

### Article Info:

Article Type:  
Research Article

Article history:  
Received December 02, 2025  
Received in revised form  
February 06, 2026  
Accepted March 04, 2026  
Published Online March 27,  
2026

Keywords:  
Academic well-being,  
Grit,  
Character Strengths,  
Students

## Explaining Academic Well-Being Based on Grit: The Mediating Role of Character Strengths among University Students

Moslem Daneshpayeh<sup>1</sup>, Delsa Naderi<sup>2</sup>, farahnaz ghaemi<sup>3</sup>,  
Fatemeh Shahsavari<sup>4</sup>, and Zohre Dortaj<sup>5</sup>

1. Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.. E-mail: [m\\_daneshpayeh@atu.ac.ir](mailto:m_daneshpayeh@atu.ac.ir)
2. Department of Psychology, Faculty of Iranian-Islamic Lifestyle, Islamic Revolution Comprehensive University, Tehran, Iran. E-mail: [delsanaderi@cuir.ac.ir](mailto:delsanaderi@cuir.ac.ir)
3. Corresponding author, Department of Microbiology, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran. E-mail: [fghaemi@iau.ac.ir](mailto:fghaemi@iau.ac.ir)
4. MSc of Counseling and Guidance, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran. E-mail: [fateme.sh1988@gmail.com](mailto:fateme.sh1988@gmail.com)
5. MD, Tehran, Iran. E-mail: [zohrehdrj@gmail.com](mailto:zohrehdrj@gmail.com)

### ABSTRACT

**Objective:** “This study aimed to explain academic well-being based on perseverance with the mediating role of character strengths among university students.”

**Method:** The research was applied in purpose and descriptive-correlational in nature, using structural equation modeling. The statistical population consisted of students in Tehran in 2025, and 408 participants were selected through convenience sampling. Standardized questionnaires assessing perseverance, character strengths, and academic well-being were used as measurement instruments and were distributed online. Data analysis was performed using SPSS version 26 and AMOS version 24. Skewness and kurtosis indices confirmed the normal distribution of data, and the correlation matrix served as the basis for testing the structural model.

**Results:** The findings indicated that perseverance had a significant direct effect on academic well-being, and character strengths significantly mediated the relationship between perseverance and academic well-being.

**Conclusions:** These results suggest that strengthening character-related attributes can enhance the connection between perseverance and students' academic well-being.

**Cite this article:** Danesh Paye, M., Naderi, D., Ghaemi, F., Shahsavari, F., & Dartaj, F. (2026). Explaining Academic Well-Being Based on Grit: The Mediating Role of Character Strengths among University Students. *Journal of Research in Educational Systems*, 20(72), 45-61. <https://doi.org/10.22034/jiera.2026.572820.3445>



© The Author(s)

Publisher: Iranian Educational Research Association

## Introduction

Higher education represents a critical stage in personal and social development, requiring students to adapt to various social, cultural, and academic challenges (Malau Aduli et al., 2021; Mishra & Nargundkar, 2015). As emerging adults transitioning from adolescence, university students face multiple pressures, including academic demands, performance expectations, professional identity formation, and social relationship management (Rhein & Nanni, 2022). Increasingly, universities have emphasized the importance of student well-being, as evidence suggests that promoting well-being can enhance learning engagement, social interaction, academic motivation, and overall academic performance (Glass & Kang, 2019).

Academic well-being, although lacking a single universal definition, is generally regarded as a multidimensional construct encompassing positive emotions, constructive attitudes toward learning, self-satisfaction, and the quality of relationships within the academic environment (Putwain et al., 2019; Shek, 2020; Chai). Beyond emotional aspects, academic well-being also reflects students' capacity to cope effectively with academic challenges, such as managing heavy workloads or disappointing grades (Shafi, 2022). Research has shown that academic well-being is positively associated with learning engagement, academic self-efficacy, positive future orientation, healthy peer relationships, and overall satisfaction with university life (Godfrey et al., 2019; Buerger et al., 2023). Conversely, academic pressures, such as difficult assignments and high-stakes assessments, can undermine students' motivation and well-being, highlighting the protective role of academic well-being in buffering against such stressors (Davis & Hadwin, 2021; Arslan & Allen, 2021).

Among the factors influencing academic well-being, personality and motivational traits, particularly grit, have received considerable attention (Han, 2021). Grit is defined as the combination of passion and perseverance in pursuing long-term goals (Duckworth & Gross, 2014). Empirical studies suggest that

individuals with higher levels of grit demonstrate greater adaptability to academic challenges and experience higher positive affect and academic satisfaction (Obeng, 2025; Datu et al., 2023). Grit has also been identified as a predictor of academic success, sustained performance, and well-being across diverse educational contexts (Eskreis-Winkler et al., 2014; Yu & McLellan, 2020; Zhai, 2023).

As a non-cognitive trait, grit influences not only academic performance but also emotional well-being, potentially amplifying the effects of cognitive and motivational factors on academic outcomes (Steinmayr et al., 2018; Datu et al., 2019; Von Culin et al., 2014). Persistence, goal commitment, and cognitive flexibility, as facets of grit, play a central role in educational success (Lee, 2020; Dinapoli, 2018; Calo et al., 2022). Although grit is dynamic, it can be strengthened through educational interventions and supportive environments, leading to more favorable academic outcomes (Thaler & Koval, 2015; McCain, 2017).

While grit is directly associated with academic success and well-being, positive psychology research indicates that its enduring effects are often mediated through more fundamental internal resources, particularly character strengths (Wagner et al., 2020; Park et al., 2004). Character strengths are defined as a set of personal virtues shaped by individual values, promoting flexible adaptation to challenges and enhancing well-being (Park et al., 2004; Dela-Fuente et al., 2022). These strengths encompass cognitive, emotional, and behavioral processes, contributing to stable patterns of thought, feeling, and behavior, and facilitating optimal functioning (Bleidorn et al., 2022; Arboln et al., 2022; Baum et al., 2019).

Empirical evidence links character strengths with cognitive and academic performance, learning engagement, and career readiness, while also serving as psychological and ethical buffers (Wagner et al., 2020; Tang et al., 2019). Emphasizing character strengths in higher education settings further supports students' personal growth, resilience in facing academic challenges, and preparedness for professional life

(Anderson & Maguire, 2024; Green & Karuppanan, 2025). Studies have also demonstrated a positive association between grit and character strengths, suggesting that these strengths may mediate the relationship between grit and academic well-being (Bolier et al., 2021; Bäckler, 2020).

Despite extensive research on the independent roles of grit and character strengths in academic performance, few studies have examined the underlying mechanisms connecting these constructs. In particular, the mediating role of character strengths in the relationship between grit and academic well-being—a key indicator of university students' quality of life—remains underexplored, especially in non-Western cultural contexts. This research gap highlights the need for studies that can comprehensively examine the psychological pathways through which grit influences academic well-being.

Accordingly, the present study aims to investigate the relationship between grit and students' academic well-being, with a focus on the mediating role of character strengths. The study hypotheses are as follows:

- Grit is positively associated with students' academic well-being.
- Character strengths mediate the relationship between grit and academic well-being

## Method

The present study was conducted using a descriptive-correlational design, and structural equation modeling (SEM) was employed to examine the proposed relationships. The study population consisted of university students in Tehran during the 1404 academic year. Using a convenience sampling method, a total of 408 students were selected as participants. Considering the requirements of SEM and multivariate analysis, sample size was determined based on the number of questionnaire items, following Hir et al. (2010), who recommend at least 5 to 10 participants per estimated parameter. To account for potential incomplete responses, 420 questionnaires

were initially distributed. After data collection, 12 incomplete responses were excluded, resulting in 408 valid questionnaires. The sample comprised 60% female and 40% male students. Regarding age, 46.3% were 18–25 years old, 41.7% were 26–30 years old, and 12% were 31 years or older. In terms of educational level, 50.7% held a master's degree, 41.2% a bachelor's degree, and 8.1% a doctoral degree.

Data were collected online through electronic questionnaires distributed via social networks, class groups, and communication channels. Participation was voluntary, and all participants provided informed consent. Ethical guidelines were strictly followed to protect participants' rights and personal data. The study tools included the Short Grit Scale (Grit-S; Duckworth et al., 2007), which consists of 17 items measuring perseverance and consistency of interests on a 5-point Likert scale, with higher scores indicating greater grit (Cronbach's  $\alpha = 0.84$ ); the Academic Well-Being Scale (Pietarinen et al., 2014), an 11-item unidimensional scale assessing students' perceived well-being in educational settings using a 5-point Likert scale (Cronbach's  $\alpha = 0.76$ ); and the Character Strengths Questionnaire (Peterson & Seligman, 2004), consisting of 24 items across six dimensions—wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, temperance, and transcendence—rated on a 5-point Likert scale (Cronbach's  $\alpha = 0.87$ ). All instruments had previously established validity and reliability.

Descriptive statistics were computed using SPSS version 26, and SEM analyses were conducted using AMOS version 24 to test the hypothesized relationships among grit, character strengths, and academic well-being. The flow of participants was documented, and all 408 participants completed the study according to the protocol

## Results

kurtosis, are presented in Table 1. The results indicate appropriate data dispersion, and skewness and kurtosis values suggest that the data were normally distributed. Correlation analysis, which forms the basis for testing structural models, was conducted prior to

examining the theoretical model. As shown in Table 2, there were significant positive correlations between grit and academic well-being, as well as between grit and the dimensions of character strengths, with the exception of justice, which did not show a significant correlation with grit. These results confirm the assumption of correlation between variables.

The model fit indices for the proposed structural model are presented in Table 3. According to the criteria suggested by Geffen et al. (2000), the tested model demonstrated a good fit with the collected data. The root mean square error of approximation (RMSEA) was 0.068, and the normed chi-square (CMIN/df) was 2.504, both indicating acceptable model fit. Other indices, including GFI (0.96), NFI (0.94), CFI (0.94), IFI (0.94), and TLI (0.91), also supported the suitability of the proposed model.

Structural equation modeling was conducted to examine the relationships among grit, character strengths, and academic well-being, and the standardized path coefficients are shown in Table 4 and Figure 2. The direct effect of grit on academic well-being was significant ( $\beta = 0.189$ ,  $t = 4.167$ ,  $p < 0.01$ ). Among the dimensions of character strengths, knowledge ( $\beta = 0.453$ ,  $t = 8.729$ ,  $p < 0.01$ ), courage ( $\beta = 0.621$ ,  $t = 10.173$ ,  $p < 0.01$ ), humanity ( $\beta = 0.158$ ,  $t = 3.069$ ,  $p < 0.01$ ), temperance ( $\beta = 0.532$ ,  $t = 9.037$ ,  $p < 0.01$ ), and transcendence ( $\beta = 0.471$ ,  $t = 9.239$ ,  $p < 0.01$ ) had significant positive effects on grit. The direct effects of character strengths on academic well-being were also significant for knowledge ( $\beta = 0.139$ ,  $t = 2.969$ ,  $p < 0.01$ ), courage ( $\beta = 0.139$ ,  $t = 2.621$ ,  $p < 0.01$ ), humanity ( $\beta = 0.220$ ,  $t = 5.299$ ,  $p < 0.01$ ), temperance ( $\beta = 0.175$ ,  $t = 3.366$ ,  $p < 0.01$ ), and transcendence ( $\beta = 0.102$ ,  $t = 2.063$ ,  $p < 0.05$ ).

To estimate indirect effects and test their significance, the bootstrap method was applied in AMOS. As shown in Table 5, character strengths acted as a significant mediator in the relationship between grit and academic well-being ( $\beta = 0.325$ ,  $p < 0.01$ , 95% CI [0.248, 0.414]), indicating that the effect of grit on academic well-being is partially transmitted through students' character strengths

## Conclusions

The purpose of the present study was to examine students' academic well-being based on the structural relationships between perseverance and character strengths. The results obtained from structural equation modeling indicated that the proposed model demonstrated an acceptable fit with the collected data. The findings showed that perseverance had a positive and significant direct effect on students' academic well-being. In addition, character strengths played a significant mediating role in the relationship between perseverance and academic well-being.

The hypothesis testing results revealed that higher levels of perseverance were associated with greater academic well-being, indicating that students who persist in pursuing long-term academic goals experience higher levels of satisfaction, meaning, and positive engagement in their educational environment. Furthermore, the findings highlighted the importance of character strengths in translating perseverance into positive academic experiences. Students with higher perseverance were more likely to activate character strengths such as self-regulation, curiosity, hope, and love of learning, which in turn enhanced their academic well-being.

The practical significance of these findings lies in understanding how fostering perseverance and character strengths can improve students' academic well-being. Educators, counselors, and university administrators can use these insights to design interventions and educational programs aimed at strengthening students' perseverance and character strengths, thereby promoting psychological well-being and academic success.

Despite its contributions, the study has certain limitations. The use of self-report questionnaires may have introduced response biases, and the cross-sectional design limits causal interpretations. Additionally, the sample was restricted to university students, which may limit the generalizability of the findings. Future research is recommended to employ longitudinal or experimental designs, include more diverse samples, and explore additional mediating or

moderating variables that may influence academic well-being.

All authors contributed equally to the conceptualization of the article and writing of the original and subsequent drafts.

#### ***Data Availability Statement***

The data supporting the findings of this study are available from the corresponding author upon reasonable request. Data available on request from the authors.

#### ***Acknowledgements***

The authors would like to thank all participants in the present study.

#### ***Ethical Considerations***

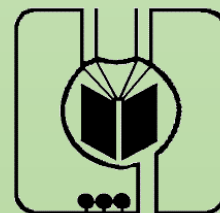
The authors avoided data fabrication, falsification, plagiarism, and misconduct.

#### ***Funding***

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

#### ***Conflict of Interest***

The authors declare no conflict of interest.



## پژوهش در

## نظام‌های آموزشی

دوره ۲۰، شماره ۷۲، ۱۴۰۵  
ص ۴۵-۶۱

شاپا (چاپی): ۱۳۲۴-۲۳۸۳

شاپا (الکترونیکی): ۲۳۴۱-۲۷۸۳

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

### درباره مقاله

#### نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

#### تاریخچه مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۸/۰۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۱۱/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۲/۱۳

تاریخ انتشار: ۱۴۰۵/۰۱/۰۷

#### واژه‌های کلیدی:

بهبودی تحصیلی،  
پشتکار،  
توانمندی های منش،  
دانشجویان

# تبیین بهزیستی تحصیلی بر اساس پشتکار با نقش میانجی توانمندی های منش در دانشجویان

مسلم دانش پایه<sup>۱</sup>، دلسا نادری<sup>۲</sup>، فرحناز قائمی<sup>۳</sup>، فاطمه شهسواری<sup>۴</sup>، و زهره درتاج<sup>۵</sup>

۱. گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روان شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران. رایانامه: [m\\_daneshpayeh@atu.ac.ir](mailto:m_daneshpayeh@atu.ac.ir)

۲. گروه روانشناسی، دانشکده سبک زندگی ایرانی اسلامی، دانشگاه جامع انقلاب اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: [delsanaderi@cuir.ac.ir](mailto:delsanaderi@cuir.ac.ir)

۳. نویسنده مسئول، گروه زیست شناسی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران. رایانامه: [fghaemi@iau.ac.ir](mailto:fghaemi@iau.ac.ir)

۴. کارشناسی ارشد، مشاوره و راهنمایی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران. رایانامه: [fateme.sh1988@gmail.com](mailto:fateme.sh1988@gmail.com)

۵. پزشک، تهران، ایران. رایانامه: [zohrehdrj@gmail.com](mailto:zohrehdrj@gmail.com)

## چکیده

**هدف:** این پژوهش با هدف تبیین بهزیستی تحصیلی بر اساس پشتکار با نقش میانجی توانمندی های منش در میان دانشجویان انجام شد.

**روش:** روش تحقیق از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل دانشجویان شهر تهران در سال ۱۴۰۴ بود و با نمونه گیری در دسترس، ۴۰۸ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه های استاندارد پشتکار، توانمندی های منش و بهزیستی تحصیلی بود که به صورت آنلاین در اختیار شرکت کنندگان قرار گرفت. داده ها با روش معادلات ساختاری و با استفاده از نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ تحلیل شدند.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد پشتکار اثر مستقیم و معناداری بر بهزیستی تحصیلی دارد ( $\beta=0/189$ ،  $p<0/01$ ). ابعاد توانمندی های منش شامل دانش ( $\beta=0/453$ )، شجاعت ( $\beta=0/621$ )، انسانیت ( $\beta=0/158$ )، اعتدال ( $\beta=0/532$ ) و تعالی ( $\beta=0/471$ ) اثر مثبت و معناداری بر پشتکار داشتند ( $p<0/01$ ) و این ابعاد همچنین اثر مستقیم و معناداری بر بهزیستی تحصیلی نشان دادند ( $0/102 \leq \beta \leq 0/220$ ،  $p<0/05$ ). افزون بر این، اثر غیرمستقیم پشتکار بر بهزیستی تحصیلی از طریق توانمندی های منش معنادار بود ( $\beta=0/325$ ،  $p<0/01$ ) که بیانگر میانجی گری جزئی این متغیر است.

**نتیجه گیری:** یافته های پژوهش نشان داد پشتکار هم به صورت مستقیم و هم به طور غیرمستقیم از طریق توانمندی های منش بر بهزیستی تحصیلی دانشجویان اثرگذار است. توانمندی های منش نقش سازوکار تبیینی را در تبدیل پشتکار به تجربه های تحصیلی مثبت ایفا می کنند. از این رو، تقویت هم زمان پشتکار و توانمندی های منش می تواند راهبردی مؤثر برای ارتقای بهزیستی روان شناختی و موفقیت تحصیلی دانشجویان باشد.

**استناد به این مقاله:** دانش پایه، م، نادری، د، قائمی، ف، شهسواری، ف، و درتاج، ف. (۱۴۰۵). تبیین بهزیستی تحصیلی بر اساس پشتکار

با نقش میانجی توانمندی های منش در دانشجویان. پژوهش در نظام های آموزشی، ۲۰(۷۲)، ۴۵-۶۱

<https://doi.org/10.22034/jiera.2026.572820.3445>

ناشر: انجمن پژوهش های آموزشی ایران

© نویسندگان



## مقدمه

تحصیلات دانشگاهی مرحله ای تعیین کننده در مسیر رشد فردی و اجتماعی است که مستلزم سازگاری با تغییرات تحصیلی، اجتماعی و هویتی است (Malau Aduli et al., 2021؛ Mishra & Nargundkar., 2015). دانشجویان در این دوره با فشارهای عملکردی، انتظارات پیشرفت، شکل گیری هویت حرفه ای و مدیریت روابط اجتماعی مواجه اند (Rhein & Nanni., 2022). در چنین بستری، توجه به بهزیستی تحصیلی اهمیت ویژه ای یافته است؛ زیرا شواهد نشان می دهد ارتقای بهزیستی با رشد علمی، تعامل اجتماعی، انگیزش یادگیری و عملکرد تحصیلی مرتبط است (Glass & Kang, 2019).

بهزیستی تحصیلی سازه ای چندبُعدی است که تجربه هیجان های مثبت، نگرش سازنده به یادگیری، رضایت از خود و کیفیت روابط در محیط آموزشی را دربرمی گیرد (Putwain et al., 2019؛ Shek & Chai., 2020). این مفهوم علاوه بر جنبه های عاطفی، توانایی دانشجویان در مواجهه مؤثر با فشارهای تحصیلی و مدیریت چالش های روزمره یادگیری را نیز شامل می شود (Shafi., 2022). پژوهش ها نشان داده اند که بهزیستی تحصیلی با اشتیاق به یادگیری، اعتماد تحصیلی، تکالیف دشوار، نگرش مثبت به آینده و رضایت از زندگی دانشگاهی ارتباط دارد (Godfrey et al., 2019؛ Buerger et al., 2023؛ Davis & Hadwin., 2021) و در برابر فشارهای ارزیابی محور نقش محافظتی ایفا می کند (Arslan & Allen., 2021).

در میان عوامل فردی مؤثر بر بهزیستی تحصیلی، ویژگی های انگیزشی غیرشناختی، به ویژه پشتکار، مورد توجه قرار گرفته اند (Han., 2021). پشتکار ترکیبی از پایداری در تلاش و ثبات علایق در مسیر اهداف بلندمدت است (Duckworth et al., 2007؛ Duckworth & Gross., 2014). در این چهارچوب، پشتکار نه تنها یک منش مستقل، بلکه عاملی تسهیل کننده برای رشد مجموعه ای از منابع درونی فرد تلقی می شود (Griffiths, 2017؛ Disabato et al., 2019؛ García-Álvarez et al., 2024).

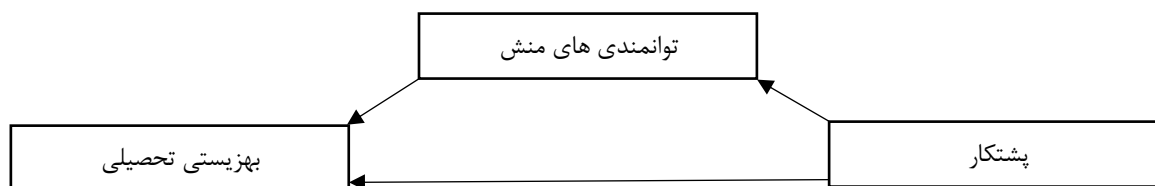
پژوهش های متعدد نشان داده اند که پشتکار با موفقیت تحصیلی، عملکرد پایدار و شاخص های مختلف بهزیستی رابطه مثبت دارد (Eskreis-Winkler et al., 2014؛ Steinmayr et al., 2018؛ Datu et al., 2019؛ Zhai., 2023؛ Yu & Mclellan., 2020). دانشجویان دارای پشتکار بالا در مواجهه با موانع تحصیلی سازگاری بیشتری نشان داده و هیجان های مثبت تر و رضایت تحصیلی بالاتری را تجربه می کنند (Datu et al., 2023؛ Steinmayr et al., 2018).

با وجود این شواهد، تبیین اینکه پشتکار چگونه به بهزیستی تحصیلی منجر می شود، نیازمند توجه به سازوکارهای واسطه ای است. در این راستا، چهارچوب روان شناسی مثبت ظرفیت تبیینی مهمی فراهم می آورد. در طبقه بندی ارزش ها در عمل، توانمندی های منش به عنوان مجموعه ای از ۲۴ ظرفیت شخصیتی سازمان یافته در شش فضیلت بنیادی معرفی شده اند (Peterson & Seligman., 2004). این توانمندی ها الگوهای نسبتاً پایدار ادراک، تنظیم هیجان و رفتار را شکل داده و با شاخص های عملکرد تحصیلی، درگیری تحصیلی و بهزیستی ارتباط معنادار دارند (Park et al., 2004؛ Wagner et al., 2020؛ Dela-Fuente et al., 2022). اگرچه برخی هم پوشانی های مفهومی میان پشتکار و برخی ابعاد توانمندی های منش وجود دارد، پژوهش های ساختاری نشان می دهد این دو سازه از نظر ماهیت انگیزشی و دامنه کارکرد روان شناختی متمایزند (Wagner et al., 2020؛ Datu et al., 2019). پشتکار عمدتاً به پایداری هدف محور اشاره دارد، در حالی که توانمندی های منش دامنه گسترده تری از منابع شناختی، هیجانی و اخلاقی را شامل می شوند که کیفیت تجربه فرد در موقعیت های تحصیلی را تنظیم می کنند (Peterson & Seligman., 2004).

نقش میانجی توانمندی های منش را می توان در پرتو نظریه «گسترش و ساخت» بررسی کرد (Fredrickson., 2001/ 2013). بر اساس این نظریه، تجربه های موفقیت آمیز ناشی از تلاش پایدار، هیجان های مثبت را افزایش داده و این هیجان ها به ساخت منابع شخصی پایدار منجر می شوند. این منابع می توانند در قالب توانمندی های منش تجلی یابند و در نهایت به ارتقای بهزیستی بینجامند. بر اساس نظریه شکوفایی سلیگمن بهزیستی حاصل تعامل هیجان های مثبت، درگیری، معنا، روابط و دستاورد است. پشتکار با مؤلفه های درگیری و دستاورد مرتبط دانسته شده (Duckworth & Gross., 2014)، در حالی که توانمندی های منش با دامنه گسترده تری از مؤلفه های شکوفایی پیوند دارند (Wagner et al., 2020).

بر این اساس، می توان استدلال کرد که پشتکار از طریق تقویت و فعال سازی منابع چندبُعدی شخصیت، یعنی توانمندی های منش، زمینه تجربه جامع تری از بهزیستی تحصیلی را فراهم می آورد. از این منظر، بررسی نقش میانجی توانمندی های منش می تواند تبیین نظری منسجم تری از رابطه میان پشتکار و بهزیستی تحصیلی ارائه دهد. این خلاً پژوهشی ضرورت انجام مطالعاتی را برجسته می سازد که بتوانند مسیرهای روان شناختی اثرگذاری پشتکار بر بهزیستی تحصیلی را به صورت یکپارچه تبیین کنند.

با وجود پژوهش های پیشین که به بررسی رابطه پشتکار و بهزیستی تحصیلی پرداخته اند، نقش سازوکارهای روان شناختی این ارتباط، به ویژه توانمندی های منش، کمتر مورد توجه قرار گرفته است. مطالعه حاضر با آزمون مدل ساختاری جامع، نه تنها اثر مستقیم پشتکار بر بهزیستی تحصیلی را بررسی می کند، بلکه نقش میانجی توانمندی های منش را نیز مورد تحلیل قرار می دهد. این رویکرد یکپارچه، سازوکار روان شناختی ارتباط بین پشتکار و بهزیستی تحصیلی را روشن می سازد و بدین ترتیب به فهم عمیق تر و کاربردی تر این رابطه، در محیط های آموزشی کمک می کند. بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین پشتکار با بهزیستی تحصیلی دانشجویان با نقش میانجی توانمندی های منش انجام شد.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

### روش

روش پژوهش از نوع پژوهش همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش، شامل دانشجویان شهر تهران در سال ۱۴۰۴ بود و با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۴۰۸ دانشجو به عنوان نمونه انتخاب شدند.

با توجه به ماهیت پژوهش و بهره گیری از روش معادلات ساختاری، تعیین حجم نمونه بر اساس نسبت تعداد ماده‌ها اهمیت دارد. مطابق با دیدگاه Hir و دیگران، (2010) در تحلیل های چندمتغیره و مدل یابی معادلات ساختاری، به طور معمول برای هر پارامتر اندازه گیری شده حداقل ۵ تا ۱۰ نمونه لازم است. همچنین حجم نمونه کمتر از ۱۰۰ نفر برای SEM مناسب تلقی نمی شود و داشتن ۲۰۰ نمونه یا بیشتر برای دستیابی به برآوردهای پایدار و نتایج قابل اعتماد توصیه می شود. به منظور پیشگیری از کمبود داده های معتبر و با در نظر گرفتن احتمال ناقص بودن برخی پرسشنامه ها، در مجموع ۴۲۰ پرسشنامه، بین افراد توزیع شد. پس از گردآوری، ۱۲ پرسشنامه به دلیل نقص کنار گذاشته شده و در آخر، ۴۰۸ پرسشنامه سالم و قابل استفاده وارد مرحله تحلیل شد.

نمونه پژوهش شامل ۴۰۸ نفر از شرکت کنندگان بود که از این تعداد، ۶۰ درصد زن و ۴۰ درصد مرد بودند. از نظر سنی، بیشترین فراوانی به گروه های سنی ۱۸ تا ۲۵ سال (۳/۴۶ درصد) و ۲۶ تا ۳۰ سال (۷/۴۱ درصد) اختصاص داشت و تنها ۱۲ درصد از افراد در سنین ۳۱ سال و بالاتر قرار داشتند. از نظر مقطع تحصیلی، ۷/۵۰ درصد از شرکت کنندگان دارای مدرک کارشناسی ارشد، ۲/۴۱ درصد کارشناسی و ۱/۸ درصد دکتری بودند. جمع آوری اطلاعات به صورت آنلاین انجام شد و پرسشنامه الکترونیکی از طریق شبکه های اجتماعی، گروه ها و کانال های ارتباطی مختلف در اختیار داوطلبان قرار گرفت. مشارکت کنندگان با اختیار کامل در مطالعه شرکت کرده و پرسشنامه ها را تکمیل کردند. شرایط ورود به مطالعه شامل رضایت آگاهانه، مشارکت داوطلبانه و تکمیل دقیق پرسشنامه بود. موارد ناقص یا افرادی که از ادامه همکاری منصرف شدند از تحلیل حذف شدند.

مقیاس پشتکار و پایداری فرم کوتاه<sup>۱</sup> (Duckworth et al, 2007) دارای ۸ ماده بود و هدف آن سنجش پشتکار از ابعاد مختلف است. نمره گذاری پرسشنامه به صورت طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است. امتیازات کلی بالاتر نشان دهنده پشتکار بالاتر است. در پژوهش Duckworth و دیگران

1. Short Grit Scale (Grit-S)

(2007) به منظور بررسی روایی سازه مقیاس از روش تحلیل عاملی استفاده شد روایی این مقیاس مورد تأیید قرار گرفت. پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

پرسشنامه بهزیستی تحصیلی<sup>۲</sup> (Pietarinen et al, 2014) دارای یازده ماده است. این پرسشنامه تک مؤلفه‌ای است و بر مبنای مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای، بهزیستی را می‌سنجد. بهزیستی تحصیلی شامل میزان احساس امنیت و سلامتی دانشجویان از محیط آموزشی است و احساس آنها از اینکه مدارسشان چه میزان منطقی هستند (مهنا و طالع پسند، ۱۳۹۵). در پژوهش (مهنا و طالع پسند، ۱۳۹۵) پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۰ به دست آمد. پایایی این پرسشنامه، در مطالعه حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

سیاهه توانمندی‌های منش<sup>۳</sup> (Peterson & Seligman, 2004) به منظور سنجش توانمندی‌های منش طراحی و تدوین شده است. این سیاهه دارای ۲۴ ماده و ۶ مؤلفه دانش و خرد، شجاعت، انسان دوستی، عدالت، اعتدال، و تعالی است و بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای به سنجش توانمندی‌های منش می‌پردازد. میزان روایی این سیاهه در پژوهش شاهنگیان و دیگران (۱۳۹۳) با روش تحلیل عاملی تأییدی ۰/۷۸ و میزان پایایی آن با روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ به دست آمده است. مک گراث و واکر (۲۰۱۶) بیان کردند که میانگین همبستگی بین مقیاس اصلی و مقیاس قوا اصلاح شده ۰/۸۲ است (دامنه = ۰/۷۰ تا ۰/۹۲). پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۸۷ به دست آمد. تحلیل‌ها با استفاده از معادلات ساختاری و نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و AMOS نسخه ۲۴ انجام گرفت.

### یافته‌ها

در جدول ۱ شاخص‌های پراکندگی و نتایج آزمون چولگی و کشیدگی برای بررسی نرمال بودن داده‌ها گزارش شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی در متغیرها پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
بهزیستی تحصیلی	۳۷/۴۴	۴/۱۸۴	۰/۳۱۱	-۰/۷۸۳
پشتکار	۳۱/۹۴	۳/۷۶۹	-۰/۴۸۷	-۰/۲۲۴
دانش	۱۹/۲۷	۱/۳۸۱	-۱/۱۰۵	۱/۲۴۱
شجاعت	۱۵/۰۹	۱/۸۴۸	-۰/۶۰۵	۰/۲۲۸
انسان دوستی	۱۱/۲۳	۱/۳۷۶	-۰/۷۵۱	۰/۰۴۱
عدالت	۱۱/۳۳	۱/۱۷۲	-۰/۷۸۰	۰/۰۱۵
اعتدال	۱۵/۳۷	۱/۵۶۶	-۰/۶۹۷	۱/۱۸۴
تعالی	۱۹/۴۲	۱/۵۴۷	-۰/۵۲۳	۰/۴۶۹

شاخص‌های میانگین و انحراف استاندارد متغیرها نشانگر پراکندگی مناسب داده‌ها و شاخص‌های چولگی و کشیدگی حاکی از طبیعی بودن توزیع‌اند. ماتریس همبستگی مبنای تجزیه و تحلیل مدل‌های علی، به ویژه تحلیل مدل است، بنابراین قبل از پرداختن به آزمون الگوی نظری، ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش همراه با ضرایب همبستگی و سطوح معناداری آن‌ها در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. بهزیستی تحصیلی								
۲. پشتکار	۰/۵۰**							
۳. دانش	۰/۴۴**	۰/۴۵**						
۴. شجاعت	۰/۴۹**	۰/۶۲**	۰/۴۶**					
۵. انسان دوستی	۰/۳۷**	۰/۱۶**	۰/۲۰*	۰/۲۴**				
۶. عدالت	۰/۱۴**	۰/۰۵۸	۰/۲۱**	۰/۳۳**	۰/۲۶**			
۷. اعتدال	۰/۴۷**	۰/۵۳**	۰/۴۰**	۰/۳۷**	۰/۲۵**	۰/۱۹**		
۸. تعالی	۰/۴۳**	۰/۴۶**	۰/۳۹**	۰/۳۹**	۰/۳۶**	۰/۳۷**	۰/۵۴**	۱

$p < ۰/۰۱**$

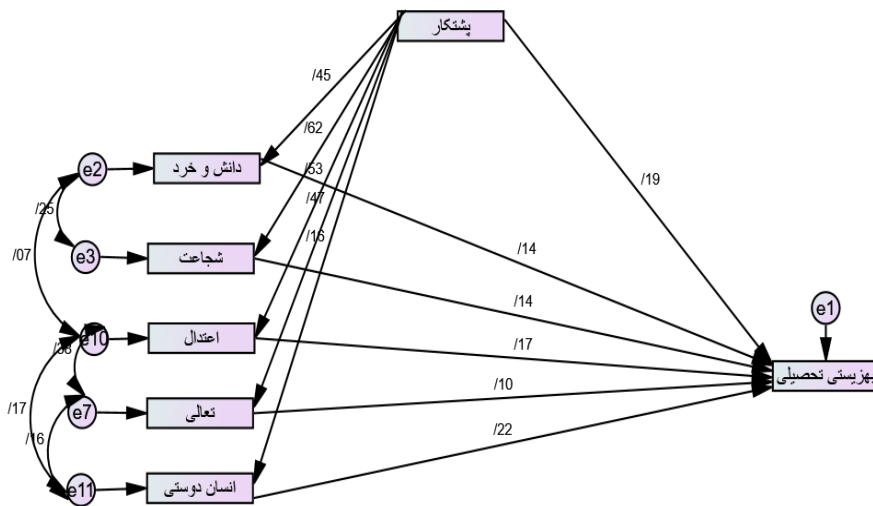
2. Academic Well-Being Questionnaire  
3. VIA Inventory of Strengths (VIA-IS)

با توجه به جدول ۲ رابطه بین پشتکار و توانمندی‌های منش با بهزیستی تحصیلی در سطح ۰/۰۱ مثبت و معنا دارست. همچنین بین پشتکار و ابعاد توانمندی‌های منش رابطه مثبت و معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد و تنها بُعد عدالت با پشتکار رابطه معناداری نداشت که از مدل کنار گذاشته شد. لذا پیش فرض همبستگی بین متغیرها هم رعایت شده است. در جدول ۳ شاخص‌های برازش مدل آزمون شده گزارش شده اند که با توجه به معیارهایی که Geffen و دیگران (2000) طرح کرده اند، مدل آزمون شده کل برازش مناسبی با داده‌های گردآوری شده دارد.

جدول ۳. شاخص‌های برازش الگوی پیشنهادی فرضیات پژوهش

شاخص	CMIN/df	GFI	NFI	RMSEA	CFI	IFI	TLI
حداقل قابل قبول	$\leq 3$	$> 90$	$> 90$	$\leq 0.08$	$> 90$	$> 90$	$> 90$
مقدار گزارش شده	۲/۵۰۴	۰/۹۶	۰/۹۴	۰/۰۶۸	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۱

جدول ۳ نشان دهنده مناسب بودن الگوی پیشنهادی پژوهش است، به طوری که مقدار ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (۰/۰۶۸) است و مقدار کای اسکور بهنجار (۲/۵۰۴) است و مقدار شاخص نیکویی برازش (۰/۹۴) است. سایر شاخص‌ها برای برازش الگوی پیشنهادی پژوهش نیز در جدول آمده است که همگی نشان دهنده برازش مناسب مدل هستند. جهت بررسی رابطه بین متغیرها مدل ساختاری اجرا شد. نتایج در جدول ۴ و شکل ۲ نشان داده شده است.



شکل ۲. مدل ساختاری بهزیستی تحصیلی دانشجویان بر اساس پشتکار با نقش واسطه‌ای توانمندی‌های منش

جدول ۴. ضرایب استاندارد متغیرهای پژوهش

مسیرها	$\beta$	t	p
پشتکار ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۸۹	۴/۱۶۷	۰/۰۰۱
پشتکار ← دانش	-۰/۴۵۳	۸/۷۲۹	۰/۰۰۱
پشتکار ← شجاعت	-۰/۶۲۱	۱۰/۱۷۳	۰/۰۰۱
پشتکار ← انسان دوستی	-۰/۱۵۸	۳/۰۶۹	۰/۰۰۲
پشتکار ← اعتدال	-۰/۵۲۲	۹/۰۳۷	۰/۰۰۱
پشتکار ← تعالی	-۰/۴۷۱	۹/۲۳۹	۰/۰۰۱
دانش ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۳۹	۲/۹۶۹	۰/۰۰۳
شجاعت ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۳۹	۲/۶۲۱	۰/۰۰۹
انسان دوستی ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۲۲۰	۵/۲۹۹	۰/۰۰۱
اعتدال ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۷۵	۳/۳۶۶	۰/۰۰۱
تعالی ← بهزیستی تحصیلی	-۰/۱۰۲	۲/۰۶۳	۰/۰۳۹

نتایج جدول ۴ و شکل ۲ مسیرهای مدل و میزان معناداری هر کدام را نشان می دهد. یکی از ویژگی های روش تحلیل مدل، برآورد اثرات غیرمستقیم متغیرها بر یکدیگر است. برای برآورد و تعیین معناداری مسیرهای غیرمستقیم از دستور بوت استرپ در نرم افزار Amos استفاده شد.

جدول ۵. برآورد مسیرهای غیرمستقیم موجود در مدل با استفاده از بوت استرپ

مسیرها	مقدار	سطح معناداری	حد پایین	حد بالا
پشتکار ← توانمندی های منش ← بهزیستی تحصیلی	۰/۳۲۵	۰/۰۰۱	۰/۲۴۸	۰/۴۱۴

طبق جدول ۵، حد پایین و بالا و فاصله اطمینان توانمندی های منش به عنوان متغیر میانجی بین پشتکار و بهزیستی تحصیلی به ترتیب (۰/۲۴۸) و (۰/۴۱۴) ( $p < ۰/۰۰۱$ )، به دست آمد. بنابراین با توجه به سطح اطمینان ( $p < ۰/۰۵$ )، توانمندی های منش، بین پشتکار و بهزیستی تحصیلی دارای نقش میانجی است.

### نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی ارتباط میان بهزیستی تحصیلی و پشتکار دانشجویان، با در نظر گرفتن نقش میانجی مؤلفه های توانمندی منش، انجام شد. نتایج تحلیل معادلات ساختاری نشان داد که مدل فرضی تحقیق برازش مناسبی با داده های نمونه دارد. به بیان دیگر، توانمندی های منش نقش میانجی بین بهزیستی تحصیلی و پشتکار دانشجویان را ایفا می کند.

این پژوهش با هدف بررسی ارتباط میان پشتکار و بهزیستی تحصیلی دانشجویان با نقش میانجی توانمندی های منش انجام شد. نتایج نشان داد پشتکار اثر مستقیم و معناداری بر بهزیستی تحصیلی دارد. این یافته با پژوهش های Han (2021)، Datu و دیگران (2023)، Von Culin و Okur (2014)، Tsukayama (2014) و دیگران (2025)، Abdul Rahman و Noor (2022)، Yu و McLellan (2020)، و Obeng و دیگران (2025) همسو است که نشان داده اند پشتکار با شاخص های مختلف بهزیستی و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت دارد. از منظر نظری، پشتکار به عنوان ترکیبی از ثبات علاقه و پایداری در تلاش، موجب تداوم درگیری تحصیلی، تنظیم هیجان در مواجهه با شکست و حفظ جهت گیری هدف محور می شود (Duckworth et al., 2007; Duckworth, 2016). این ویژگی نه تنها استمرار رفتاری ایجاد می کند، بلکه با افزایش تجربه پیشرفت و معنا در فعالیت های آموزشی، احساس کارآمدی و جهت مندی تحصیلی را تقویت می کند (Seligman, 2011; Datu et al., 2023). بنابراین، اثر مستقیم پشتکار را می توان ناشی از سازوکارهای انگیزشی و هدف محور دانست که تجربه دستاورد و درگیری تحصیلی را افزایش می دهند.

در خصوص نقش میانجی، یافته ها نشان داد توانمندی های منش رابطه میان پشتکار و بهزیستی تحصیلی را به طور معناداری تبیین می کنند. این نتیجه با پژوهش های Duan و Bu (2019)، Karppanen و Green (2022)، García-Alvarez و دیگران (2024)؛ Disabato و دیگران (2019)؛ طاهری و دیگران (۱۳۹۹)؛ Uusiautti و دیگران (2022)؛ سهرابی و دیگران (۱۴۰۲) و Vázquez-Marín و دیگران (2022) همسو است که نشان داده اند توانمندی های منش می توانند به عنوان مکانیسم های انتقال دهنده اثر ویژگی های شخصیتی بر پیامدهای بهزیستی عمل کنند. بر اساس چهارچوب نظری توانمندی های منش اصلی شامل دانش و خرد، شجاعت، اعتدال و انسان دوستی منابع پایدار شخصیت اند که به سازگاری روان شناختی کمک می کنند. این فضایل ظرفیت آن را دارند که انرژی انگیزشی ناشی از پشتکار را در مسیرهای سازگارانه هدایت کنند. به بیان دیگر، پشتکار زمانی به بهزیستی تحصیلی پایدار منجر می شود که در بستر این منابع منش محور سازمان دهی شود. برای مثال، دانش و خرد به تفسیر یادگیرانه شکست ها کمک می کند؛ شجاعت مواجهه فعال با دشواری ها را تسهیل می کند؛ اعتدال از فرسودگی ناشی از تلاش افراطی جلوگیری می کند؛ و انسان دوستی از طریق تقویت روابط حمایتی، احساس تعلق دانشگاهی را افزایش می دهد (Duan & Bu, 2019; Wagner et al., 2020). مکانیسم این میانجی گری را می توان در چهارچوب نظریه گسترش و ساخت هیجان های مثبت نیز تبیین کرد بر اساس این نظریه، تجربه پیشرفت ناشی از تلاش پایدار می تواند هیجان های مثبت را افزایش دهد و این هیجان ها به گسترش منابع شناختی، اجتماعی و شخصیتی منجر می شوند (Fredrickson, 2001, 2013). در این چهارچوب، پشتکار از طریق ایجاد تجربه های موفقیت آمیز و معنادار، زمینه تقویت فضایل منش را فراهم می کند و این فضایل به عنوان منابع پایدار، کیفیت تجربه تحصیلی را ارتقا می دهند. همچنین این یافته ها با مدل شکوفایی قابل تبیین است که نشان می دهد پشتکار عمدتاً با مؤلفه های درگیری و دستاورد مرتبط است، در حالی که توانمندی های منش

به تقویت معنا، روابط مثبت و تجربه هیجان های مثبت کمک می کنند. بنابراین تعامل این دو سازه، ساختاری چندبعدی برای ارتقای بهزیستی تحصیلی فراهم می سازد (Seligman, 2011).

معناداری هم زمان اثر مستقیم و غیرمستقیم بیانگر آن است که توانمندی های منش نقش میانجی گری جزئی دارند؛ به این معنا که بخشی از اثر پشتکار از طریق سازوکارهای انگیزشی مستقیم و بخشی دیگر از طریق تقویت منابع منش محور منتقل می شود. این تبیین نشان می دهد که بهزیستی تحصیلی حاصل تعامل پویا میان ویژگی های انگیزشی و فضایل شخصیتی است و صرف تأکید بر تلاش بدون تقویت بنیان های منش، ممکن است به بهزیستی پایدار منجر نشود.

با وجود یافته های معنادار و قابل توجه، این پژوهش با محدودیت هایی همراه بود که در تفسیر و تعمیم نتایج باید درمناظر قرار گیرد. نخست، استفاده از ابزارهای خودگزارش دهی می تواند تحت تأثیر سوگیری های پاسخ دهی، تمایل به پاسخ های اجتماعی پسند و برداشت های ذهنی شرکت کنندگان قرار گیرد؛ هرچند ابزارهای به کاررفته از پایایی و روایی مناسبی برخوردار بوده اند. دوم، ماهیت مقطعی پژوهش امکان استنباط روابط علی و جهت گیری دقیق اثرات را محدود می کند. سوم، جامعه آماری پژوهش صرفاً شامل دانشجویان بود؛ بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه های سنی، تحصیلی یا شغلی باید با احتیاط صورت گیرد. علاوه بر این، عوامل زمینه ای مانند شرایط فرهنگی، فشارهای آموزشی خاص هر دانشگاه و تفاوت های فردی که می توانند بر تجربه بهزیستی تحصیلی اثرگذار باشند، به طور مستقیم در این پژوهش کنترل نشده اند.

با توجه به نتایج و محدودیت های پژوهش حاضر، پیشنهاد می شود مطالعات آینده از طرح های طولی و آزمایشی استفاده کنند تا مسیرهای علی میان پشتکار، توانمندی های منش و بهزیستی تحصیلی با دقت بیشتری بررسی شود. همچنین به کارگیری روش های ترکیبی، شامل داده های کیفی مانند مصاحبه های عمیق یا گزارش های روزانه، می تواند به درک عمیق تر تجربه زیسته دانشجویان در مواجهه با چالش های تحصیلی کمک کند. بررسی نقش متغیرهای تعدیل کننده و میانجی دیگر، مانند حمایت اجتماعی، خردمندی، ویژگی های شخصیتی و زمینه های فرهنگی، نیز می تواند به توسعه مدل های جامع تر منجر شود. از منظر کاربردی، یافته های این پژوهش بر ضرورت طراحی و اجرای مداخلات آموزشی و روان شناختی مبتنی بر تقویت توانمندی های منش و پشتکار در محیط های دانشگاهی تأکید دارد. چنین مداخلاتی می توانند در قالب کارگاه های مهارت های روان شناختی، برنامه های مشاوره تحصیلی و سیاست های حمایتی دانشگاهی اجرا شوند و نقش مؤثری در ارتقای بهزیستی تحصیلی، سلامت روانی و موفقیت تحصیلی دانشجویان ایفا کنند.

## ملاحظات اخلاقی

### تعارض منافع

بنا بر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

### حامی مالی

مقاله حاضر بدون دریافت حمایت مالی انجام گرفته است.

### سپاسگزاری

از تمام دانشجویانی که با همکاری صمیمانه خود ما را در انجام این پژوهش یاری کردند، قدردانی می کنیم. کمک های ایشان سهم قابل توجهی در پیشبرد این مطالعه داشت.

## منابع

- خسروجردی، ز.، حیدری، م.، قنبری، س.، و پاکدامن، ش. (۱۳۹۹). بررسی ویژگی‌های روانسنجی سیاهه ارزش‌ها در عمل از مقیاس توانمندی‌های نوجوانان. فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۱۴ (۳ پیاپی ۵۵)، ۲۲۳-۲۴۳. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.216210.0>
- سهرابی، ظ.، طاهرزاده قهفرخی، س.، حاتم پور، ا.، میروقشلاق، ف.، و محمدپور، م. (۱۴۰۰). رابطه اضطراب کرونا و بهزیستی تحصیلی با میانجیگری امید تحصیلی در دانش آموزان. پژوهش در نظام های آموزشی، ۱۵ (۵۵)، ۱۶۵-۱۷۷. <https://dori.net/dor/20.1001.1.23831324.1400.15.55.20.8>
- شاهنگیان، ش.، پاست، ن.، میبیدی، ر.، و پیامبری، م. (۲ بهمن ۱۳۹۳). تأثیر روان درمانی مثبت نگر بر علائم افسردگی و توانمندی های منش در بیماران مبتلا به سرطان. دومین کنفرانس ملی روان شناسی و علوم رفتاری، تهران. [/https://civilica.com/doc/349189](https://civilica.com/doc/349189)
- طاهری، ا.، نعمی، ع.، امیر فخرایی، آ.، و آتش افروز، ع. (۱۳۹۹). اثر توانمندی منش بر اشتیاق و بهزیستی تحصیلی با میانجیگری استفاده از توانمندی های منش. پژوهش در نظام های آموزشی، ۱۴ (۵۰)، ۷۹-۹۶. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23831324.1399.14.50.5.6>
- قدم پور، ع.، حیدریانی، ل.، برزگر برویی، م.، و دهقان منشادی، م. (۱۳۹۷). بررسی نقش امید تحصیلی و حمایت عاطفی ادراک شده در پیش بینی بهزیستی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۱۰ (۳)، ۴۷-۵۷. <https://sid.ir/paper/397853/fa>

## References

- Anderson, A. M., Or, J., & Maguire, K. R. (2024). The relationships between strengths-based teaching practices and students' general, strengths, and academic self-efficacy. *Discover Psychology*, 4, Article 63. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00171-0>
- Árbol, J. R., Ruiz-Osta, A., & Montoro Aguilar, C. I. (2022). Personality traits, cognitive styles, coping strategies, and psychological impact of the COVID-19 pandemic lockdown on healthy youngsters. *Behavioral Sciences*, 12(1), 5. <https://doi.org/10.3390/bs12010005>
- Arslan, G., & Allen, K. A. (2021). School victimization, school belongingness, psychological well-being, and emotional problems in adolescents. *Child Indicators Research*, 4, 1-17. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12187-021-09813-4>
- Baum, J. R., Frese, M., & Baron, R. A. (2019). Born to be an entrepreneur: Revisiting the personality approach to entrepreneurship. In J. R. Baum, M. Frese, & R. A. Baron (Eds.), *The psychology of entrepreneurship* (pp. 41-65). Lawrence Erlbaum Associates Publishers. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.researchgate.net/publication/270820381\\_Born\\_to\\_Be\\_an\\_Entrepreneur\\_Revisiting\\_the\\_Personality\\_Approach\\_to\\_Entrepreneurship&ved=2ahUKewiepb7MIZCUAxXPh\\_0HHfOoPKcQFnoECBoQAQ&usq=AOvVaw0o1KJqo\\_CCKc3EYj9z1xaF](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.researchgate.net/publication/270820381_Born_to_Be_an_Entrepreneur_Revisiting_the_Personality_Approach_to_Entrepreneurship&ved=2ahUKewiepb7MIZCUAxXPh_0HHfOoPKcQFnoECBoQAQ&usq=AOvVaw0o1KJqo_CCKc3EYj9z1xaF)
- Bleidorn, W., Schwaba, T., Zheng, A., Hopwood, C. J., Sosa, S. S., Roberts, B. W., & Briley, D. A. (2022). Personality stability and change: A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/bul0000365>
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., Bohlmeijer, E. (2013). Positive psychology interventions: A meta-analysis of randomized controlled studies. *BMC Public Health*, 8, 13-119. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-119>
- Buerger, S., Holzer, J., Yanagida, T., Schober, B., & Spiel, C. (2023). Measuring adolescents' well-being in schools: The adaptation and translation of the EPOCH measure of adolescent well-being—A validation study. *School Mental Health*, 1(1), 1-16. <https://doi.org/10.1007/s12310-023-09574-1>
- Calo, M., Judd, B., Chipchase, L., Blackstock, F., & Peiris, C. L. (2022). Grit, resilience, mindset, and academic success in physical therapist students: A cross-sectional, multicenter study. *Physical Therapy*, 102(6), pzac038. <https://doi.org/10.1093/ptj/pzac038>
- Chávez-Castillo, Y., Zapata-Lamana, R., Cigarroa, I., & [Other authors as listed]. (2023). Mental health, subjective well-being, and academic performance in Chilean schoolchildren who are part and are not part of the school inclusion program. *Education Sciences*, 13(10), 1065. <https://doi.org/10.3390/educsci13101065>
- Choudhury, S. A., & Borooah, I. P. (2017). Character strengths and academic achievements of undergraduate college students of Guwahati, Assam. *Space and Culture, India*, 5(1), 49-64. <https://doi.org/10.20896/saci.v5i1.242>

- Datu, J. A. D., Beonkonsjo, C., Chek, S., Choi, R., & Su, Y. (2023). Grit, academic engagement in math and science, and well-being outcomes in children during the COVID-19 pandemic: A study in Hong Kong and Macau. *Asia-Pacific Education Researcher*. <https://repository.eduhk.hk/en/publications/grit-academic-engagement-in-math-and-science-and-well-being-outco>
- Datu, J. A. D., Yuen, M., & Chen, G. (2018). Exploring determination for long-term goals in a collectivist context: a qualitative study. *Curr. Psychol.* 37, 263–271. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9509-0>
- Davis, S. K., & Hadwin, A. F. (2021). Exploring differences in psychological well-being and self-regulated learning in university student success. *Frontline Learning Research*, 9(1). <https://doi.org/10.14786/flr.v9i1.581>
- de la Fuente, J., Urien, B., Luis, E. O., González Torres, M. C., Artuch Garde, R., & Balaguer, Á. (2022). The proactive reactive resilience as a mediational variable between the character strength and the flourishing in undergraduate students. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 856558. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.856558>
- DiNapoli, J. (2018). *Supporting secondary students' perseverance for solving challenging mathematics tasks*. ProQuest Dissertations & Theses Global. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://udspace.udel.edu/items/d6d9824-3a92-4294-ba34-f86f6e9290ae&ved=2ahUKEwiQj4qulZCUAxV2g\\_0HHRIZH04QFnoECBoQAQ&usg=AOvVaw0Z\\_o1hsGikIOU14eD6u\\_6a](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://udspace.udel.edu/items/d6d9824-3a92-4294-ba34-f86f6e9290ae&ved=2ahUKEwiQj4qulZCUAxV2g_0HHRIZH04QFnoECBoQAQ&usg=AOvVaw0Z_o1hsGikIOU14eD6u_6a)
- Disabato, D. J., Goodman, F. R., & Kashdan, T. B. (2018). Is grit relevant to well-being and strengths? Evidence across the globe for separating perseverance of effort and consistency of interests. *Journal of Personality*, 86(2), 216–232. <https://doi.org/10.1111/jopy.12382>
- Duan, W., Bu, H., Zhao, J., & Guo, X. (2019). Examining the mediating roles of strengths knowledge and strengths use in a 1-year single session character strength based cognitive intervention. *Journal of Happiness Studies*, 20(6), 1673–1688. <https://doi.org/10.1007/s10902-018-0014-z>
- Duckworth, A. L., & Gross, J. J. (2014). Self-control and grit: Related but separable determinants of success. *Current Directions in Psychological Science*, 23, 319–325. <https://doi.org/10.1177/0963721414541462>
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of the short grit scale (GRIT–S). *Journal of Personality Assessment*, 91, 166–174. <https://doi.org/10.1080/00223890802634290>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Duckworth, A. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. New York, NY: Simon and Schuster. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.researchgate.net/publication/349647877\\_GRIT\\_The\\_Power\\_of\\_Passion\\_and\\_Perseverance&ved=2ahUKEwje-MeBIZCUAxWdhP0HHbsmLLIQFnoECBkQAQ&usg=AOvVaw01hXh4GQq7do528KCb\\_5A2](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.researchgate.net/publication/349647877_GRIT_The_Power_of_Passion_and_Perseverance&ved=2ahUKEwje-MeBIZCUAxWdhP0HHbsmLLIQFnoECBkQAQ&usg=AOvVaw01hXh4GQq7do528KCb_5A2)
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56(3), 218–226. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.218>
- Fredrickson, B. L. (2013). Positive emotions broaden and build. *Advances in Experimental Social Psychology*, 47, 1–53. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407236-7.00001-2>
- García-Álvarez, D., Cobo-Rendón, R., & Lobos, K. (2024). Character strengths as predictors of general and academic self-efficacy in university students. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1490095. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1490095>
- Ghadampour, E., Heidaryani, L., Barzegar-Bafroui, M., & Dehghan-Menshadi, M. (2018). The role of academic hope and perceived emotional support in predicting academic welfare. *Research in Medical Education*, 10(3), 47–57. <https://sid.ir/paper/397853/fa> (in Persian)
- Glass, A. L., & Kang, M. (2019). Dividing attention in the classroom reduces exam performance. *Educational Psychology*, 39(3), 395–408. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1489046>
- Godfrey, E. B., Burson, E. L., Yanisch, T. M., Hughes, D., & Way, N. (2019). A bitter pill to swallow? Patterns of critical consciousness and socioemotional and academic well-being in early adolescence. *Developmental Psychology*, 55(3), 525–537. <https://doi.org/10.1037/dev0000558>

- Green, Z. A., & Karuppanan, G. (2025). A measure for assessing academic virtues and strengths in the university setting: Construction and initial examination of structure and correlates. *Journal of Individual Differences*, 46(2), 123–137. <https://doi.org/10.1177/00332941251317676>
- Griffiths, K. (2017). *Never give up...: Perceptions of perseverance and its impact on the life and academic success of nine university students* (Master's thesis, Federation University Australia). Federation University Australia. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://core.ac.uk/download/pdf/213002176.pdf&ved=2ahUKEwjnj8LSIJCUAxUXhv0HHcFIC4wQFnoECBkQAQ&usg=AOvVaw1Re2I2XqeRNI36fbCf0Y7g>
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate Data Analysis* (7th ed.). Pearson. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://scholar.google.com/scholar%3Fq%3DHair,%2BJ.%2BF.,%2BBlack,%2BW.%2BC.,%2BBabin,%2BB.%2BJ.,%2B%2526%2BAnder%2BR.%2BE.%2B\(2010\).%2BMultivariate%2BData%2BAnalysis%2B\(7th%2Bed.\).%2BPearson.%26h1%3Den%26as\\_sdt%3D0%26as\\_vis%3D1%26oi%3Dscholar&ved=2ahUKEwiPpq6VIJCUAXXg\\_0HHRpNDJ8QgQN6BAgJEAE&usg=AOvVaw3WSt-GjRFA\\_Vi53cF2HAN0](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://scholar.google.com/scholar%3Fq%3DHair,%2BJ.%2BF.,%2BBlack,%2BW.%2BC.,%2BBabin,%2BB.%2BJ.,%2B%2526%2BAnder%2BR.%2BE.%2B(2010).%2BMultivariate%2BData%2BAnalysis%2B(7th%2Bed.).%2BPearson.%26h1%3Den%26as_sdt%3D0%26as_vis%3D1%26oi%3Dscholar&ved=2ahUKEwiPpq6VIJCUAXXg_0HHRpNDJ8QgQN6BAgJEAE&usg=AOvVaw3WSt-GjRFA_Vi53cF2HAN0)
- Han, K. (2021). Students' well-being: The mediating roles of grit and school connectedness. *Frontiers in Psychology*, 12, 787861. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.787861>
- Katsarou, E., & Chatzipanagiotou, P. (2025). Examining the association of personality traits and grit on Greek students' wellbeing in higher education. *Education Sciences*, 15(1), 57. <https://doi.org/10.3390/educsci15010057>
- khosrojerdi, Z., Heidari, M., Ghanbari, S & Pakdaman, Sh. (2020). The psychometric characteristics of values in Action Inventory of Strengths for youth. *Quarterly of Applied Psychology*, 14(3), 223-243. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.216210.0> (in Persian)
- Korhonen, J. (2016). *Learning difficulties, academic well-being and educational pathways among adolescent students* (Doctoral dissertation, Åbo Akademi University). Åbo Akademi University. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-12-3464-4>
- Lee, J. S. (2020). The role of grit and classroom enjoyment in EFL learners' willingness to communicate. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 43(5), 452–468. <https://doi.org/10.1080/01434632.2020.1746319>
- Li, K., Wang, H., Siu, O.-L., & Yu, H. (2024). How and when resilience can boost student academic performance: A weekly diary study on the roles of self-regulation behaviors, grit, and social support. *Journal of Happiness Studies*, 25, 36. <https://doi.org/10.1007/s10902-024-00749-4>
- Linley, P. A., & Harrington, S. (2006). Playing to your strengths. *The Psychologist*, 19, 86–89. [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.scirp.org/reference/referencespapers%3Freferenceid%3D2516227&ved=2ahUKEwjm9\\_HMi5CUAXrVfIEDHbw8DXsQFnoECAwQAQ&usg=AOvVaw1twRgGqGJeM2g\\_dEae1M\\_J](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.scirp.org/reference/referencespapers%3Freferenceid%3D2516227&ved=2ahUKEwjm9_HMi5CUAXrVfIEDHbw8DXsQFnoECAwQAQ&usg=AOvVaw1twRgGqGJeM2g_dEae1M_J)
- Lomas, T. (2020). Towards a cross-cultural lexical map of wellbeing. *The Journal of Positive Psychology*, 15(5), 622–639. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1791944>
- Malau Aduli, B. S., Adu, M. D., Alele, F., Jones, K., Drovandi, A., Mylrea, M., Sfera, K., Ross, S., & Jennings, E. (2021). Adjusting to university: Perceptions of first year health professions students. *PLoS ONE*, 16(5), e0251634. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251634>
- McCain, B. (2017). *Effects of teacher grit on student grit and reading achievement: A mixed-methods study* (Doctoral dissertation, Indiana University of Pennsylvania, Indiana, PA, United States). Indiana University of Pennsylvania. <https://www.proquest.com/openview/2a76a28e268b20563d812f3b51c0b250/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750#>
- McGrath, R. E., & Walker, D. I. (2016). Factor structure and invariance testing of the VIA Inventory of Strengths–Revised (VIA-IS-R). *Assessment*, 23(5), 590–606. <https://doi.org/10.1177/1073191115595714>
- Mishra, S., & Nargundkar, R. (2015). An analysis of intensive mode pedagogy in management education in India. *International Journal of Educational Management*, 29(4), 408–419. <https://doi.org/10.1108/IJEM-04-2014-0050>
- Niemiec, R. M. (2020). Six functions of character strengths for thriving at times of adversity and opportunity: A theoretical perspective. *Applied Research in Quality of Life*, 15(2), 551–572. <https://doi.org/10.1007/s11482-018-9692-2>

- Obeng, P., Srem Sai, M., Arthur, F., Salifu, I., Amoadu, M., Agormedah, E. K., Hagan, J. E., & Schack, T. (2025). Students' academic resilience and well-being in Ghana: The mediating effects of grit and motivation. *Discover Education*, 4, 132. <https://doi.org/10.1007/s44217-025-00537-z>
- Okur, S., Ekşi, H., Demirci, İ., & Ekşi, F. (2025). Academic encouragement and academic wellbeing: Mediating roles of grit and hope. *Psychological Reports*, 128(4), 2577–2603. <https://doi.org/10.1177/00332941231181302>
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M. P. (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 603–619. <https://doi.org/10.1521/jscp.23.5.603.50748>
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/buy/2006-21079-029>
- Putwain, D. W., Gallard, D., & Beaumont, J. (2019). A multi-component wellbeing programme for upper secondary students: Effects on wellbeing, buoyancy, and adaptability. *School Psychology International*, 40(1), 49-65. <https://doi.org/10.1177/0143034318806546>
- Rhein, D., & Nanni, A. (2022). Assessing mental health among Thai university students: A cross-sectional study. *SAGE Open*, 12(4), 1–14. <https://doi.org/10.1177/21582440221129248>
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Seligman, M. E. (2011). Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being. Simon and Schuster. [https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=Seligman%2C+M.+E.+%282011%29.+Flourish%3A+A+visionary+new+understanding+of+happiness+and+well-being.+Simon+and+Schuster.+Flourish%3A+A+visionary+new+understanding+of+happiness+and+well-being+&btnG=#:~:text=books%2Egoogle%2Ecom](https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Seligman%2C+M.+E.+%282011%29.+Flourish%3A+A+visionary+new+understanding+of+happiness+and+well-being.+Simon+and+Schuster.+Flourish%3A+A+visionary+new+understanding+of+happiness+and+well-being+&btnG=#:~:text=books%2Egoogle%2Ecom)
- Shafi, A., Middleton, T., Millican, R., & Empleton, S. (2017). *Developing academic buoyancy and resilience through the assessment feedback process*. Liverpool Hope University. <https://eprints.glos.ac.uk/id/eprint/7033>
- Shahangian, Sh. Past, N. Meybodi, R & Paambari, M. (2015 January 22). *The effect of positive psychotherapy on depressive symptoms and character strengths in patients with cancer*. Second National Conference of Psychology and Behavioral Sciences, Tehran. <https://civilica.com/doc/349189/> (in Persian)
- Shek, D. T., & Chai, W. (2020). The impact of positive youth development attributes and life satisfaction on academic well-being: A longitudinal mediation study. *Frontiers in Psychology*, 11, e2126. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.02126>
- Sohrabi, Z., Taherzadeh Ghahfarkhi, S., Hatempour, A., Miroghshlaq, F., and Mohammadpour, M. (2017). The relationship between coronavirus anxiety and academic well-being with the mediation of academic hope in students. *Research in Educational Systems*, 15(55), 165-177. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23831324.1400.15.55.20.8> (in Persian)
- Steinmayr, R., Heyder, A., Naumburg, C., Michels, J., & Wirthwein, L. (2018). School-related and individual predictors of subjective well-being and academic achievement. *Frontiers in Psychology*, 9, 2631. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02631>
- Taheri, A., Naami, A., Amir Fakhrai, A., and Atash Afrooz, A. (2019). The effect of character strengths on academic enthusiasm and well-being through the mediation of character strengths. *Research in Educational Systems*, 14(50), 79-96. <https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.23831324.1399.14.50.5.6> (in Persian)
- Tang, X., Wang, M.-T., Guo, J., & Salmela-Aro, K. (2019). Building grit: The longitudinal pathways between mindset, commitment, grit, and academic outcomes. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 850–863. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-00998-0>
- Thaler, L. K., & Koval, R. (2015). *Grit to great: How perseverance, passion, and pluck take you from ordinary to extraordinary*. Crown Currency. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://archive.org/details/gritto-greathowpe0000kapl&ved=2ahUKEwir-eOZk5CUAxUkhf0HHVYAKYQFnoECBsQAQ&usq=AOvVaw3VLPxB36lwyZYc4BPn39TU>
- Uusiautti, S., Hyvärinen, S., Kangastie, H., Kari, S., Löf, J., Naakka, M., Rautio, K., & Riponiemi, N. (2022). Character strengths in higher education: Introducing a strengths-based future guidance (SBFG) model based on an educational design research in two Northern Finnish universities. *Journal of Psychological and Educational Research (JPER)*, 30(2), 33–52. <https://doi.org/10.23963/jper.2022.30.2.03>

- Von Culin, K. R., Tsukayama, E., & Duckworth, A. L. (2014). Unpacking grit: Motivational correlates of perseverance and passion for long-term goals. *The Journal of Positive Psychology*, 9(4), 306–312. <https://doi.org/10.1080/17439760.2014.898320>
- Wagner, L., Holenstein, M., Wepf, H., & Ruch, W. (2020). Character strengths are related to students' achievement, flow experiences, and enjoyment in teacher-centered learning, individual, and group work beyond cognitive ability. *Frontiers in Psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01324>
- Weber, M., & Harzer, C. (2022). Relations between character strengths, school satisfaction, enjoyment of learning, academic self-efficacy, and school achievement: An examination of various aspects of positive schooling. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 826960. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.826960>
- Yaure, R. G., Murowchick, E., Schwab, J. E., & Jacobson McConnell, L. (2021). How grit and resilience predict successful academic performance. *Journal of Access, Retention, and Inclusion in Higher Education* 3 (1), 6. <https://digitalcommons.wcupa.edu/jarihe/vol3/iss1/6/>
- Yu, J., & McLellan, R. (2020). Same mindset, different goals and motivational frameworks: Profiles of mindset-based meaning systems. *Contemporary Educational Psychology*, 62, 101901. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101901>
- Zhai, C., Chai, X., Shrestha, S., & Zhong, N. (2023). Grit and career construction among Chinese high school students: The serial mediating effect of hope and career adaptability. *Sustainability*, 15(4), 3608. <https://doi.org/10.3390/su15043608>
- Zhao, X., & Wang, D. (2023). Grit in second language acquisition: A systematic review from 2017 to 2022. *Frontiers in Psychology*, 14, 1238788. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1238788>