

# Journal of Research in Educational Systems

Volume 19, Issue 69, 2025  
Pp. 65-78

Print ISSN: 2383-1324  
Online ISSN: 2783-2341

Homepage: [www.jiera.ir](http://www.jiera.ir)

## Article Info:

### Article Type:

Research Article

### Article history:

Received Mar 19, 2025

Received in revised form

May 20, 2025

Accepted June 05, 2025

Published Online June 26,  
2025

### Keywords:

Academic help-seeking,  
Academic hope,  
Academic well-being

## Academic Hope, Academic Help-Seeking and Academic Well-Being: A Mediation Analysis

Ehsan Keshtvarz Kondazi<sup>1</sup>, Nadereh Sohrabi<sup>2</sup>, Maryam Kouroshnia<sup>3</sup>, and Majid Barzegar<sup>4</sup>

1. PhD Student, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran. E-mail: [ehsan.keshtvarz@iau.ac.ir](mailto:ehsan.keshtvarz@iau.ac.ir)
2. Corresponding author, Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran. E-mail: [nadereh.sohrabi@iau.ac.ir](mailto:nadereh.sohrabi@iau.ac.ir)
3. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran. E-mail: [ma.kouroshnia@iau.ac.ir](mailto:ma.kouroshnia@iau.ac.ir)
4. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran. E-mail: [Majid.barzegar@iau.ac.ir](mailto:Majid.barzegar@iau.ac.ir)

## ABSTRACT

**Objective:** The aim of this study was to investigate the mediating academic help-seeking in the relationship between academic hope and academic well-being.

**Method:** The research method was applied in terms of purpose and descriptive-correlational in terms of data collection method. The statistical population of the research was all second-year high school students in Shiraz in the academic year 2024-2025, among whom 516 students (223 boys and 293 girls) were selected using a multi-stage random cluster sampling method and responded to the Academic Hope Questionnaire (Khormaei & Kamari, 2017) Academic Well-Being Questionnaire (Tuominen-Soini et al., 2012) and Academic Help-Seeking Scale (Ryan & Pintrich, 1997). Structural equation analysis was used to analyze the data using SPSS-26 and AMOS-24 software.

**Results:** The findings showed that hope for education had a direct and significant relationship with the acceptance of help-seeking ( $p=0.01$ ,  $\beta=0.64$ ) and a negative and significant relationship with the avoidance of help-seeking ( $p=0.009$ ,  $\beta=-0.49$ ). While the avoidance of help-seeking had no significant relationship with academic well-being ( $p=0.15$ ,  $\beta=-0.12$ ), the relationship between the acceptance of help-seeking and academic well-being was direct and significant ( $p=0.005$ ,  $\beta=0.50$ ). Also, hope for education indirectly, through avoidance of help-seeking ( $p=0.02$ ,  $\beta=0.11$ ) and acceptance of help-seeking ( $p=0.008$ ,  $\beta=0.33$ ) and the simultaneous effect of these two ( $p=0.009$ ,  $\beta=0.39$ ), was negatively and significantly associated with academic well-being.

**Conclusions:** Overall, the findings of the present study indicate the importance of paying attention to the role of academic hope and academic help-seeking in increasing students' academic well-being.

**Cite this article:** Keshtvarz Konazi, E., Sohrabi, N., Kouroshnia, M., & Barzegar, M. (2025). Academic hope, dimensions of academic help-seeking and academic well-being: a mediation analysis. *Journal of Research in Educational Systems*, 19 (69), 65-78. <http://doi.org/10.22034/jiera.2026.547953.3374>



© The Author(s) **Publisher:** Iranian Educational Research Association  
DOI: <http://doi.org/10.22034/jiera.2026.547953.3374>

## Introduction

The aim of this study was to investigate the mediating dimensions of academic help-seeking in the relationship between academic hope and academic well-being. Based on the positive psychology approach, well-being, as an indicator of positive functioning, focuses on increasing personal capacity and growth. Academic well-being is a positive and satisfying state of mind that includes energy, enthusiasm, and a sense of commitment and attachment to academic life. The components of academic well-being include school burnout, schoolwork engagement, school value, and satisfaction with educational choice. In general, the results of previous studies that identified antecedents of academic well-being can be divided into two categories: intrapersonal and situational antecedents. In summary, with a little more reflection, it can be acknowledged that researchers have focused more on the role of motivational and emotional factors among intrapersonal factors. Among the situational factors, they have addressed the role of factors related to the school and family context and the relationship between the two, and have paid less attention to learners' cognitive expectations and their relationship with academic well-being. While cognitive expectations play a significant role in learners' academic status. Academic hope is the belief of students in their abilities to develop strategies to achieve goals and have the necessary motivation to use the strategy, the ability to maintain a high level of positive emotions, as well as the commitment to persist longer and expend more effort to challenge and complete academic tasks. In Pekrun's control-value theory, emotions of achievement lead to academic performance by influencing self-regulatory behaviors. Help-seeking, as one of the dimensions of self-regulation in the academic field, refers to asking for help from others when facing academic difficulties. Finally, given the gap in the research literature on measuring the role of expectations and cognitive designs, especially hope, this study seeks to answer the question of whether academic hope directly and through the intermediary mechanism of academic help-seeking affects academic well-being?.

## Method

This research is applied in terms of purpose and in terms of collecting descriptive-correlational information, and in which the relationships between research variables have been investigated using the

structural equation modeling method. The statistical population of the research included all second-year high school students in Shiraz who were studying in the academic year 2024-2025. To determine the sample size, a general rule in structural equation modeling was applied, according to which the appropriate sample size should be 10 to 20 times the number of parameters in the research model. In this study, the sample size was 550 people, who were selected using a multistage cluster random sampling method. First, two of the four districts of Shiraz were randomly selected. Then, the second-year secondary schools in these educational districts of Shiraz were listed, and among them, 3 schools from each district were randomly selected. In this study, 516 students aged 15 to 18 participated, of which 223 (43.21%) were male respondents and 293 (56.79%) were female respondents. Among the participants, 67 (30.04%) boys and 88 (30.03%) girls were in the tenth grade, 70 (31.40%) boys and 96 (32.77%) girls were in the eleventh grade, and 86 (38.56%) boys and 109 (37.20%) girls were in the twelfth grade. After conducting the sampling process and eliminating incomplete questionnaires, the final sample size was determined to include 516 students (293 girls and 223 boys). SPSS software (version 26) was used to investigate descriptive statistics (mean, standard deviation, skewness and kurtosis) and correlation between research variables. Also, to evaluate the relationships between the variables of the research model, the structural equation modeling method was used using AMOS software (version 24) and to investigate the mediating role of mediating variables, the bootstrap command was used in AMOS software (version 24).

## Results

In The findings showed that the research model had a good fit with the collected data. Also, the findings showed that academic hope had a positive and significant effect on acceptance of help-seeking and a negative and significant effect on avoidance of help-seeking. While avoiding help-seeking did not have a significant effect on academic well-being, acceptance of help-seeking had a positive and significant effect on academic well-being. Also, academic hope indirectly had a significant indirect effect on academic well-being through help-seeking avoidance and help-seeking acceptance, and the simultaneous effect of the two.

More complete and accurate results are given in Table 1 and Figure 1.

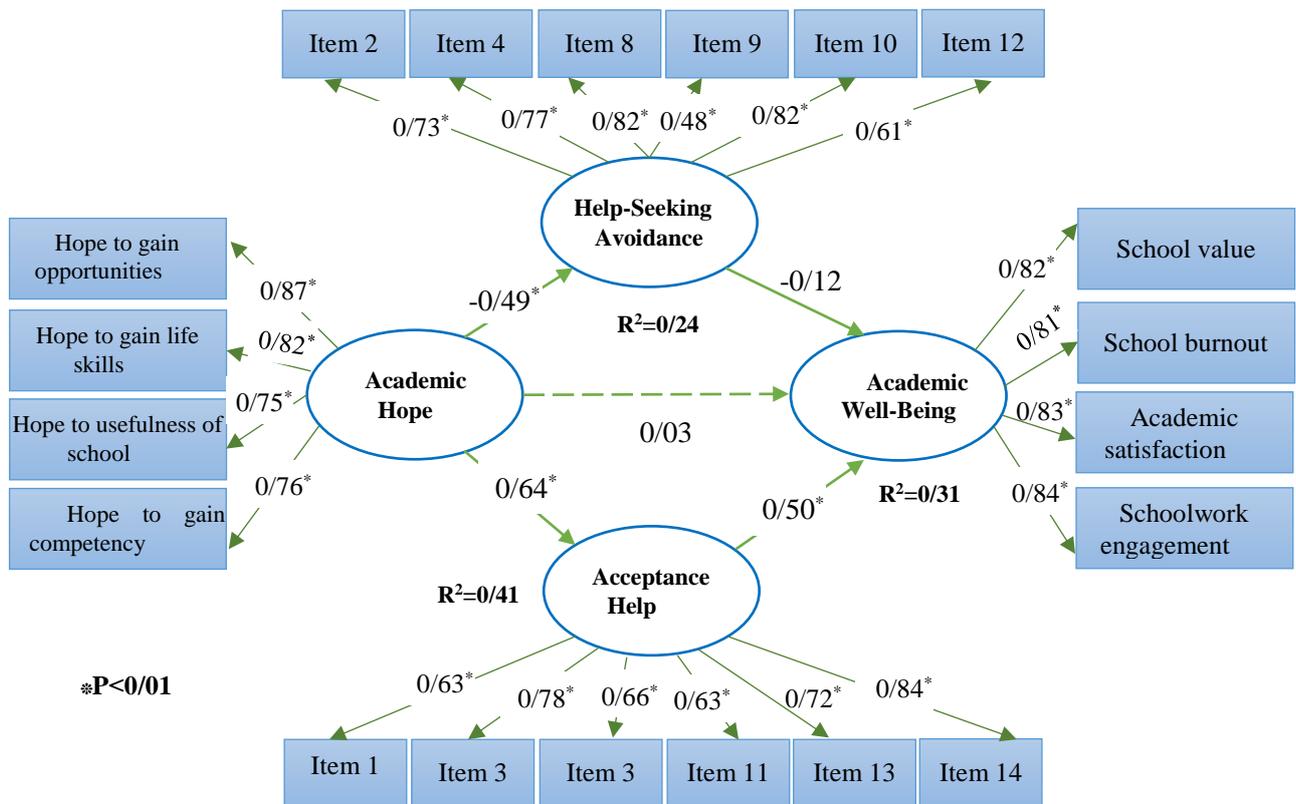


Figure 1. The final research model

According to Table 1 and Figure 1, 24% of the variance of the help-seeking avoidance variable, 41% of the variance of help-seeking acceptance, and

variance of the endogenous variable of academic well-being can be explained by this model.

Table 1. Total, direct, indirect effect coefficients, and significance of the paths of research variables

path	Direct effect		Indirect effect		Total effect	
	$\beta$	$p$	$\beta$	$p$	$\beta$	$p$
academic hope to help-seeking avoidance	-0/49	0/009	---	---	-0/49	0/009
academic hope to acceptance help	0/64	0/01	---	---	0/64	0/01
help-seeking avoidance to academic well-being	-0/12	0/15	---	---	-0/12	0/15
acceptance help to academic well-being	0/50	0/005	---	---	0/50	0/005
academic hope to academic well-being (mediating help-seeking avoidance)	0/03	0/31	0/11	0/02	0/14	0/02
academic hope to academic well-being (mediating acceptance help)	0/03	0/31	0/33	0/008	0/36	0/001
academic hope to academic well-being (mediating academic help-seeking)	0/03	0/31	0/39	0/009	0/42	0/001

## Conclusions

Overall, the findings of the present study indicate the importance of paying attention to the role of academic hope and academic help-seeking in increasing students' academic well-being. Considering the adaptive role of academic help-seeking and its influence on academic hope, it is essential that education professionals provide the basis for greater adaptation by strengthening hope in students. In discussing the limitations of the present study, we can mention the research method. The present study design is a descriptive correlational study. Therefore, it is necessary to draw causal inferences from the results with caution. Given the aforementioned limitation, it is recommended that further research seek to provide an answer to this question: "Can interventions based on academic hope and academic help-seeking affect students' academic well-being?" It is also suggested that future research should examine environmental variables, including factors related to school and family, in relation to academic well-being.

### *Compliance with ethical guidelines*

In the present research, in line with maintaining the ethical principles, before the implementation, the participants were informed about the subject and the method of the research implementation. After that, the group members were assured that their personal information would be taken care of and their answers to the questions would remain confidential.

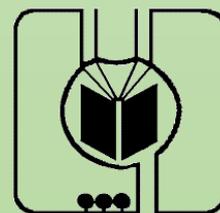
**Funding:** This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

### *Authors' contributions*

All 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.



## پژوهش در

## نظام‌های آموزشی

دوره ۱۹، شماره ۶۸، ۱۴۰۴  
ص ۶۵-۷۸

شاپا (چاپی): ۳۳۸۳-۱۳۲۴

شاپا (الکترونیکی): ۲۷۸۳-۲۳۴۱

Homepage: [www.jiera.ir](http://www.jiera.ir)

### درباره مقاله

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

تاریخچه مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۱۲/۲۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۲/۳۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۳/۱۵

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۴/۰۵

واژه‌های کلیدی:

امید به تحصیل

بهبودی تحصیلی

کمک‌طلبی تحصیلی

## امید به تحصیل، کمک‌طلبی تحصیلی و بهزیستی تحصیلی: یک تحلیل میانجی‌گری

احسان کشت‌ورز کندازی<sup>۱</sup>، نادره سهرابی<sup>۲</sup>، مریم کورش‌نیا<sup>۳</sup> و مجید برزگر<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری تخصصی گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی،

مرودشت، ایران. رایانامه: [ehsan.keshtvarz@iau.ac.ir](mailto:ehsan.keshtvarz@iau.ac.ir)

۲. نویسنده مسئول، دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت،

ایران. رایانامه: [nadereh.sohrabi@iau.ac.ir](mailto:nadereh.sohrabi@iau.ac.ir)

۳. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران. رایانامه:

[ma.kouroshnia@iau.ac.ir](mailto:ma.kouroshnia@iau.ac.ir)

۴. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران. رایانامه:

[Majid.barzegar@iau.ac.ir](mailto:Majid.barzegar@iau.ac.ir)

### چکیده

**هدف:** هدف این پژوهش، بررسی نقش واسطه‌ای کمک‌طلبی تحصیلی در رابطه بین امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی در دانش‌آموزان بود.

**روش:** این پژوهش برحسب هدف، کاربردی و برحسب شیوه گردآوری اطلاعات، توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش، شامل تمامی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۴-۱۴۰۳ بود که از بین آن‌ها ۵۱۶ دانش‌آموز (۲۲۳ پسر و ۲۹۳ دختر) با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسش‌نامه‌های امید به تحصیل خرمایی و کمری (۱۳۹۶)، بهزیستی تحصیلی (Tuominen-Soini et al., 2012) و کمک‌طلبی تحصیلی (Ryan & Pintrich, 1997) پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها، از روش تحلیل معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS-26 و AMOS-24 استفاده شد.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان دادند که امید به تحصیل دارای با پذیرش کمک‌طلبی رابطه مستقیم و معنادار ( $p=0/01$ )،  $\beta=0/64$ ) و با اجتناب از کمک‌طلبی رابطه منفی و معنادار ( $p=0/009$ ،  $\beta=-0/49$ ) داشت. در حالی که اجتناب از کمک‌طلبی با بهزیستی تحصیلی رابطه معنادار نداشت ( $p=0/15$ ،  $\beta=-0/12$ )، رابطه پذیرش کمک‌طلبی با بهزیستی تحصیلی مستقیم و معنادار بود ( $p=0/005$ ،  $\beta=0/50$ ). همچنین، امید به تحصیل به صورت غیرمستقیم، از طریق اجتناب از کمک‌طلبی ( $p=0/02$ ،  $\beta=0/11$ ) و پذیرش کمک‌طلبی ( $p=0/008$ ،  $\beta=0/33$ ) و تأثیر هم‌زمان این دو ( $p=0/009$ ،  $\beta=0/39$ )، با بهزیستی تحصیلی منفی و معنادار بود.

**نتیجه‌گیری:** در نتیجه، یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر اهمیت توجه به نقش امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی در افزایش بهزیستی تحصیلی دانش‌آموزان است.

استناد به این مقاله: کشت‌ورز کندازی، احسان، سهرابی، نادره، کورش‌نیا، مریم، و برزگر، مجید. (۱۴۰۴). امید به تحصیل،

کمک‌طلبی تحصیلی و بهزیستی تحصیلی: یک تحلیل میانجی‌گری. پژوهش در نظام‌های آموزشی،

۱۹(۶۹)، ۶۵-۷۸. <https://doi.org/10.22034/jiera.2026.547953.3374>

ناشر: انجمن پژوهش‌های آموزشی ایران

© نویسندگان



### مقدمه

بهزیستی تحصیلی<sup>۱</sup>، یکی از مهم‌ترین شاخص‌های کیفیت زندگی تحصیلی، به میزان تجربه هیجان‌های مثبت، رضایت از نقش دانش‌آموزی و کارآمدی ادراک‌شده فرد در بافت آموزشی اشاره دارد و به‌عنوان یک وضعیت ذهنی مثبت و رضایت‌بخش، با احساس انرژی، اشتیاق، تعهد و تعلق خاطر نسبت به فعالیت‌های آموزشی و محیط تحصیلی همراه است (Klimova & Pikhart, 2025). این سازه با دربرگرفتن مؤلفه‌هایی همچون فرسودگی نسبت به مدرسه<sup>۲</sup>، درآمیزی با تکالیف مدرسه<sup>۳</sup>، ارزش مدرسه<sup>۴</sup> و رضایت از تحصیل<sup>۵</sup>، ابعاد هیجانی، شناختی و عملکردی تجربه تحصیلی دانش‌آموزان را منعکس می‌کند و فراتر از صرفاً نبود مشکلات، بر حضور فعالانه در یادگیری و تجربه‌های مثبت تحصیلی تأکید دارد (Tuominen et al., 2012). امروزه بهزیستی تحصیلی به یکی از کانون‌های اصلی پژوهش‌های روان‌شناسی تربیتی تبدیل شده است. با این حال، تبیین دقیق سازوکارهای شناختی اثرگذار بر این سازه همچنان با خلأهای پژوهشی مواجه است. شواهد نظری و تجربی نشان می‌دهد که باورها، انتظارات و ارزیابی‌های شناختی فراگیران از موقعیت تحصیلی می‌تواند به‌طور معناداری کیفیت تجربه تحصیلی آنان را شکل دهد (Eccles & Wigfield, 2023). در این میان، امید به تحصیل<sup>۶</sup> به‌عنوان یک سازه شناختی - انگیزشی بنیادین، از ظرفیت بالایی برای تفسیر چرایی تفاوت‌های فردی در سطح بهزیستی تحصیلی برخوردار است و می‌تواند از طریق جهت‌دهی به تلاش، پشتکار و ادراک از آینده تحصیلی، زمینه‌ساز ارتقای بهزیستی شود (Taheri-Kharameh et al., 2024). با وجود این، بررسی ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که بخش قابل‌توجهی از مطالعات اخیر، همچنان بر متغیرهای محیطی و موقعیتی تمرکز داشته و نقش سازه‌های شناختی-انگیزشی، به‌ویژه امید به تحصیل، کمتر به‌صورت یکپارچه مورد توجه قرار گرفته است (Bozhani et al., 2025; Khuhro, 2024). این خلأ پژوهشی، ضرورت پرداختن نظام‌مند به نقش عوامل شناختی-انگیزشی در تبیین بهزیستی تحصیلی را برجسته می‌سازد.

مطابق با مدل «امید به تحصیل» خرمایی و کمری (۱۳۹۶)، که مناسب‌ترین چهارچوب برای بررسی مفهوم امید در حیطه تحصیلی به شمار می‌آید، «امید به تحصیل» به‌عنوان انتظار فرد برای دستیابی به فرصت‌ها، مهارت‌های زندگی، شایستگی‌ها و سایر سودمندی‌های مرتبط با تحصیل تعریف می‌شود (سهرابی و دیگران، ۱۴۰۰). امید به تحصیل پشتکار را پیش‌بینی می‌کند و با ارزش تکلیف مرتبط است (Muwonge et al., 2017). همچنین فرسودگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند (Mohammadipour & Rahmati, 2016). علاوه بر امید، شناسایی مکانیسم‌هایی که امید می‌تواند از طریق آن‌ها بر بهزیستی تحصیلی اثرگذار باشد نیز درخور اهمیت است.

با وجود اهمیت امید به تحصیل، پژوهش‌های اندکی به مکانیسم‌هایی که از طریق آن‌ها امید به تحصیل می‌تواند به بهزیستی تحصیلی منجر شود پرداخته‌اند (آربری و فولادچنگ، ۱۴۰۱). یکی از مهم‌ترین این مکانیسم‌ها، کمک‌طلبی تحصیلی<sup>۷</sup> است که به‌عنوان یکی از ابعاد خودتنظیمی تحصیلی شناخته می‌شود و شامل درخواست کمک از معلمان، والدین، هم‌کلاسی‌ها یا سایر منابع هنگام مواجهه با دشواری‌های تحصیلی است (Yang et al., 2025; Wole et al., 2025). کمک‌طلبی تحصیلی می‌تواند مسیر اثرگذاری امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی را روشن سازد و به‌عنوان یک راهبرد انطباقی، دانش‌آموزان را در دستیابی به اهداف تحصیلی توانمند کند (Hansen et al., 2023; Newman, 2010).

از سوی دیگر، نظریه کنترل-ارزش<sup>۸</sup> Pekrun (2024)، نشان می‌دهد هیجانات پیشرفت با تأثیر بر رفتارهای خودتنظیمی، عملکرد تحصیلی را شکل می‌دهند. بر اساس این نظریه، هیجانات پیشرفت از جمله امید تحصیلی در بسترهای آموزشی تجربه می‌شوند و می‌توانند طیف وسیعی از پیامدهای یادگیری و رفتارهای تحصیلی، از جمله رفتارهای خودتنظیمی و کمک‌طلبی تحصیلی را پیش‌بینی کنند. بر اساس دیدگاه and DeGroot Pintrich (1990 as cited in Yang et al., 2025)، کمک‌طلبی تحصیلی به‌عنوان یکی از ابعاد خودتنظیمی، اشاره به درخواست کمک از دیگران هنگام مواجهه با دشواری تحصیلی دارد (Yang et al., 2025). پژوهش‌ها دو دیدگاه متفاوت در مورد کمک‌طلبی تحصیلی ارائه می‌کنند: در دیدگاه اول، کمک‌طلبی رفتاری وابسته محسوب می‌شود که اجتناب از کمک‌طلبی<sup>۹</sup> رخ می‌دهد و در دیدگاه دوم، کمک‌طلبی به‌عنوان

1. academic well-being
2. school burnout
3. schoolwork engagement
4. school value
5. satisfaction with educational choice
6. academic hope
7. academic help-seeking
8. control-value theory
9. help-seeking avoidance

رفتاری راهبردی و انطباقی برای یادگیری و تحصیل تلقی می‌شود که پذیرش کمک‌طلبی<sup>۱</sup> مشاهده می‌گردد (Newman, 2010). کمک‌طلبی تحصیلی با رفتارهایی مانند پرسش از معلمان و هم‌کلاسی‌ها، درخواست توضیح بیشتر، دریافت سرنخ‌ها و راه‌حل‌ها و جست‌وجوی سایر کمک‌های تحصیلی شناخته می‌شود (Wole et al., 2025).

در خصوص رابطه بین امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی، Hansen و دیگران (2023) معتقد است که دانش‌آموزان با امید به تحصیل بالا در زمینه به‌کارگیری راهبردهای مناسب برای دستیابی به اهداف خود توانمندترند. اگرچه تمرکز پژوهش حاضر بر کمک‌طلبی تحصیلی است، شواهد مداخله‌ای جدید نشان می‌دهد که تقویت امید به‌طور معناداری نگرش و نیت کمک‌طلبی را نیز در حوزه سلامت روان بهبود می‌بخشد (Tay et al., 2022). پژوهش‌های اندکی به رابطه بین امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی به صورت مستقیم پرداخته‌اند؛ اما نتایج پژوهش‌های مرتبط نشان‌دهنده اثر مثبت هیجانات مثبت بر خودتنظیمی فراشناختی مانند برنامه‌ریزی، تعیین هدف، نظارت بر عملکرد و تنظیم عملکرد (Feldman & Kubota, 2015)، یادگیری و خودتنظیمی (Ge, 2025)، خودتنظیمی تحصیلی (Bordbar et al., 2025)، راهبردهای شناختی و فراشناختی و رفتارهای خودتنظیمی (Williams & Woodruff-Borden, 2015) است. پژوهش Lourenço و دیگران (2025) از طریق مروری نظری، پیوند میان هیجانات مثبت/انگیزه مثبت و یادگیری خودتنظیمی را بررسی می‌کند. رابطه مثبت امید نیز با راهکارهای مقابله‌ای مؤثر از جمله ارزیابی مجدد، حل مسئله، اجتناب از رویدادهای تنیدگی‌زای زندگی و جست‌وجوی حمایت اجتماعی نشان داده شده است (Snyder, 2000). هم‌چنین، اثر مثبت هیجان تحصیلی امید بر پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی در پژوهش بارانی و دیگران (۱۳۹۸) گزارش شده است.

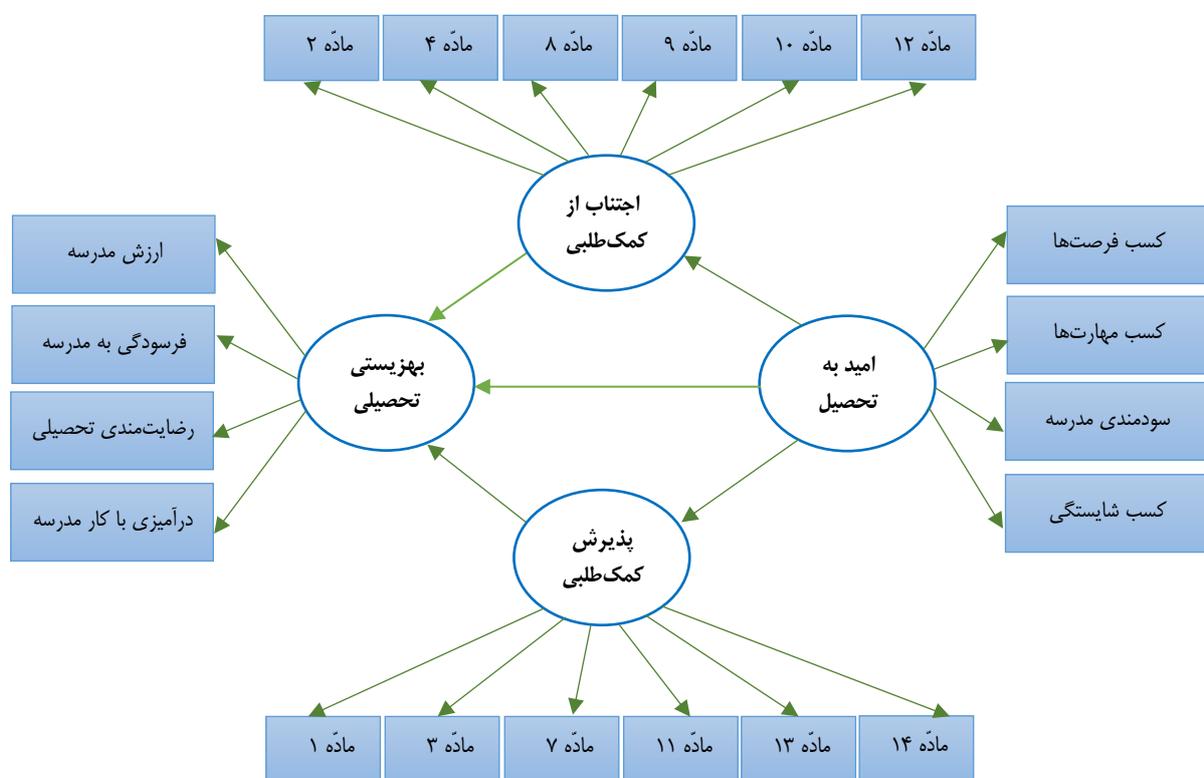
پژوهش‌های معاصر شواهد معناداری در حمایت از نقش کمک‌طلبی تحصیلی در ارتقای بهزیستی تحصیلی ارائه کرده‌اند. مطالعه مقطعی Bimerew و دیگران (2024) نشان داد که موانعی نظیر خجالت، محدودیت دسترسی و ضعف اطلاع‌رسانی، پذیرش کمک را کاهش می‌دهند؛ در حالی که استفاده از منابع حمایتی با پیامدهای تحصیلی مطلوب‌تر و سطوح بالاتری از رضایت و بهزیستی تحصیلی همراه است. هم‌چنین، در پژوهش انجام‌شده بر روی نمونه‌ای از نوجوانان، آگاهی از استیگما و نگرش مثبت نسبت به کمک‌طلبی با بهزیستی بالاتر ارتباط داشت، اما اجتناب از کمک رابطه معناداری با بهزیستی نشان نداد (Goodwin et al., 2025). یافته‌های Greco و دیگران (2025) نیز حاکی از آن است که درگیری تحصیلی و بهره‌گیری از حمایت‌های تحصیلی و مشاوره‌ای، از جمله کمک‌طلبی حرفه‌ای، با بهزیستی تحصیلی بیشتر همراه است. به‌علاوه، McCabe و دیگران (2024) گزارش کردند دانش‌آموزانی که نگرش مثبت‌تر و نیت قوی‌تری برای درخواست کمک دارند، از سطوح بالاتری از بهزیستی روانی برخوردارند. در همین راستا Wole و دیگران (2025) نشان دادند کمک‌طلبی می‌تواند به‌عنوان یک سازوکار واسطه‌ای در بهبود پیامدهای مرتبط با بهزیستی تحصیلی عمل کند. نتایج Bennett و دیگران (2025) نیز بیانگر آن است که با افزودن مشاوران غیرکلینیکی به محیط‌های آموزشی، رفتار کمک‌طلبی افزایش یافته و برخی شاخص‌های بهزیستی بهبود می‌یابد، در حالی که اجتناب صرف از کمک، تغییر معناداری در بهزیستی ایجاد نمی‌کند. افزون بر این، خودتنظیمی نیز به‌عنوان یکی از عوامل حمایتی مهم، نقش مؤثری در ارتقای سلامت روان و بهزیستی فراگیران ایفا می‌کند (Arslan, 2018).

با توجه به آنچه بیان شد، تمرکز بر بهزیستی تحصیلی دانش‌آموزان می‌تواند به کاهش فرسودگی در محیط مدرسه بینجامد و در نتیجه، میزان مشارکت آنان در تکالیف، احساس رضایت از مدرسه و ارزش‌گذاری مثبت نسبت به محیط آموزشی افزایش یابد (Indreswari et al., 2024). به علاوه، شناخت عوامل مؤثر بر بهزیستی تحصیلی فراگیران احتیاج به نگاه چندبعدی و عمیق دارد. در این راستا، پژوهش‌های مدل‌یابی می‌توانند زمینه بیشتر و گسترده‌تری را برای این‌گونه مطالعات فراهم سازند. مهم‌تر اینکه، پژوهشی که به‌طور مستقیم و یا هم‌زمان به ارتباط متغیرهای پژوهش حاضر بپردازد تا آنجا که محقق بررسی نموده است، یافت نشد. به علاوه، اگرچه مطالعات متعددی پیشین به پیشایندهای درون‌فردی و موقعیتی بهزیستی تحصیلی پرداخته‌اند - از جمله عوامل انگیزشی و هیجانی، خودتنظیمی، و ویژگی‌های زمینه‌ای مدرسه و خانواده - بازنگری نظام‌مند ادبیات نشان می‌دهد که کمتر پژوهشی به‌طور صریح نقش «انتظارهای شناختی» دانش‌آموزان، به‌ویژه سازه «امید به تحصیل»، را به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده و مکانیسم‌ساز بهزیستی تحصیلی مورد سنجش قرار داده است. علاوه بر این، اگرچه کمک‌طلبی تحصیلی به‌عنوان یک

1. acceptance help

راهبرد خودتنظیمی در مطالعات جداگانه بررسی شده، پژوهش‌های موجود اغلب ابعادی مانند «پذیرش» و «اجتناب» از کمک‌طلبی را به‌طور هم‌زمان و به‌عنوان میانجی بین امید و بهزیستی تحلیل نکرده‌اند.

این خلاء در پژوهش‌های پیشین، به‌ویژه در نظام آموزشی ایران، اهمیت ویژه‌ای دارد؛ چرا که رفتار کمک‌طلبی تحصیلی و تمایز بین پذیرش و اجتناب از آن کمتر مورد توجه قرار گرفته است. بنابراین، بررسی نقش واسطه‌ای ابعاد کمک‌طلبی تحصیلی در رابطه بین امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی ضرورت پیدا می‌کند. تحلیل این نقش می‌تواند اطلاعات ارزشمندی برای معلمان و سیاست‌گذاران آموزشی فراهم سازد و به طراحی برنامه‌هایی برای ارتقای سلامت روان و رضایت تحصیلی دانش‌آموزان کمک نماید. به‌ویژه آن‌که در پژوهش حاضر، امکان مقایسه اثرگذاری و اثرپذیری دو نوع کمک‌طلبی، یعنی پذیرش و اجتناب از کمک‌طلبی، فراهم شده و از این طریق اطلاعات غنی‌تری در مورد سازه کمک‌طلبی به‌دست خواهد آمد. بر این اساس، خلأ پژوهشی مشخص این است که چگونه تأثیر امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی، به‌طور مستقیم و از طریق ابعاد پذیرش و اجتناب کمک‌طلبی، به‌طور نظام‌مند و هم‌زمان بررسی نشده است. پژوهش حاضر دقیقاً به منظور پرکردن این خلأ، نقش واسطه‌ای هم‌زمان ابعاد کمک‌طلبی تحصیلی در رابطه بین امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی را می‌آزماید. مدل مفهومی پژوهش در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

### روش

این طرح پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم شهر شیراز بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ مشغول به تحصیل بودند. برای تعیین حجم نمونه، دیدگاه Kline (2016) مورد توجه قرار گرفت. وی، تعداد مناسب حجم نمونه را برای آزمون مدلیابی معادلات ساختاری، ۱۰ تا ۲۰ برابر تعداد پارامترهای مدل پژوهش می‌داند. در این پژوهش، تعداد اعضای نمونه ۵۵۰ نفر در نظر گرفته شد که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. بدین صورت که نخست از میان چهار

ناحیه شهر شیراز، دوتا از نواحی به تصادف انتخاب شدند. سپس مدارس دوره دوم متوسطه این نواحی آموزشی شهر شیراز فهرست شد و از بین آن‌ها، ۳ مدرسه از هر ناحیه به تصادف انتخاب شد. در مرحله بعد با توجه به حجم نمونه محاسبه شده، از هر کدام از مدارس سه کلاس به تصادف انتخاب شد و در نهایت دانش‌آموزان این کلاس‌ها به عنوان نمونه پژوهش تعیین شدند که در مجموع ۶ مدرسه، ۱۸ کلاس و ۵۵۰ دانش‌آموز (۳۰۰ دختر و ۲۵۰ پسر) انتخاب شدند. پس از انجام فرایند نمونه‌گیری و حذف ۳۴ پرسش‌نامه ناقص، حجم نهایی نمونه شامل ۵۱۶ دانش‌آموز (۲۹۳ دختر و ۲۲۳ پسر) بود. معیارهای ورود به پژوهش رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان، تحصیل در سال تحصیلی مذکور و رضایت مدرسه و معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل ناقص بودن پرسش‌نامه بود. دامنه سنی نمونه ۱۵ الی ۱۸ سال بود. ۲۲۳ نفر (۴۳/۲۱ درصد) از پاسخ‌دهندگان پسر و ۲۹۳ نفر (۵۶/۷۹ درصد) از پاسخ‌دهندگان دختر بودند که به پرسشنامه‌های پژوهش پاسخ دادند.

**پرسش‌نامه امید به تحصیل<sup>۱</sup>:** این پرسش‌نامه با هدف سنجش امید به تحصیل دانش‌آموزان توسط خرمایی و کمری (۱۳۹۶) طراحی و اعتباریابی شده است. این پرسش‌نامه دارای ۲۷ ماده است که چهار مؤلفه، شامل امید به کسب فرصت‌ها<sup>۲</sup>، امید به کسب مهارت‌های زندگی<sup>۳</sup>، امید به سودمندی مدرسه<sup>۴</sup> و امید به کسب شایستگی<sup>۵</sup> را مورد بررسی و سنجش قرار می‌دهد. ماده‌های این ابزار بر روی طیف لیکرت پنج درجه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود. روایی و پایایی این ابزار توسط خرمایی و کمری (۱۳۹۶) مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است. آنان ضریب آلفای کرونباخ برای امید به کسب فرصت‌ها ۰/۹۰، امید به کسب مهارت‌های زندگی ۰/۹۰، امید به سودمندی مدرسه ۰/۸۰، امید به کسب شایستگی ۰/۷۶ و پایایی نمره کل پرسش‌نامه را ۰/۹۴ گزارش کرده‌اند. خرمایی و کمری (۱۳۹۶) به عنوان سازندگان این ابزار، روایی آن را با استفاده از تحلیل عاملی به روش مؤلفه‌های اصلی و بررسی همبستگی ابزار با متغیرهای مرتبط مورد تأیید قرار دادند. در پژوهش آن‌ها، نتایج تحلیل عاملی نشان داد چهار مؤلفه امید به تحصیل در مجموع ۵۷/۶۳ درصد از واریانس کل نمونه را توضیح داده‌اند. در ایران روایی و پایایی این پرسش‌نامه توسط کشت‌ورز کندازی و دیگران (۱۴۰۰) بررسی و تأیید شد. آنان برای بررسی روایی این ابزار از روش تحلیل عاملی تأییدی استفاده و روایی آن را مطلوب گزارش کردند. همچنین پایایی مقیاس را با روش آلفای کرونباخ بررسی و میزان ضرایب را برای ابعاد امید به کسب فرصت‌ها، امید به کسب مهارت‌های زندگی، امید به سودمندی مدرسه، امید به کسب شایستگی و نمره کل ابزار به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۲، ۰/۸۴، ۰/۷۸ و ۰/۹۱ و گزارش کردند. در پژوهش حاضر، روایی مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی و تأیید شد و شاخص‌های برازش به دست آمده با توجه به ملاک Kline (2016) حاکی از آن بود که مدل از برازش مطلوب برخوردار است مقادیر شاخص‌های نسبت مجذور خی به درجه آزادی ( $X^2/df$ )، شاخص برازندگی<sup>۶</sup> (GFI)، شاخص برازندگی تعدیل‌یافته<sup>۷</sup> (AGFI)، شاخص برازندگی افزایشی<sup>۸</sup> (IFI)، شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۹</sup> (CFI)، ریشه دوم واریانس خطای تقریب<sup>۱۰</sup> (RMSEA) و احتمال نزدیکی برازندگی<sup>۱۱</sup> (PCLOSE) نیز به ترتیب ۲/۹۳، ۰/۹۱، ۰/۸۹، ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۰۶ و ۰/۰۵ به دست آمد. پایایی ابزار نیز با مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌ها و نمره کل در دامنه ۰/۷۸ الی ۰/۹۵ به دست آمد.

**مقیاس کمک‌طلبی تحصیلی<sup>۱۲</sup>:** به منظور سنجش کمک‌طلبی تحصیلی، از پرسش‌نامه کمک‌طلبی تحصیلی Ryan & Pintrich (1997) استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۱۴ سوال پنج گزینه‌ای و ابعاد پذیرش کمک‌طلبی و اجتناب از کمک‌طلبی است. سوالات به صورت مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم درجه‌بندی شده‌اند. دامنه نمرات بین ۱۴ تا ۷۰ است. در پژوهش Ryan & Pintrich (1997) پایایی پرسش‌نامه طریق ضریب آلفای کرونباخ برای پذیرش کمک‌طلبی و اجتناب از کمک‌طلبی به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۶۸ به دست آمد. روایی پرسش‌نامه نیز با استفاده از چرخش واریماکس تأیید شد (Ryan & Pintrich, 1997). در پژوهش Kiefer & Shim (2016) آلفای کرونباخ برای پذیرش و

1. Academic Hope Questionnaire (AHQ)
2. hope to gain opportunities
3. hope to gain life skills
4. hope to usefulness of school
5. hope to gain competency
6. Goodness of Fit Index (GFI)
7. Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)
8. Incremental Fit Index (IFI)
9. Comparative Fit Index (CFI)
10. Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)
11. Probability of close fit (PCLOSE)
12. Academic Help-Seeking Scale (AHSS)

اجتناب از کمک‌طلبی به ترتیب ۰/۶۳ و ۰/۷۲ به دست آمد و تحلیل عامل تأییدی نیز دو عامل را تأیید کرد. در پژوهش یآوری و جلیلی شیشوان (۱۳۹۹) پایایی ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ گزارش شده است. در پژوهش حاضر، روایی مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی و تأیید شد و شاخص‌های برازش به دست آمده با توجه به ملاک Kline (2016) حاکی از آن بود که مدل از برازش مطلوب برخوردار است ( $PCLOSE=0/08$ ,  $RMSEA=0/04$ ,  $CFI=0/96$ ,  $IFI=0/97$ ,  $AGFI=0/94$ ,  $GFI=0/96$ ,  $X^2/df=2/14$ ). همچنین، پایایی ابزار از طریق ضریب آلفای کرونباخ برای پذیرش و اجتناب از کمک‌طلبی به ترتیب ۰/۸۶ و ۰/۸۵ به دست آمد.

**پرسش‌نامه بهزیستی تحصیلی**<sup>۱</sup>: به منظور سنجش بهزیستی تحصیلی از پرسش‌نامه بهزیستی تحصیلی Tuominen-Soini و دیگران (2012) استفاده شد. این پرسش‌نامه دارای ۳۱ ماده است که مؤلفه‌های فرسودگی نسبت به مدرسه، درآمیزی با تکالیف مدرسه، ارزش مدرسه و رضایت از تحصیل را مورد بررسی و سنجش قرار می‌دهد. طیف لیکرت مؤلفه‌ها بدین صورت است که ارزش مدرسه بر روی طیف هفت درجه‌ای از اصلاً درست نیست (نمره ۱) تا کاملاً درست است (نمره ۷)؛ رضایت‌مندی تحصیلی بر روی طیف لیکرت پنج درجه‌ای از به هیچ وجه (نمره ۱) تا خیلی زیاد (نمره ۵)؛ درآمیزی با کار مدرسه بر روی طیف لیکرت هفت درجه‌ای از هرگز (نمره ۱) تا روزانه (نمره ۷) و فرسودگی نسبت به مدرسه نیز بر روی طیف لیکرت هفت درجه‌ای و به صورت معکوس، از کاملاً مخالفم (نمره ۷) تا کاملاً موافقم (نمره ۱) نمره‌گذاری می‌شود. روایی و پایایی این ابزار توسط Tuominen-Soini و دیگران (2012) مورد بررسی و تأیید قرار گرفته است. آنان ضریب آلفای کرونباخ را برای ارزش مدرسه، فرسودگی نسبت به مدرسه، رضایت‌مندی تحصیلی و درآمیزی با کار مدرسه به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۷۷، ۰/۹۱ و ۰/۹۴ گزارش کردند. همچنین، به منظور بررسی روایی ابزار از روش همسانی استفاده کردند و همبستگی نمرات عامل‌ها را با نمره کل محاسبه و دامنه ضرایب از ۰/۲۵ تا ۰/۶۹ گزارش نمودند. مرادی و دیگران (۱۳۹۵) روایی نسخه فارسی این پرسشنامه را به روش تحلیل عامل تأییدی مورد بررسی و تأیید قرار داده‌اند با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۷ تا ۰/۹۲ و آلفای کرونباخ برای نمره کل بهزیستی تحصیلی را ۰/۹۲ گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر، روایی مقیاس با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی و تأیید شد و شاخص‌های برازش به دست آمده با توجه به ملاک Kline (2016) حاکی از آن بود که مدل از برازش مطلوب برخوردار است ( $PCLOSE=0/08$ ,  $RMSEA=0/04$ ,  $CFI=0/94$ ,  $IFI=0/96$ ,  $AGFI=0/97$ ,  $GFI=0/98$ ,  $X^2/df=2/76$ ). همچنین آنان اعتبار مؤلفه‌های این پرسشنامه را با ضریب آلفای کرونباخ نیز با مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌ها و نمره کل به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۶، ۰/۸۳ و ۰/۹۵ به دست آمد.

به منظور توصیف داده‌ها و محاسبه همبستگی بین متغیرهای پژوهش از نرم‌افزار SPSS و برای ارزیابی روابط بین متغیرهای مدل پژوهش، از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار AMOS استفاده شد.

### یافته‌ها

شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش مانند میانگین، انحراف استاندارد، حداقل و حداکثر نمره، کجی و کشیدگی در جدول ۱ آورده شده است. جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آماره کجی و کشیدگی استفاده شد. همان‌گونه که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد، تمام متغیرهای پژوهش در دامنه بین مثبت و منفی ۲ قرار دارند که حاکی از نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش است. جهت بررسی رابطه خطی بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک پژوهش از روش simple scatter استفاده شد که نتایج حاکی از وجود رابطه خطی بین متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک بود. هم‌خطی چندگانه متغیرهای پیش‌بین نیز با استفاده از آماره تحمل<sup>۲</sup> و عامل تورم واریانس<sup>۳</sup> مورد بررسی قرار گرفت.

1. Academic Well-Being Questionnaire (AWBQ)

2. tolerance

3. variance Inflation Factor (VIF)

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	عامل	میانگین	انحراف استاندارد	حداقل نمره	حداکثر نمره	کجی	کشیدگی
امید به تحصیل	امید به کسب فرصت‌ها	۲۸/۶۱	۵/۳۹	۷	۳۵	۰/۹۹	-۰/۹۴
	امید به کسب مهارت‌های زندگی	۲۸/۰۴	۶/۹۴	۸	۴۰	-۰/۲۶	-۰/۲۱
	امید به سودمندی مدرسه	۲۶/۶۰	۶/۰۶	۸	۴۰	۰/۰۲	-۰/۲۵
	امید به کسب شایستگی	۱۵/۷۷	۲/۸۵	۵	۲۰	-۰/۰۱	-۰/۴۴
	نمره کل امید به تحصیل	۹۹/۰۲	۱۸/۳۲	۳۶	۱۳۵	۰/۱۶	-۰/۳۶
کمک‌طلبی تحصیلی	اجتناب از کمک‌طلبی	۱۳/۰۹	۴/۵۱	۶	۳۰	۱/۵۴	۰/۸۵
	پذیرش کمک‌طلبی	۲۳/۷۳	۴/۱۳	۶	۳۰	۱/۲۷	-۰/۸۶
بهزیستی تحصیلی	ارزش مدرسه	۲۴/۵۱	۷/۳۴	۵	۳۵	-۰/۳۵	-۰/۶۱
	فرسودگی نسبت به مدرسه	۳۵/۶۲	۱۰/۸۶	۹	۵۶	-۰/۷۵	-۰/۱۹
	رضایت‌مندی تحصیلی	۱۳/۲۶	۳/۵۵	۴	۲۰	-۰/۱۱	-۰/۲۰
	درآمیزی با کار مدرسه	۳۰/۷۶	۱۱/۱۷	۸	۵۶	-۰/۵۳	۰/۳۶
	نمره کل بهزیستی تحصیلی	۱۰۴/۱۵	۲۹/۱۴	۳۱	۱۶۷	-۰/۶۰	-۰/۰۹

نتایج نشان دادند که ارزش‌های تحمل به دست آمده برای متغیرها، بالای ۰/۱۰ و مقدار عامل تورم واریانس به دست آمده برای متغیرها، کوچک‌تر از ۱۰ بودند که نشان‌دهنده عدم هم‌خطی چندگانه بین متغیرهاست. در ادامه ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش آورده شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش (n=۵۱۶)

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱. امید به کسب فرصت‌ها	۱											
۲. امید به کسب مهارت‌ها	۰/۷۲۰**	۱										
۳. امید به سودمندی	۰/۶۳۴**	۰/۶۲۲**	۱									
۴. امید به کسب شایستگی	۰/۷۰۴**	۰/۶۳۳**	۰/۵۴۶**	۱								
۵. امید به تحصیل کل	۰/۸۸۷**	۰/۸۹۶**	۰/۸۳۸**	۰/۷۸۴**	۱							
۶. اجتناب از کمک‌طلبی	-۰/۳۲۸**	-۰/۳۰۱**	-۰/۴۳۵**	-۰/۲۰۶**	-۰/۲۸۷**	۱						
۷. پذیرش کمک‌طلبی	۰/۴۳۱**	۰/۴۳۰**	۰/۴۱۸**	۰/۳۷۵**	۰/۷۱۳**	-۰/۷۰۰**	۱					
۸. ارزش مدرسه	۰/۶۳۳**	۰/۷۰۲**	۰/۶۴۸**	۰/۴۶۴**	۰/۴۸۶**	-۰/۳۱۶**	-۰/۳۸۴**	۱				
۹. فرسودگی به مدرسه	-۰/۵۵۲**	۰/۶۳۱**	۰/۶۴۵**	۰/۴۴۲**	۰/۷۳۹**	-۰/۳۷۷**	۰/۳۹۰**	۰/۷۱۶**	۱			
۱۰. رضایت‌مندی	۰/۶۵۴**	۰/۶۶۳**	۰/۶۱۳**	۰/۴۹۴**	۰/۷۲۴**	-۰/۳۷۵**	۰/۴۳۰**	۰/۶۷۸**	۰/۶۶۵**	۱		
۱۱. درآمیزی با کار مدرسه	۰/۵۹۵**	۰/۶۴۲**	۰/۶۰۷**	۰/۴۷۶**	۰/۶۹۴**	-۰/۳۳۷**	۰/۴۰۱**	۰/۶۹۵**	۰/۶۸۳**	۰/۷۳۷**	۱	
۱۲. بهزیستی تحصیلی کل	۰/۶۷۳**	۰/۷۴۰**	۰/۷۱۲**	۰/۵۲۵**	۰/۷۹۶**	-۰/۳۹۵**	۰/۴۴۹**	۰/۸۶۸**	۰/۸۹۶**	۰/۸۲۴**	۰/۹۰۳**	۱

\*\*P<۰/۰۱

\*P<۰/۰۵

در جدول ۳، شاخص‌های قبل از اصلاح و هم شاخص‌های بعد از اصلاح مدل نشان داده شده است. شاخص‌های قبل از اصلاح نشان می‌دهد که مدل در ابتدا از برازش خوبی برخوردار نبود که با انجام اصلاحات مورد نیاز، مدل به برازش مطلوب رسید. برای بهبود برازش مدل، اصلاحاتی براساس شاخص‌های اصلاح مدل<sup>۱</sup> انجام شد. این اصلاحات شامل افزودن کواریانس بین خطاهای اندازه‌گیری مرتبط و بازنگری مسیرهای مدل در چهارچوب مفهومی پژوهش بود. لازم به ذکر است که این تغییرات تنها برای بهبود شاخص‌های برازش انجام شد و مسیرهای اصلی و نتایج

اصلی مدل تحت تأثیر قرار نگرفتند. پس از اعمال این اصلاحات، مطابق دیدگاه Kline (2016) شاخص‌های برازش مدل به محدوده قابل قبول رسیدند، به گونه‌ای که شاخص‌های بعد از اصلاح نشان می‌دهد که مدل از برازش خوبی برخوردار است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص‌های برازش	معیار قابل قبول	مقادیر قبل از اصلاح	مقادیر بعد از اصلاح
نسبت مجذور خی به درجه آزادی ( $X^2/df$ )	کمتر از ۳ خوب کمتر از ۵ قابل قبول	۳/۱۱	۱/۹۷
شاخص برازندگی (GFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۸۸	۰/۹۲
شاخص برازندگی تعدیل‌یافته (AGFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۸۴	۰/۹۱
شاخص برازندگی افزایشی (IFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۱	۰/۹۵
شاخص برازندگی تطبیقی (CFI)	بزرگ‌تر از ۰/۹۰	۰/۹۲	۰/۹۵
ریشه دوم واریانس خطای تقریب (RMSEA)	کمتر از ۰/۰۵ خوب کمتر از ۰/۰۸ قابل قبول کمتر از ۰/۱ مرزی	۰/۰۸	۰/۰۵
احتمال نزدیکی برازندگی (PCLOSE)	بزرگ‌تر از ۰/۰۵	۰/۰۷	۰/۱۵

مدل بعد از اصلاح نشان می‌دهد که مقادیر شاخص‌های برازندگی، شامل مجذور خی نسبی ( $X^2/df=1/97$ )، شاخص نیکویی برازش ( $GFI=0/92$ )، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌شده ( $AGFI=0/91$ )، شاخص برازندگی افزایشی ( $IFI=0/95$ )، شاخص برازندگی تطبیقی ( $CFI=0/95$ )، شاخص ریشه دوم واریانس خطای تقریب ( $RMSEA=0/05$ ) و احتمال نزدیکی برازندگی ( $PCLOSE=0/15$ ) به دست آمدند که همه در سطح مطلوب قرار دارند. نتایج کامل‌تر و دقیق‌تر در جدول ۴ آورده شده است.

جدول ۴. ضرایب اثر مستقیم، اثر کل و معناداری مسیرهای متغیرهای پژوهش

مسیر	اثر مستقیم		اثر کل	
	$\beta$	$p$	$\beta$	$p$
امید به تحصیل بر اجتناب از کمک‌طلبی	-۰/۴۹	۰/۰۰۹	-۰/۴۹	۰/۰۰۹
امید به تحصیل بر پذیرش کمک‌طلبی	۰/۶۴	۰/۰۱	۰/۶۴	۰/۰۱
اجتناب از کمک‌طلبی بر بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۲	۰/۱۵	-۰/۱۲	۰/۱۵
پذیرش کمک‌طلبی بر بهزیستی تحصیلی	۰/۵۰	۰/۰۰۵	۰/۵۰	۰/۰۰۵
امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی	۰/۰۳	۰/۳۱	۰/۴۲	۰/۰۰۱

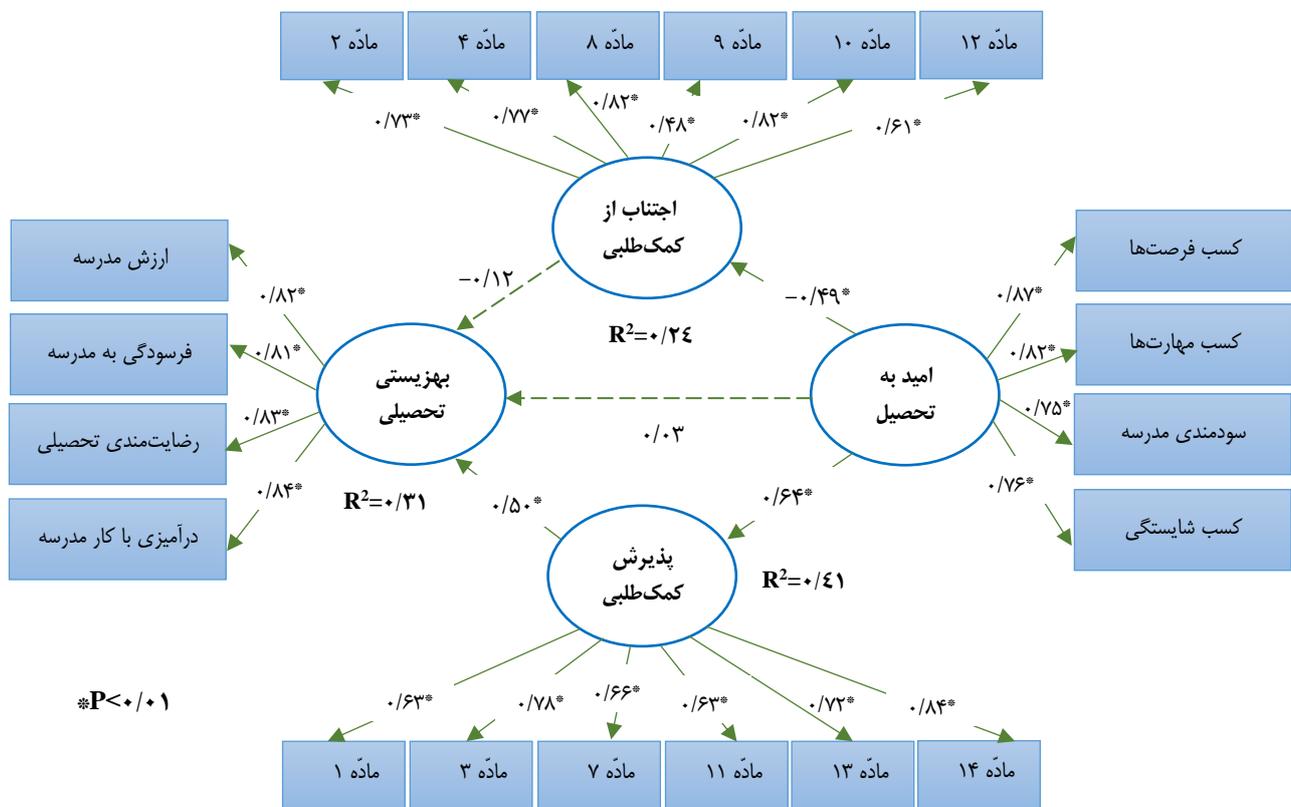
مطابق نتایج جدول ۴، بر اساس بررسی مسیرهای مستقیم، امید به تحصیل دارای رابطه منفی و معنادار با اجتناب از کمک‌طلبی ( $p=0/009$ )،  $\beta=-0/49$  و رابطه مثبت و معنادار با پذیرش کمک‌طلبی ( $\beta=0/64$ ،  $p=0/01$ ) است. اجتناب از کمک‌طلبی رابطه معناداری با بهزیستی تحصیلی نداشت ( $\beta=-0/12$ ،  $p=0/15$ )؛ اما پذیرش کمک‌طلبی رابطه مثبت و معنادار ( $\beta=0/50$ ،  $p=0/005$ ) با بهزیستی تحصیلی داشت. همچنین به منظور بررسی مسیر غیرمستقیم متغیر برون‌زاد (امید به تحصیل) بر متغیر درون‌زاد نهایی (بهزیستی تحصیلی) از آزمون بوت‌استرپ استفاده شد و نتایج مسیر غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش با آزمون بوت‌استرپ در جدول ۵ آورده شده است.

بر اساس نتایج جدول ۵، بررسی مسیر غیرمستقیم متغیر برون‌زاد (امید به تحصیل) بر متغیر درون‌زاد نهایی (بهزیستی تحصیلی)، نشان داد که امید به تحصیل از طریق اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی ( $\beta=0/11$ ،  $p=0/02$ )، پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی ( $\beta=0/33$ ،  $p=0/008$ ) و هر دو مولفه کمک‌طلبی تحصیلی به صورت همزمان ( $\beta=0/39$ ،  $p=0/009$ ) دارای رابطه غیرمستقیم و معنادار با بهزیستی تحصیلی است.

جدول ۵. نتایج مسیرهای غیرمستقیم بین متغیرهای پژوهش با آزمون بوت‌استرپ

معناداری	ضرایب استاندارد غیرمستقیم			مسیر غیرمستقیم
	حد بالا	حد پایین	$\beta$	
۰/۰۲	۰/۱۴	۰/۰۸	۰/۱۱	امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی (با واسطه‌گری اجتناب از کمک‌طلبی)
۰/۰۰۸	۰/۴۳	۰/۲۳	۰/۳۳	امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی (با واسطه‌گری پذیرش کمک‌طلبی)
۰/۰۰۹	۰/۴۹	۰/۲۹	۰/۳۹	امید به تحصیل بر بهزیستی تحصیلی (با واسطه‌گری کمک‌طلبی تحصیلی)

به بیان دیگر، نتایج حاصل از تحلیل مدل پژوهش حاکی از آن بود که اجتناب از کمک‌طلبی و پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی توانستند نقش واسطه‌ای معناداری در رابطه بین امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی داشته باشند. نتایج کامل‌تر و دقیق‌تر در شکل ۲ آورده شده است.



شکل ۲. مدل نهایی پژوهش

با توجه به جدول ۴ و شکل ۲، ۲۴ درصد از واریانس متغیر اجتناب از کمک‌طلبی، ۴۱ درصد از واریانس پذیرش کمک‌طلبی و ۳۱ درصد از واریانس متغیر درون‌زاد بهزیستی تحصیلی توسط این مدل قابل تبیین است.

### بحث

این پژوهش با هدف بررسی الگوی روابط ساختاری بهزیستی تحصیلی بر اساس امید به تحصیل و نقش واسطه‌ای کمک‌طلبی تحصیلی انجام شد.

نخستین یافته نشان داد امید به تحصیل دارای رابطه منفی و معنادار با اجتناب از کمک‌طلبی و رابطه مثبت و معنادار با پذیرش کمک‌طلبی بود. این یافته با نتایج برخی پژوهش‌ها مانند (Ge, 2025)، (Hansen et al., 2023)، (Bordbar et al., 2025)، (Lourenço et al., 2025)، (Tay et al., 2022)، (Pekrun, 2024) و (بارانی و دیگران، ۱۳۹۸)، مبنی بر ارتباط بین امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی و نیز از نظر جهت اثر و منطق نظری، همسو بود. برای مثال، Ge (2025) و Hansen و دیگران (2023) نشان دادند که سطوح بالاتر امید با افزایش تمایل به جستجوی کمک و کاهش اجتناب از آن مرتبط است. همچنین، مطالعه Lourenço و دیگران (2025) و Tay و دیگران (2022) بیانگر این است که هیجانات مثبت و توانایی تنظیم هیجان، از جمله امید، خودتنظیمی و رفتارهای حمایتی دانش‌آموزان را تسهیل می‌کنند. یافته‌های Pekrun (2024) نیز تأکید می‌کند که هیجانات پید شرفت، مانند امید، می‌توانند پیش‌بینی‌کننده رفتارهای تحصیلی مثبت، از جمله کمک‌طلبی و تعاملات اجتماعی مؤثر باشند. افزون بر این، در تبیین این یافته از منظر نظری، می‌توان گفت مطابق با نظریه امید (Snyder (2000)، دانش‌آموزانی که سطوح بالاتری از امید را تجربه می‌کنند، به جهت باور مثبتی که نسبت به آینده دارند، کمتر از تلاش دست می‌کشند و تمایل دارند که همواره با تعامل با دیگران و کمک‌گرفتن از سایرین و صرف وقت و تلاش به اهداف خود دست یابند. در واقع دانش‌آموزان امیدوار به جهت مؤلفه تفکر رهیاب، راه‌های ارتباط برقرار کردن با دیگران را بهتر شناسایی می‌کنند و روابط اجتماعی بهتری نیز خواهند داشت (بارانی و دیگران، ۱۳۹۸). این یافته نشان‌دهنده نقش انگیزشی امید به تحصیل در رفتارهای کمک‌طلبی دانش‌آموزان است. بر اساس نتایج، امید به تحصیل باعث کاهش اجتناب از کمک‌طلبی و افزایش پذیرش کمک‌طلبی می‌شود. این موضوع بیانگر آن است که دانش‌آموزانی که سطح بالایی از امید تحصیلی دارند، تمایل بیشتری به جستجوی راهنمایی و دریافت کمک از منابع آموزشی و اجتماعی دارند (Lourenço et al., 2025). از سوی دیگر، رابطه منفی و معنادار میان امید تحصیلی و اجتناب از کمک‌طلبی نشان می‌دهد که افراد با امید تحصیلی پایین‌تر احتمال بیشتری دارند که از درخواست کمک اجتناب کنند، که می‌تواند منجر به کاهش کیفیت یادگیری و افزایش مشکلات تحصیلی شود. ضریب مسیرهای غیرمستقیم نشان می‌دهد که امید تحصیلی تأثیر قوی‌تری بر پذیرش کمک‌طلبی نسبت به اجتناب از کمک‌طلبی دارد.

دومین یافته نشان داد اجتناب از کمک‌طلبی رابطه معناداری با بهزیستی تحصیلی نداشت؛ اما پذیرش کمک‌طلبی دارای ارتباط مثبت و معنادار با بهزیستی تحصیلی بود. این یافته با نتایج پژوهش‌های داخلی و خارجی متعددی هم‌سو است؛ از جمله یافته‌های (Goodwin et al., 2025)، (Wole et al., 2025)، (McCabe et al., 2024)، (Bimerew et al., 2024)، (Bennett et al., 2025) و (Greco et al., 2025) که همگی بر نقش سازنده رفتارهای کمک‌طلبی در ارتقای بهزیستی و پیامدهای مثبت تحصیلی تأکید داشته‌اند.

در تبیین این رابطه می‌توان بیان کرد که یادگیری مبتنی بر کمک‌طلبی و مشارکت اجتماعی، به دلیل آنکه فرایند آموزش را تعاملی، حمایت‌گرانه و انگیزه‌بخش می‌سازد، موجب شکل‌گیری حالت‌های ذهنی مثبت، احساس کفایت تحصیلی و رضایت از خود در دانش‌آموزان می‌شود. پژوهش McCabe و دیگران (2024) نشان داد دانشجویانی که نگرش مثبت‌تری نسبت به کمک‌طلبی دارند و از منابع حمایتی استفاده می‌کنند، از سطح بالاتری از بهزیستی روانی و تحصیلی برخوردارند. همچنین Greco و دیگران (2025) گزارش کردند که استفاده از حمایت‌های تحصیلی و مشاوره‌ای با بهزیستی، درگیری تحصیلی و سلامت روانی بهتر همراه است. این یافته‌ها مؤید آن است که پذیرش کمک، نوعی راهبرد سازگارانه برای مقابله با فشارهای تحصیلی محسوب می‌شود که مستقیماً به ارتقای بهزیستی منجر می‌گردد. با توجه به ماهیت کمک‌طلبی تحصیلی از نظر Newman (2010)، این مفهوم شامل پرسش از معلمان، درخواست توضیح بیشتر، دریافت سرنخ‌ها و سایر راهبردهای جستجوی کمک است. نتایج پژوهش Wole و دیگران (2025) نیز نشان داد کمک‌طلبی تحصیلی نقش واسطه‌ای مهمی در بهبود عملکرد تحصیلی دارد و از این طریق می‌تواند به‌طور غیرمستقیم موجب کاهش ناکارآمدی، بی‌علاقگی و خستگی تحصیلی شود. کاهش این مؤلفه‌های فرسودگی تحصیلی نهایتاً به افزایش رضایت تحصیلی، احساس ارزشمندی مدرسه و ارتقای بهزیستی تحصیلی می‌انجامد.

عدم معناداری رابطه بین اجتناب از کمک‌طلبی و بهزیستی تحصیلی، با توجه به ماهیت سازه کمک‌طلبی تحصیلی قابل توجیه است. از نظر Newman (2010) این دانش‌آموزان همواره تمایل دارند که استقلال خود را حفظ کنند و به جهت ترس از نالایق خوانده شدن همواره سعی می‌کنند امور را به تنهایی پیش ببرند. همچنین، دانش‌آموزانی که از کمک‌های سازنده در امر تحصیل اجتناب می‌کنند، ممکن است راهبردهای جایگزینی برای حل مشکلات تحصیلی خود داشته باشند، مانند خودتنظیمی قوی، استفاده از منابع شخصی یا جستجوی راه‌حل‌های مستقل؛ به این معنا که اجتناب از کمک‌طلبی تحصیلی نمی‌تواند پیش‌بینی‌کننده بهزیستی تحصیلی باشد. این تبیین با نتایج پژوهش Goodwin و دیگران

(2025) نیز همخوان است؛ به‌گونه‌ای که نگرش مثبت به کمک‌طلبی با بهزیستی رابطه معنادار داشت، اما صرف اجتناب از کمک، پیش‌بینی‌کننده قوی بهزیستی نبود. البته با توجه به اینکه بعد دیگر کمک‌طلبی تحصیلی، یعنی پذیرش کمک، بر خلاف اجتناب از کمک، بهزیستی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند، نشان‌دهنده آن است که در نظام آموزشی، راهبردهای سازنده و مشارکتی در یادگیری مانند پذیرش کمک در افزایش بهزیستی تحصیلی نقش بسزایی دارد و در طرف مقابل راهبردهای ناسازگارانه تحصیلی مانند اجتناب از کمک دیگران، پیش‌بینی‌کننده بهزیستی تحصیلی نیست.

سومین یافته این پژوهش نشان داد امید به تحصیل از طریق هر دو مولفه کمک‌طلبی تحصیلی به صورت همزمان، دارای تأثیر غیرمستقیم معنادار بر بهزیستی تحصیلی است. در این پژوهش، یافته حاصل از رابطه امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی نیازمند تأمل بیشتری است و بر اساس منطق مدل‌بانی معادلات ساختاری این یافته در ادامه به همراه نقش واسطه‌گری متغیر کمک‌طلبی تحصیلی تبیین می‌شود. بررسی ماتریس همبستگی حاکی از رابطه معنادار بین امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی بود؛ لیکن وقتی همه متغیرها با هم وارد معادله رگرسیون می‌شوند، از میزان رابطه امید به تحصیل و بهزیستی تحصیلی کاسته می‌شود و نقش واسطه‌گری کمک‌طلبی تحصیلی برجسته‌تر می‌گردد که از نظر Schumacker and Lomax (2010) اعتبار مدل تجربی پژوهش را نشان می‌دهد.

در تبیین این یافته می‌توان با الهام از نظریه کنترل-ارزش هیجان‌های پی‌شرفت Pekrun (2024) و تبیین رابطه دو به دو متغیرهای پژوهش در مطالب ذکر شده، بیان کرد که امید به‌عنوان یک هیجان مثبت و فعال‌کننده موجب درگیر شدن دانش‌آموزان در رفتارهای خودتنظیمی مانند پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی می‌شود. دانش‌آموزان امیدوار برای دستیابی به اهداف بزرگ‌تری گام برمی‌دارند که در آن دریافت کمک از دیگران نقص به‌شمار نمی‌رود و می‌توانند به راحتی در مواقع نیاز بدون ترس از ارزیابی یا ترس کم از ارزیابی، از دیگران کمک بخواهند. همچنین با افزایش پذیرش کمک از طریق افزایش امید، دانش‌آموز تجارب جدیدی را کسب می‌کند، مطالب را بهتر ادراک کرده، یادگیری عمق بیشتری یافته، دیدگاه و نقطه‌نظرات معلم را بهتر فهمیده که در نهایت منجر به رسیدن به سطحی از توانایی است که تکالیف انفرادی را بدون کمک دیگران انجام می‌دهد. از طرفی، شواهد پژوهشی گسترده‌ای در مورد استفاده از رفتارهای خودتنظیمی تحصیلی و پیامدهای مثبت تحصیلی موجود است (Goodwin et al., 2025; Greco et al., 2025). رفتارهای خودتنظیمی مانند پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی به دانش‌آموزان کمک می‌کند که موفقیت بیشتری در حیطه تحصیل به دست آورند و بهتر با چالش‌ها و تنش‌های تحصیلی مواجه شوند؛ لذا این تجارب تقویت‌کننده سبب می‌شود که آنان مشغولیت بیشتری با تکالیف و فعالیت‌های تحصیلی داشته باشند؛ از مدرسه و برنامه‌های آن رضایت داشته باشند؛ ارزش بیشتری برای مدرسه و تحصیل قائل باشند و دیدگاه بدبینانه کمتری نسبت به مدرسه داشته باشند؛ که همه این پیامدهای رفتاری، هیجانی و شناختی تجربه شده در اثر استفاده از رفتارهای خودتنظیمی مانند پذیرش کمک‌طلبی تحصیلی، از مولفه‌های بهزیستی تحصیلی هستند.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر اهمیت توجه به نقش امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی در افزایش بهزیستی تحصیلی دانش‌آموزان است. پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی بود؛ لذا استنباط علی از نتایج امکان‌پذیر نیست. با توجه به محدودیت مذکور توصیه می‌شود پژوهش‌های بعدی در پی فراهم کردن پاسخی برای این پرسش باشند که «آیا مداخلات مبتنی بر آموزش امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی می‌تواند بر بهزیستی تحصیلی دانش‌آموزان اثرگذار باشد؟». همچنین، مشارکت‌کنندگان در این پژوهش شامل دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه بودند که لازم است در تعمیم نتایج به سایر یادگیرندگان جانب احتیاط را رعایت کرد. با توجه به این محدودیت و با در نظر گرفتن این نکته که میزان امید به تحصیل و کمک‌طلبی تحصیلی در فراگیران دوره‌های مختلف تحصیلی و بافت‌های فرهنگی متفاوت با یکدیگر تفاوت دارد؛ پیشنهاد می‌گردد مدل این پژوهش در بین دانشجویان و فراگیران بافت‌های فرهنگی دیگر نیز موردبررسی قرار گیرد؛ تا به افزایش قابلیت تعمیم نتایج منجر گردد.

## ملاحظات اخلاقی

### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

نویسندگان اصول اخلاقی را در انجام و انتشار این پژوهش علمی رعایت نموده‌اند و این موضوع مورد تأیید همه آنهاست.

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

## حامی مالی

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

## سپاسگزاری

از تمام دانش‌آموزان و کسانی که در مراحل مختلف پژوهش همکاری داشتند، نهایت سپاس و تقدیر به عمل می‌آید.

## منابع

- آرزی، م.، و فولادچنگ، م. (۱۴۰۱). رابطه امید به تحصیل با بهزیستی تحصیلی در دوران آموزش مجازی: بررسی نقش واسطه‌ای خودتنظیمی تحصیلی. *آموزش و ارزشیابی*، ۱۵(۱۵)، ۹۴-۱۲۲. [https://journals.iau.ir/article\\_699254.html](https://journals.iau.ir/article_699254.html)
- بارانی، ح.، خرمائی، ف.، شیخ‌الاسلامی، ر.، و فولادچنگ، م. (۱۳۹۸). رابطه هیجان تحصیلی امید و بی‌صداقتی تحصیلی: بررسی نقش واسطه‌ای کمک‌طلبی تحصیلی. *مجله روان‌شناسی*، ۲۳(۴ (پیاپی ۹۲))، ۳۸۸-۴۰۶. <http://iranapsy.ir/Article/13980914193854>
- خرمائی، ف.، و کمری، س. (۱۳۹۶). ساخت و بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس امید به تحصیل. *دو فصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۵(۱۸)، ۳۷-۱۵. <https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2017.9549.1284>
- سهرابی، ظ.، طاهرزاده قهفرخی، س.، حاتم‌پور، ا.، میروقتشلاق، ف.، و محمدپور، م. (۱۴۰۰). رابطه اضطراب کرونا و بهزیستی تحصیلی با میانجی‌گری امید تحصیلی در دانش‌آموزان. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۵(۵۵)، ۱۶۵-۱۷۷. <https://doi.org/20.1001.1.23831324.1400.15.55.20.8>
- کشت‌ورز کن‌دازی، ا.، رضایی‌فرد، ا.، و توماج، ع. (۱۴۰۰). نقش واسطه‌ای خودپنداره تحصیلی در رابطه بین امید به تحصیل و رفتار غیرمولد تحصیلی. *روان‌شناسی*، ۲۵(۲۵)، ۴۹۰-۵۱۰. <https://doi.org/20.1001.1.18808436.1400.25.3.6.0>
- مرادی، م.، سلیمانی‌خشاب، ع.، شهاب‌زاده، ص.، صباغیان، ح.، و دهقانی‌زاده، م. ح. (۱۳۹۵). آزمون ساختار عاملی و سنجش همسانی درونی نسخه ایرانی پرسشنامه بهزیستی تحصیلی. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۶(۲۴)، ۲۷۶-۲۵۱. <https://doi.org/10.22054/jem.2017.476.1018>
- یاوری، ه.، و جلیلی‌شیشوان، ع. (۱۳۹۹). اثربخشی یادگیری سازگار با مغز بر کارکردهای روزانه حافظه و کمک‌طلبی تحصیلی دانش‌آموزان مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۴(۵۱)، ۱۷۵-۱۹۰. <https://doi.org/20.1001.1.23831324.1399.14.51.10.3>
- American Psychological Association. (2002). Ethical principles of psychologists and code of conduct. *American Psychologist*, 57(12), 1060-1073. <https://doi.org/10.1017/jmo.2020.41>
- Arbezi, M., & Fooladchang, M. (2020). The relationship between academic hope and academic well-being during virtual education: Investigating the mediating role of academic self-regulation. *Journal of Instruction and Evaluation*, 15(59), 93-122. (in Persian) <https://doi.org/10.30495/jinev.2023.1967559.2770>
- Arslan, G. (2018). School-based social exclusion, affective wellbeing, and mental health problems in adolescents: A Study of mediator and moderator role of academic self-regulation. *Child Indicators Research*, 11(3), 963-980. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-017-9486-3>
- Barani, H., Khormaei, F., Sheikh-ol-Eslami, R., & Foladchang, M. (2019). The relationship between academic excitement, hope, and academic dishonesty: Examining the mediating role of academic help-seeking. *Journal of Psychology*, 23(4 (92)), 388-406. (in Persian) <http://iranapsy.ir/en/Article/13980914193854>
- Bennett, J., Khoshaba, B., & Houghton, S. (2024). Investigating changes in student mental health and help-seeking after introducing non-clinical well-being advisers at university. *BMC Psychology*, 12(1), 214. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01718-9>
- Bimerew, M. S., Fajardo, J. R., & Tessema, Z. T. (2024). Academic help-seeking behaviour and perceived barriers among university students: A cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 24(1), 102. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05012-4>
- Bordbar, S., Mogadammorki, S., Atashbahar, O., Bahmaei, J., Vejdani, M., & Yusefi, A. (2025). The effect of emotional intelligence on academic performance with the mediating role of academic self-regulation: Evidence from college students. *Discover Education*, 4, 506. <https://doi.org/10.1007/s44217-025-00952-2>

- Bozhani, E. F., Momeni, K., & Moradi, A. (2025). The relationship between school culture and students' academic well-being through the mediating role of the satisfaction of the basic psychological needs: A correlational study. *Health Science Reports*, 8(3), e70379. <https://doi.org/10.1002/hsr2.70379>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2023). Expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: Reflections on the legacy of 40+ years of working together. *Motivation Science*, 9(1), 1–12. <https://doi.org/10.1037/mot0000275>
- Feldman, D. B., & Kubota, M. (2015). Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*, 37, 210–216. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2014.11.022>
- Ge, D. (2025). Resilience and online learning emotional engagement among college students in the digital age: A perspective based on self-regulated learning theory. *BMC Psychology*, 13(1), Article 326. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02631-1>
- Goodwin, J., Sitzer, D., & Staples, L. (2025). Adolescents' well-being, resilience, and attitudes to help-seeking: A school-based study. *Journal of Community Psychology*, 53(2), 412–428. <https://doi.org/10.1002/jcop.22914>
- Greco, C., Magnano, P., Platania, S., & Santisi, G. (2025). Assessing the relationship among academic engagement, well-being, and mental health: Featuring university students seeking support at a counselling facility. *Applied Research in Quality of Life*, 20(1), 67–89. <https://doi.org/10.1007/s11482-024-10345-8>
- Hansen, M. J., Palakal, M. J., & White, L. (2024). The importance of STEM sense of belonging and academic hope in enhancing persistence for low-income, Underrepresented STEM Students. *Journal for STEM Education Research*, 7(2), 155–180. <https://doi.org/10.1007/s41979-023-00096-8>
- Indreswari, H., Probawati, D., & Rachmawati, I. (2024). Psychological well-being and student academic burnout. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 7(3), 13. <https://doi.org/10.17977/um001v7i32022p138-149>
- Keshtvarz Kondazi, E., Rezaeifard, A., & Tomaj, A. (2021). The mediating role of academic self-concept in the relationship between academic hope and counterproductive academic behavior. *Journal of Psychology*, 3(25), 490-510. (in Persian) <https://doi.org/20.1001.1.18808436.1400.25.3.6.0>
- Khormae, F., & Kamari, S. (2017). Construction and examine the psychometric characteristics the Academic Hope Scale. *Bi-Quarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 5(8), 15-37. (in Persian) <https://doi.org/10.22084/j.psychogy.2017.9549.1284>
- Kuhro, N. (2024). Study of Classroom Climate, Student Engagement, Self-Efficacy and Learning Experiences: An Analyses Employing Social Cognitive Theory. *Academy of Education and Social Sciences Review*, 4(1), 118-126. <https://doi.org/10.48112/aessr.v4i1.722>
- Kiefer, S. M., & Shim, S. S. (2016). Academic help seeking from peers during adolescence: The role of social goals. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 42, 80–88. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2015.12.002>
- Klimova, B., & Pikhart, M. (2025). Exploring the effects of artificial intelligence on student and academic well-being in higher education: a mini-review. *Frontiers in psychology*, 16, 1498132. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1498132>
- Kline, R. B. (2016). *Methodology in the social sciences: Principles and practice of structural equation modeling* (4th Ed.). New York, NY, US: Guilford Press. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2326083>
- Lourenço, A., Paiva, M., & Valente, S. (2025). The dynamics of self-regulated learning and emotional regulation in the educational path: A theoretical review. *Creative Education*, 16, 632–650. <https://doi.org/10.4236/ce.2025.165039>
- McCabe, M. P., Timms, C., & Kang, Z. (2024). The relationship between university student help-seeking and well-being. *Frontiers in Psychiatry*, 15, 1345621. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1345621>
- Mohammadipour, M., & Rahmati, F. (2016). The predictive role of social adjustment, academic procrastination and academic hope in the high school students' academic burnout. *Interdisciplinary Journal of Education*, 1(1), 35-45. <https://doi.org/20.1001.1.26453460.2016.1.1.3.5>

- Moradi, M., Solimani Khashab, A., Shahabzadeh, S., Sabaghian Baghdad Abad, H., & Dehghani Zadeh, M. H. (2017). Testing for the Factor Structure and Measurement of Internal Consistency of the Irani Version of Academic WellBeing Questionnaire. *Quarterly of Educational Measurement*. 6(24), 251-276 (in Persian) <https://doi.org/10.22054/jem.2017.476.1018>
- Muwonge, C. M., Schiefele, U., Ssenyonga, J., & Kibedi, H. (2017). Determinants of persistence among science teacher-trainees: Examining the role of self-efficacy, task value, and academic hope. *Journal of Science Teacher Education*. 28(6), 522-548. <https://doi.org/10.1080/1046560X.2017.1379860>
- Newman, R. (2010). Encouraging students to seek academic help: The role of the educational therapist. *The Educational Therapist*. 31(2), 8-10. [https://www.drnsnewman.com/storage/app/media/pdf/RNewman\\_S10.pdf](https://www.drnsnewman.com/storage/app/media/pdf/RNewman_S10.pdf)
- Pekrun, W. E. (2024). Control-value theory: from achievement emotion to a general theory of human emotions. *Educational Psychology Review*, 36(1), 45–68. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09765-2>
- Ryan, A. M., & Pintrich, P. R. (1997). Should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescents help seeking in math class. *Journal of Educational Psychology*. 89(2), 329-341. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.89.2.329>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2010). *A beginner's guide to structural equation modeling* (3rd ed.). Routledge/Taylor & Francis Group. <https://psycnet.apa.org/record/2010-14122-000>
- Snyder, C. R. (Ed.). (2000). *Handbook of hope: Theory, measures, and applications*. Academic Press. <https://psycnet.apa.org/record/2000-00296-000>
- Sohrabi, Z., Taherzadeh Gahfaroki, S., Hatampour, E., Mirogeshlag, F. & Mohammadpour, M. (2022). The effect of corona anxiety on academic well-being with respect to the mediating role of academic hope . *Journal of Research in Educational Systems*, 15(55), 165-177(in Persian) <https://doi.org/20.1001.1.23831324.1400.15.55.20.8>
- Taheri-Kharameh, Z., Khalili, Z., Sharafi, H., & Khahan-Yazdi, I. (2024). Academic well-being in medical students: the role of spiritual health and academic hope. *Health Professions Education*. 10(3), 209-213. <https://hpe.researchcommons.org/journal/vol10/iss3/8/>
- Tay J. L. (2022). Online hope intervention on help-seeking attitudes and intentions among young adults in Singapore: A randomized controlled trial and process evaluation. *Archives of psychiatric nursing*, 41, 286–294. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.09.008>
- Tuominen-Soini, H., Salmela-Aro, K., & Niemivirta, M. (2012). Achievement goal orientations and academic well-being across the transition to upper secondary education. *Learning and Individual Differences*. 22(3), 290-305. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2012.01.002>
- Williams, S., & Woodruff-Borden, J. (2015). Parent emotion socialization practices and child self-regulation as predictors of child anxiety: The mediating role of cardiac variability .*Child Psychiatry & Human Development*. 46(4), 512-522. <https://doi.org/10.1007/s10578-014-0492-0>
- Wole, F. T., Negasi, R. D., & Abebe, A. S. (2025). Academic help seeking behavior as a mediator of the relationship between social skill and mathematics achievement among primary school students. *Scientific reports*, 15(1), 19533. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-99014-8>
- Yang, Y., Liu, R. D., Ding, Y., Wang, J., Chen, Y., Zhou, H., & Yang, X. (2025). The influence of competitive and cooperative classroom climate on middle school students' academic help seeking. *Learning and Individual Differences*. 119, 102647. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2025.102647>
- Yavari, H. & Jalili Shishavan, A. (2020). The effectiveness of a brain based learning on everyday memory functioning and academic help seeking of students with learning disability. *Journal of Research in Educational Systems*, 14(51), 175-190. (in Persian) <https://doi.org/20.1001.1.23831324.1399.14.51.10.3>