

بررسی اثربخشی راهبردهای کمک خواهی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان در میان دانش آموزان دارای اختلال یادگیری

(مطالعه موردی دانش آموزان ابتدایی آموزش و پرورش شهر تهران)

(تاریخ دریافت ۱۴۰۲/۰۴/۱۵ تاریخ تصویب ۱۴۰۲/۰۶/۱۲)

فهیمة محمدنژاد

کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، آموزگار آموزش و پرورش منطقه ۸ شهر تهران

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی " اثربخشی راهبردهای کمک خواهی تحصیلی بر عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دارای اختلال یادگیری " بود تحقیق حاضر از لحاظ هدف جز تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا توصیفی از نوع تحقیقات نیمه آزمایشی است. جامعه آماری تحقیق حاضر، شامل کلیه دانش آموزان دارای اختلال یادگیری در مقطع ابتدایی آموزش و پرورش منطقه ۸ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود به منظور تعیین حجم نمونه منطبق با طرح پژوهشی تعداد ۶۰ نفر به روش تصادفی در دو گروه ۳۰ نفره یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شد. برای گردآوری داده ها از بسته آموزشی راهبردهای کمک خواهی و مقیاس عملکرد تحصیلی تیلور و همکاران استفاده شد تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری در نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۲ انجام شد. نتایج نشان داد میانگین نمرات پس آزمون عملکرد تحصیلی در گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل ($p < 0/01$) و $F_{(1, 87)} = 18/809$ است. بدین معنا که روش راهبردهای کمک خواهی بر مولفه های عملکرد تحصیلی مؤثر بوده است.

واژگان کلیدی: راهبردهای کمک خواهی تحصیلی، عملکرد تحصیلی، اختلال یادگیری



بخش اول: کلیات

نظام های تعلیم و تربیت از دیرباز برای تربیت شهروندان توانمند اهداف ویژه ای را پیگیری نموده و جهت تحقق این اهداف، مدل های آموزشی خاصی را راهنمای عمل خویش در موقعیت های آموزشی قرار می دهند. با این وجود از کل دانش آموزانی که وارد نظام آموزش و پرورش می شوند، تعداد کمی از آنها می توانند استعداد های خود را شکوفا کنند و در این عرصه موفق گردند و به اصطلاح عملکرد تحصیلی خوبی را از خود نشان دهند (جدیدی، ۱۳۹۹). عملکرد تحصیلی به معنای نتیجه و ثمره تلاش فرد در رابطه با فعالیت های آموزش رسمی بوده و در واقع همه کوشش های نظام آموزشی معطوف به این پدیده است. عملکرد تحصیلی به عنوان برون داد نظام آموزشی از عوامل متعددی تأثیر پذیرفته است. یادگیری فرد تحت تأثیر نظام پیچیده ای متشکل از مؤلفه های موقعیت یادگیری و توانایی های فردی است (لوپز و همکاران، ۲۰۱۷). از این رو کمک خواهی^۱ به عنوان یکی از راهبر های یادگیری معرفی شده است که دانش آموزان با استفاده از آن می توانند مسائل و مشکلات یادگیری و استرس های تحصیلی خود را تشخیص داده و از طریق پرسش و کمک گرفتن از دیگران در جهت رفع آنها بر آین (کارابنیک^۲، ۲۰۱۴). فرآیند کمک خواهی دانش آموزان در محیط های آموزشی شامل چالش های شناختی و هیجانی است که بسیار معمول بوده و از نیاز آنان به یادگیری موضوعات بسیار مشکل درسی ناشی می شود. کمک خواهی تحصیلی^۳ به عنوان راهبردی برای غلبه بر مشکلات یادگیری و بهبود تبحر تعریف شده است (زیممرمن^۴، ۲۰۱۸). کمک خواهی تحصیلی شامل رفتارهایی از قبیل سوال کردن از معلمان، والدین و همکلاسی ها و تقاضا توضیح بیشتر درباره مسأله، گرفتن سرنخ ها و راه حل های مساله و سایر کمک های درسی است (پاچیکو دل^۵، ۲۰۱۷). این نوع کمک خواهی به عنوان راهبردی جهت جلوگیری از شکست تحصیلی عمل می کند. بنابراین شناخت فرآیند کمک خواهی دانش آموزان

^۱ - Lopez,

^۲ -help-seeking strategies

^۳ . Karabenick

^۴ -help-seeking -Academic

^۵ .Zimmerman

^۶ - Pacheco del Castillo

و عواملی که کمک خواهی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهند، تعیین کننده تداوم تلاش و در نهایت موفقیت دانش آموز خواهد بود (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۶). اصطلاح کمک خواهی مؤثر اشاره به عملی دارد که دانش آموز برای افزایش احتمال موفقیت فوری از قبیل حل مسئله ریاضی و کاهش نیاز به آن به دنبال یادگیری آن (از قبیل یادگیری نحوه حل مسئله) از کمک دیگران استفاده می‌کند. کمک خواهی مؤثر همچنین باعث کاهش استرس در کوتاه مدت و رشد بلندمدت سلامت نظام خود از قبیل خود کارآمدی، اعتماد به خود، ادراک کنترل می‌شود که برای کنار آمدن با مشکلات تحصیلی آینده مهم هستند (تونگ^۱، ۲۰۱۳). اما زیمرمن (۲۰۱۸) نشان داده است که آموزش راهبردهای کمک خواهی موجب تشدید استرس‌های تحصیلی در برخی دانش آموزان می‌گردد. وی در توجیه این یافته عنوان می‌کند که برخی دانش آموزان به جهت فقدان خودپنداره مثبت، از آموزش‌های کمک خواهی نمی‌توانند بهره لازم ببرند و لذا خودپنداره منفی، آنها را از به کارگیری راهبردهای کمک خواهی در موقعیت‌های بین فردی و کلاسی باز می‌دارند و در نتیجه به تشدید استرس‌های تجربه شده و افت باورهای کارآمدی منتهی می‌شوند. دستیابی به موفقیت تحصیلی نیاز به چالش و سازگاری با شرایط جدید آموزشی دارد و تأثیر این سازگاری برای پیشرفت و تکمیل برنامه‌های آموزشی بسیار مهم می‌باشد (محلاتی، ۱۳۹۵) روند فعالیت‌های تحصیلی دانش آموزان در فضاها و محیط‌های خارج از مدرسه، تحت تأثیر عوامل متنوعی بوده که برخی از این عوامل در شکل‌گیری تنیدگی‌های روانشناختی و سازگاری-های تحصیلی مداوم نقش به سزایی ایفا می‌کنند و موجب کاهش انگیزش و عملکرد تحصیلی فراگیران شده و گاهی به امتناع آن‌ها از پیگیری امور تحصیلی منتهی می‌گردند. سازگاری در انتقال به محیط یا موقعیت جدید، در روابط بین فردی و سازگاری در موقعیت‌های آموزشی که از آن تحت عنوان سازگاری تحصیلی یاد می‌شود (وانگ^۲، ۲۰۱۸)، ناظر به توانمندی فراگیران در انطباق با شرایط و الزامات تحصیل و نقش‌هایی است که مدرسه به عنوان یک نهاد اجتماعی فرا روی آنها قرار می‌دهد (سعادت، ۱۳۹۶). موری و همکاران (۲۰۱۷)^۳ معتقدند دانش آموزانی با

^۱ Teong

^۲ - Wang

^۳ - Moore, Fresco, Schumm & Dobson



مدرسه سازگارند که وقتی مدرسه خود را به پایان می برند، تجربه حضور و تحصیل را تجربه ای رشد دهنده تلقی نمایند و بتوانند از توانایی های خود به نحو مطلوب بهره جویند و در نهایت از نظر تحصیلی کارآمد باشند. از دیدگاه والکا^۱ (۲۰۱۵)، مهمترین نگرانی در مدارس امروزی ناسازگاری کلاسی است. بدرفتاری و ناسازگاری دانش آموزان کل فرایند یادگیری را تحت تاثیر قرار می دهد و با چالش مواجه می کند. از طرفی مطالعات نشان می دهند که تداوم این مشکلات موجب افت انگیزش تحصیلی و شکست های تحصیلی می شوند که علاوه بر عوارض ثانوی، هزینه های قابل توجهی را متوجه نظام های آموزشی و اولیاء دانش آموزان می کنند (ویسکرمی، ۱۳۹۸). بررسی های پژوهش های صورت گرفته در این زمینه نشان می دهد که تمامی پژوهش های گذشته به بررسی رابطه راهبردهای یادگیری با عملکرد دانش آموزان در یک درس خاص پرداخته اند و نمره دانش آموزان در یک درس مانند ریاضی با زبان یا ... را به عنوان ملاکی برای عملکرد تحصیلی دانش آموزان در نظر گرفته اند و تاکنون پژوهشی به بررسی تأثیر راهبردهای کمک خواهی تحصیلی بر بهزیستی تحصیلی و سازگاری اجتماعی عملکرد تحصیلی دانش آموزان در میان دانش آموزان دارای اختلال یادگیری نپرداخته است. در حالی که در بسیاری از کشورها دانش آموزان با اختلال یادگیری بیش از نیمی از کل دانش آموزان استثنایی را تشکیل دهند اختلال یادگیری به معنی اختلال در یک یا چند فرآیند پایه روانشناختی است که درک و فهم یا استفاده از زبان گفتاری یا نوشتاری را در برمی گیرد و با توجه به حجم زیاد این دسته از دانش آموزان در بدنه آموزش و پرورش، برنامه ریزی برای شناسایی و کمک به آموزش آنها از اهمیت ویژه ای برخوردار است از سوی دیگر، از آنجایی که در دوره متوسطه افزایش عملکرد تحصیلی لازم و ضروری است و در حالی که اکثر دانش آموزان در این دوره با افت تحصیلی مواجه می شوند و اینکه این دوره، دوره ای بسیار حساس برای دانش آموزان است؛ پس تحقیقات زیادی می طلبد که بررسی کند چه عواملی می تواند مرتبط با بهبود عملکرد تحصیلی دانش آموزان تأثیرگذار باشد. لذا با توجه به مطالب ارائه شده این پژوهش به دنبال پاسخ به این سوال می باشد که راهبردهای کمک خواهی تحصیلی بر بهزیستی تحصیلی، سازگاری اجتماعی و

^۱ - Valka



عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دارای اختلال یادگیری تأثیر دارد یا خیر؟ لذا مسأله اساسی پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی راهبردهای کمک تحصیلی بر عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دارای اختلال یادگیری می باشد.

بخش دوم: روش شناسی پژوهش

تحقیق حاضر از لحاظ هدف جز تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا توصیفی از نوع تحقیقات نیمه آزمایشی است. جامعه آماری تحقیق حاضر، شامل کلیه دانش آموزان دارای اختلال یادگیری در مقطع ابتدایی آموزش و پرورش منطقه ۸ تهران می باشد. به منظور تعیین حجم نمونه منطبق با اهداف پژوهش حاضر، تعداد ۶۰ نفر به روش تصادفی در دو گروه ۳۰ نفره یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل جایگزین شد. برای انتخاب نمونه های مورد مطالعه از روشهای نمونه گیری خوشه ای تک مرحله ای و نیز برای جایگزینی آنها در گروهها از روش تصادفی استفاده شد. یعنی از بین مدارس مقطع ابتدایی تعداد ۳ مدرسه به طور تصادفی انتخاب و از هر یک از مدارس انتخاب شده یک کلاس به شیوه تصادفی انتخاب و در گروه آزمایشی و گروه کنترل جایگزین شدند. توضیح اینکه در برآورد حجم نمونه، از توصیه های کرلینجر استفاده شد مبنی بر این که برای طرحهای آزمایشی، انتخاب تصادفی نمونه ای ۳۰ نفری، می تواند قابلیت اعتبار بیرونی یافته های پژوهشی را تضمین نماید. به منظور گردآوری داده از ابزار پرسشنامه استفاده شد.

بسته آموزشی راهبردهای کمک تحصیلی: در این پژوهش به منظور آموزش راهبرد کمک تحصیلی از بسته های آموزشی راهبردهای کمک تحصیلی براساس نظریه های موجود در کمک تحصیلی به خصوص الگوهای نلسون لی مال (۱۹۸۱) و الون (۲۰۰۶) در ۱۲ جلسه استفاده می شود.

- پرسشنامه عملکرد تحصیلی: به منظور بررسی عملکرد تحصیلی از پرسشنامه سنجش عملکرد تحصیلی تیلور و همکاران با ۴۰ سؤال در ۴ مؤلفه شامل (مؤلفه های خود کارآمدی و تأثیرات هیجانی با ۸ گویه، مؤلفه برنامه ریزی با ۱۶ گویه، مؤلفه فقدان کنترل پیامد با ۴ گویه و مؤلفه انگیزش با ۱۲ گویه) براساس مقیاس پنج درجه ای لیکرت استفاده شد.



در این تحقیق از آلفای کرونباخ به منظور بررسی میزان پایایی پرسشنامه مورد نظر، استفاده می شود. همچنین از آزمون کالموگروف-اسمیرینف برای بررسی نرمال بودن توزیع داده های جمع آوری شده بهره گرفته خواهد شد. در صورتی که داده ها نرمال باشند، از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری با هدف تعیین تفاوت بین دو گروه استفاده می شود. که در نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۲ انجام شد.

بخش سوم: یافته های پژوهش

برای تحلیل داده های مربوطه به تاثیر تکنیک راهبردهای کمک خواهی بر مولفه های عملکرد تحصیلی دانش آموزان؛ به روش تحلیل کوواریانس چند متغیری جهت بررسی زیرمولفه ها انجام شد که نتایج آن در جدول شماره ۵ گزارش شده است. پیش از ارائه نتایج مربوط به مؤلفه های عملکرد تحصیلی، گزارش مربوط به رعایت پیش فرض تساوی واریانس های متغیرهای تحقیق (آزمون لوین) در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: نتایج آزمون لوین در مورد پیش فرض تساوی واریانس نمره های متغیرهای تحقیق
گروه ها در جامعه

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	معنی داری
خودکارآمدی	۲/۰۷۶	۱	۵۸	۰/۱۵۵
تاثیرات هیجانی	۲/۵۰۰	۱	۵۸	۰/۱۱۹
برنامه ریزی	۲/۴۳۶	۱	۵۸	۰/۱۲۴
فقدان کنترل پیامد	۰/۸۶۶	۱	۵۸	۰/۳۵۶
انگیزش	۰/۱۲۲	۱	۵۸	۰/۷۲۸



همان گونه که در جدول ۱ ارائه شده است، فرض صفر برای تساوی واریانس‌های نمره‌های گروه-ها در متغیرهای تحقیق تأیید می‌گردد. لذا با توجه به اینکه سطح معنی داری در آزمون لوین از ۰/۰۵ بیشتر است، پیش فرض تساوی واریانس‌های نمره‌ها در گروه‌های آزمایش و کنترل تأیید گردید و مفروضه‌های لازم برای استفاده از آزمون آماری وجود دارد.

جدول شماره ۲ خلاصه نتایج تحلیل کواریانس چند متغیری (MANCOVA) برای بررسی تفاوت پس آزمون مؤله‌های عملکرد تحصیلی در گروه آزمایش و گروه کنترل

منبع	متغیر	SS	Df	MS	F	sig	اندازه اثر
گروه	خودکارآمدی	۱۳۶/۴۲۰	۱	۱۳۶/۴۲۰	۱۲/۷۴۶	۰/۰۰۱	۰/۱۹۴
	تاثیرات هیجانی	۲۲۵/۶۵۵	۱	۲۲۵/۶۵۵	۲۸/۵۶۴	۰/۰۰۰	۰/۳۵۵۰
	برنامه ریزی	۶۹۴/۲۴۳	۱	۶۹۴/۲۴۳	۲۱/۵۴۶	۰/۰۰۰	۰/۲۸۹
	فقدان کنترل پیامد	۹۳/۰۵۱	۱	۹۳/۰۵۱	۱۵/۹۰۵	۰/۰۰۰	۰/۲۳۱
	انگیزش	۲۲۸/۰۴۵	۱	۲۲۸/۰۴۵	۶/۲۰۵	۰/۰۱۶	۰/۱۰۵

همانطور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود پس از تعدیل نمرات پیش آزمون هر یک از مولفه‌های عملکرد تحصیلی، در مولفه خودکارآمدی ($p=0/001$ و $F_{(1, 53)}=12/746$)، مولفه تاثیرات هیجانی ($p=0/000$ و $F_{(1, 53)}=28/564$)، مولفه برنامه ریزی ($p=0/000$ و $F_{(1, 53)}=21/546$)، مولفه فقدان کنترل پیامد ($p=0/000$ و $F_{(1, 53)}=15/905$)، و مولفه انگیزش ($p=0/016$ و $F_{(1, 53)}=6/205$)، بین اثر دو گروه دانش آموزان گروه آزمایش (روش راهبردهای کمک خواهی) و گروه کنترل (روش سنتی) تفاوت معنی دار وجود دارد. چرا که هم مقدار F از ۱/۹۶ بیشتر است و سطح معنی داری از ۵ صدم کمتر است. بدین معنا که روش



راهبردهای کمک خواهی در مقایسه با روش سنتی بر کلیه مولفه های عملکرد تحصیلی مؤثر بوده است. (۰/۵۴۱=اندازه اثر؛ ۰/۴۵۹=لانداى ويلکز؛ $p=0/000$ و $F=11/547$)

نتیجه گیری

نتایج پژوهش نشان داد بین میانگین نمرات پس آزمون عملکرد تحصیلی به طور معنی داری در گگروه آزمایش (تکنیک راهبردهای کمک خواهی) و گروه کنترل (روش تدریس سنتی) تفاوت معنی دار وجود دارد. در تبیین نتایج حاصل می توان گفت که دانش آموزان به موجب استفاده از چنین راهبردی می توانند بسیاری از موانع موجود در فرآیند یادگیری شان را برطرف نموده و به یادگیری و عملکرد تحصیلی بهتری نائل شوند. کمک خواهی می تواند به عنوان یک راهبرد خود تنظیمی مهم و به عنوان یک ویژگی مهم فراگیران قوی، باعث برانگیخته شدن بیشتر دانش آموزان و عملکرد بهتر تحصیلی آنان شود عملکرد تحصیلی به معنای نتیجه و ثمره تلاش فرد در رابطه با فعالیت های آموزش رسمی بوده و درواقع همه کوشش های نظام آموزشی معطوف به این پدیده است. عملکرد تحصیلی به عنوان برون داد نظام آموزشی از عوامل متعددی تأثیر پذیرفته است. یادگیری فرد تحت تأثیر نظام پیچیده ای متشکل از مؤلفه های موقعیت یادگیری و توانایی های فردی است. از این رو کمک خواهی به عنوان یکی از راهبرهای یادگیری معرفی شده است که دانش آموزان با استفاده از آن می توانند مسائل و مشکلات یادگیری و استرس های تحصیلی خود را تشخیص داده و از طریق پرسش و کمک گرفتن از دیگران در جهت رفع آنها برآیند. در این راستا هال (۲۰۱۵) در مطالعه خود نشان داد که آموزش راهبردهای کمک خواهی برای دانش آموزانی که از سبک های اسنادی درونی برای موفقیت برخوردارند نسبت به دانش آموزانی که از سبک اسناد بیرونی برای موفقیت ها و شکست برخوردارند در تغییر باورهای خود کارآمدی شان در نتیجه انگیزش و عملکرد تحصیلی اثرات متفاوت بر جای می گذارند. پنک نیز (۲۰۱۵) نشان دادند که بین استفاده فراگیران از راهبردهای شناختی و فراشناختی با پیشرفت تحصیلی آنان همبستگی معناداری وجود دارد. یادگیرندگان که از راهبردهای شناختی سطح بالا یا راهبردهای فراشناختی استفاده کرده اند، در فعالیت های یادگیری خود به پیشرفت بالاتری دست یافته اند.



با توجه به اینکه مطالعه حاضر ماهیتی مقطعی دارد. بنابراین، طرح استنتاج‌های علی و معلولی براساس یافته‌های آن برای محققان امکان‌پذیر نیست به محققان علاقه مند به این قلمرو پژوهشی پیشنهاد می‌شود با استفاده از طرح تحقیقاتی آینده‌نگر که در آن تمامی اندازه‌گیری‌های به عمل آمده از مفاهیم مختلف در فواصل زمانی متفاوت انجام می‌شوند، روابط علی بین سازه‌های روانشناختی چندگانه را در الگوی ساختاری مفروض بیازمایند. براساس نتایج پژوهش نیز پیشنهاد می‌گردد مدیران و مسئولان مدیریت آموزشی تلاش نمایند تا امکانات آموزشگاهی را در مدارس بیشتر نمایند و کمبودها و نارسایی‌های موجود در زمینه وسایل کمک آموزشی و غیره را برطرف نمایند؛ زیرا کمبود امکانات آموزشی ناسازگاری اجتماعی را بیشتر می‌سازد. پیشنهاد می‌گردد بسته‌های آموزشی مربوط به راهبردهای کمک‌خواهی و اهمیت آن در پیشرفت تحصیلی تهیه و در مدارس توزیع گردد همچنین انجمن اولیا و مربیان با برگزاری و تشکیل دوره‌هایی برای والدین، نقش راهبردهای کمک‌خواهی را در پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان آموزش دهند.



منابع و مآخذ

الف) منابع فارسی

۱. جدیدی، سما (۱۳۹۹). نقش واسطه های اشتیاق تحصیلی در رابطه بین کمک طلبی تحصیلی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان. رویش روانشناسی. ۱۲ (۴۵). ۱۰۷-۱۱۵
۲. سعادت، تهمینه (۱۳۹۶) نقش واسطه ای اشتیاق تحصیلی در تبیین رابطه مهارت های ارتباطی و سازگاری دانش آموزان دختر دوره اول متوسطه ناحیه ۴ شهر شیراز. دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت زارعی، پروین؛ سعدی پور، اسماعیل؛ دلاور، علی؛ خوشنویسان، زهرا (۱۳۹۵) مقایسه اثربخشی آموزش روش - های ذهن آگاهی و کمک خواهی بر استرس تحصیلی، فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی. ۱۱ (۴۳). ۱۲۳-۱۰۴
۳. زارعی، حیدرعلی؛ میرهاشمی، مالک؛ پاشا شریفی، حسن (۱۳۹۱) ارتباط سبک های تفکر با سازگاری تحصیلی در دانشجویان پرستاری، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی. سال ۱۲. شماره ۳. ص ۱۶۷-۱۶۰
۴. محلاتی، ریحانه (۱۳۹۵) مقایسه سازگاری تحصیلی، عملکرد تحصیلی و غرور ملی دانش آموزان مقطع متوسطه مدارس تک ملیتی و چندملیتی در شهر یزد. پایان نامه دکتری دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.
۵. میکائلی، منیژه؛ احمدی، سعید، حیدری، فرهاد. (۱۳۹۵) ادراک دانش آموزان از محیط روانشناختی کلاس و رابطه آن با پیشرفت تحصیلی و انگیزش آنان. آنان. پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه تبریز
۶. هاشمی، تورج؛ بیرامی، منصور، واحدی، شهرام؛ بیرامی، ناصر (۱۳۹۶) اثربخشی آموزش راهبردهای کمک خواهی در بهبود نشانه های استرس تحصیلی، عملکرد و انگیزش تحصیلی با تعدیل گری سبک های اسنادی در دانش آموزان. دوفصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری. سال پنجم. شماره هشتم. ص ۱۵۰-۱۳۰



۷. ویسکرمی، حسینعلی،؛ خلیلی، زهرا؛ عالی پور، کبری؛ علوی، زینب (۱۳۹۸). نقش میانجی اشتیاق تحصیلی در پیش بینی بهزیستی تحصیلی دانش آموزان بر اساس جو روانی- اجتماعی کلاس درس دانش آموزان. دو فصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری. سال هفتم. شماره دوازدهم. ص ۱۶۸-۱۴۹

(ب) منابع لاتین

۸. Al-Bahrani, M. A. (2018). "A Qualitative Exploration of Help-Seeking Process". *Advances in Applied Sociology*, 4, 157-172.
۹. Belfi, B., Goos, M., Fraine, B.D., Damme, J.V. (2012). "The effect of class composition by gender and ability on secondary school students' school well-being and academic self-concept: A literature review". *Educational Research Review*, 7(1) 62-74
۱۰. Cheng, K., & Tsai, C. (2017). An investigation of Taiwan university students' perceptions of online academic help seeking and their web-based learning selfefficacy. *The Internet and Higher Education*. 14(3), 150-157.
۱۱. Chang, V.Y., Palesh, O., Caldwell, R., Glasgow, N., Abramson, M., Luskin, F., Koopman, C.N. (2015). The effects of a mindfulness based stress reduction program on stress, mindfulness self-efficacy and positive states of mind, *Stress and Health*, 20(3): 141-147
۱۲. Karabenick, S. A. (2012). "Perceived achievement goal structure and college student help-seeking". *Journal of Educational psychology*, 96: 569-580.
۱۳. Karabenick, S. A. (2014). "Classroom and technology supported help-seeking: The need for converging research paradigms". *Learning and instruction*, 21: 290-296.
۱۴. Hall, B. (2016). *Educational psychology*. New York, MC Grow /till press
۱۵. Holopainen, L., Lappalainen, K., Junttila, N., Savolainen, H. (2012). "The role of social competence in the psychological well-being of adolescents in secondary education." *Scandinavian Journal of Educational Research*, 56(2), 199-212.



۱۶. Lopez, C., & Jones, S. J. (2017). *Examination of factors that predict academic adjustment and success of community college transfer students in STEM at 4-year institution*
۱۷. Moore, M.T., Fresco, D.M., Schumm, J.A., & Dobson, K.S. (2017). *Change in explanatory flexibility and explanatory style in cognitive therapy and its components. Journal of Cognitive Therapy and Research, 41(4): 519 – 529.*
۱۸. Pacheco del Castillo, L. A. (2017). *Dominican college students' experiences of distress, help-seeking and stigma. A dissertation submitted to the Graduate College in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy Counselor Education and Counseling Psychology. Western Michigan University.*
۱۹. Peng C. (2015) "Self-regulated learning behavior of college students of science and their academic achievement." *Physics Procedia .(33): 1446-1450*
۲۰. Ryan, A. M. and Shin, H. (2019). "Help Seeking tendencies during early adolescence: An examination of motivational correlates and consequences for a Achievement". *Learning and instruction, 21: 247-256.*
۲۱. Ryan, K. E. and Ryan, A. M. (2005). "Psychological processes underlying stereotype threat and standardized math test performance". *Educational psychologist, 40 (1): 53-63.*
۲۲. Thuy-vy, T. N., Deci, E. L. (2016). "Can it be good to set the bar high? The role of motivational regulation in moderating the link from high standards to academic well-being". *Learning and Individual Differences, 45, 245-251.*
۲۳. Teong, S. K. (2013). "The effect of meta cognitive training on mathematical wordproblem solving". *Journal of computer Assisted Learning, 19: 46-55*
۲۴. Zimmerman, B. J. (2018). "Investigating selfregulation and Motivation: Historical background, methodological developments and future prospects". *American Educational research Journal, 45(1): 166-183.*
۲۵. Valka, S. (2015). *Management of international students'academic adjustment: challenges and solutions. European Scientific Journal, ESJ, 11(6), 368-345.*

