

## Research Paper

# The comparison of effects of academic motivation training and help-seeking strategies on grit of high school students



Seyedjavad Hosseini <sup>1\*</sup>, Gholamhossien Maktabi <sup>2</sup>, Manijeh Shehni Yailagh <sup>3</sup> & Morteza Omidian <sup>4</sup>

1. Phd Educational Psychology, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
2. Professor, Department of Psychology, Faculty of Education Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
3. Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University Of Ahvaz, Ahvaz, Iran.
4. Professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.



**Citation:** Hosseini, S. J., Maktabi, G., Shehni Yailagh, M. & Omidian, M. (2024). [The comparison of effects of academic motivation training and help-seeking strategies on grit of high school students (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 13 (3):30-40. <https://doi.org/10.22098/jsp.2024.15539.5910>

[10.22098/jsp.2024.15539.5910](https://doi.org/10.22098/jsp.2024.15539.5910)

## Extended Abstract

### 1. Introduction

Students' grit when facing learning problems is one of the fields that has attracted the attention of education experts in recent years. With Duckworth's research since 2007, the grit concept has been receiving more attention from researchers. Grit is defined by Duckworth as persistence, insistence and desire to achieve long-term goals even in spite of years of failure (Hayri & Gökalp, 2023). Grit is associated with two components, namely, perseverance of effort and consistency of interest, the former reflects the commitment and interest in achieving goals, and the latter reflects attention to a set of important goals (Jehanghir et al., 2023).

In addition, academic motivation is one of the variables influencing the grit and perseverance of students in educational activities. Lio's research (2022) indicates that there is a positive and significant relationship between academic motivation and grit. Individuals with higher perseverance of effort and consistency of interest are stronger learners because they are less discouraged by failure and problem solving, are more motivated to engage in strategic behavior, and maintain a focused effort to achieve success (Steinmayr et al., 2018).

Help-seeking is another variable that can affect students' grit. Ryan and Pintrich defined help-seeking behavior as the ability to benefit from the help of others when facing difficult situations in the learning process

(Lee & Park, 2024). Help-seeking can act as a type of self-regulated learning. Help-seeking can also be an important strategy for learners to stimulate and improve their academic level. Help-seeking strategies can play an important role in students' learning, and through teaching help-seeking strategies to students, they can be helped in management, continuous participation and better learning of course materials (Shafiee Sani et al., 2024).

### 2. Materials and Methods

The current research is a field experiment with a large control group design, which includes two experimental groups and one control group. The statistical population of the present study comprised all ninth-grade students of boys' high schools in districts 1 and 2, Zahedan in the Academic Year 2020-2021. Multi-stage random sampling was used to select the sample. In this way, one district was randomly selected from two districts of Zahedan. Then, 3 schools from the selected district schools and one class from all ninth-grade classes in each school and 20 people from each class were randomly selected as samples. Assignment of experimental groups and control group for each class was conducted randomly.

### 3. Results

Based on Table 1, finding 1 indicates that there is no significant difference ( $p = 0.910$ ) in the grit variable between the means of the academic motivation training group and the help-seeking strategy training group.

#### \*Corresponding Author:

Seyedjavad Hosseini

Address: Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.

Tel: +98 (915) 9694096

E-mail: [seyedjavadhosseini19@yahoo.com](mailto:seyedjavadhosseini19@yahoo.com)



This finding indicates that there is no significant difference between the two experimental groups of academic motivation training and help-seeking strategies in terms of students' grit.

Also, finding 2 indicates that there is a significant difference ( $p = 0.028$ ) in the grit variable between the means of the academic motivation training group and the control group in the post-test stage. This finding indicates that there is a significant difference between the experimental groups of academic motivation training and the control group in terms of the students' grit, therefore, it can be concluded that compared to

the control group, the academic motivation training has a significant effect on the students' grit.

Eventually, finding 3 indicated that there is a significant difference ( $p = 0.006$ ) in the grit variable between the means of the help-seeking strategies training group and the control group in the post-test stage. This finding indicates that there is a significant difference between the experimental group of help-seeking strategies and the control group in terms of students' grit, therefore, it can be concluded that compared to the control group, teaching help-seeking strategies has a significant effect on the students' grit.

**Table 1. The results of Bonferroni's post hoc test to compare the adjusted means of grit of academic motivation training groups (group 1) and help-seeking strategies (group 2) and control group (group 3)**

Variable	Variable comparison groups	Adjusted means	Mean difference	standard deviation	Significance level
Grit	Group 1 - Group 2	69.170 and 70.755	-1.585	1.525	0.910
	Group 1 - Group 3	69.170 and 65.125	4.045	1.501	0.028
	Group 2 - Group 3	70.755 and 65.125	5.631	1.715	0.006

#### 4. Discussion and Conclusion

Attributional theory in help-seeking indicates that people perform a detailed analysis of the causes of their actions in order to achieve the progress strategies in this field. According to the Attributional theory of progress, people examine the causes of their actions in the four basic dimensions of grit, causality, controllability and totality. The consequences of progress in educational environments are attributed to factors such as ability, effort, task difficulty and luck. Achievement-motivated behaviors depend on individuals' documents. For example, a person who attributes his failure in homework to his low talent and ability, compared to a person who attributes his lack of success in homework to his effort, is likely to feel less confident in new educational situations and school. Also, a person who attributes his failure in educational situations to a lack of effort is more likely to seek help in the future to achieve goals and success (Collins and Sims, 2006). Help-seeking from others makes provides students with grit in times of academic difficulties and challenges. Help-seeking in this way enhances the students' grit in solving the problem. Based on the results, teaching academic motivation and help-seeking strategies makes students have

higher grit with proper assessment of their abilities, positive documents and timely and appropriate help-seeking against academic problems, to finally overcome academic problems.

#### 5. Ethical Considerations

##### Compliance with ethical guidelines

All research stages were in compliance with the ethical principles. The information of all participants in the research was kept completely confidential. Also, all the participants in the research were allowed to withdraw from the research whenever they wanted, at any stage of the research.

##### Funding

This research received no financial aid from government or private organizations.

##### Authors' contributions

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

##### Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

## مقاله پژوهشی

## مقایسه تأثیر آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم دانش‌آموزان متوسطه دوره اول

سید جواد حسینی<sup>۱\*</sup>، غلامحسین مکتبی<sup>۲</sup>، منیجه شهنی بیلاق<sup>۳</sup> و مرتضی امیدیان<sup>۴</sup>

۱. دانش آموخته دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۲. استاد گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۳. استاد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.
۴. استاد گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

Use your device to scan and read article online



ستاددهی: حسینی، س.ج؛ مکتبی، غ؛ شهنی بیلاق، م. و امیدیان، م. (۱۴۰۳). مقایسه تأثیر آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم دانش‌آموزان متوسطه دوره اول. فصلنامه روانشناسی مدرسه و آموزشگاه، ۱۳ (۳): ۴۰-۳۰. <https://doi.org/10.22098/jsp.2024.15539.5910>

doi 10.22098/jsp.2024.15539.5910

## چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر، با هدف مقایسه تأثیر آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم دانش‌آموزان متوسطه دوره اول انجام شد.

**روش‌ها:** روش پژوهش، از نوع آزمایشی میدانی با طرح گروه گواه گسترده است که شامل دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه می‌باشد. جامعه آماری شامل کل دانش‌آموزان پایه نهم دبیرستان‌های متوسطه دوره اول پسرانه نواحی ۱ و ۲ شهرستان زاهدان در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند که تعداد ۶۰ دانش‌آموز به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای در سه گروه ۲۰ نفری (دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه) گمارده شدند و در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به پرسشنامه داکورث و همکاران پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس تک متغیره و آزمون مقایسه زوجی بنفرونی استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که هر دو روش آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم دانش‌آموزان تأثیر معنی‌دار ( $p < 0/05$ ) دارد.

**نتیجه‌گیری:** با توجه به یافته‌ها، آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی باعث می‌شود که دانش‌آموزان در تکالیف آموزشی پشتکار و ثبات قدم بیشتری داشته باشند.

## اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۵/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۷/۱۷

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۹/۲۸

## کلیدواژه‌ها:

آموزش انگیزش تحصیلی، راهبردهای کمک‌خواهی، ثبات قدم

## مقدمه

اخیر نظام‌های آموزشی برای استفاده بهتر از منابع (مدرسه، خانواده، معلمان و همسالان)، ظرفیت‌های موجود و ارتقای کیفیت فعالیت‌های آموزشی خود در سایر عرصه‌های تربیتی به ویژه حوزه‌های انگیزشی تلاش نموده‌اند. یکی از زمینه‌های که در سال‌های اخیر توجه کارشناسان تعلیم و تربیت را به خود جلب کرده است، ثبات

درک نقش بی‌همتای دانش‌آموزان در هر جامعه برای رسیدن به اهداف نظام آموزشی آن جامعه و همچنین انتقاد نسبت به رویه‌های سنتی نظام‌های آموزشی (توجه بیش از اندازه بر حوزه شناختی)، موجب پیدایش دیدگاه‌های جدید در عرصه آموزش و فرایندهای یادگیری شده است (گرینیر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱). در سال‌های

1. Greenier

\* نویسنده مسئول:

سید جواد حسینی

نشانی: گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

تلفن: ۹۸۰۹۶۹۴۰۹۶ (۹۱۵) ۹۸

پست الکترونیکی: [seyedjavadhosseini19@yahoo.com](mailto:seyedjavadhosseini19@yahoo.com)

دادند، همچنین بین ابعاد ثبات قدم (پشتکار در تلاش و ثبات در علائق) و انگیزه بیرونی دانش‌آموزان رابطه منفی و معنی‌داری وجود داشت. در همین راستا **هایری، گوکب (۲۰۲۳)** در پژوهشی نشان دادند که بین خودکنترلی و ثبات قدم با نقش مثبت انگیزش و کنترل توجه رابطه معنی‌داری وجود دارد، یافته‌ها پیامدهای مهمی برای درک مولفه‌های مؤثر بر افزایش ثبات قدم را نشان می‌دهد، مداخلات با هدف افزایش انگیزه تحصیلی و کنترل توجه می‌تواند باعث ارتقاء ثبات قدم بیشتر در دانش‌آموزان شود.

علاوه بر موارد فوق پژوهشی از **گیم فی<sup>۱۳</sup>**، **لی آ<sup>۱۴</sup>** (۲۰۲۰) به بررسی نقش ثبات قدم در یادگیری زبان انگلیسی در دانشجویان تایلندی پرداخت. نتایج نشان داد بین ثبات قدم و ابعاد انگیزش تحصیلی رابطه‌ای مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین، **استینمر و همکاران (۲۰۱۸)** به بررسی این موضوع که آیا ثبات قدم دانش‌آموزان، پیشرفت تحصیلی آنها را فراتر از شخصیت، انگیزش تحصیلی و مشارکت آنها پیش‌بینی می‌کند؟ پرداختند. نتیجه کلی این پژوهش که با مشارکت دانش‌آموزان نوجوان آلمانی صورت گرفت، نشان از رابطه معنی‌دار بین ثبات قدم و ابعاد انگیزش تحصیلی داشت. در همین راستا **جهانگیر و همکاران (۲۰۲۳)** نشان دادند، خودمختاری فراگیران تأثیر معنی‌داری بر انگیزه تحصیلی و ثبات قدم دانشجویان دانشگاه‌های دولتی ایالت پنجاب پاکستان دارد.

کمک‌خواهی<sup>۱۵</sup> یکی دیگر از متغیرهاییست که می‌تواند ثبات قدم دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار دهد، رایان و پیتر ریچ رفتار کمک‌خواهی را توانایی بهره‌مندی از کمک دیگران در هنگام مواجهه با شرایط دشوار در فرآیند یادگیری تعریف کرده‌اند **(لی و پارک<sup>۱۶</sup>، ۲۰۲۴)**. بنابراین، کمک‌خواهی یکی از راهبردهاییست که دانش‌آموزان با استفاده از آن می‌توانند برای حل مسائل و مشکلات یادگیری و تحصیلی خود از دیگران طلب کمک کنند. همچنین دانش‌آموزان با کمک این راهبرد می‌توانند تسلط بهتری بر مهارت‌ها و یادگیری بهتر

قدم<sup>۱</sup> دانش‌آموزان در مواجهه با مشکلات یادگیری می‌باشد. ثبات قدم یکی از مفاهیمی است که از سال ۲۰۰۷ با پژوهش‌های داکورث<sup>۲</sup> بیش از پیش مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. ثبات قدم توسط داکورث به شکل پافشاری، اصرار و داشتن میل برای رسیدن به هدف‌های دراز مدت حتی با وجود سال‌ها شکست و ناکامی تعریف شده است **(هایری و گوکب<sup>۳</sup>، ۲۰۲۳)**. ثبات قدم با دو مؤلفه پشتکار در تلاش<sup>۴</sup> و ثبات علائق<sup>۵</sup> همراه است، که اولی بازتاب تعهد و علاقه فرد در رسیدن به هدف‌ها است و دومی بازتاب توجه به مجموعه هدف‌های مهم فرد می‌باشد **(جهانگیر<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۲۳)**. داکورث مدل کلی ثبات‌قدم در مواجهه با چالش را شامل چهار مرحله می‌داند: مرحله اول تعریف کامل فعالیت‌ها، راهبردها و در نظر گرفتن مشکلات و نقاط مبهم یک تکلیف است. مرحله دوم تنظیم هدف‌ها، تدوین طرح‌های عملی برای رسیدن هدف‌ها و راهبردهایی در برخورد با چالش‌هاست. مرحله سوم اجرای طرح، مدیریت زمان، جستجو برای اطلاعات جدید، نظارت بر پیشروی بر اساس معیاری که تعیین شده‌است و مرحله چهارم ارائه طرح‌هاست **(شچمن<sup>۷</sup>، ۲۰۱۳)**.

از سوی دیگر انگیزش تحصیلی<sup>۸</sup> یکی از متغیرهای تأثیرگذار بر ثبات قدم و پشتکار دانش‌آموزان در فعالیت‌های آموزشی می‌باشد. پژوهش **لیو<sup>۹</sup> (۲۰۲۲)** نشان می‌دهد بین انگیزش تحصیلی و ثبات قدم رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. افراد دارای پشتکار در تلاش و ثبات علائق بالاتر یادگیرنده‌های قوی‌تری هستند، زیرا کمتر از شکست و رفع مشکلات دل‌سرد می‌شوند، انگیزه بیشتری برای درگیر کردن رفتار استراتژیک دارند و تلاش متمرکز برای دستیابی به موفقیت را حفظ می‌کنند **(استینمر<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۸)**. با توجه به احتمال شکست دانش‌آموزان در مدارس، لازم است تا دانش‌آموزان در محیط‌های آموزشی از ثبات قدم و پشتکار کافی برخوردار باشند، معمولاً دانش‌آموزان با انگیزش تحصیلی بالا به هنگام روبه‌رو شدن با دشواری‌های تکلیف دست از تلاش بر نمی‌دارند و در مسیر موفقیت از ثبات قدم برخوردارند (نریمانی، صاحبقران و نخستین گلدوست، ۱۴۰۲). **آولیا<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۲۲)** در پژوهشی به بررسی رابطه بین شخصیت، طرز فکر، انگیزش تحصیلی و ثبات قدم (پشتکار) در دانش‌آموزان دوره راهنمایی پرداختند. نتایج ارتباط معنی‌داری را بین انگیزش تحصیلی و ثبات قدم نشان داد. همچنین **کارن<sup>۱۲</sup> و همکاران (۲۰۱۹)** اثر غیر مستقیم و مثبت پشتکار در تلاش را بر انگیزه درونی دانش‌آموزان از طریق اهداف تسلط‌گرا نشان

1. grit
2. Duckworth
3. Hayri & Gökulp
4. perseverance of effort
5. consistency of interest
6. Jehanghir
7. Shechtman
8. academic motivation
9. Lio
10. Steinmayr
11. Aulia
12. Karlen
13. Gyamfi
14. Lai
15. Help-seeking
16. Lee & Park

آموزان تفاوت معنی‌دار وجود دارد؟

### روش پژوهش

پژوهش حاضر، از نوع آزمایشی میدانی با طرح گروه گواه گسترده است که شامل دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه می‌باشد.

**جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری:** جامعه آماری پژوهش حاضر از کل دانش‌آموزان پایه نهم دبیرستان‌های پسرانه نواحی ۱ و ۲ شهرستان زاهدان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بود، برای انتخاب نمونه از نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای استفاده شد. به این صورت که از بین دو ناحیه شهرستان زاهدان یک ناحیه به صورت تصادفی انتخاب شد. سپس از مدارس ناحیه انتخاب شده ۳ مدرسه و از کل کلاس‌های پایه نهم موجود در هر مدرسه یک کلاس و از هر کلاس ۲۰ نفر به صورت تصادفی به عنوان نمونه در نظر گرفته شد. گمارش گروه‌های آزمایشی و گروه گواه برای هر کلاس به صورت تصادفی صورت گرفت. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های ذیل استفاده شد.

**پرسشنامه ثبات قدم:** پرسشنامه ثبات قدم توسط انجلا داکورث و همکاران (۲۰۰۷) ساخته شد. در سال ۲۰۰۹ داکورث و کوین فرم کوتاه ۸ آیتمی آن را طراحی نمودند و سپس به تعداد گویه‌ها افزودند که در تدوین نهایی تعداد گویه‌های این پرسشنامه ۱۷ مورد شد. پاسخ‌ها با روش لیکرت پنج درجه‌ای (همیشه ۵ تا هرگز ۱) درجه بندی شده است. دامنه نمره محتمل برای هر فرد در این پرسشنامه بین ۱۷ تا ۸۵ است (برزگر بفرویی و مراتی، ۱۴۰۲). اسکریس-وینکلر و همکاران (۲۰۱۴) ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ثبات قدم را ۰/۸۵ گزارش داده‌اند. ضریب پایایی این پرسشنامه در پژوهش برزگر بفرویی و مراتی (۲۰۲۳) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ گزارش داده شده است. در پژوهش حاضر ضرایب پایایی این پرسشنامه به روش‌های آلفای کرونباخ و تنصیف اسپیرمن-براون به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۳ به دست آمد. همچنین در این پژوهش از روش تحلیل عاملی تأییدی برای بررسی روایی پرسشنامه ثبات قدم استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی نشان داد که همه ماده‌ها، بارعاملی معنی‌داری (بالای ۰/۳) داشتند و هیچ یک از ماده‌ها از تحلیل حذف نشد.

**روش مداخله:** در این پژوهش از دو نوع مداخله (آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی) استفاده شد. خلاصه جلسات آموزشی در جداول ۱ و ۲ نمایش داده شده است.

1. Karabenick
2. Ha & Han
3. Eskreis-Winkler
4. Atapattu
5. Brier

داشته باشند. کمک‌خواهی شامل رفتارهایی مانند گرفتن سرخ‌ها و راحل‌های مسئله، پرسش از معلمان، والدین و همکلاسی‌ها برای توضیح درباره قسمت‌های مبهم مسئله است (کارابنیک، ۲۰۱۱). کمک‌خواهی می‌تواند به عنوان یک نوع یادگیری خودتنظیمی عمل کند. کمک‌خواهی همچنین می‌تواند به صورت یک استراتژی مهم فراگیران، برای تحریک و ارتقای سطح علمی آنها کارایی داشته باشد، راهبردهای کمک‌خواهی می‌تواند نقش مهمی در یادگیری دانش‌آموزان داشته باشد و از طریق آموزش راهبردهای کمک‌خواهی به دانش‌آموزان می‌توان به آنها در مدیریت، مشارکت مداوم و یادگیری بهتر مطالب درسی کمک کرد (شفیعی ثانی و همکاران، ۲۰۲۴). ها و هان<sup>۲</sup> (۲۰۲۱) در بررسی همگرایانه حمایت از خودمختاری ادراک شده والدین، رشد طرز فکر، ثبات قدم و رفتارهای کمک‌جویانه دانش‌آموزان دبیرستان، نشان دادند که حمایت ادراک شده از خودمختاری والدین تأثیرات مثبتی بر رشد طرز فکر و ثبات قدم دانش‌آموزان دارد، همچنین رشد طرز فکر به‌عنوان یک میانجی منفی در ارتباط بین حمایت ادراک شده از خودمختاری والدین و رفتارهای کمک‌جویانه اجتنابی دانش‌آموزان نقش دارد، این نتایج نشان می‌دهد که نه تنها روابط با والدین بلکه باید طرزفکر و یادگیری خودتنظیمی دانش‌آموزان دبیرستانی را نیز در نظر بگیریم. در همین راستا اسکریس-وینکلر<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۱۴) در پژوهشی دیگر به بررسی تأثیر ثبات قدم بر پیش‌بینی استقامت در ارتش، محل کار، مدرسه و ازدواج پرداختند. نتایج نشان داد بین ثبات قدم و حمایت ادراک شده والدین، معلمان و همسالان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین آتاپاتو<sup>۴</sup> (۲۰۱۵) در پژوهشی به بررسی نقش ثبات قدم و التزام تحصیلی به عنوان میانجی در رابطه بین حمایت تحصیلی و پیشرفت تحصیلی در میان دانش‌آموزان اقلیت‌های قومی دبستانی پرداختند. نتایج نشان داد بین حمایت تحصیلی ادراک شده معلمان و همسالان (گزارش شده توسط دانش‌آموز) با ثبات قدم رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد و ثبات قدم نقش میانجی بین حمایت تحصیلی (معلمان و همسالان) و پیشرفت تحصیلی دارد. در این پژوهش ما به بررسی تأثیر مقایسه‌ای آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم که تاکنون در ایران مورد بررسی قرار نگرفته بود، پرداختیم. همچنین، در این پژوهش با توجه به بررسی‌های پژوهشگر برای اولین بار در ایران در سطح دانشگاهی از بسته آموزش انگیزش تحصیلی بر اساس کتاب بریر<sup>۵</sup> (۲۰۰۶) استفاده شده است. در پایان مسئله اصلی پژوهش این است که آیا بین آموزش راهبردهای کمک‌خواهی و انگیزش تحصیلی بر ثبات قدم دانش

## جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش انگیزش تحصیلی بر گرفته از کتاب بریر (۲۰۰۶)

جلسات	موضوع	شرح
اول	نقش انگیزه در موفقیت تحصیلی	هدف‌ها: افزایش فهم دانش‌آموزان از معنا و مفهوم انگیزه، از سطح انگیزه خودشان و اهمیت تلاش‌ها و موفقیت فردی نسبت به مقایسه شدن با دیگران مبنای علمی: اگر دانش‌آموز کار مدرسه را برای خودش ارزشمند و جذاب ببیند و احساس کند، تلاش‌هایش به نتیجه می‌رسد، انگیزه پیدا می‌کند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
دوم	تأثیر احساسات	هدف‌ها: بازخوانی باورها و تفسیرهایی که دانش‌آموزان درباره دلایل عدم موفقیت تحصیلی دارند. توضیح درباره تأثیر انتظارات بر انگیزه و افزایش خودآگاهی دانش‌آموزان نسبت به احساسات شان مبنای علمی: انتظار از موفقیت در آینده و هدفی که متناسب با این انتظار، قصد شده است، انگیزه دانش‌آموز را تحت تأثیر قرار می‌دهد. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
سوم	تأثیر قضاوت‌ها	هدف‌ها: کمک به دانش‌آموز برای درک تأثیر مقایسه‌های اجتماعی و بازخودهای همسالان و خانواده بر انگیزه، تشویق این نگاه که توانایی قابل تغییر است. مبنای علمی: دانش‌آموزانی که عملکرد خود را در مقایسه با عملکرد دیگران قضاوت می‌کنند و سابقه ضعف و شکست تحصیلی دارند، این مقایسه‌ها باعث کاهش انگیزه و اعتماد به نفس می‌شود. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
چهارم	تأثیر توانایی‌ها	هدف‌ها: افزایش آگاهی درباره باور شخصی نسبت به توانایی و هوش و این که چگونه تصمیم‌ها و انتخاب‌ها، بر موفقیت تحصیلی اثر می‌گذارد. مبنای علمی: درک دانش‌آموزان نسبت به هوش و مهارت‌های تحصیلی‌شان، اغلب وابسته به موفقیت‌ها یا شکست‌هایی است که در مدرسه داشته‌اند و قضاوت‌هایی که معلمان، هم‌کلاسی‌ها و والدین، از آنها انجام داده‌اند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
پنجم	تأثیر افکار	هدف‌ها: تشویق دانش‌آموزان به آگاه شدن از افکار منفی و اضطراب‌آوری که درباره علل مشکلات تحصیلی‌شان دارند. اهمیت احساس مثبت نسبت به هوش و توانایی مبنای علمی: تصویری منفی از عملکرد تحصیلی باعث می‌شود که انتظار دانش‌آموزان از آینده تحصیلی‌شان نیز منفی باشد. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
ششم	تأثیر انتخاب‌ها و اقدامات	هدف‌ها: افزایش آگاهی نسبت به اینکه چگونه اعمال و انتخاب‌های فرد، می‌تواند باعث کاهش احساس تنهایی و بدون کمک بودن، در او شود. مبنای علمی: انگیزه، به شدت متأثر از این است که دانش‌آموزان چقدر احساس می‌کنند، می‌توانند موفقیت‌شان را در کارهای مدرسه کنترل کنند و بر آن اثرگذار باشند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
هفتم	مواجهه با افکار منفی	هدف‌ها: دانش‌آموزان یاد بگیرند باورهایی را که باعث احساس ناامیدی می‌شوند، به چالش بکشند و افکار و رفتارهای مثبت و جایگزینی را بسازند و مورد استفاده قرار دهند. مبنای علمی: شناسایی افکار منفی و جایگزینی آنها با افکار مثبت، امید و احساس کنترل را در دانش‌آموزان تسهیل می‌کند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
هشتم	علائم اضطراب و تکنیک‌های آرامش و خودآموز شدن در مواجهه با اضطراب	هدف‌ها: افزایش خودآگاهی دانش‌آموزان نسبت به علائم اضطراب مرتبط با کار مدرسه و کمک به دانش‌آموزان و استفاده از تکنیک‌های آرامش مبنای علمی: اضطراب، توانایی دانش‌آموزان را در انجام رفتارهای متناسب با هدف‌هایشان ضعیف می‌کند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.

جلسات	موضوع	شرح
نهم	مواجه شدن با وسوسه فرار	هدف‌ها: کمک به دانش‌آموزان برای تشخیص افکار و رفتارهای مزاحم که باعث پرهیز آن‌ها از موقعیت‌های یادگیری می‌شود. مبنای علمی: دانش‌آموزی که به دفعات زیاد در مدرسه شکست خورده، هنگام کارهای مدرسه زیاد به آن فکر می‌کند و نتیجه آن را منفی ارزیابی می‌کند و سعی می‌کند از موقعیت یادگیری دوری نماید. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
دهم	مهارت حل مسئله در مدیریت اضطراب	هدف‌ها: دانش‌آموزان از مهارت حل مسئله، برای جلوگیری از احساس‌های اضطرابی و دورکننده از موقعیت‌های یادگیری استفاده کنند. مبنای علمی: استفاده از مهارت حل مسئله برای کاهش اضطراب شامل مراحل هست که دانش‌آموز باید یاد بگیرد، از جمله اینکه در مقابل اضطراب بایستد، جوانب هر ترس را نگاه کند، راحل جایگزین پیدا کند، نقاط مثبت و منفی هر راحل را بررسی کند و ... ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
یازدهم	توجه و تمرکز	هدف‌ها: کمک به دانش‌آموزان برای تنظیم موثر توجه، حفظ تمرکز و مقاومت در برابر عوامل حواس پرتی، در هنگام انجام کارهای مدرسه. مبنای علمی: برای حفظ انگیزه، توانایی تنظیم توجه ضروری است. برای تنظیم توجه، دانش‌آموز باید محیط مطالعه خود را سازمان‌دهی و عوامل حواس پرتی را کنترل کند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.
دوازدهم	نظم فضای مطالعه و انجام تکلیف	هدف‌ها: استفاده از مهارت‌های تحصیلی در موقعیت‌های روزمره انجام کارهای مدرسه مبنای علمی: افزایش و بهبود انگیزه تحصیلی، پایدار نخواهد بود، مگر آنکه دانش‌آموز توانمندی خوبی برای استفاده از مهارت‌های تحصیلی در کارهای مدرسه‌اش پیدا کند. ابزارها: شامل فرم‌ها و کاربرگ‌ها مورد نیاز برای هر جلسه می‌باشد. راهنمای مربی: مفاد، توالی، ساختار و روایت هر جلسه را بیان می‌کند.

## جدول ۲. خلاصه جلسات آموزش کمک‌خواهی بر گرفته از پژوهش هاشمی و همکاران (۲۰۱۷)

جلسات	موضوع	شرح
اول	تعریف و ماهیت کمک‌خواهی	آشنایی آزمودنی‌ها با همدیگر، ارائه مطالبی در مورد راهبرد کمک‌خواهی و نقش و اهمیت آن در کمک به یادگیری بهتر
دوم	توانایی‌های شناختی و آشنایی با ضرورت کمک‌خواهی	آموزش زمان ضروری کمک‌خواهی و چگونگی بیان کمک‌خواهی
سوم	توانایی‌های اجتماعی و شناسایی منابع در دسترس	آموزش تشخیص مربیان و همکلاسی‌های مطلع و آموزش زمان و چگونگی نزدیک شدن به افراد مطلع
چهارم	نحوه بررسی مسئله و تشخیص مشکل	تمرین مرور ذهنی در خصوص تشخیص و بررسی مسئله در قالب برنامه ریزی یک سفر تحقیقاتی کوتاه در نقش راهنمای گروه
پنجم	خودباوری و تقویت خود برای دوری از ادراکات منفی	آموزش هدف‌ها تحصیلی و اجتماعی، خودباوری و هیجاناتی که به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا مشکل را تحمل کنند و همچنین تقویت خود برای دوری از ادراکات منفی
ششم	آموزش تبیین مهارت‌ها	آموزش تبیین‌های مؤثر همراه با فعالیت‌هایی برای گسترش مهارت‌های کلی برقراری ارتباط
هفتم	اشارات تبیینی	آموزش استفاده از تبیین‌های علمی به هنگام حل مسئله به صورت مشارکتی
هشتم	سؤال پرسیدن دوجانبه	آموزش پرسیدن سؤالات سطح بالا و آموزش طراحی سؤالات راهبردی به ویژه در برنامه ریزی برای چگونگی حل مسئله
نهم	تخصصی کردن نقش‌ها	تقسیم دانش‌آموزان به صورت دو نفری و توضیح مطالبی که نیاز به تبیین دارند. آموزش خواندن، خلاصه کردن توسط یک دانش‌آموز و مشخص کردن اشتباهات او توسط دانش‌آموز دیگر
دهم	بازبینی درک مطلب	آموزش حل مسئله و بیان استدلال خود با استفاده از اشارات فراشناختی
یازدهم	درخواست کمک انطباقی یا راهبردی	آموزش تنهایی کار کردن، دریافت سرنخ و درخواست راهنمایی جزئی
دوازدهم	کمک‌دهی مناسب و ارزیابی نهایی	کمک‌دهی مناسب و ارزیابی نهایی ارائه مطالبی در خصوص اهمیت کمک‌دهی، ارائه تمرین و اجرای عملی جلسات

## یافته‌ها

در ابتدا، طبق جدول ۳ به بررسی یافته‌های توصیفی نمره‌های ثبات قدم گروه‌های آزمایشی و گواه پرداخته شد.

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون ثبات قدم در گروه‌های آزمایشی و گروه گواه

متغیرها	آزمودنیها	شاخص‌های آماری	سنجش‌ها	
			پیش آزمون	پس آزمون
ثبات قدم	گروه آزمایشی ۱	M	۶۸/۰۰	۷۰/۱۵
		SD	۶/۴۶	۷/۳۰
	گروه آزمایشی ۲	M	۶۷/۱۰	۷۰/۹۰
		SD	۶/۲۱	۶/۱۸
	گروه گواه	M	۶۵/۳۵	۶۴/۰۰
		SD	۴/۹۲	۴/۴۸

قرار گرفت. همچنین، داده‌های پرت بررسی و موردی مشاهده نشد و در نهایت پیش فرض‌های استقلال مشاهدات، همگنی شیب‌های رگرسیون و همگنی واریانس‌ها نیز رعایت شد.

انجام تحلیل‌های آماری بستگی به رعایت مفروضه‌های تحلیل دارد. لذا به منظور اطمینان از این موضوع، ابتدا نرمال بودن داده‌ها با آزمون شاپیرو-ویلک بررسی و با رد فرض صفر ( $p = ۰/۷۷$ ) مورد تایید

جدول ۴. آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیر ثبات قدم

متغیر وابسته	Df1	Df2	F	p
ثبات قدم	۲	۵۷	۰/۸۷	۰/۴۲

بر اساس جدول ۴، نتایج آزمون لوین، آماره آزمون برای متغیر ثبات قدم معنی‌دار نبود. بنابراین، پیش فرض همگنی واریانس‌ها در گروه‌ها

جدول ۵. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن مانکوا روی پس آزمون ثبات قدم

منبع	متغیر	SS	df	MS	F	P	اندازه اثر
التزام تحصیلی		۲۱۹/۷۳	۲	۱۰۹/۸۶	۵/۹۳	۰/۰۰۵	۰/۱۸

گروه‌های آزمایشی (آموزش انگیزش تحصیلی و راهبرد کمک خواهی) و گروه گواه تفاوت معنی‌دار وجود دارد.

همان‌طور که در جدول ۵ ملاحظه می‌شود نسبت  $F$  تحلیل کوواریانس تک متغیری در ثبات قدم ( $F = ۵/۹۳$  و  $p = ۰/۰۰۵$ ) معنی‌دار می‌باشند. این یافته نشان می‌دهد که در متغیر وابسته ثبات قدم بین

جدول ۶. نتایج آزمون تعقیبی بنفرونی، برای مقایسه میانگین‌های تعدیل یافته ثبات قدم گروه‌های آموزش انگیزش تحصیلی (گروه ۱) و راهبردهای کمک خواهی (گروه ۲) و گروه گواه (گروه ۳)

متغیر	گروه‌های مورد مقایسه	میانگین‌های تعدیل یافته	تفاضل میانگین	SD	P
ثبات قدم	گروه ۱ - گروه ۲	۶۹/۱۷۰ و ۷۰/۷۵۵	-۱/۵۸۵	۱/۵۲۵	۰/۹۱۰
	گروه ۱ - گروه ۳	۶۹/۱۷۰ و ۶۵/۱۲۵	۴/۰۴۵	۱/۵۰۱	۰/۰۲۸
	گروه ۲ - گروه ۳	۷۰/۷۵۵ و ۶۵/۱۲۵	۵/۶۳۱	۱/۷۱۵	۰/۰۰۶

گروه آموزشی انگیزش تحصیلی و گروه گواه، در مرحله پس آزمون تفاوت معنی‌دار ( $p = ۰/۰۲۸$ ) وجود دارد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه‌های آزمایشی آموزش انگیزش تحصیلی و گروه گواه از لحاظ ثبات قدم دانش‌آموزان تفاوت معنی‌دار وجود دارد، لذا می‌توان نتیجه گرفت که آموزش انگیزش تحصیلی، در مقایسه با گروه گواه، تأثیر معنی‌داری بر ثبات قدم دانش‌آموزان دارد. در نهایت، در متغیر

طبق جدول ۶، در متغیر ثبات قدم بین میانگین‌های گروه آموزشی انگیزش تحصیلی و گروه آموزشی راهبرد کمک خواهی، در مرحله پس آزمون تفاوت معنی‌دار ( $p = ۰/۹۱۰$ ) وجود ندارد. این یافته نشان می‌دهد که بین دو گروه آزمایشی آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک خواهی از لحاظ ثبات قدم دانش‌آموزان تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. همچنین در متغیر ثبات قدم، بین میانگین‌های



## روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

حلی را که به نظر می‌رسد از بقیه بهتر است انتخاب کند و انتظارات واقع‌بینانه‌ای برای موفقیت خودشان تعیین کنند، دوباره تلاش کنند و اگر یک راه حل موثر نبود، راه حل دیگری را انجام دهند، تلاش‌های خودشان را ارزیابی کنند و بدانند که مواجهه با مشکلات تحصیلی ثبات قدم می‌خواهد و اساساً همین ثبات قدم، ارزشمند و باعث موفقیت است.

در نهایت، نتایج نشان داد که در متغیر ثبات قدم، بین گروه آموزشی راهبردهای کمک‌خواهی و گروه گواه، تفاوت معنی‌دار وجود دارد. این یافته با پژوهش‌های ها و هان (۲۰۲۱)، اسکریس-وینکر و همکاران (۲۰۱۴) و آتاپاتو (۲۰۱۵) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت شناخت فرآیند کمک‌خواهی، عوامل تأثیرگذار بر کمک‌خواهی و پاسخ به چنین درخواست‌هایی تعیین‌کننده تداوم ثبات قدم و در نهایت موفقیت دانش‌آموزان خواهد بود. کمک‌خواهی به دو شکل مؤثر یا غیرمؤثر ابراز می‌شود. دانش‌آموز زمانی که احتمال موفقیت را با درخواست سرخ‌های از مسئله و نه پاسخ مستقیم مسئله افزایش دهد، در واقع از کمک‌خواهی مؤثر استفاده کرده است (عینی، نظر، عبادی و زینالزاده، ۱۴۰۱). این نوع کمک‌خواهی باعث کاهش استرس و افزایش سلامت روان از قبیل اعتماد به نفس، خودکارآمدی و خودکنترلی می‌شود که در مدارس برای رویارویی با مشکلات تحصیلی، استقامت و بهبود ثبات قدم مورد استفاده قرار می‌گیرد (اسکینر و زیمرگمبک، ۲۰۰۷). کمک‌خواهی یکی از راهبردهای است که دانش‌آموزان با استفاده از آن می‌توانند در جهت رفع مسائل و مشکلات یادگیری و تحصیلی خود با کمک گرفتن از دیگران برآیند. دانش‌آموزان می‌توانند از این راهبرد برای تسلط بهتر بر مهارت‌ها و یادگیری بهتر بهره‌مند شوند. با کمک گرفتن، مشکلات تحصیلی دانش‌آموزان کاهش یافته و از آگاهی و مهارت‌های کسب شده در موقعیت‌های دیگر به صورت روشی از حل مسئله استفاده می‌شود (کارابینیک، ۲۰۱۱). نظریه اسنادی در کمک‌خواهی بیانگر این است که افراد تحلیل دقیقی از علل عملکرد خود به عمل می‌آورند تا به راهبردهای پیشرفت موجود در این زمینه دست یابند. بر اساس نظریه اسنادی پیشرفت، افراد علل اعمال خود را در چهار بعد اساسی ثبات، علیت، کنترل‌پذیری و کلیت بررسی می‌کنند. پیامدهای پیشرفت در محیط‌های آموزشی به عوامل مانند توانایی، تلاش، دشواری تکلیف و شانس نسبت داده می‌شوند. رفتارهای با انگیزه پیشرفت بستگی به اسنادهای افراد دارد. به عنوان مثال فردی که معتقد است به خاطر استعداد و توانایی کم، در تکلیف درسی شکست خورده است در مقایسه با فردی که عدم موفقیت خود را در تکالیف درسی به

ثبات قدم، بین میانگین‌های گروه آموزشی راهبردهای کمک‌خواهی و گروه گواه، در مرحله پس‌آزمون تفاوت معنی‌دار ( $p = ۰/۰۰۶$ ) وجود دارد. این یافته نشان می‌دهد که بین گروه آزمایشی راهبردهای کمک‌خواهی و گروه گواه از لحاظ ثبات قدم دانش‌آموزان تفاوت معنی‌دار وجود دارد، لذا می‌توان نتیجه گرفت که آموزش راهبردهای کمک‌خواهی، در مقایسه با گروه گواه، تأثیر معنی‌داری بر ثبات قدم دانش‌آموزان دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، با هدف مقایسه تأثیر آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر ثبات قدم دانش‌آموزان دوره متوسطه انجام شد. نتایج نشان داد که در متغیر ثبات قدم بین گروه آموزشی انگیزش تحصیلی و گروه آموزشی راهبرد کمک‌خواهی، تفاوت معنی‌دار وجود ندارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی دو روش آموزشی متفاوت هستند که می‌توانند بر ثبات قدم دانش‌آموزان تأثیر متفاوتی داشته باشند، با این فرض، پیش‌بینی می‌شد که در اثر مداخله این دو روش بر روی ثبات قدم بین دو گروه آزمایشی تفاوت معنی‌داری را شاهد باشیم. احتمال این نتیجه را می‌توان به این صورت استنباط کرد که هر دو روش آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی بر اساس نظریه‌های پنتریچ و زیمرمن زیر مجموعه خود تنظیمی می‌باشند و در عمل نتایج مشابهی را بین دو گروه آموزشی نشان می‌دهند.

همچنین نتایج نشان داد که در متغیر ثبات قدم، بین میانگین‌های تعدیل یافته گروه آموزشی انگیزش تحصیلی و گروه گواه، در مرحله پس‌آزمون تفاوت معنی‌دار وجود دارد. این یافته با پژوهش‌های لیو (۲۰۲۲)، گیم‌فی و همکاران (۲۰۲۰)، استینمر و همکاران (۲۰۱۸) و اولیا و همکاران (۲۰۲۲) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت دانش‌آموزانی که به دفعات زیاد در مدرسه شکست خورده باشند، سعی می‌کنند از موفقیت یادگیری دوری نمایند. آنها در این فکر فرو رفته‌اند که اگر تلاش کنند، باز هم شکست و شرمساری را تجربه خواهند کرد. بر اساس بسته آموزش انگیزش تحصیلی برای این که دانش‌آموزان بتوانند این افکار مزاحم را به چالش بکشند و کاهش دهند و تلاش و ثبات قدم خود را افزایش دهند، به آنها آموزش داده شد تا اهداف و انتظارات دست‌یافتنی برای خودشان داشته باشند که بیشتر بر اساس تلاش و رشد فردی خودشان باشد (و نه کسب نمره‌ها و برتری بر دیگران). التزام بیشتری به تکالیف مدرسه داشته باشند و راه

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

تمامی اصول اخلاقی در سراسر مراحل پژوهش رعایت شده است. اطلاعات تمام شرکت کنندگان در پژوهش کاملاً محرمانه نگه داشته شد. همچنین، تمامی شرکت کنندگان در پژوهش مجاز بودند هرزمانی که تمایل داشته باشند، در هر مرحله‌ای از پژوهش، از پژوهش خارج شوند.

#### حامی مالی

این پژوهش هیچ گونه کمک مالی از سازمانهای دولتی و خصوصی دریافت نکرده است.

#### مشارکت نویسندگان

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

#### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان، این پژوهش تعارض منافع ندارد.

#### تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که ما را در این پژوهش یاری کردند، صمیمانه قدردانی می‌کنیم.

#### منابع

برزگر بفرویی، مهدی و مراتی، علیرضا. (۱۴۰۲). بررسی رابطه ادراک از محیط یادگیری سازنده‌گرا و تعلق به مدرسه با نقش میانجی‌گری ثبات‌قدم. *راهنماهای شناختی در یادگیری*، ۱۱(۲۱)، ۱۹۷-۲۱۱.  
عینی، ساناز؛ نظر، سمیرا، عبادی، متینه و زینالزاده، مهتاب. (۱۴۰۱). تدوین معادلات ساختاری سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان با اختلال یادگیری ویژه بر اساس ناگویی هیجانی و باورهای فراشناختی و با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک‌شده. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۱۱(۴)، ۶۲-۷۷.

[Doi:10.22098/jld.2022.8168.1865]

نریمانی، محمد؛ صاحبقران فرد، محمد و نخستین گلدوست، اصغر. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی مدل مبتنی بر انگیزه پیشرفت و آموزش مهارت‌های اجتماعی بر خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری. *مجله ناتوانی‌های یادگیری*، ۱۲(۳)، ۹۱-۸۱.

[Doi:10.22098/jld.2023.12901.2095]

میزان تلاش خود نسبت می‌دهد، به احتمال زیاد احساس اطمینان کمتری در موقعیت‌های جدید آموزشی و مدرسه خواهد داشت. همچنین فردی که شکست خود در موقعیت‌های آموزشی را به فقدان تلاش نسبت می‌دهد، احتمال اینکه در آینده جهت رسیدن به اهداف و موفقیت به کمک‌خواهی روی آورد، زیاد است (کولینز و سیمز، ۲۰۰۶) درخواست کمک از دیگران باعث می‌شود تا دانش‌آموزان در مواقع دشواری‌ها و چالش‌های تحصیلی ثبات قدم داشته باشند، کمک‌خواهی به این شکل باعث افزایش ثبات قدم دانش‌آموزان در رسیدن به حل مسئله می‌شود.

با توجه به نتایج، آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی باعث می‌شود تا دانش‌آموزان با ارزیابی درست از توانایی‌های خود، اسنادهای مثبت و کمک‌خواهی به موقع و مناسب در برابر مشکلات تحصیلی از ثبات قدم بیشتری برخوردار باشند و در نهایت بر مشکلات تحصیلی غلبه کنند. هر چند نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر اثربخشی آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی را بر ثبات قدم دانش‌آموزان، مورد تأیید قرار داده است، اما این پژوهش نیز مانند دیگر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی روبه‌رو است، اولین مورد اینکه همزمان با آموزش دوره‌های انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی که توسط پژوهشگر اجرا شد، آموزش کلاسی در جریان بود که قابل کنترل نبود و احتمال دارد بر نتایج تأثیر گذاشته باشد، مورد بعدی اینکه جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان پسر متوسطه دوره اول، شهرستان زاهدان بودند، لذا تعمیم نتایج به سایر دانش‌آموزان باید با احتیاط انجام شود.

در نهایت پیشنهاد می‌شود آموزش و پرورش، برای آگاهی معلمان از تأثیر آموزش انگیزش تحصیلی و راهبردهای کمک‌خواهی دوره‌های ضمن خدمت برگزار نماید، همچنین معلمان در این خصوص علاوه بر گذراندن دوره‌های ضمن خدمت، از راهبردهای انگیزشی برای تدریس دروس مختلف در مقاطع مختلف تحصیلی و به خصوص مقطع متوسطه دوره اول (دوره نوجوانی) استفاده کنند.

## References:

- Atapattu, R. (2015). *Grit and engagement as mediators of the relation between academic support and literacy achievement in ethnic minority elementary school students*. Master's Thesis, University of Maryland].
- Aulia, F., Takiuddin, M., & Rahmatullah, A. (2022). Relationship between personality, mindset, academic motivation on grit (persistence) in middle school students. *KONSELI : Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 9, 27-40. [Doi:10.24042/kons.v9i1.11926]
- Barzegarbafrrooei, M., & Merati, A. R. (2023). Investigating the relationship between perception of constructivist learning environment and belonging to school with the role of mediation of stability. *Cognitive Strategies in Learning*, 11(21), 197-211. [Doi:10.22084/J.PSYCHOLOGY.2023.25663.2429]
- Brier, N. (2006). *Enhancing academic motivation: An intervention program for young adolescents*. Research Press.
- Collins, W., & Sims, B. C. (2006). Help Seeking in Higher Education Academic Support Services. In *Help seeking in academic setting: Goals, groups, and contexts*. (pp. 203-223). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Eskreis-Winkler, L., Duckworth, A. L., Shulman, E. P., & Beal, S. (2014). The grit effect: predicting retention in the military, the workplace, school and marriage [Original Research]. *Frontiers in Psychology*, 5. [Doi:10.3389/fpsyg.2014.00036]
- Eyni, S., Nazar, S., Ebadi, M., & Zeynalzadeh, M. (2022). Development of structural equations of social adjustment of students with Specific Learning Disorder based on alexithymia and metacognition beliefs and mediated by perceived social support. *Journal of Learning Disabilities*, 11(4), 62-77. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2022.8168.1865]
- Greenier, V., Derakhshan, A., & Fathi, J. (2021). Emotion regulation and psychological well-being in teacher work engagement: A case of British and Iranian English language teachers. *System*, 97, 102446. [Doi:10.1016/j.system.2020.102446]
- Gyamfi, G., & Lai, Y. (2020). Beyond motivation: investigating thai english major students' grit. *PASAA*, 60(1), 60-96 [Doi:10.58837/CHULA.PASAA.60.1.3]
- Ha, J.-H., & Han, C.-w. (2021). Converged Study of Perceived Parental Autonomy Support, Growth Mindset, Grit, and Help-Seeking Behaviors Of High-School Students [Converged Study of Perceived Parental Autonomy Support, Growth Mindset, Grit, and Help-Seeking Behaviors Of High-School Students]. *Journal of the Korea Convergence Society*, 12(6), 161-171. [Doi:10.15207/JKCS.2021.12.6.161]
- Hashemi, T., Bayrami, M., Vahedi, S., & Beyrami, N. (2017). The effectiveness of help-seeking strategies training in the improvement of academic stress, performance and motivation by the moderating role of attributional styles among students. *Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5(8), 139158. [Doi:10.22084/j.psychoy.2017.11482.1423]
- Hayri, K., & Gökalp, Z. Ş. (2023). Understanding The Relationship Between Self-Control and Grit: The Mediating Role of Academic Motivation and Attention Control. *International Journal of Modern Education Studies*, 7(1). [Doi:10.51383/ijonmes.2023.311]
- Jehanghir, M., Ishaq, K., & Akbar, R. (2023). Effect of learners' autonomy on academic motivation and university students' grit. *Education and Information Technologies*, 29, 1-38. [Doi:10.1007/s10639-023-11976-2]
- Karabenick, S. A. (2011). Classroom and technology-supported help seeking: The need for converging research paradigms. *Learning and Instruction*, 21(2), 290-296. [Doi:10.1016/j.learninstruc.2010.07.007]
- Karlen, Y., Suter, F., Hirt, C., & Maag Merki, K. (2019). The role of implicit theories in students' grit, achievement goals, intrinsic and extrinsic motivation, and achievement in the context of a long-term challenging task. *Learning and Individual Differences*, 74, 101757. [Doi:10.1016/j.lindif.2019.101757]
- Lee, J., & Park, J. (2024). The role of grit in inclusive education: a study of motivation and achievement among preservice physical education teachers [Original Research]. *Frontiers in Psychology*, 15. [Doi:10.3389/fpsyg.2024.1332464]
- Liu, Y. (2022). Investigating the role of english as a foreign language learners' academic motivation and language Mindset in their Grit: A Theoretical Review [Conceptual Analysis]. *Frontiers in Psychology*, 13. [Doi:10.3389/fpsyg.2022.872014]
- Narimani, M., Sahebgharan fard, M., Nokhostin Goldoost, A. (2023). Comparing the effectiveness of the model based on progress motivation and social skills training on academic self-efficacy in students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 12(3), 81-91. (Persian) [Doi:10.22098/jld.2023.12901.2095]
- Shafiei Sani, S., Mahoor, H., & Yamini, M. (2024). The impact of help-seeking training and self-compassion training on academic achievement motivation. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, 5(2), 68-74. [Doi:10.61838/kman.jayps.5.2.8]
- Shechtman, N. (2013). Promoting grit, tenacity, and perseverance: Critical factors for success in the 21st century.
- Skinner, E. A., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2007). The Development of Coping. *Annual Review of Psychology*, 58(Volume 58, 2007), 119-144. [Doi:10.1146/annurev.psych.58.110405.085705]
- Steinmayr, R., Weidinger, A. F., & Wigfield, A. (2018). Does students' grit predict their school achievement above and beyond their personality, motivation, and engagement? *Contemporary Educational Psychology*, 53, 106-122. [Doi:10.1016/j.cedpsych.2018.02.004]