.09.003]
- Rosenberg, M. (2015). *Society and the adolescent self-image*. Princeton university press.
- Sadeghi, M. R., Bagherzadeh Ladari, R., & Haghshenas, M. R. (2010). A study of religious attitude and mental health in students of Mazandaran University of Medical Sciences. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 20(75), 71-75. (Persian).
<http://jmums.mazums.ac.ir/article-1-895-en.html>
- Schaefer, S. A., King, K. A., & Bernard, A. L. (2007). Is there a relationship between life satisfaction and the five health dimensions. *American Journal of Health Studies*, 22(3).
- Schiefele, U. (2017). Classroom management and mastery-oriented instruction as mediators of the effects of teacher motivation on student motivation. *Teaching and Teacher Education*, 64, 115-126. [Doi: 10.1016/j.tate.2017.02.004]
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: An introduction. In *Flow and the foundations of positive psychology* (pp. 279-298). Springer, Dordrecht.

- Seligman, M. E., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410.
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003066X.60.5.410>
- Smokowski, P. R., & Bacallao, M. L. (2007). Acculturation, internalizing mental health symptoms, and self-esteem: Cultural experiences of Latino adolescents in North Carolina. *Child Psychiatry and Human Development*, 37(3), 273-292.
[Doi: 10.1007/s10578-006-0035-4]
- Snyder, C. R. (Ed.). (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. Academic press.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., ... & Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570. [Doi: 10.1037/0022-3514.60.4.570]
- Soltanian, A. R., Nabipour, I., Akhondzadeh, S., Moeini, B., Bahreini, F., Barati, M., & Faradmal, J. (2011). Association between physical activity and mental health among high-school adolescents in Boushehr province: A population based study. *Iranian Journal of Psychiatry*, 6(3), 112.
[Doi: 10.18502/ijps.v14i1.418]
- Soufi, S., Damirchi, E. S., Sedghi, N., & Sabayan, B. (2014). Development of structural model for prediction of academic achievement by global self-esteem, academic self-concept, self-regulated learning strategies and autonomous academic motivation. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 26-35
[Doi: 10.1016/j.sbspro.2013.12.651].
- Taghdiri, E., Narimani, M., & Mousazadeh, T. (2021). Comparison of the effectiveness of motivational model based on progress and emotion regulation techniques on learning self-regulation in students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 11(1), 70-82. (Persian)
[Doi: 10.22098/jld.2021.9344.1935]
- Taub, M., Azevedo, R., Bouchet, F., & Khosravifar, B. (2014). Can the use of cognitive and metacognitive self-regulated learning strategies be predicted by learners' levels of prior knowledge in hypermedia-learning environments?. *Computers in Human Behavior*, 39, 356-367.
[Doi: 10.1016/j.chb.2014.07.018]
- Thimm, J. C. (2010). Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41(4), 373-380. [Doi: 10.1016/j.jbtep.2010.03.009]
- Van Gestel, A. J., Kohler, M., Steier, J., Teschler, S., Russi, E. W., & Teschler, H. (2011). Cardiac autonomic dysfunction and healthrelated quality of life in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Respirology*, 16(6), 939-946.
[Doi: 10.1111/j.1440-1843.2011.01992.x]
- World Health Organization. (2001). The World Health Report 2001: Mental health: new understanding, new hope.
- Zarar, M. (2006). The relationship between metacognitive beliefs with mental health and academic achievement in schoolchildren in Oshnavieh. *Journal of Educational Innovation*. 6,142-166.