

بررسی رابطه تاب آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی

مریم پری کاری مهسا پری کاری

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی تابران، مشهد، ایران.

۲- دانشجوی دکتری تخصصی، گروه علمی آموزش زبان های خارجه، واحد تربت حیدریه، دانشگاه آزاد اسلامی، تربت حیدریه، ایران

چکیده

عملکرد تحصیلی، از جمله حوزه های کلیدی به شمار می رود که می تواند آینده علمی و حرفه ای فراگیران و در نهایت، توسعه جامعه را پیش بینی نماید. به همین دلیل، بررسی عوامل مختلف اثرگذار بر عملکرد تحصیلی، همواره مورد علاقه محققان، مربیان و حتی اولیای دانش آموزان قرار دارد. با توجه به این که عوامل روانشناختی تأثیری غیر قابل انکار بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان دارند، لذا در این مقاله به بررسی رابطه تاب آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی پرداخته شد. مقاله حاضر یک مطالعه مروری با روش کتاب خانه ای و متمرکز بر تحلیل کیفی است که محتوای لازم برای نگارش آن از طریق بررسی پژوهش های معتبر چاپ شده در Google scholar، Pub med، Science direct، Wily، Isc، به دست آمده است. کلید واژه های مورد استفاده عبارت بودند از: تاب آوری تحصیلی، عملکرد تحصیلی، موفقیت تحصیلی. با توجه به حجم مطالب و هدف مطالعه، تعداد ۱۵۴ محتوای مستند به زبان انگلیسی و فارسی که شامل مقاله، کتاب و صفحات وب مرتبط با موضوع بود، انتخاب و بررسی گردید و از این میان ۳۴ مقاله که ارتباط بیشتری با موضوع داشت، در نگارش این مقاله مورد استفاده قرار گرفت. یافته های این مقاله نشان داد که تاب آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی رابطه مثبتی دارند و لذا باید توجه ویژه ای به تاب آوری تحصیلی به عنوان عاملی کلیدی برای دست یابی به عملکرد تحصیلی بهتر، داشت. پیشنهاد می شود پژوهش های آتی با بهره گیری از طرح های تجربی کنترل شده به بررسی تاثیر متغیرهای مداخله گر در بررسی رابطه تاب آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی بپردازند. نتایج این مقاله بر اهمیت گنجاندن برنامه های تقویت تاب آوری در نظام آموزشی کشور به عنوان راهبردی اساسی تأکید می کند. واژگان کلیدی: تاب آوری تحصیلی، عملکرد تحصیلی، موفقیت تحصیلی.

. مقدمه

نظام آموزشی یکی از اصلی ترین ارکان رشد و تعالی هر جامعه ای است. اهمیت این نهاد حیاتی سبب شده تا تخصیص بخش عمده ای از بودجه سالانه کشورها به حوزه آموزش و پرورش، به یک اولویت جهانی تبدیل شود. عملکرد تحصیلی بهینه دانش آموزان که از اصلی ترین شاخص های ارزیابی کارآمدی نظام های آموزشی محسوب می شود، تحت تأثیر مجموعه ای از عوامل هیجانی، شناختی، عاطفی و ارتباطی قرار دارد (پری کاری، پری کاری، ۱۴۰۴).

با عنایت به این مهم که دانش آموزان به عنوان محور اصلی تحقق اهداف آموزشی، سرمایه های انسانی جوامع هستند، شناسایی و تقویت عوامل موثر بر عملکرد تحصیلی آنان، باعث می شود آینده شغلی و اجتماعی آنان و در پی آن پیشرفت همه جانبه کشور در عرصه های مختلف تضمین شود. در همین راستا، از کلیدی ترین مأموریت های این نظام ها، افزایش عملکرد تحصیلی بواسطه ی شناسایی و رفع چالش هایی است که فراگیران در مسیر تحصیل با آن مواجه می شوند (پری کاری، پری کاری، ۱۴۰۴).

مطالعات نشان می دهد دانش آموزانی که به نتایج مطلوبی در زمینه تحصیل دست می یابند، معمولاً از سطح سلامت و رفاه عمومی بالاتری برخوردار بوده و نسبت به همسالانی که عملکرد ضعیف تری دارند، از مزایا و پاداش های بیشتری بهره مند می شوند. همچنین، عملکرد تحصیلی به عنوان شاخصی کلیدی در ارزیابی کیفیت و کارآمدی نظام آموزشی محسوب می شود، چرا که دستاوردها و پیشرفت های تحصیلی یادگیرندگان را نشان می دهد. در نتیجه عملکرد تحصیلی به عنوان عاملی تأثیرگذار در موفقیت و بهزیستی دانش آموزان و نیز پیش بینی کننده قوی برای دستاوردهای آینده آن ها در نظر گرفته می شود (یعقوبی و بی تا، ۱۴۰۳).

اهمیت این موضوع باعث شده است که در سال های اخیر، پژوهشگران و متخصصان حوزه آموزش و پرورش بیش از پیش به بررسی عوامل مؤثر بر عملکرد تحصیلی بپردازند (امانی و کیانی، ۱۳۹۶). پژوهش ها حاکی از آنست که عوامل اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و روانشناختی مختلفی می تواند بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان تأثیرگذار باشد و یکی از عوامل روانشناختی مهم و موثر، تاب آوری تحصیلی آنان است.

تاب آوری تحصیلی به احتمال موفقیت بالا در محیط های آموزشی اطلاق می شود. بعبارت دیگر تاب آوری تحصیلی نشان دهنده این است که دانش آموزان چگونه در مواجهه با شرایط استرس زا یا چالش های تحصیلی، با آن سازگار شده و به موفقیت تحصیلی دست می یابند. در نتیجه می توان گفت که دانش آموزی که تاب آوری بالایی دارد، علیرغم شرایط نامطلوب می تواند خود را با محیط سازگار کند و عملکردی مناسب در حوزه تحصیل داشته باشد (دسترنج رودسری و ترخان، ۱۴۰۳).

با توجه به این که از یک سو عملکرد تحصیلی یکی از موضوعات مهم و مورد توجه محققین، برنامه ریزان درسی، سیاست گذاران و حتی والدین دانش آموزان می باشد و از سوی دیگر اهمیت توجه به تاثیر عوامل روانی بر حوزه های مختلف زندگی افراد از جمله تحصیل و همچنین فقدان پژوهش هایی که منحصر به بررسی رابطه تاب آوری تحصیلی و عملکرد

تحصیلی بپردازند، این مقاله با مرور تحقیقات پیشین درصدد است تا رابطه بین تاب‌آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی را مورد بررسی قرار دهد.

مفاهیم

عملکرد تحصیلی همواره به عنوان یکی از کلیدی ترین شاخص های پیشرفت و شکوفایی دانش آموزان، کانون توجه پژوهشگران و متخصصان حوزه آموزش بوده است. به بیان دیگر عملکرد تحصیلی یکی از معیارهای مهم و قابل اندازه گیری برای ارزیابی اثربخشی روش های آموزشی و میزان دستیابی به اهداف یادگیری به شمار می آید. در میان نظریه های متعددی که در رابطه با این حوزه وجود دارد، رویکرد فام و تیلور (۱۹۹۹) جایگاه ویژه ای دارد. این دیدگاه، موفقیت تحصیلی را حاصل عواملی مانند میزان کوشش و استقامت یادگیرنده برای رسیدن به اهداف آموزشی و همچنین دارا بودن توانایی و حس خودکارآمدی برای یادگیری مؤثر و دستیابی به نتایج مطلوب تعریف می کند (مقدم، ۱۴۰۲).

حسامپور و رضایی (۱۴۰۲)، نیز عملکرد تحصیلی را دستاوردهای آموزشی دانش آموزان می دانند که معمولاً از طریق انجام تکالیف، شرکت در امتحانات و ارزیابی های معیارمند سنجیده می شود. هرچه سطح این موفقیت ها بالاتر باشد، فرصت ها و انتخاب های پیش روی افراد نیز گسترده تر خواهد شد. دانش آموزانی که در این حوزه عملکرد بهتری دارند، معمولاً در برقراری ارتباط اجتماعی، ادامه تحصیل در مراکز آموزش عالی معتبر و همچنین یافتن موقعیت های شغلی مناسب در آینده، موفق تر عمل می کنند.

تاب‌آوری، که به عنوان ظرفیت سازگاری موفقیت آمیز با شرایط تهدیدکننده تعریف می شود، نقشی محوری در مواجهه با تنش های زندگی ایفا می کند. این مفهوم به توانایی مقاومت در برابر فشارهای روانی و بازگشت به حالت تعادل پس از تجربیات دشوار اشاره دارد (بشرپور و عینی، ۱۴۰۱). به عقیده ی صدوقی (۱۳۹۷)، این ویژگی صرفاً یک وضعیت انفعالی نیست، بلکه مستلزم مشارکت فعال فرد در محیط و توانایی ایجاد توازن روان تنی در موقعیت های بحرانی است.

از دیدگاه پورطالب و بدری گرگری (۱۴۰۱)، تاب‌آوری دو عنصر اساسی را دربرمی گیرد: نخست، توانایی خروج از شرایط استرس زا و بازیابی سریع تعادل روانی و دوم، حفظ واکنش های انطباقی در مواجهه با مشکلات زندگی. بر این اساس، تاب‌آوری به عنوان پایه ای اساسی برای سلامت روان به شمار می آید و نشان دهنده ی سازگاری مثبت فرد با شرایط دشوار و حوادث روزگار است (دهقانی و حسنی، ۱۴۰۰).

شاهرخی و نیکبخت (۱۴۰۳) تاب‌آوری را توانایی مقابله با مشکلات و سازگاری با شرایط سخت قابل پیش بینی یا غیرمنتظره می دانند. آنان معتقدند که این مهارت به افراد یاری می رساند تا در برابر چالش ها نه تنها مقاومت کنند، بلکه از آن ها با موفقیت عبور و در نتیجه رشد یابند. به عبارت دیگر، تاب‌آوری صرفاً تحمل سختی نیست، بلکه مهارتی اکتسابی است که با یادگیری تحلیل مشکلات و تصمیم گیری آگاهانه تقویت شده و به افراد امکان می دهد حتی پس از شکست، دوباره

برخیزند. رود، میسل و می یر (۲۰۲۱)، نیز تاب‌آوری را ظرفیت بهبود، جبران و انعطاف‌پذیری پس از مواجهه با وقایع استرس‌زا توصیف می‌کنند.

یکی از انواع تاب‌آوری، تاب‌آوری تحصیلی است که به فرایند سازگاری و مقابله مؤثر با فشارها و دشواری‌های محیط آموزشی اشاره دارد که طی آن دانش‌آموزان از مهارت‌های خود برای عبور از شرایط چالش‌برانگیز استفاده می‌کنند. تاب‌آوری تحصیلی اغلب با ویژگی‌هایی همچون نگرش مثبت نسبت به موقعیت آموزشی، احساس تسلط بر عملکرد درسی و اعتماد به قابلیت‌های ذهنی و شناختی شناخته می‌شود. پشتوانه نظری این سازه بر پژوهش بنارد (۱۹۹۱)، استوار است که سه عامل کلیدی را در شکل‌گیری تاب‌آوری تحصیلی مؤثر می‌داند: پشتکار برای دستیابی به موفقیت، به کارگیری راهبردهای سودمند و همچنین برقراری روابط سازنده با دیگران به منظور غلبه بر موانع پیشرفت (یوسف وند و همکاران، ۱۳۹۷).

دیدگاه مطرح دیگر در این حوزه، دیدگاه اجتماعی-تعاملی است. پیروان این رویکرد معتقدند که تاب‌آوری صرفاً یک ویژگی فردی نیست، بلکه محصول تعامل پویا بین فرد و محیط اجتماعی و آموزشی پیرامون اوست. آنان معتقدند، دانش آموز به عنوان یک کنشگر فعال در شبکه‌ای از روابط و تعاملات اجتماعی قرار دارد که این تعاملات به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر میزان تاب‌آوری تحصیلی او تأثیر می‌گذارد.

مکانیسم‌های تأثیر در این دیدگاه شامل موارد زیر است:

۱. یادگیری مشاهده‌ای: دانش‌آموزان از طریق مشاهده و الگوبرداری از همسالان، معلمان و سایر افراد مؤثر در محیط آموزشی، راهبردهای مقابله‌ای و تاب‌آوری را فرا می‌گیرند.
۲. حمایت اجتماعی: وجود شبکه‌های حمایتی از جمله همکلاسی‌ها، معلمان، مشاوران و خانواده، منابع روانی-اجتماعی لازم برای مواجهه با چالش‌های تحصیلی را فراهم می‌آورد.
۳. تبادل منابع و اطلاعات: تعاملات سازنده در محیط آموزشی موجب تسهیل دسترسی به منابع اطلاعاتی، آموزشی و عاطفی می‌شود که همگی در تقویت تاب‌آوری نقش دارند.
۴. بازخورد سازنده: تعامل مستمر با معلمان و همسالان باعث دریافت بازخوردهای اصلاحی و تقویتی می‌شود که به بهبود عملکرد و افزایش اعتماد به نفس منجر می‌گردد.
۵. هنجارهای گروهی: فرهنگ حاکم بر محیط آموزشی و هنجارهای گروهی می‌توانند رفتارهای تاب‌آورانه را تقویت یا تضعیف نمایند.

این دیدگاه تأکید می‌کند که تقویت تاب‌آوری تحصیلی نیازمند ایجاد محیط‌های آموزشی غنی از نظر تعاملات اجتماعی است و تقویت شبکه‌های حمایتی و ترویج فرهنگ همکاری و مشارکت در محیط‌های آموزشی را عامل مؤثر بر افزایش تاب

آوری تحصیلی دانش آموزان می داند (گشمردی و بوغیری، ۱۴۰۱؛ پور طالب و بدری گرگری، ۱۴۰۱؛ ونگ و گوردون، ۱۹۹۴).

به بیان کاروان بروجردی، شریعت باقری و صالحی (۱۴۰۳)، تاب آوری تحصیلی را می توان در قالب سه مؤلفه کلیدی مورد بررسی قرار داد: جهت گیری آینده، مسئله محوری و مثبت نگری. جهت گیری آینده به درک و تصور فرد از آینده مربوط می شود که با دستاوردهای مطلوب مرتبط است. این مؤلفه بستر لازم برای تعیین هدف، برنامه ریزی، بررسی گزینه های مختلف و ایجاد حس تعهد و در نتیجه مسیر رشد فرد را فراهم کرده، او را در رسیدن به اهدافش یاری رسانده و از منحرف شدن از مسیر اصلی باز می دارد. مسئله محوری به معنای حل چالش ها و مشکلات بدون تأثیرپذیری از هیجانات منفی و همراه با خوش بینی و نگرش مثبت نسبت به آینده تحصیلی است. همچنین مهارت های ارتباطی به مجموعه رفتارهایی اشاره دارد که فرد به کمک آن ها قادر است با دیگران تعامل مؤثری برقرار کند، به گونه ای که پاسخ ها و واکنش های مثبت را به دنبال داشته و از بروز عکس العمل های نامطلوب پیشگیری نماید.

در بررسی این مفهوم، گشمردی و بوغیری (۱۴۰۱) سه دیدگاه اصلی را برای تاب آوری تحصیلی برمی شمارند:

۱. رویکرد روانشناختی؛ که بر ویژگی های فردی مانند انگیزه، توانایی های شناختی و ویژگی های شخصیتی تمرکز دارد.
۲. رویکرد محیطی؛ که عوامل جامعه شناختی، مالی و سازمانی مؤثر بر تاب آوری را بررسی می کند.
۳. رویکرد اجتماعی-تعاملی؛ که به تحلیل تعاملات دانش آموزان و تجربیات زندگی تحصیلی می پردازد.

مؤلفه های کلیدی تاب آوری تحصیلی که به مقابله مؤثر با فشارها و چالش های تحصیلی و موفقیت در بازگشت به تعادل منجر می شوند، عبارتند از: مهارت های ارتباطی (شامل توانایی برقراری روابط مؤثر)، جهت گیری آینده نگر (شامل برنامه ریزی و تعهد به اهداف) و مثبت نگری (شامل نگرش خوش بینانه در شرایط دشوار) (عمرانی، افکاری و قادری، ۱۴۰۰؛ پورطالب و بدری گرگری، ۱۴۰۱).

روش تحقیق (فونت B Nazanin - اندازه ۱۲ - پررنگ)

مقاله حاضر یک مطالعه مروری با روش کتاب خانه ای و متمرکز بر تحلیل کیفی است که محتوای لازم برای نگارش آن از طریق بررسی پژوهش های معتبر چاپ شده در Google scholar، Science direct، Pub med، Wily، Isc، به دست آمده است. کلید واژه های مورد استفاده عبارت بودند از: تاب آوری تحصیلی، عملکرد تحصیلی، موفقیت تحصیلی. با توجه به حجم مطالب و هدف مطالعه، تعداد ۱۵۴ محتوای مستند که شامل مقاله، کتاب و صفحات وب مرتبط با موضوع بود، انتخاب و بررسی گردید و از این میان ۳۴ مقاله که از طریق معیارهایی چون دارا بودن اعتبار علمی، مرتبط بودن با موضوع پژوهش و کیفیت محتوا، غربال شدند، در نگارش این مقاله مورد استفاده قرار گرفت. در این مطالعه تلاش شد تا با بهره گیری از منابع علمی معتبر و ترکیب تحلیل محتوای کیفی، بینشی ریزبینانه از رابطه تاب آوری تحصیلی و عملکرد تحصیلی ارائه

شود. همچنین، انتخاب و تمرکز بر مقالات مرتبط و تخصصی در این حوزه، دقت نتایج و استنتاج‌های پژوهش را افزایش داده است.

یافته ها (فونت B Nazanin - اندازه ۱۲ - پررنگ)

به اعتقاد شکرپور و همکاران (۱۴۰۳)، عملکرد تحصیلی به میزان تسلط و یادگیری دانش آموز از محتوای درسی ارائه شده در یک دوره آموزشی خاص اطلاق می‌شود. این مفهوم به قابلیت فراگیر در حل مسائل و مواجهه با چالش‌های مرتبط با موضوعات درسی طراحی شده برای آن دوره نیز اشاره دارد. علاوه بر این، عملکرد تحصیلی که به عنوان شاخصی برای اندازه‌گیری پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته می‌شود شامل کلیه فعالیت‌های شناختی دانش آموز است که با استفاده از یک نظام ارزیابی استاندارد، با در نظر گرفتن سطوح مختلف فعالیت‌های هیجانی و آموزشی و در بازه زمانی مشخص سنجیده شده است.

یافته‌های پژوهشی نشان می‌دهد که اجرای برنامه‌های آموزشی مبتنی بر تاب‌آوری می‌تواند به میزان قابل توجهی موجب کاهش فرسودگی تحصیلی و افزایش ظرفیت یادگیرندگان برای تحمل ناکامی در مواجهه با استرس و چالش‌های آموزشی گردد که این امر در نهایت به موفقیت تحصیلی آنان منجر می‌شود (محامد و همکاران، ۱۴۰۲).

مطالعات مختلف حاکی از آن است که دانش‌آموزان دارای تاب‌آوری تحصیلی بالا، به قابلیت‌های خود باور داشته و برای تحصیل اهمیت زیادی قائل هستند. این دسته از افراد قادرند تا شکست‌های خود را به زمینه‌ای برای پیشرفت تبدیل کرده و در مواجهه با چالش‌ها، موقعیت‌های موفقیت‌آمیزی را برای خود فراهم نمایند (خاکپور، لطف‌نژاد افشار و دوکانه‌ای فرد، ۱۴۰۱).

به باور برخی از پژوهشگران، تاب‌آوری تحصیلی می‌تواند باعث افزایش انگیزه پیشرفت و عملکرد مطلوب دانش‌آموزان در شرایط فشارزای تحصیلی شود (بشرپور و عینی، ۱۴۰۱). همچنین این ویژگی منجر به بهبود تعاملات اجتماعی با همسالان، افزایش سطح آگاهی و تقویت توانایی پذیرش و ابراز هیجان می‌شود (دهقانی و حسنی، ۱۴۰۰). علاوه بر این، تاب‌آوری تحصیلی به استفاده بهینه از امکانات محیطی کمک کرده و از بروز افت تحصیلی پیشگیری می‌کند (دهقانی و حسنی، ۱۴۰۰).

بر اساس نتایج یک مطالعه، آموزش تاب‌آوری بر مدیریت استرس، تنظیم هیجان و نیز بهبود رفتار کمک‌طلبی تحصیلی در دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری مؤثر بوده و اثرات این آموزش‌ها در پیگیری دو ماهه نیز تداوم داشته است. به نظر

محققان، این قبیل برنامه‌های آموزشی با توسعه ظرفیت‌های محافظتی، از تأثیرات منفی رویدادهای استرس‌زا کاسته و در حفظ و ارتقای سلامت روانی و جسمانی این دانش‌آموزان نقش مهمی ایفا می‌کند (دهقانی و حسنی، ۱۴۰۰).

اعتمادی و نیلفروشان (۱۳۹۱)، نیز در تحقیقی با عنوان «رابطه تاب‌آوری و سبک‌های دلبستگی با پیشرفت تحصیلی زبان آموزان» دریافتند که بین تاب‌آوری و سبک‌های دلبستگی با پیشرفت تحصیلی، رابطه مثبت و معناداری برقرار است.

یافته‌های مطالعه محبی نورالدین وند، شهنی بیلاق و شریفی (۱۳۸۳)، نشان داد که بین اهداف پیشرفت و عملکرد تحصیلی مطلوب دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و همچنین متغیر تاب‌آوری قادر است جهت‌گیری عملکرد تحصیلی آنان را پیش‌بینی نماید.

بر اساس پژوهش‌ها، در حوزه سلامت؛ توجه به سطح تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان، اهمیت بالایی دارد. دانش‌آموزانی که از این ویژگی بهره می‌برند، حتی در مواجهه با رویدادهای فشارزا و شرایطی که احتمال عملکرد ضعیف یا ترک تحصیل را افزایش می‌دهد، قادر به حفظ انگیزه و عملکرد تحصیلی مطلوب خود هستند (رادهمانی و کلایوانی، ۲۰۲۱). این یافته‌ها با نتایج تحقیقات هی و همکاران (۲۰۲۳) و یانگ و وانگ (۲۰۲۲)، همسو است.

شواهد پژوهشی گوناگون نشان می‌دهند که تاب‌آوری تحصیلی با پیامدهای مثبت متعددی همراه است. از جمله این پیامدها می‌توان به افزایش انگیزه، توانایی مدیریت فشار روانی و حفظ تعادل در شرایط دشوار اشاره کرد (ماتیوچی و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین این ویژگی موجب افزایش توانایی کنترل محیط و برقراری ارتباط مؤثر با دیگران می‌شود ((افلی، ۲۰۱۹). تقویت اعتماد به نفس، خوش‌بینی، سازگاری، خلاقیت در یافتن راه‌حل و کاهش سطح فشار روانی از دیگر نتایج آن است (گرین، ۲۰۱۸).

علاوه بر این، تاب‌آوری تحصیلی به بهبود مدیریت هیجانات منجر می‌شود (نیون، ۲۰۱۷). این ویژگی در نهایت باعث انعطاف‌پذیری بیشتر در برابر مشکلات تحصیلی، بهبود عملکرد تحصیلی و دستیابی به موفقیت می‌گردد (کیلیمستر، ۲۰۱۵).

در یک بررسی گسترده که توسط ماستن و کاترورت (۱۹۹۸) بر روی ۹ مطالعه در زمینه تاب‌آوری طی ۲۲ سال انجام شد، نشان داده شد که عوامل حمایتی تاب‌آوری در سلامت روان مؤثر است (کینگ، ۲۰۱۰).

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این پژوهش همسو با مطالعات پیشین نشان می‌دهد که تاب‌آوری تحصیلی نقش بسزایی در تبیین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد. دانش‌آموزانی که از سطح بالایی از تاب‌آوری برخوردارند، با بهره‌گیری از مؤلفه‌هایی چون مهارت‌های ارتباطی، نگرش مثبت، هدفمندی و توانایی مدیریت هیجانات، قادرند در رویارویی با چالش‌های آموزشی، نه تنها عملکرد خود را حفظ کنند، بلکه آن را بهبود بخشند.

لذا می‌توان گفت تاب‌آوری تحصیلی با تقویت دو عنصر کلیدی «بازگشت به تعادل روانی» و «حفظ واکنش‌های سازگارانه» در برابر چالش‌ها، به طور مستقیم بر انگیزه پیشرفت، تداوم تلاش و در نهایت بر دستاوردهای آموزشی اثر می‌گذارد. این نتیجه با دیدگاه اجتماعی-تعاملی که بر اهمیت روابط سازنده و تجربیات مثبت دانشگاهی در پرورش تاب‌آوری تأکید دارد، همخوانی کامل دارد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که تاب‌آوری تنها یک ویژگی فردی نیست، بلکه برآیند تعامل پویای بین فرد و محیط آموزشی است که غنی‌سازی این محیط می‌تواند به رشد و توسعه آن بینجامد.

با توجه به اینکه مطالعات نشان می‌دهد تاب‌آوری تحصیلی هم به عنوان یک عامل محافظ در برابر پیامدهای منفی استرس عمل می‌کند و هم بازگشت به وضعیت مطلوب پس از مشکلات را تسهیل می‌نماید (اخوتی، شکری و خدایی، ۱۴۰۱) و از آنجا که این ویژگی صرفاً ذاتی نبوده و تا حد زیادی تحت تأثیر تجربه‌های محیطی و یادگیری قرار دارد (دهقانی و حسنی، ۱۴۰۰)، می‌توان پیش‌بینی کرد که توسعه برنامه‌های آموزشی برای تقویت تاب‌آوری در محیط‌های یادگیری می‌تواند تفاوت‌های معناداری در کیفیت سازگاری و پیشرفت تحصیلی ایجاد کند. بر این اساس، این امر باید به یکی از اولویت‌های پژوهشی تبدیل شود (اخوتی، شکری و خدایی، ۱۴۰۱).

نتیجه‌گیری

با استناد به یافته‌های این پژوهش، می‌توان دریافت که تاب‌آوری تحصیلی به عنوان قابلیت پویا و اثرگذار، نقش تعیین‌کننده‌ای در تبیین عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد دانش‌آموزانی که از تاب‌آوری تحصیلی بالاتری برخوردارند، به دلیل نگاه متفاوتی که به چالش‌های تحصیلی، گذرا بودن مشکلات، پابندی به اهداف و توانایی‌های خود دارند، به هنگام برخورد با مشکلات تحصیلی سرخورده و ناامید نشده و در پی یافتن راه‌حلی مفید و مؤثر برای گذر از آن چالش موقت هستند زیرا آن‌ها به توانایی‌های خود ایمان دارند و در راه رسیدن به اهداف تحصیلی به راحتی تسلیم نمی‌شوند.

در نتیجه عملکرد تحصیلی دانش آموزان تاب آور بطور چشمگیری متفاوت و درخشان تر است از دانش آموزانی که به هنگام برخورد با کوچکترین مشکل تحصیلی ناامید شده و دست از مبارزه با مشکل و حتی تلاش برای هدفشان بر می دارند. این دسته از افراد با پشت سر گذاشتن موانع و شرایط دشوار، نه تنها قادرند کیفیت عملکرد آموزشی خود را ارتقا بخشند، بلکه روند پیشرفت تحصیلی خود را نیز به شکل محسوسی بهبود می بخشند .

در واقع، هنگامی که دانش آموزان از توانایی لازم برای رویارویی با فشارهای مختلف بهره مند باشند، می توانند به شکل مؤثری با چالش ها و مشکلات کنار آمده و به نتایج بهتری در فرآیند یادگیری دست یابند. شایان ذکر است که در شرایط یکسان آموزشی و در مواجهه با مشکلات مشابه، عملکرد برخی دانش آموزان به طور قابل توجهی مطلوب تر است که این امر می تواند نشان از برخورداری این افراد از ظرفیت بالای مقابله با چالش های تحصیلی باشد. از این رو، تاب آوری تحصیلی ناکامی های موقت را به فرصت های یادگیری مبدل ساخته و با تقویت خودباوری، زمینه دستیابی به موفقیت های علمی را فراهم می آورد. بدین سبب این مقاله بر اهمیت گنجاندن برنامه های تقویت تاب آوری در نظام آموزشی کشور به عنوان راهبردی اساسی تأکید می کند.

یافته های این پژوهش برای طیف وسیعی از ذینفعان نظام آموزشی از جمله سیاست گذاران و برنامه ریزان کلان آموزشی در سطح وزارتخانه ها، مدیران مؤسسات آموزشی، مشاوران و تسهیل گران حوزه آموزش، معلمان و اساتید و همچنین خانواده ها مفید است. این یافته ها می تواند مبنای طراحی کارگاه های آموزشی تقویت تاب آوری، تدوین محتوای درسی یکپارچه در سطوح مختلف آموزشی، طرح های مشاوره ای و مداخلاتی برای دانش آموزان در معرض خطر و همچنین سیاست های حمایتی برای ارتقای سلامت روان دانش آموزان قرار گیرد. در نهایت، به کارگیری این نتایج می تواند به ارتقای کیفیت آموزش، افزایش نرخ موفقیت تحصیلی و تربیت نیروی انسانی توانمند و تاب آور برای پیشبرد اهداف توسعه کشور منجر شود.

منابع

- اخوتی، فرزانه. شگری، امید. خدایی، علی. (۱۴۰۱). تاثیر آموزش تاب آوری روان شناختی بر افکار خودآیند منفی و راهبردهای مقابله شناختی هیجان در دانشجویان. روانشناسی بالینی و شخصیت، ۲۰(۲)، ۱۲۱-۱۳۳.
- امانی، مالحت. کیانی، عارفه. (۱۳۹۶). بررسی رابطه کمالگرایی و عملکرد تحصیلی: نقش میانجی خودنظم بخشی خودکارآمدی تحصیلی. فصلنامه پژوهشهای کاربردی روانشناختی، ۸(۲)، ۵۱-۶۸.
- بشرپور، سجاد. عینی، ساناز. (۱۴۰۱). تدوین مدل علی سازگاری تحصیلی دانش آموزان با ناتوانی یادگیری براساس خودکارآمدی تحصیلی و اشتیاق تحصیلی: نقش میانجی تاب آوری تحصیلی. ناتوانی های یادگیری، ۱۲(۲)، ۱۸-۳۳.
- پری کاری، مریم. پری کاری، مهسا. (۱۴۰۴). نقش مداخلات روانشناسی مثبت نگر بر عملکرد تحصیلی. اولین همایش ملی روابط سالم و روان شناسی مثبت نگر.
- پری کاری، مهسا. پری کاری، مریم. (۱۴۰۴). بررسی تاثیر تاب آوری تحصیلی بر یادگیری زبان انگلیسی. کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی، مشاوره و مطالعات اجتماعی.
- پورطالب، نرگس. بدری گرگری، رحیم. (۱۴۰۱). تاثیر شایستگی اجتماعی هیجانی بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان با میانجی گری خودکارآمدی تحصیلی و امیدواری. روانشناسی ۴، ۳۴۸-۳۵۷.
- حسامپور، فاطمه. رضایی، علی محمد. (۱۴۰۲). نقش انگیزه تحصیلی، هیجان های تحصیلی، و هوش اخلاقی در پیش بینی عملکرد تحصیلی دانش آموزان. فصلنامه سلامت روان کودک، ۱۰(۴)، ۶۳-۷۸.
- خاکپور، رضا. لطف نژادافشار، سیما. دوکانه ای فرد، فریده. (۱۴۰۱). ارائه مدل ساختاری پیش بینی بهزیستی روان شناختی بر اساس عملکرد خانواده، خوش بینی و تاب آوری با میانجیگری کفایت اجتماعی و خودکارآمدی تحصیلی در دانشجویان. تازه ها و پژوهش های مشاوره ۸۱، ۱۴۹-۱۷۹.
- دسترنج رودسری، لاله. ترخان، مرتضی. (۱۴۰۳). رابطه ادراک از محیط یادگیری و انگیزه پیشرفت با تاب آوری تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۶۷(۳).
- دهقانی، یوسف. حسنی، محمد امین. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش تاب آوری بر مدیریت استرس، عواطف و رفتار کمک طلبی تحصیلی دانش آموزان مبتلا به اختلال یادگیری. ناتوانی های یادگیری، ۱۱(۱)، ۳۳-۴۷.
- سعادت، سجاد. اعتمادی، عذرا. نیلفروشان، پریرسا. (۱۳۹۶). رابطه تاب آوری و سبک های دلبستگی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۷(۴)، ۴۶-۵۵.
- شاهرخی، محسن. نیکبخت، لیلا. (۱۴۰۳). بررسی رابطه بین تفکر انتقادی، عزم یادگیری زبان خارجی، حل مسئله، و تاب آوری زبان آموزان سطح متوسط ایرانی: مدل سازی معادلات ساختاری. پژوهش های زبان شناختی در زبان های خارجی، ۱۴(۳)، ۴۰۱-۳۸۵.
- شکرپور، نسرين. نصیری، الهام. پاکدل، فرهاد. شهبازی، مریم. (۱۴۰۳). بررسی رابطه انگیزش تحصیلی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان بالینی دانشگاه علوم پزشکی شیراز. مجله علوم پزشکی صدرا، ۱۲(۴)، ۵۱۳-۵۲۷.
- صدوقی، مجید. (۱۳۹۷). رابطه خودکارآمدی و تاب آوری تحصیلی با سازگاری و عملکرد تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی. دومانهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، ۱۱(۲): ۷-۱۴.
- عمرانی، پروانه. افکاری، فرشته. قادری، مصطفی. (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش معکوس بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان. پژوهش در برنامه ریزی درسی (دانش و پژوهش در علوم تربیتی- برنامه ریزی درسی)، ۱۱۸(۴۱) (پیاپی ۶۸)، ۱۷۸-۱۸۹.
- کاروان بروجردی، کیانا. شریعت باقری، محمدمهدی. صالحی، کیوان. (۱۴۰۳). اثربخشی بسته مشاوره مبتنی بر پیشگیری از اهمال کاری تحصیلی بر تاب آوری تحصیلی.

- گشمردی، محمود رضا. بوغیری، سعیده. (۱۴۰۱). بررسی جذب اجتماعی در فضای دانشگاهی به عنوان عاملی موثر بر تاب آوری و موفقیت تحصیلی دانشجویان زبان فرانسه در ایران. پژوهش های زبان و ترجمه فرانسه. ۱. ۱۵۷-۱۳۵.
 - محامد، رحیم. بهروزی، ناصر. شهنی ییلاق، منیجه. حاجی یخچالی، علیرضا. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی آموزش تاب آوری و راهبردهای یادگیری خودتنظیمی بر تأخیر در رضامندی و فرسودگی تحصیلی دانش آموزان.
 - محبی نورالدین وند، محمدحسین. شهنی ییلاق، منیجه. شریفی، حسن پاشا. (۱۳۹۳). رابطه سرمایه روانشناختی (امید، خوش بینی، تاب آوری و خودکارآمدی) با هدف های پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانشجویان سال اول. پژوهش در برنامه ریزی درسی، ۱۱(۴۰)، ۶۱-۷۹.
 - مقدم، صفورا. (۱۴۰۲). بررسی ارتباط میان خودکارآمدی تحصیلی و خلاقیت هیجانی با عملکرد تحصیلی. کاوش های نوین در علوم محاسباتی و مدیریت رفتاری، ۱(۲)، ۱۱۷-۱۲۴.
 - یعقوبی، ابوالقاسم. بی تا، محدثه. (۱۴۰۳). فراتحلیل رابطه سبک های هویت و عملکرد تحصیلی. مجله اندازه گیری تربیتی. ۱۴(۵۵). ۱۴۴-۱۱۶.
 - یوسف وند، مهدی. قدم پور، عزت اله. صادقی، مسعود. غلامرضایی، سیمین. (۱۳۹۷). نقش پایستگی آموزشی، مکان کنترل و هیجانات تحصیلی در پیش بینی تاب آوری تحصیلی. تدریس پژوهی. ۶(۴). ۱۲۷-۱۴۴.
- Afeli, A. S. (۲۰۱۹). Academic accommodation strategies for pharmacy students with learning disabilities: What else can be done? *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, ۱۱(۸), ۷۵۱-۷۵۶.
 - Green, J. L. (۲۰۱۸). Peer support systems and professional identity of student nurses undertaking a UK learning disability nursing programme. *Nurse Education in Practice*, ۳۰, ۵۶-۶۱.
 - He, H., Zhu, N., Lyu, B., & Zhai, S. (۲۰۲۳). Relationship between nurses' psychological capital and satisfaction of elderly cancer patients during the COVID-۱۹ pandemic. *Frontiers in psychology*, ۱۴, ۱۱۲۱۶۳۶.
 - Kilmister, H. (۲۰۱۵). What an Interruption in study can reveal about learner motivation and resilience. *Journal of Prosthetic Dentistry*, ۵(۳), ۶۵-۷۱.
 - King, D. B. (۲۰۰۸). Rethinking claims of spiritual intelligence (Doctoral dissertation, A Thesis Submitted to the Committee on Graduate Studies in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Science in the Faculty of Arts and Science).
 - Masten, A. S. (۲۰۰۱). "Ordinary magic: Resilience processes in development". *American psychologist*, ۵۶(۳), ۳۸-۲۲۷.
 - Matteucci, M. C., Scalone, L., Tomasetto, C., Cavrini, G., & Selleri, P. (۲۰۱۹). Health-related quality of life and psychological wellbeing of children with specific learning disorders and their mothers. *Research in Developmental Disabilities*. ۸۷(۱), ۴۳-۵۳.
 - Niven, K. (۲۰۱۷). The four key characteristics of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, ۱۷, ۸۹-۹۳.
 - Radhamani, K., & Kalaivani, D. (۲۰۲۱). Academic resilience among students: A review of literature. *International Journal of Research and Review*, ۸(۶), ۳۶۰-۳۶۹.
 - Rudd, G., Meissel, K., & Meyer, F. (۲۰۲۱). Measuring academic resilience in quantitative research: A systematic review of the literature. *Educational Research Review*, ۳۴, ۱۰۰۴۰۲. Sabouripour, S., et al. (۲۰۲۱). Mediating Role of Self-Efficacy in the Relationship Between Optimism, Psychological Well-Being, and Resilience.
 - Wang, M.C., & Gordon, E.W. (Eds.). (۱۹۹۴). *Educational Resilience in inner-city America: Challenges and Prospects* (1st ed.). Routledge.
 - Yang, S., & Wang, W. (۲۰۲۲). The role of academic resilience, motivational intensity and their



relationship in EFL learners' academic achievement. *Frontiers in Psychology*.