



## The Effectiveness of Academic Motivation Training on Students' Academic Optimism and Academic Hope

Mohammad Derikvand<sup>1</sup>, Allah Nazar Alisofi<sup>2\*</sup>, Seyedjavad Hosseini<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Ph.D of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Shahid Chamran University of Ahvaz, Iran

<sup>2\*</sup> Assistant Professor, Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, Tehran, Iran

<sup>3</sup> Ph.D of Educational Psychology, Department of Psychology and Counselling, Farhangian University, Tehran, Iran

### ABSTRACT

Received: 2026/01/23  
Reviewed: 2026/05/29  
Accepted: 2026/06/15  
PP: 139-150

#### Keywords:

. Academic Motivation  
. Academic Hope  
. Academic Optimism  
. Students

\* Corresponding author  
✉ [alisofi@cfu.ac.ir](mailto:alisofi@cfu.ac.ir)

**Background and Objectives:** The period of schooling is accompanied by psychological and academic challenges for students. In recent years, positive psychology, through concepts such as academic optimism and academic hope, has attempted to reduce these difficulties. Considering the relationship between motivation and these concepts, the present study was conducted to examine the effectiveness of academic motivation training on students' academic optimism and academic hope.

**Methods:** This study was quasi-experimental research with a pretest–posttest design and a control group. The statistical population consisted of all tenth-grade male students in high schools of District 2 of Zahedan during the 2024–2025 academic year. From this population, 30 students were selected using purposive sampling and randomly assigned to an experimental group (15 students) and a control group (15 students). The students in the experimental group received twelve 60-minute sessions of academic motivation training based on Brier (2006), while the control group did not receive this training. Data were collected using the Academic Hope Questionnaire by Khormaei and Kamari (2017) and the Academic Optimism Questionnaire by Tschannen-Moran et al. (2013). Data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA) in SPSS-27.

**Findings:** The results of data analysis showed that academic motivation training significantly improved students' academic optimism ( $F = 13.09, p < 0.05$ ) and academic hope ( $F = 4.45, p < 0.05$ ).

**Conclusion:** Academic motivation training, by creating conditions such as a supportive environment, improving relationships, fostering realistic expectations and thoughts, and enhancing cognitive engagement, increased students' academic optimism and academic hope. Therefore, it can be used as an intervention approach to reduce academic problems.

ISSN (Online): 2717\_221X

DOI: 10.48310/EDU.2026.22034.1580

**Citation (APA):** Derikvand M., Alisofi A.N., & Hosseini S.J. (2025) [The Effectiveness of Academic Motivation Training on Students' Academic Optimism and Academic Hope]. *The Journal of Research in Guidance and Counseling Education*, 10(1), 139-150.

 <http://10.48310/EDU.2026.22034.1580>

## اثربخشی آموزش انگیزش تحصیلی بر خوش‌بینی و امید تحصیلی دانش‌آموزان

محمد دریکوند<sup>۱</sup>، اله نظر علی صوفی<sup>۲</sup>، سید جواد حسینی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دکترای روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه شهید چمران، اهواز، ایران

<sup>۲</sup> استادیار، گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

<sup>۳</sup> دکترای روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران

### چکیده

**پیشینه و اهداف:** دوران تحصیل با مشکلات و چالش‌های روان‌شناختی و تحصیلی برای دانش‌آموزان همراه است که امروزه روانشناسی مثبت‌نگر با مفاهیمی چون خوش‌بینی و امید تحصیلی سعی در کاهش این مشکلات دارد. با توجه به رابطه انگیزش با این مفاهیم، پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش انگیزش تحصیلی بر خوش‌بینی و امید تحصیلی دانش‌آموزان انجام شد.

**روش‌ها:** این پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پایه دهم دبیرستان‌های پسرانه ناحیه ۲ شهر زاهدان در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بودند که از میان آنها ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) جایدهی شدند. دانش‌آموزان گروه آزمایش ۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای آموزش انگیزش تحصیلی بربر (۲۰۰۶) را دریافت کردند، در حالی که گروه کنترل این آموزش را دریافت نکرد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های امید به تحصیل خرمایی و کمری (۱۳۹۶) و خوش‌بینی تحصیلی اسپچن-موران و همکاران (۲۰۱۳) استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری در محیط SPSS-27 تحلیل شد.

**یافته‌ها:** نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد آموزش انگیزش تحصیلی سبب بهبود خوش‌بینی تحصیلی ( $F=12/09$ ،  $p < 0/05$ ) و امید تحصیلی ( $F=4/45$ ،  $p < 0/05$ ) در دانش‌آموزان شده است.

**نتیجه‌گیری:** آموزش انگیزش تحصیلی با ایجاد شرایطی چون محیط حمایتی، بهبود رابطه، انتظارات و افکار واقع‌بینانه و درگیری شناختی سبب افزایش خوش‌بینی و امید تحصیلی دانش‌آموزان شده است؛ بنابراین می‌تواند به عنوان یکی از محورهای مداخله در کاهش مشکلات تحصیلی و روانشناختی مورد استفاده قرار گیرد.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۱۱/۰۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۵/۰۳/۰۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۵/۰۳/۲۵

شماره صفحات: ۱۳۹-۱۵۰

### واژه‌های کلیدی:

- انگیزش تحصیلی
- امید تحصیلی
- خوش‌بینی تحصیلی
- دانش‌آموزان

\* نویسنده مسئول

alisoft@cfu.ac.ir

### مقدمه

دانش‌آموزان، در دوران تحصیل به طور فزاینده‌ای با استرس‌های تحصیلی و چالش‌های روان‌شناختی مواجه هستند که مستلزم حمایت‌های عاطفی و روان‌شناختی در کنار توسعه مهارت‌های تحصیلی است (Shan & Xu, 2025). این چالش‌ها که بخشی از واقعیت روزمره در محیط‌های آموزشی محسوب می‌شوند، می‌توانند منجر به شکل‌گیری نگرش‌های منفی نسبت به خود و محیط اطراف شده و مانع از رسیدن آن‌ها به اهداف تحصیلی شوند (Siddigh et al, 2020). پیامد حل نشدن مشکلات تحصیلی و عاطفی می‌تواند اخذ نمرات پایین، افزایش سطح استرس، و تضعیف اعتماد به نفس ناشی از عملکرد و موارد مشابه باشد. در همین رابطه، از جمله مفاهیم کلیدی برای موفقیت در تحصیل و تأمین بهداشت روانی در سطح مدرسه، می‌توان متغیرهای خوش‌بینی تحصیلی<sup>۱</sup> و امید تحصیلی<sup>۲</sup> را نام برد (Wong et al, 2024).

خوش‌بینی یکی از مفاهیم روانشناسی مثبت‌نگر است که به صورت انتظار کلی فرد از پیامدها و رویدادهای مثبت در آینده تعریف می‌شود که این گرایش شناختی با تمایل افراد به پیش‌بینی پیامدهای مثبت و انعطاف‌پذیری مرتبط بوده و به افراد کمک می‌کند تا در صورت روبه‌رو شدن با مشکلات استراتژی‌های مقابله‌ای موثر را اتخاذ کنند (Pang &

<sup>1</sup> Academic optimism

<sup>2</sup> Academic hope

(Viloo, 2025). علاوه بر این، خوش‌بینی به عنوان یک ویژگی نسبتاً پایدار تعریف می‌شود که شامل مجموعه‌ای از انتظارات مثبت درباره رویدادهای آینده است این مفهوم، با ایجاد ارتباط میان شرایط محیطی و درک ما از آن‌ها، بر فرآیندهای تصمیم‌گیری اثرگذار است (Yue, 2022). در همین راستا، مفهوم خوش‌بینی تحصیلی، به عنوان باور مثبت در دانش‌آموزان تعریف شده که طی آن می‌توانند با تاکید بر یادگیری خود، اعتماد به معلمان و احساس هویت نسبت به محیط آموزشی، عملکرد تحصیلی خود را بهبود بخشند (Golgeh et al, 2024). مطالعات نشان داده اند دانش‌آموزانی که از خوش‌بینی تحصیلی برخوردارند نسبت به مدرسه، معلم، مطالب آموزشی و به‌طور کلی فرآیند یادگیری دیدگاه مثبت‌تری دارند، با انگیزه بیشتری در کلاس حاضر می‌شوند و با شور و علاقه به مطالب توجه کرده که این شیوه نگرش به آن‌ها امکان می‌دهد تا با آرامش و امیدواری بیشتری مسیر علمی خود را طی کنند و در بلندمدت احساس رضایت بیشتری از دستاوردهای خود داشته باشند (Ahmadi et al, 2020). علاوه بر این، دانش‌آموزان خوش‌بین، انگیزه بالایی برای حضور فعال در مدرسه و تمایل بیشتری به یادگیری داشته، شکست را به‌عنوان یک چالش‌گذرا تلقی کرده و تصاویر ذهنی واضح‌تری از رویدادهای مثبت در ذهن خود شکل می‌دهند (Ostovar, 2024).

نتایج مطالعات در این زمینه نشان می‌دهد بین خوش‌بینی و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد (Bassak et al, 2024). همچنین، در شرایط عدم قطعیت خوش‌بینی به عنوان یک عامل محافظت‌کننده عمل کرده که با نقش مقابله‌ای در برابر اضطراب، استرس و ترس از فشار این عوامل منفی کم کرده و پیشرفت تحصیلی را رقم می‌زند (Lai et al, 2024).

یکی دیگر از متغیرهای کلیدی که تأثیر زیادی در حوزه تحصیل دارد و در محیط‌های یادگیری دارای کارکرد آموزشی و عاطفی - روانشناختی است مفهوم امید تحصیلی است (Liu et al, 2025). امید به عنوان یک سازه روانشناختی، می‌تواند عملکرد و توانایی‌های انسان را در زمینه‌های مختلف به شکل قابل توجهی بهبود بخشد (Wong & Cheung, 2024). امید در روانشناسی مثبت یک سیستم دوگانه شناختی-انگیزشی پویا است و دارای دو بعد تفکر مسیر و تفکر عاملیت است که در تفکر مسیر، افراد راه‌های مختلف را برای رسیدن به اهداف پیگیری کرده و در طول مسیر اعتماد به احتمال موفقیت را حفظ می‌کنند و در تفکر عاملیت، که بخش انگیزشی این نظریه است فرد با استفاده از افکار خودارجایی اعتماد و انرژی روانی لازم را تا رسیدن به هدف حفظ می‌کند (Deng et al, 2025). به علاوه، امید تحصیلی به انتظارات فرد برای دستیابی به نتایج مطلوب در زمینه تحصیل اشاره دارد که موجب توانمندسازی فرد در روبرویی با چالش‌های آموزشی شده و نقش کلیدی در پیشرفت تحصیلی ایفا می‌کند (Panahi et al, 2023). در همین رابطه پژوهش‌ها نشان داده اند امید تحصیلی با توانایی تعیین اهداف، برنامه‌ریزی برای دستیابی به آن‌ها و باور به توانمندی‌های فردی برای موفقیت همبستگی داشته و نقش مهمی در ایجاد پایداری و تاب‌آوری دانش‌آموزان هنگام مواجهه با شکست‌ها و ناامیدی‌ها ایفا می‌کند (Jafari et al, 2021).

در همین راستا، مطالعات نشان داده‌اند یکی از عوامل مهم و تاثیرگذار بر میزان خوش‌بینی و امید تحصیلی، مفهوم انگیزش تحصیلی است که به عنوان یک متغیر آموزشی و یکی از مؤلفه‌های اصلی موفقیت در فعالیت‌های علمی - آموزشی، و رویکردهای مبتنی بر سلامت روان همواره مورد توجه پژوهشگران و متخصصان حوزه‌های تربیتی بوده است (Najafi, 2024; Park & Jeong, 2022). انگیزش تحصیلی به فرآیندهای درونی گفته می‌شود که فعالیت‌ها را تحریک کرده و تا رسیدن به اهداف و دستاوردهای خاص تداوم بخشیده و در صورت اختلال در انگیزش یا سطح پایین انگیزش مشکلات احساسی و رفتاری مانند بدبینی، ناامیدی، اضطراب و افت چشمگیر در عملکرد فردی، اجتماعی و تحصیلی قابل پیش‌بینی است (Atashrouz et al, 2018). علاوه بر این، مطالعات مختلف رابطه بین انگیزش تحصیلی و خوش‌بینی تحصیلی را تایید کرده‌اند (ostovar, 2024). همچنین، پژوهشگران با رویکرد فراتحلیل نشان داده‌اند یکی از عواملی که شدت تاثیر و قابلیت بالایی در پیش‌بینی خوش‌بینی تحصیلی دارد سازه انگیزش تحصیلی است (Sahebkarani & Barati, 2025). در همین زمینه، اثربخشی انگیزش تحصیلی بر خوش‌بینی تحصیلی دانش‌آموزان در

چندین پژوهش مورد مطالعه قرار گرفت که نتایج نشان داد انگیزش تحصیلی بر خوش‌بینی تحصیلی اثر مثبت و معنادار دارد (Lohrab Gale, 2024; Ahmadi et al, 2020; Fathi Azar et al, 2024). در زمینه اثربخشی انگیزش تحصیلی بر امید تحصیلی نیز نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند بین انگیزش تحصیلی و امید تحصیلی رابطه وجود دارد (Kiafar, 2014). در پژوهش (Amrollahi Beyooki, 2020) نتایج تحلیل نشان داد انگیزش تحصیلی بر امید تحصیلی دانش‌آموزان دارای اثر مثبت و معنادار است. همچنین در پژوهشی دیگر که با روش مدل معادلات ساختاری انجام شد رابطه علی بین انگیزه تحصیلی و میزان امید در دانش‌آموزان قابل استنباط بود و انگیزش می‌تواند پیش‌بین مهمی برای امید تحصیلی باشد (Ge, Feldman & Shu, 2025). در همین زمینه (Polat & Alivev, 2024) در پژوهش خود که بر روی نمونه دانش‌آموزان دبیرستان انجام شد نشان دادند که انگیزش تحصیلی می‌تواند امید به تحصیل را افزایش دهد. با توجه به پیامدهای عدم خوش‌بینی و امید تحصیلی در بروز مشکلات تحصیلی و روانشناختی دانش‌آموزان و درک این حقیقت که کشور ایران، در مقایسه با سایر کشورها دارای نرخ افت تحصیلی و ترک تحصیل بالاتری است، به طوری که مرکز آمار و فناوری وزارت آموزش و پرورش، میزان مردودی دانش‌آموزان را در مقاطع مختلف تحصیلی در دوره ابتدایی ۱/۱ درصد، دوره راهنمایی ۴/۶ درصد و در پایه اول متوسطه نیز ۰/۸ اعلام کرده است بررسی متغیرهای پیش‌بینی چون خوش‌بینی و امید تحصیلی دارای ضرورت است (Ostovar, 2024). همچنین باید گفت، با توجه به گرایش نظام‌های آموزشی جهان به سمت سلامت روان و نقش سازه‌های روانشناسی مثبت‌گرا، مفاهیمی مانند خوش‌بینی و امید به تحصیل به وضوح قابل مشاهده بوده و از طرفی دانش‌آموزان متوسطه با توجه به مسائل دوران نوجوانی و چالش‌های رشد با تغییرات روان‌شناختی و فشارهای مرتبط با انتخاب مسیر تحصیلی و شغلی روبه‌رو هستند که این مشکلات را جدی‌تر نموده و پیامدهایی مانند دل‌سردی، کاهش تمایل به مشارکت در فعالیت‌های آموزشی و اتخاذ تصمیم‌های تحصیلی نادرست را در پی دارد که استفاده از دستاوردهای روانشناسی مثبت می‌تواند به کاهش مشکلات آموزشی و روان‌شناختی کمک فراوانی کند (Andrade et al, 2023). با توجه به آنچه گذشت و همچنین با توجه به اهمیت متغیرهایی مانند خوش‌بینی و امید در افزایش عملکرد و موفقیت در تحصیل، شیوع بالای مشکلات تحصیلی و روانشناختی در نظام آموزشی کشور ایران و خلأ پژوهشی و نیاز روزافزون به مداخلات آموزشی موثر در این زمینه، پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش انگیزش تحصیلی بر خوش‌بینی و امید تحصیلی در دانش‌آموزان متوسطه انجام شده است.

## روش

پژوهش حاضر، نیمه آزمایشی، با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش، شامل تمامی دانش‌آموزان پسر پایه دهم دبیرستان‌های ناحیه دو شهر زاهدان در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بودند که پس از اخذ مجوزهای لازم از دانشگاه فرهنگیان زاهدان، ابتدا به اداره آموزش و پرورش ناحیه دو زاهدان مراجعه شد و مجوزهای لازم برای انجام این پژوهش اخذ گردید. در مرحله بعدی با مراجعه به مدارس که شامل جامعه آماری بودند نمونه‌گیری با توجه به ملاک‌های ورود و خروج از پژوهش انجام شد و به روش نمونه‌گیری هدفمند ۳۰ نفر انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر کدام ۱۵ نفر) جایگذاری شدند. در این پژوهش، معیارهای ورود به پژوهش شامل اشتغال به تحصیل در پایه دهم، تمایل به شرکت در مداخله با اجازه والدین یا سرپرست قانونی، همکاری نمودن و انجام تکالیف گروه آزمایش در هر جلسه و عدم دریافت سایر مداخلات روان‌شناختی همزمان با آموزش بود. همچنین، معیارهای خروج شامل غیبت بیش از دو جلسه، عدم تمایل به ادامه همکاری، عدم همکاری در انجام تکالیف و تمرینات هر جلسه و شرکت در جلسات آموزشی دیگر همسو با این پژوهش بود. پیش از شروع جلسات از هر دو گروه پیش‌آزمون گرفته شد و سپس برای گروه آزمایش مداخله آموزشی مبتنی بر انگیزش تحصیلی به صورت گروهی در ۱۲ جلسه یک ساعته و به صورت دو جلسه در هر هفته اجرا شد و گروه گواه مداخله‌ای را دریافت نکرد. پس از اتمام

جلسات آموزشی برای هر دو گروه پس از آزمون انجام شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی (تحلیل کوواریانس چند متغیری) استفاده شد. همچنین تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ انجام گرفت.

## ۲-۲. ابزار جمع‌آوری اطلاعات

### الف) پرسشنامه خوش‌بینی تحصیلی:

این پرسشنامه توسط (Tschannen-Moran et al, 2013) طراحی شده و شامل سه مؤلفه و ۲۸ سؤال است. این پرسشنامه براساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت (گزینه خیلی کم با امتیاز (۱)، کم (۲)، متوسط (۳)، زیاد (۴) و خیلی زیاد (۵) تهیه شده است. شیوه نمره‌گذاری سؤال‌های ۱۷، ۲۳ و ۲۸ به صورت معکوس است. حداقل نمره کسب شده ۲۸ و حداکثر ۱۴۰ می‌باشد. نمره بالاتر نشان‌دهنده خوش‌بینی بیشتر است. این پرسشنامه شامل سه خرده مقیاس تأکید تحصیلی، اعتماد دانش‌آموزان به معلمان و یگانگی به مدرسه می‌باشد. سازندگان ابزار، پایایی خرده مقیاس اعتماد دانش‌آموزان به معلمان، ۰/۹۳، تأکید تحصیلی دانش‌آموزان، ۰/۹۶ و احساس یگانگی به مدرسه ۰/۹۵ و پایایی کل مقیاس را ۰/۷۰ به دست آورده‌اند. همچنین، روایی همگرای این مقیاس با پیشرفت تحصیلی ۰/۷۳ به دست آمده است (Tschannen-Moran et al, 2013). در پژوهش حاضر، پایایی این پرسشنامه برای هر یک از خرده مقیاس‌ها به ترتیب برابر ۰/۹۳، ۰/۸۶، ۰/۸۹ و برای کل مقیاس ۰/۹۱ برآورد گردید.

### ب) پرسشنامه امید به تحصیلی

این پرسشنامه توسط (khormae & kamari, 2017) طراحی و استاندارد شده است. پرسشنامه دارای ۲۷ سؤال و ۴ مؤلفه (امید به کسب فرصت‌ها، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه و امید به کسب شایستگی) می‌باشد. نمره‌گذاری این مقیاس استفاده از طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است؛ به این صورت که به پاسخ کاملاً موافقم نمره ۵، موافقم نمره ۴، نظری ندارم نمره ۳، مخالفم نمره ۲ و کاملاً مخالفم نمره ۱ تعلق می‌گیرد و همچنین سؤالات ۶، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۳، ۲۱، ۲۴ و ۲۷ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. همچنین، دامنه امتیاز این پرسشنامه بین ۲۷ تا ۱۳۵ خواهد بود. هر چه امتیاز حاصل از این پرسشنامه بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر امید به تحصیل خواهد بود و بالعکس. سازندگان ابزار اعتبار کل پرسشنامه را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۴ محاسبه کرده که نشان‌دهنده اعتبار بالای پرسشنامه بوده و روایی آن را به روش تحلیل عاملی تأییدی و روایی همگرا مطلوب گزارش کرده‌اند (khormae & kamari, 2017). در پژوهش حاضر نیز پایایی کل پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۴ محاسبه گردید.

## بسته مداخله‌ای - آموزشی

در این پژوهش برای انجام مداخله، از بسته آموزش انگیزش تحصیلی برگرفته از کتاب (Brier, 2006) استفاده شده است. روایی محتوایی و صوری این بسته آموزشی توسط جمعی از متخصصان روانشناسی تربیتی و روان‌سنجی در دانشگاه شهید چمران اهواز تأیید و در مرحله بعدی به صورت تصادفی ۳ دانش آموز انتخاب و آموزش انگیزش تحصیلی بر روی متغیرهای پژوهش انجام شد که تحلیل خط پایه افزایش خوش‌بینی و امید تحصیلی را مورد تأیید قرار داد (Hosseini et al, 2025). بر این اساس بسته مداخله‌ای قابلیت کاربرد آموزشی دارد.

## جدول ۱: خلاصه جلسات آموزش انگیزش تحصیلی

جلسه	موضوع	هدف	مبنای علمی	ابزار
اول	نقش انگیزه در موفقیت تحصیلی	افزایش فهم دانش‌آموزان از معنا و مفهوم انگیزه، از سطح انگیزه خودشان و اهمیت تلاش‌ها و موفقیت فردی نسبت به مقایسه شدن با دیگران	اگر دانش‌آموز کار مدرسه را برای خودش ارزشمند و جذاب ببیند و احساس کند، تلاش‌هایش به نتیجه می‌رسد، انگیزه پیدا می‌کند.	کاربرگ رصد انگیزه تحصیلی کاربرگ دوست دارم چه کاری انجام دهم
دوم	تاثیر احساسات	بازخوانی باورها و تفسیرهایی که دانش‌آموزان درباره دلایل عدم موفقیت تحصیلی دارند. توضیح درباره تاثیر انتظارات بر انگیزه و افزایش خودآگاهی دانش‌آموزان نسبت به احساسات‌شان	انتظار از موفقیت در آینده و هدفی که متناسب با این انتظار، قصد شده است، انگیزه دانش‌آموز را تحت تاثیر قرار می‌دهد.	کاربرگ صورتک‌های احساسات
سوم	تاثیر قضاوت‌ها	کمک به دانش‌آموز برای درک تاثیر مقایسه‌های اجتماعی و بازخودهای همسالان و خانواده بر انگیزه، تشویق این نگاه که توانایی قابل تغییر است.	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.	کاربرگ تخمین سطح استرس کاربرگ صورتک‌های احساسات
چهارم	تاثیر توانایی‌ها	افزایش آگاهی درباره باور شخصی نسبت به توانایی و هوش و این که چگونه تصمیم‌ها و انتخاب‌ها، بر موفقیت تحصیلی اثر می‌گذارد.	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.	فرم رصد انگیزه تحصیلی
پنجم	تاثیر افکار	تشویق دانش‌آموزان به آگاه شدن از افکار منفی و اضطراب‌آوری که درباره علل مشکلات تحصیلی‌شان دارند. اهمیت احساس مثبت نسبت به هوش و توانایی	تصویری منفی از عملکرد تحصیلی باعث می‌شود که انتظار دانش‌آموزان از آینده تحصیلی‌شان نیز منفی باشد.	فرم رصد انگیزه تحصیلی کاربرگ صورتک‌های احساسات
ششم	تاثیر انتخاب‌ها و اقدامات	افزایش آگاهی نسبت به اینکه چگونه اعمال و انتخاب‌های فرد، می‌تواند باعث کاهش احساس تنهایی و بدون کمک بودن، در او شود.	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	کاربرگ گام‌های حل مسئله
هفتم	مواجهه با افکار منفی	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.	شناسایی افکار منفی و جایگزینی آنها با افکار مثبت، امید و احساس کنترل را در دانش‌آموزان تسهیل می‌کند	کاربرگ تغییر افکار منفی کاربرگ میزان اضطراب مدرسه خودتان را تخمین بزنید
هشتم	علائم اضطراب و تکنیک‌های آرامش و خودآموز شدن	افزایش خودآگاهی دانش‌آموزان نسبت به علائم اضطراب مرتبط با کار مدرسه و کمک به دانش‌آموزان و استفاده از	: اضطراب، توانایی دانش‌آموزان را در انجام رفتارهای متناسب با هدف‌هایشان ضعیف می‌کند.	کاربرگ علائم اضطراب کاربرگ تصور طناب کاربرگ با نگرانی‌های مدرسه حرف بزن

جلسه	موضوع	هدف	مبنای علمی	ابزار
	در مواجهه با اضطراب	تکنیک‌های آرامش		
نهم	مواجه شدن با وسوسه فرار	کمک به دانش‌آموزان برای تشخیص افکار و رفتارهای مزاحم که باعث پرهیز آن‌ها از موقعیت‌های یادگیری می‌شود	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.	کاربرگ سفرنامه مبارزه با نگرانی‌ها
دهم	مهارت حل مسئله در مدیریت اضطراب	دانش‌آموزان از مهارت حل مسئله، برای جلوگیری از احساس‌های اضطرابی و دورکننده از موقعیت‌های یادگیری استفاده کنند.	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 ...	کاربرگ درخواست کمک کنید کاربرگ وقتی که می‌خواهم از کارهای مدرسه فرار کنم گام‌های حل مسئله
یازدهم	توجه و تمرکز	کمک به دانش‌آموزان برای تنظیم موثر توجه، حفظ تمرکز و مقاومت در برابر عوامل حواس پرتی، در هنگام انجام کارهای مدرسه.	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.	کاربرگ کمک کارهای تمرکز
دوازدهم	نظم فضای مطالعه و انجام تکلیف	استفاده از مهارت‌های تحصیلی در موقعیت‌های روزمره انجام کارهای مدرسه	افزایش و بهبود انگیزه تحصیلی، پایدار نخواهد بود، مگر آنکه دانش‌آموز توانمندی خوبی برای استفاده از مهارت‌های تحصیلی در کارهای مدرسه‌اش پیدا کند.	کاربرگ تصور طناب کاربرگ وقتی که می‌خواهم از کارهای مدرسه فرار کنم کاربرگ با نگرانی‌های مدرسه حرف بزن رصد فرم‌های انگیزش تحصیلی

## یافته‌ها

یافته‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش در دو آزمایش و گواه، در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیرهای خوش‌بینی تحصیلی و امید تحصیلی در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیرها	گروه	شاخص‌های آماری	مرحله	
			پیش‌آزمون	پس‌آزمون
خوش‌بینی تحصیلی	آزمایش	میانگین	۹۷/۰۰	۱۱۱/۴۰
		انحراف معیار	۱۳/۶۷	۱۱/۹۶
	کنترل	میانگین	۹۵/۰۶	۹۹/۸۶
		انحراف معیار	۱۰/۶۹	۱۰/۹۹
امید تحصیلی	آزمایش	میانگین	۹۳/۰۰	۱۰۵/۰۶
		انحراف معیار	۱۵/۱۹	۱۴/۳۱
	کنترل	میانگین	۹۰/۶۰	۹۴/۰۶
		انحراف معیار	۱۹/۲۳	۲۱/۳۷

یافته‌های جدول ۲ نشان‌دهنده تغییراتی در میانگین و انحراف استاندارد گروه‌های آزمایش و گواه در مرحله پس‌آزمون است. برای بررسی معناداری تفاوت میانگین‌های دو گروه، از تحلیل کوواریانس استفاده شد. استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس، مستلزم برقراری مفروضه‌های آن است. برای بررسی نرمال بودن داده‌ها، از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده گردید. نتایج نشان داد که متغیر خوش بینی تحصیلی با سطح معنی‌داری  $p = 0/11$  و امید تحصیلی با سطح معنی‌داری  $p = 0/14$  از توزیع نرمال برخوردارند. همچنین، داده‌های پرتی مشاهده نگردید. برای بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون ضریب  $F$  تعامل در متغیر خوش بینی تحصیلی برابر با  $F = 0/15$  و سطح معنی‌داری  $p = 0/70$  و در متغیر امید تحصیلی  $F = 0/93$  و سطح معنی‌داری  $p = 0/47$  بود. با توجه به نتایج شیب‌های رگرسیون، گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیرهای پژوهش با هم تعامل نداشتند و پیش فرض همگنی شیب رگرسیون تأیید شد. در نهایت همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین انجام شد. نتایج نشان داد که آماره آزمون برای متغیرهای خوش بینی و امید تحصیلی معنی‌دار نبود. بنابراین، پیش فرض همگنی واریانس‌ها در گروه‌ها برقرار است. همچنین، آماره ام. باکس با مقدار  $F = 1/01$  و سطح معنی‌داری  $p = 0/39$  نشان داد که بین ماتریس‌های واریانس-کوواریانس تساوی برقرار است. با توجه به تایید پیش فرض‌های تحلیل کوواریانس، می‌توان از تحلیل کوواریانس چند متغیری استفاده کرد که نتایج این تحلیل در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری روی میانگین متغیرهای پژوهش با کنترل پیش آزمون

اثر	آزمون	ارزش	F	درجه آزادی فرضیه‌ها	درجه آزادی خطا	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
اثر پیلایی	۰/۳۴	۶/۵۷	۲	۲۵	۰/۰۵	۰/۳۴	
لامبدای ویلکز	۰/۶۵	۶/۵۷	۲	۲۵	۰/۰۵	۰/۳۴	گروه
اثر هتلینگ	۰/۵۲	۶/۵۷	۲	۲۵	۰/۰۵	۰/۳۴	
بزرگترین ریشه روی	۰/۵۲	۶/۵۷	۲	۲۵	۰/۰۵	۰/۳۴	

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که بین گروه‌های آزمایش و کنترل در نتایج پس‌آزمون متغیرهای خوش‌بینی تحصیلی و امید تحصیلی، با در نظر گرفتن اثر پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین ضریب اندازه اثر ۳۴ درصد است که نشان‌دهنده تاثیر مداخله آزمایشی بر گروه‌ها است. برای بررسی چگونگی این تفاوت، تحلیل کوواریانس‌های تک متغیری در متن مانکوا روی متغیرهای وابسته انجام شد که نتایج آن در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری

منبع	متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری	اندازه‌اثر
خوش بینی	۷۶۴/۶۷	۱	۷۶۴/۶۷	۱۳/۰۹	۰/۰۰۱	۰/۳۳	گروه
تحصیلی	۶۲۲/۳۰	۱	۶۲۲/۳۰	۴/۴۵	۰/۰۴۵	۰/۱۴	
امید تحصیلی							

بر اساس جدول ۴، برای پس‌آزمون خوش‌بینی تحصیلی مقادیر  $F = 13/09$  و  $p = 0/001$  و امید تحصیلی  $F = 4/45$  و  $p = 0/045$  است که نشان می‌دهد مداخله آموزش انگیزش تحصیلی بر افزایش خوش‌بینی تحصیلی و امید تحصیلی تأثیر معناداری داشته است. اندازه اثر مداخله در خوش‌بینی تحصیلی قوی‌تر از امید تحصیلی بوده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر، با هدف تاثیر آموزش انگیزش تحصیلی بر خوش بینی و امید تحصیلی دانش‌آموزان پایه دهم انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که در متغیر خوش بینی تحصیلی بین گروه‌های آزمایش و کنترل، تفاوت معنی‌دار وجود دارد و این معنی‌داری با افزایش خوش بینی تحصیلی در گروه آزمایش همراه است. این یافته از جهاتی با پژوهش‌های (Ostovar, 2024) (Lohrab Gale, 2024) (Sahebkarani & Barati, 2025) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت با آموزش انگیزش به دانش‌آموزان، سطح انگیزش تحصیلی ارتقا یافته که پیامد آن علاقه و رغبت بیشتر برای انجام تکالیف و مطالعه درسی، حفظ و تداوم تلاش در صورت مواجهه با مشکلات تحصیلی و احساس تسلط بر یادگیری است که در نهایت میزان خوش‌بینی بیشتر نسبت به آینده تحصیلی را برای آنها فراهم می‌کند. در انسان تمایل درونی یا انگیزه درونی برای یادگیری وجود دارد، این تمایل می‌تواند از طرف محیط بیرونی حمایت شده، زمینه را برای رشد و موفقیت تحصیلی فراهم کند یا برعکس، از طرف محیط تضعیف شود و مانع موفقیت تحصیلی شود. بر این اساس می‌توان گفت با آموزش انگیزش تحصیلی نوعی حمایت بیرونی ایجاد شده و دانش‌آموزانی که نسبت به یادگیری، مدرسه، معلم و مطالب درسی انگیزه بالاتری پیدا می‌کنند معمولاً با رضایت سر کلاس حاضر می‌شوند، با دقت کافی به مطالب درسی توجه می‌کنند و زمینه موفقیت‌های تحصیلی بیشتری را برای خود فراهم خواهند کرد و نسبت به آینده تحصیلی خود خوش‌بین خواهند بود (Ahmadi et al, 2020). همچنین در تبیین دیگر، می‌توان گفت آموزش انگیزش تحصیلی، موجب افزایش سطح نیاز به تسلط بر محتوای درسی، عملکرد بهتر از دیگران، انتخاب معیارهای برتر و خودکارآمدی بالاتر در دانش‌آموزان می‌شود که این در هم تنیدگی باعث می‌شود دانش‌آموزان برای رسیدن به اهداف آموزشی از حداکثر توان خود استفاده کنند و با افزایش عملکرد و داشتن انگیزه برای تغییر، میزان خوش بینی تحصیلی آنها نیز افزایش پیدا کند (Sahebkarani & Barati, 2025).

همچنین، نتایج نشان داد که در متغیر امید تحصیلی، بین گروه‌های آزمایش و کنترل، تفاوت معنی‌دار وجود دارد و این معنی‌داری با افزایش امید تحصیلی در گروه آزمایش همراه است. با این که پیشینه پژوهش در مورد اثربخشی آموزش انگیزش بر امید تحصیلی بسیار محدود بود اما نتایج به دست آمده در این پژوهش از جهاتی با پژوهش‌های (Polat & Alivev, 2024)، (Kiafar, 2014) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت آموزش مفاهیم انگیزشی نقش مهمی در ایجاد پایداری و تاب‌آوری دانش‌آموزان هنگام مواجهه با شکست‌ها و ناامیدی‌ها ایفا می‌کند و از این مسیر به افزایش امید تحصیلی کمک می‌کند (Jafari et al, 2021). علاوه بر این، به نظر می‌رسد با آموزش انگیزش تحصیلی، میزان متغیرهایی مانند درگیری شناختی، دلبستگی نسبت به مدرسه و معلم و احساس خودکارآمدی و کنترل بر یادگیری نیز افزایش پیدا می‌کند که در نهایت باعث افزایش سطح امید تحصیلی می‌شود (Amrollahi Beyooki, 2020). بنابراین به طور کلی، می‌توان تبیین نمود مداخلاتی که بر مفهوم انگیزش، تاکید دارند، می‌توانند نقش مهمی در ارتقای امید تحصیلی دانش‌آموزان داشته باشند. به نظر می‌رسد آموزش انگیزش تحصیلی بر اساس بسته آموزشی موجود، باعث شد تا دانش‌آموزان با تأکید بر نقش افکار، انتخاب‌ها و اقدامات در موفقیت تحصیلی، رفتارهای مثبت انگیزشی خود را ارتقاء و باورها و افکار منفی خود را کاهش دهند. علاوه بر این بعد از جلسات مداخله آموزش انگیزش تحصیلی، دانش‌آموزان درمی‌یابند که باید درک درستی از عملکرد تحصیلی خودشان داشته باشند و باورهای غلط را به چالش بکشند، برای آن که انتظارات عادلانه‌ای و خوش‌بینانه‌ای از موفقیت تحصیلی در ذهن دانش‌آموزان شکل بگیرد، باید آنها را متوجه کرد که میزان مشکل بودن یک تکلیف مدرسه‌ای را با سطح فعلی توانایی‌ها و ضعف تحصیلی خود بسنجند نه با توان دانش‌آموزان قوی که در حال حاضر از داشتن آن محروم هستند. این افکار مثبت و انتظارات واقع‌بینانه و خوش‌بینانه از توانایی‌های خود باعث می‌شود تا دانش‌آموزان تلاش بیشتری برای فعالیت در تکالیف درسی از خود نشان دهند، به طور مرتب از معلم سؤال بپرسند، در بیرون از مدرسه زمان زیادی

را صرف مطالعه مطالب درسی کنند و با دوستان و همسالان خود در ارتباط با مطالب درسی مدرسه به بحث و گفت‌وگو بپردازند که موجب می‌شود امید تحصیلی آنان افزایش یابد.

در نهایت باید گفت این پژوهش نیز مانند دیگر پژوهش‌ها با محدودیت‌هایی روبه‌رو است، از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی، عدم پیگیری نتایج، استفاده از پرسشنامه برای اندازه‌گیری متغیرها، اجرای همزمان آموزش‌های کلاسی و عدم کنترل دیگر متغیرهای مزاحم اشاره کرد که احتمال دارد بر نتایج تأثیر گذاشته باشند. همچنین، جامعه آماری پژوهش دانش‌آموزان پسر کلاس دهم شهر زاهدان بودند، لذا تعمیم نتایج به سایر دانش‌آموزان باید با احتیاط انجام شود. بر این اساس پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی برای انتخاب نمونه از روش تصادفی استفاده شده و در طرح تحقیق از گروه پیگیری برای بررسی صحت ثبات نتایج در طول زمان استفاده شود. همچنین، با توجه به خطا و سوگیری در پرسشنامه از سایر روش‌های جمع‌آوری اطلاعات مانند مصاحبه نیز کمک گرفته شود. به طور کلی آموزش انگیزش تحصیلی جنبه آموزشی و تربیتی دارد که ابتدا در نظام خانواده شکل می‌گیرد، لذا در سطح پیشنهاد کاربردی، این مداخله می‌تواند به عنوان یک برنامه پیشگیرانه برای دانش‌آموزانی که دارای مشکلات تحصیلی، هیجانی هستند مدنظر قرار بگیرد و از طریق انجمن اولیا و مربیان مدارس با برگزاری و تشکیل دوره‌هایی برای والدین، تأثیر انگیزش تحصیلی را در افزایش سطح موفقیت تحصیلی و سلامت روان دانش‌آموزان بیان کنند. همچنین، پیشنهاد می‌شود مشاوران مدارس آموزش انگیزش تحصیلی را در قالب کارگاه‌های آموزشی برگزار نمایند. علاوه بر این، آموزش و پرورش، برای آگاهی معلمان از تأثیر انگیزش تحصیلی دوره‌های ضمن خدمت برگزار نماید.

### مشارکت نویسندگان

در این پژوهش نویسنده اول نگارش مقاله را بر عهده داشت و نویسنده‌های دوم و سوم گردآوری اطلاعات، آموزش و ویرایش مقاله را بر عهده داشتند.

### تشکر و قدردانی

از تمامی دانش‌آموزان اولیا و آموزش و پرورش ناحیه دو شهر زاهدان که در آغاز و انجام پژوهش ما را یاری نمودند، صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

### تعارض منافع

«هیچ‌گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است.»

### References

Ahmadi, H. Jadidi, H., & khalaatbari, J. (2020). Desogmomp a Model of Academic Engagement Based on Academic Optimism and Achievement Motivation through Mediating of School Wellbeing and Academic Bouncy. *Journal of Modern Psychological Researches*, 14(56),1-23. [In Persian].

Amrollahi Beyooki, A. , Sepahmansour, M., & Ghanbaippanah, A. (2020). The Structural Model of Students' Academic Motivation Based on Teacher- Student Relationship, Attachment to School, and Metacognitive Awareness by the Mediator of Academic Optimism among High-School Students. *International Journal of School Health*, 7(4), 3-11. doi: 10.30476/intjsh.2020.86227.1078

Andrade, D., Ribeiro, I. J. S., & Máté, O. (2023). Academic burnout among master and doctoral students during the COVID-19 pandemic. *Scientific Reports*, 13(1), 4745. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-31852-w>

Atashrouz B, Naderi F, Pasha R, Eftekhar Z, Asgari P. (2018). The Effect of Expectancy-Value Motivation Model on Academic Motivation, Educational Engagement, and Mathematic Academic Performance in Students. *J Child Ment Health* . 5 (2) :83-94. [In Persian].

<http://childmentalhealth.ir/article-1-416-fa.html>

Bassak, F., Behjati Ardakani, F., Mohammadpanah, O., & Abbasi, S. (2024). The Mediating Role of Academic Optimism in The Relationship Between Mindfulness and Resiliency and Female Students' Academic Performance. *Journal of Research in Educational Systems*, 18(64), 115-131. [In Persian].

<https://doi.org/10.22034/jiera.2024.433648.3102>

Brier, N. (2006). *Enhancing academic motivation: An intervention program for young adolescents*. Research Press. 0

Deng, Z., Yang, R., Li, N., Wei, X., & Li, Y. (2025). Hope therapy brings hope: an empirical study of a curriculum intervention to enhance school adaptation of Chinese high school freshmen. *Frontiers in Psychology*, 16, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1555364>

Fathi Azar, S. , Ghaffari Nouran, O. , Kiamarsi, A. and Rezaeisharif, A. (2024). Comparison the Effectiveness of Self-Determination Training and Successful Intelligence Training on Intrinsic Motivation and Academic Optimism of Female Students with High Academic Burnout. *Journal of Modern Psychological Researches*, 19(74), 50-61. [In Persian]. <https://doi.org/10.22034/jmpr.2023.57792.5740>

Ge, J. L., Feldman, D. B., & Shu, T.-M. (2025). The Relationships of Hope, Optimism, and Academic Motivation with GPA Among University Students in Hong Kong. *Psychological Reports*, 128(4), 2784-2801. <https://doi.org/10.1177/00332941231184144>

Golgeh A., Ghanifar M., Jafar Tabatabaei T S., & Jafar Tabatabaei S. S. (2024). The relationship between academic optimism and academic adjustment in students: The mediating role of rumination. *Advances in Cognitive Sciences*. 26 (3) :1-13. [In Persian].

Hosseini, S. , Maktabi, G. H. , Shehni Yailagh, M. & Omidian, M. (2025). The comparison of effects of academic motivation training and help-seeking strategies on Student's academic engagement by controlling the performance-approach goal. *Journal of Educational Psychology Studies*, 22(59), 91-63. [In Persian]. doi: 10.22111/jeps.2025.48297.5685

Jafari L, Hejazi M, Jalili A, Sobhi A. (2021). Investigating the Mediating Role of Meaning of Education in the Relationship between Academic Optimism and Academic Performance of Students. *J Child Ment*.8(1)14-26. [In Persian].

Khormae, F. and kamari, S. (2017). Construction and examine the psychometric characteristics the Academic Hope Scale. *Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5(8), 15-37. [In Persian]. doi: 10.22084/j.psychogy.2017.9549.1284

Kiafar M S, Kareshki H., & Hashemi F. (2014). The Role of Hope Components and Optimism on Academic Motivation of Graduate Students of Ferdowsi University and Mashhad University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, 14 (6) :517-526. [In Persian].

Lai, Y. J., Tsai, E. Y., Jarustanaput, P., Wu, Y. S., Chen, Y. H., O'Leary, S. E., ... & Wang, Y. (2024). Optimism and mental health in college students: the mediating role of sleep quality and stress. *Frontiers in Psychology*, 15,1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1403146>

Liu, H., Jiang, Y., Nie, H., & Zhou, X. (2025). Unveiling the effects of enjoyment and hope on students' English learning effort. *Scientific Reports*, 15(1), 1-8. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-11904-z>

Lohrab Gale M, Sharifi T, Ghazanfari A. (2024). The mediating role of academic motivation in the relationship between optimism and academic enthusiasm instudents. *Rooyesh*. 12(12), 127-136. [In Persian].

Najafi H. (2024). Predicting Academic Achievement Based on the Blended Learning Approach, Academic Motivation, and Academic Engagement. *Educ Strategy Med Sci* . 17 (4) :408-418. [In Persian].

Ostovar, S. (2024). Mediating the Role of Academic Motivation in Predicting Students' Academic Engagement Based on their Academic Self-Efficacy and Optimism. *Research and Innovation in Primary Education*, 6(2), 33-18. [In Persian]. <https://doi.org/10.48310/reek.2024.16396.1300>

Panahi, G. , Ordouni, T. and Kazemi, S. (2023). The effect of academic enthusiasm on academic hope through the mediating role of academic optimism in students. *Journal of Educational Psychology Studies*, 20(50), 33-20. [In Persian]. <https://doi.org/10.22111/jeps.2023.44536.5291>

Pang, H. P., & Veloo, A. (2025). Intervention on Optimism of Junior High School Students: *Positive Psychology Class Group Counseling*. 14 (10), 1-10. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBSS/v14-i10/23304>

Park, S., & Jeong, D. (2022). A Study on the Effect of Growth Mindset and Writing Motivation on Self-Directed Learning Ability of College Students: Focusing on the Mediating Effect of Academic Self-Efficacy. *Korean Association for Learner-Centered Curriculum and Instruction*, 22(20), 521-534. <https://doi.org/10.22251/jlcci.2022.22.20.521>

Polat, M. A., & Aliyev, R. (2024). Hope, childhood experiences, and achievement motivation in high school students: A mixed methods study. *Psychology in the Schools*, 61(5), 1828-1847. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/pits.23140>

Sahebkar, M. A. & Barati, H. (2025). Factors Contributing to Academic Optimism: Meta-analysis of Existing Studies. *The Journal of New Thoughts on Education*, 21(1), 177-192. [In Persian]. DOI: 10.22051/jontoe.2023.42163.3697

Shan, J., & Xu, T. (2025). The role of hope, academic thriving, and adaptive coping in fostering peace of mind among university students: a mixed-methods study. *Frontiers in Psychology*, 16, 1-17.

Siddiq, F., Gochyyev, P., & Valls, O. (2020). The role of engagement and academic behavioral skills on young students' academic performance—A validation across four countries. *Studies in Educational Evaluation*, 66-100. <https://doi.org/10.1016/j.stueduc.2020.100880>

Tschannen-Moran, M., Bankole, R. A., Mitchell, R. M., & Moore, D. M. (2013). Student academic optimism: A confirmatory factor analysis. *Journal of Educational Administration*, 51(2), 150-175. <https://doi.org/10.1108/09578231311304689>

Wong, W. L. L., & Cheung, S. H. (2024). The role of hope in college transition: Its cross-lagged relationships with psychosocial resources and emotional well-being in first-year college students. *Journal of adolescence*, 96(4), 771-788. <https://doi.org/10.1002/jad.12297>

Wong, Z. Y., Liem, G. A. D., Chan, M., & Datu, J. A. D. (2024). Student engagement and its association with academic achievement and subjective well-being: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 116(1), 48.

Yue, Z. (2022). A Study on Academic Optimism on the Academic Achievement of Secondary Education School in China. *Digit inability, Realism and Mastery*2, 1-10. <https://doi.org/10.56982/dream.v1i05.45>



#### COPYRIGHTS

©2025 The author(s). This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, as long as the original authors and source are cited. No permission is required from the authors or the publishers.