



## بررسی رابطه اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش آموزان

محمدباقر توکلی: مربی، عضو هیئت علمی دانشگاه فرهنگیان، تهران، ایران (\*نویسنده مسئول) [tavakoli210204@gmail.com](mailto:tavakoli210204@gmail.com)

### چکیده

#### کلیدواژه‌ها

اضطراب حالت رقابتی،  
انگیزش تحصیلی،  
سلامت روانی

**زمینه و هدف:** سلامت روانی دانش آموزان یکی از مهمترین شاخص‌های رشد و پیشرفت نظام آموزش و پرورش یک کشور محسوب می‌شود که اضطراب و انگیزش تحصیلی در تغییرات سطح سلامت روانی اثرگذار هستند؛ لذا هدف پژوهش بررسی رابطه اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش آموزان بود.

**روش کار:** پژوهش حاضر از نظر روش توصیفی و از نوع همبستگی بوده و جامعه آماری آن شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر مریوان بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. تعداد جامعه آماری بنا بر استعلام از واحد آمار اداره آموزش و پرورش شهرستان سنندج برابر با ۸۵۰ نفر بود. حجم نمونه طبق جدول کرجسی و مورگان ۲۶۵ نفر از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار تحقیق شامل سه اضطراب رقابتی بشارت و همکاران (۱۳۹۰)، انگیزش تحصیلی هارتر (۱۹۸۱) و سلامت روان گلدبرگ (۱۹۷۲) بود. از روش آماری پیرسون برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج تحقیق نشان داد که بین مؤلفه‌های اضطراب حالت رقابتی با سلامت روانی در دانش آموزان رابطه منفی و معنادری وجود دارد، در حالی که بین مؤلفه‌های انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش آموزان تیزهوش رابطه مثبت و معنادری وجود دارد.

**نتیجه‌گیری:** به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که بین اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی با سلامت روانی رابطه معنادری وجود دارد لذا نیاز است برنامه‌ریزان و نیز مدیران آموزش و پرورش جهت افزایش سلامت روانی در دانش آموزان، اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی را مورد توجه قرار دهند.

**تعارض منافع:** گزارش نشده است.

**منبع حمایت‌کننده:** حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Tavakoli MB. Investigating the Relationship between Competitive Anxiety and Academic Motivation with Mental Health in Students. Razi J Med Sci. 2023;29(11):241-250.

\*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با [CC BY-NC-SA 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/) صورت گرفته است.



Original Article

## Investigating the Relationship between Competitive Anxiety and Academic Motivation with Mental Health in Students

© **Mohammad Bagher Tavakoli:** Instructor, Faculty Member of Farhangian University, Tehran, Iran (\*Corresponding author) tavakoli210204@gmail.com

### Abstract

**Background & Aims:** Success and progress in learning is the goal of all educational systems and the degree of benefit from educational environments requires students' sense of energy and mental health. One of the most important variables in the health of the educational context of any country's educational system is mental health, which is an internal sense to ensure mental health, and in fact, researchers have called it a useful and simple way to understand the concept of students' well-being. In their daily academic life, students face various challenges, obstacles, and special pressures during their studies, which are a threat to their self-confidence, motivation, and, as a result, their academic performance. Some students are successful in dealing with them and others are not successful in this field. Therefore, educational researchers should pay serious attention to understanding and how to adapt to academic challenges. Mental Health Mental health is an issue beyond the absence or absence of mental illness. The positive dimension of mental health, which the World Health Organization relies on, is included in the definition of health: "Health is a state of physical, mental and social well-being, not just the absence of disease or disability". Therefore, mental health is a state of well-being in which a person recognizes his abilities and can adapt to the normal stresses of life and be useful and productive in terms of work. Competitive anxiety and academic motivation can be mentioned among the factors affecting mental health. Anxiety, as a negative feeling, affects a person's perception and leads to a decrease in performance. Of course, many students experience anxiety. Competitive anxiety is an issue that almost every student faces from time to time. When the demands on a student exceed their perceived ability, their stress level rises. Motivation is the most important condition for learning. Interest in learning is the product of factors related to a student's personality and ability, task characteristics, incentives, and other environmental factors. What factors make students' motivation (due to its long-term effects on learning and self-fertility in students) valuable for parents and teachers? Motivated students are easily identified. They are eager to learn, interested, curious, hardworking, and serious. These students easily overcome obstacles and problems, spend more time studying and completing school assignments, learn more, and continue their education after finishing high school. Motivation can be seen as an intervening process with an internal state of an organism that forces or motivates it to act, in other words, it can be said that motivation is a force that gives force to behavior and guides it. Slow and is an effective factor in mental health. Like other topics, there has been a lot of research on the relationship between competitive anxiety, academic motivation, and mental health, but there is no integrated research among school students. Considering the review of past research and the understanding of the relationship between research variables, the lack of integrated research in this field, as well as the importance of competitive anxiety and academic motivation and mental health, the research question of the current research is whether there is a relationship between competitive anxiety and motivation. Is there a relationship between education and mental health in students?

### Keywords

Competitive Anxiety,  
Academic Motivation,  
Mental Health

Received: 17/12/2022

Published: 07/02/2023

**Methods:** The present research is descriptive and correlational in terms of method, and its statistical population included all male student in the second year of high school in Marivan city who were studying in the academic year 2021-2022. The statistical population was 850 people according to the inquiry from the Statistics Unit of the Sanandaj Education Department. According to the table of Karjesi and Morgan, 265 people were selected through a simple random sampling method. Research tools included three competitive anxiety of Besharat et al. (2021), Harter's academic motivation (1981), and Goldberg's mental health (1972). Pearson's statistical method was used for data analysis.

**Results:** The research results showed that there is a negative and significant relationship between the components of competitive anxiety and mental health in students, while there is a positive and significant relationship between the components of academic motivation and mental health in gifted students.

**Conclusion:** In general, it can be concluded that there is a significant relationship between competitive anxiety and academic motivation with mental health, so there is a need for planners and education managers to increase mental health in students, competitive anxiety and academic motivation. Pay attention the current research, like any other research, has limitations that can clarify the findings and suggestions of the research and help future researchers to adopt effective measures to deal with the threat of internal and external validity of research projects. to give The basic limitations of the current research are as follows: the bias of people towards answering the questions of the questionnaires, which reduces the accuracy of the results to some extent, the presence of unwanted variables that affect the results of the research, and the lack of use of other research tools such as observation and interview. It has been associated with the subjects and only using the questionnaire. It is recommended to educational managers to take appropriate motivational measures such as innovation and creativity in creating a competitive and encouraging educational environment with appropriate and up-to-date educational facilities, suitable educational buildings, and preparing students as best as possible for their future jobs. , make regular visits and scientific trips, and use teachers with high scientific knowledge and skills. It is suggested that the scientific and academic interests and tastes of the students be identified and these interests come to the fore through centers, associations, and scientific organizations. Providing a suitable atmosphere in terms of group work, creating innovation in teaching methods, using sincere and friendly spoken literature, and using students in teaching discussions are among the things that can be done by teachers in order to increase the academic motivation of students.

**Conflicts of interest:** None

**Funding:** None

#### Cite this article as:

Tavakoli MB. Investigating the Relationship between Competitive Anxiety and Academic Motivation with Mental Health in Students. Razi J Med Sci. 2023;29(11):241-250.

\*This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.

## مقدمه

موفقیت و پیشرفت در یادگیری هدف همه نظام‌های آموزشی و میزان بهره‌مندی از محیط‌های آموزشی مستلزم احساس انرژی و سلامت روانی دانش‌آموزان است. از مهم‌ترین متغیرها در سلامت بافت تحصیلی سیستم آموزشی هر کشوری، سلامت روانی می‌باشد که حسی درونی برای تضمین سلامت ذهنی است و در واقع پژوهشگران آن را راهی مفید و ساده برای درک مفهوم بهزیستی دانش‌آموزان عنوان کرده‌اند (۱). در زندگی روزانه تحصیلی دانش‌آموزان با انواع چالش‌ها، موانع و فشارهای ویژه دوران تحصیل روبه‌رو می‌شوند که تهدیدی برای اعتماد به نفس، انگیزش و در نتیجه عملکرد تحصیلی آنها می‌باشد. عده‌ای از دانش‌آموزان در مقابله با آن‌ها موفق عمل می‌کنند و دیگران در این زمینه موفقیت قابل‌قبولی ندارند. از این رو پژوهشگران تعلیم و تربیت باید به درک و چگونگی سازگاری با چالش‌های تحصیلی توجه جدی نشان دهند (۲). سلامت روانی بهداشت روان موضوعی فراتر از فقدان یا نبود بیماری روانی است. بعد مثبت بهداشت روان که سازمان بهداشت جهانی بهداشت نیز روی آن تکیه دارد، در تعریف سلامتی لحاظ شده است «سلامتی یک حالت رفاه جسمی، روانی و اجتماعی است نه فقط نبود بیماری و یا ناتوانی» (۳). بنابراین، بهداشت روان حالتی از رفاه است که در آن فرد توانایی هایش را باز می‌شناسد و قادر است با استرس‌های عادی و معمول زندگی، سازگاری داشته و از نظر شغلی مفید و سازنده باشد (۴). از عوامل موثر بر سلامت روانی می‌توان به اضطراب رقابتی و انگیزش تحصیلی اشاره کرد (۵).

اضطراب به عنوان یک احساس منفی، بر ادراک فرد تأثیر می‌گذارد، و منجر به کاهش عملکرد می‌گردد. البته تعداد زیادی از دانش‌آموزان اضطراب را تجربه می‌کنند. اضطراب رقابتی موضوعی است که تقریباً هر دانش‌آموزی مدتی با آن روبرو می‌شود. وقتی خواسته‌ها از یک دانش‌آموز نسبت به توانایی درک شده فراتر رود، سطح استرس آن‌ها بالا می‌رود (۶). علائم اضطراب رقابتی یک امر فردی است، اما به طور کلی آن‌ها در سه سطح قابل تشخیص هستند: علائم شناختی مربوط به فرآیندهای فکری، از جمله ترس، بی‌احتیاطی، تمرکز ضعیف، از دست دادن اعتماد به نفس و گفتگو با

شکست است. علائم جسمی (جسمی) شامل فشار عضلانی، دست و پا چسبیده، افزایش ضربان قلب مربوط می‌شود. اضطراب رقابتی اغلب با ترس از شکست در ارتباط است و درک یک دانش‌آموز از توانایی‌های خود ممکن است مبتنی بر عملکرد تحصیلی با شد و عاملی مؤثر بر عملکرد تحصیلی و سرزندگی تحصیلی دانش‌آموز محسوب می‌شود (۷).

انگیزش مهمترین شرط یادگیری است. علاقه به یادگیری محصول عواملی است که به شخصیت و توانایی دانش‌آموز، ویژگی‌های تکالیف، مشوق‌ها و سایر عوامل محیطی مربوط می‌شود. چه عواملی باعث می‌شود که برانگیختگی دانش‌آموزان (به دلیل آثار بلندمدت آن در یادگیری و خودباروری در دانش‌آموزان) برای والدین و معلمان با ارزش باشد (۸). دانش‌آموزان با انگیزه به راحتی شناخته می‌شوند. آن‌ها به یادگیری اشتیاق داشته، علاقمند، کنجکاو، سختکوش و جدی هستند. این دانش‌آموزان به راحتی موانع و مشکلات را از پیش پای خود بر می‌دارند، زمان بیشتری برای مطالعه و انجام تکالیف مدرسه صرف می‌کنند، مطالب بیشتری می‌آموزند و پس از پایان دوره دبیرستان به تحصیلات ادامه می‌دهند (۹). انگیزش را می‌توان به عنوان یک فرایند مداخله‌کننده با یک حالت درونی جاندار دانست که او را وادار یا ترغیب به عمل می‌کند به عبارتی دیگر می‌توان گفت انگیزش نیرویی است که به رفتار نیرو می‌دهد و آن را هدایت می‌کند و عاملی مؤثر بر سلامت روانی است (۱۰). الفاتانی (AlFattani) و همکاران (۲۰۲۱) نیز در مطالعه خود گزارش کردند که سلامت روانی بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر دارد (۹). السولایس (Al sulais) و همکاران (۲۰۲۰) نیز گزارش دادند که انگیزش تحصیلی پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی و عملکرد تحصیلی می‌باشد (۴). الهاربی (Alharbi) و همکاران (۲۰۲۲) در مطالعه‌ای به این نتیجه رسیدند که سلامت روانی پایین با کاهش اشتیاق تحصیلی دانشجویان مرتبط است (۱۱). اندرسون (Anderson) و همکاران (۲۰۲۰) در پژوهش خود نقش اشتیاق تحصیلی در پیش‌بینی سلامت روانی دانشجویان را تأیید کردند (۱۲). الخامیس (Alkhamees) و همکاران (۲۰۲۰) نقش سلامت روانی در پیش‌بینی اشتیاق تحصیلی را رد کردند (۱۳). الکشکی (El

پرسشنامه‌ی اضطراب رقابتی طی پژوهش بشارت و همکاران (۱۳۹۰) با روش آلفای کرونباخ برای هر یک از زیر مقیاس‌ها نیز محاسبه شده است.

**پرسشنامه انگیزش تحصیلی:** پرسشنامه استاندارد انگیزش تحصیلی هارتر (۱۹۸۱) شامل ۳۳ گویه و هدف آن بررسی انگیزش تحصیلی در بین دانش آموزان می‌باشد. این ابزار شکل ۱ اصلاح شده مقیاس هارتر (۱۹۸۰، ۱۹۸۱) به عنوان یک ابزار سنجش انگیزش تحصیلی است. همان‌گونه که بیان شد مقیاس اصلی هارتر، انگیزش تحصیلی را با سؤال‌های دو قطبی می‌سنجد که یک قطب آن انگیزش درونی و قطب دیگر انگیزش بیرونی است و پاسخ آزمودنی به موضوع هر سؤال فقط می‌تواند یکی از دلایل بیرونی یا درونی را دربرداشته باشد. از آنجا که در بسیاری موضوع‌های تحصیلی انگیزه‌های درونی و بیرونی هر دو نقش دارند، لپر و همکاران (۲۰۰۵) مقیاس هارتر را به شکل مقیاس‌های معمول درآوردند که هر سؤال تنها یکی از دلایل انگیزش درونی و بیرونی در نظر می‌گیرد. این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت (هیچ وقت، ۱؛ به ندرت، ۲؛ گاهی اوقات، ۳؛ اکثر اوقات، ۴؛ تقریباً همیشه؛ ۵) می‌باشد.

**پرسشنامه سلامت روانی:** این مقیاس اولین بار توسط گلدبرگ (۱۹۷۲) تنظیم گردید. پرسشنامه اصلی دارای ۶۰ سؤال است، اما فرم‌های کوتاه شده ۳۰ سؤالی، ۲۸ سؤالی و ۱۲ سؤالی آن در مطالعات مختلف استفاده شده است. به نظر محققین ماری و ویلیامز، ۱۹۸۵، فرم‌های مختلف پرسشنامه سلامت روانی از روایی و کارایی بالایی برخوردار است و کارایی فرم ۱۲ سؤالی تقریباً به همان میزان فرم ۶۰ سؤالی است. در این مجموعه فرم ۲۸ سؤالی آن ارائه گردیده است که سئوال‌ات آن در برگیرنده چهار خرده مقیاس می‌باشد که هر یک از آن‌ها خود شامل ۷ سؤال می‌باشند. تمام گویه‌های پرسشنامه سلامت عمومی دارای ۴ گزینه هستند. دو نوع شیوه نمره‌گذاری برای این آزمون وجود دارد. یکی روش سنتی است که گزینه‌ها به صورت (۰-۱-۲-۳) نمره داده می‌شوند و حداکثر نمره فرد برابر ۲۸ می‌شود. روش دیگر نمره گذاری، روش لیکرتی است که

(Keshky و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی اثربخشی آموزش سلامت روانی بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر را معنادار گزارش دادند (۱۴). همانند دیگر موضوع‌ها در زمینه رابطه اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی و سلامت روانی نیز تحقیقات زیادی صورت گرفته ولی عدم وجود پژوهشی یکپارچه در بین دانش آموزان مدارس مشاهده می‌شود (۱۵). با توجه به مرور پژوهش‌های گذشته و درک رابطه میان متغیرهای پژوهش، عدم وجود پژوهشی یکپارچه در این زمینه و همچنین اهمیت اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی و سلامت روانی، سوال تحقیق پژوهش حاضر این می‌باشد که آیا بین اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش آموزان رابطه وجود دارد؟

## روش کار

با توجه به ماهیت این پژوهش، روش آن توصیفی و از نوع همبستگی می‌باشد. جامعه آماری آن شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره دوم متوسطه شهر مریوان بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. تعداد جامعه آماری بنا بر استعلام از واحد آمار اداره آموزش و پرورش شهر استان سنندج برابر با ۸۵۰ نفر بود. حجم نمونه طبق جدول کرجسی و مورگان ۲۶۵ نفر از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار جمع آوری داده‌ها به شرح زیر می‌باشد:

**پرسشنامه اضطراب رقابتی:** اضطراب رقابتی توسط پرسشنامه ۱۵ گویه‌ای اضطراب رقابتی بشارت و همکاران (۱۳۹۰) سنجیده شد. طریقه نمره گذاری این پرسشنامه براساس طیف لیکرت پنج درجه ای است که گزینه‌های آن از کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۵ است که کسب نمره ۱ از این پرسشنامه نشان دهنده کمترین میزان اضطراب رقابتی و نمره ۵ بازگو کننده بیشترین میزان اضطراب رقابتی می‌باشد که تعدادی از سوالات نیز بصورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. این پرسشنامه دارای سه زیرمقیاس است که هر کدام با تعدادی سؤال مشخص شده‌اند. ضرایب پایایی

رقابتی ۴۶/۶۹ و انگیزش تحصیلی ۱۱۴/۰۷ و نیز سلامت روانی برابر با ۶۶/۸۴ می‌باشد. در بین مؤلفه‌های اضطراب حالت رقابتی بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه اضطراب شناختی برابر با ۱۵/۸۴ و در بین مؤلفه‌های انگیزش تحصیلی بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه انگیزش درونی برابر با ۵۷/۹۲ و در بین مؤلفه‌های سلامت روانی بیشترین میانگین مربوط به مؤلفه اضطراب برابر با ۲۴/۷۳ می‌باشد.

با توجه به جدول شماره ۲ همبستگی معنی‌داری بین مؤلفه‌های اضطراب حالت رقابتی با سلامت روانی در دانش آموزان نشان می‌دهد و به طور مشخص بین اضطراب شناختی (۰/۲۰۲-)، اضطراب بدنی (۰/۱۷۰-) و عدم اعتماد به خود (۰/۱۷۸-) با سلامت روانی رابطه معکوس و معنی‌داری وجود دارد. بدین صورت که با کاهش اضطراب حالت رقابتی میزان سلامت روانی در دانش آموزان افزایش پیدا می‌کند و بالعکس.

با توجه به جدول شماره ۳ همبستگی معناداری بین مؤلفه‌های انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش

گزینه‌ها به صورت (۳-۲-۱-۰) نمره داده می‌شوند. حداکثر نمره آزمودنی با این روش در پرسشنامه مذکور ۸۴ می‌باشد. معمولاً در اکثر پژوهش‌ها از روش لیکرت استفاده می‌شود. همچنین در صورتی که نمرات به دست آمده کد گذاری مجدد نشده باشد با شند نمره بالاتر نشانگر سلامت روانی بیشتر می‌باشد. ذبیحی حصار (۱۳۹۰) نیز در پژوهش خود از پرسشنامه‌ی خوشبینی تحصیلی بیرد و همکاران (۲۰۱۰) استفاده نموده و روایی سازه و پایایی آن را با ضریب آلفا کرونباخ ۰/۸۷ مورد تایید قرار داده‌اند.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (فراوانی، درصد فراوانی، نمودار) و آمار استنباطی (آزمون کلموگروف-اسمیرنوف، آزمون همبستگی پیرسون استفاده شده است. همچنین برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم افزار SPSS استفاده شد

## یافته‌ها

با توجه به جدول شماره ۱، میانگین اضطراب حالت

جدول ۱- آماره‌های توصیفی مقیاس‌های متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
اضطراب شناختی	۱۵/۸۴	۲/۹۹
اضطراب بدنی	۱۵/۴۵	۲/۷۸
عدم اعتماد به خود	۱۵/۳۹	۲/۸۱
اضطراب حالت رقابتی	۴۶/۶۹	۶/۳۷
انگیزش درونی	۵۷/۹۲	۶/۰۹
چالش برانگیز بودن مسائل درسی	۳۱/۹۴	۴/۲۵
تمرکز بر کنجکاوی	۹/۴۵	۲/۱۶
تمایل به تسلط مستقلانه	۱۶/۵۳	۳/۱۲
انگیزش بیرونی	۵۶/۱۵	۴/۷۱
ترجیح کار آسان	۲۱/۳۷	۳/۱
تمرکز بر خوشایندی معلم	۱۴/۸۵	۲/۳
وابستگی به قضاوت معلم	۱۹/۹۲	۳/۰
انگیزش تحصیلی	۱۱۴/۰۷	۹/۰۳
علائم جسمانی و وضعیت سلامت عمومی	۲۳/۵۲	۲/۲۷
اضطراب	۲۴/۷۳	۳/۱۲
اختلال عملکرد اجتماعی	۲۲/۸۵	۳/۲۸
افسردگی	۲۴/۶۶	۲/۳۳
سلامت روانی	۶۶/۸۴	۵/۱۱

جدول ۲- ماتریس ضرایب همبستگی پیروان بین اضطراب حالت رقابتی با سلامت روانی

متغیر	۱	۲	۳	۴
اضطراب شناختی	۱			
اضطراب بدنی	۰/۷۰۵**	۱		
عدم اعتماد به خود	۰/۸۱۳ <sup>TS</sup>	۰/۱۳۱ <sup>TS</sup>	۱	
سلامت روانی	-۰/۲۰۳**	-۰/۱۷۰*	-۰/۱۷۸**	۱

\* در سطح ۰/۰۱ معنی داری است. \*\* در سطح ۰/۰۵ معنی داری است.

جدول ۳- ماتریس ضرایب همبستگی پیروان بین انگیزش تحصیلی با سلامت روانی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
انگیزش درونی	۱								
چالش برانگیز بودن مسائل درسی	۰/۸۶۳**	۱							
تمرکز بر کنجکاوی	۰/۸۴۵**	۰/۰۵۴ <sup>TS</sup>	۱						
تمایل به تسلط مستقلانه	۰/۶۲۵**	۰/۸۱۳ <sup>TS</sup>	۰/۱۰۲ <sup>TS</sup>	۱					
انگیزش بیرونی	۰/۳۹۰**	۰/۳۸۱**	۰/۰۶۸ <sup>TS</sup>	۰/۲۰۹**	۱				
ترجیح کار آسان	۰/۸۲۸**	۰/۴۰۵**	-۰/۰۶۹ <sup>TS</sup>	-۰/۰۲۳ <sup>TS</sup>	۰/۶۱۱**	۱			
تمرکز بر خوشایندی معلم	۰/۰۹۵ <sup>TS</sup>	-۰/۰۸۳ <sup>TS</sup>	-۰/۰۶۵ <sup>TS</sup>	۰/۱۳۱ <sup>TS</sup>	۰/۳۳۵**	-۰/۰۵۱ <sup>TS</sup>	۱		
وابستگی به قضاوت معلم	۰/۳۹۱**	۰/۱۷۸ <sup>TS</sup>	۰/۳۳۶**	۰/۲۵۶**	۰/۶۰۳**	-۰/۰۳۵ <sup>TS</sup>	-۰/۰۳۱ <sup>TS</sup>	۱	
سلامت روانی	۰/۶۲۸**	۰/۷۰۴**	۰/۱۶۳*	۰/۱۱۹**	۰/۴۰۵**	۰/۳۴۶**	۰/۱۵۵*	۰/۱۶۰*	۱

\* در سطح ۰/۰۱ معنی داری است. \*\* در سطح ۰/۰۵ معنی داری است.

در حد متعادل و سازنده ما را می‌دارد که برای انجام امور خود، به موقع و مناسب تلاش کرده، بدین ترتیب زندگی خود را با دوام‌تر و بارورتر سازیم (۱). یکی از قابل توجه‌ترین هیجانات منفی اضطراب رقابتی است، اضطراب حالت رقابتی، واکنش اضطرابی است که در موقعیت‌های خاص رقابتی ایجاد می‌شود. به عبارتی، اضطراب حالت رقابتی، به عنوان تمایلی برای درک موقعیت‌های رقابتی به عنوان عاملی تهدید کننده و پاسخ به این موقعیت‌ها با احساس نگرانی و یا تنش در نظر گرفته می‌شود (۱۴). علاوه بر تجربه افکار منفی و درک فعالیت فیزیولوژیکی، میزان باور فرد از توانایی مقابله با چالش‌ها نیز در به وجود آوردن اضطراب حالتی مهم است (۱۵). سلامت روانی به ظرفیت دانشجویان در تاب آوردن در برابر فشارها و پاسخ دادن انطباقی نسبت به موانعی که در طول دوره عادی تحصیلی در مدرسه، دانشکده یا دانشگاه تجربه می‌کنند اشاره دارد (۱۱). سلامت روانی عاملی مهم در چشم انداز روانی-آموزشی است، زمانی که دانشجویان رفتارهایی را در زندگی

آموزان نشان می‌دهد و به طور مشخص بین انگیزش درونی (۰/۶۲۸)، چالش برانگیز بودن مسائل درسی (۰/۷۰۴)، تمرکز بر کنجکاوی (۰/۱۶۷)، تمایل به تسلط مستقلانه (۰/۱۷۹)، انگیزش بیرونی (۰/۴۰۵)، ترجیح کار آسان (۰/۳۴۶)، تمرکز بر خوشایندی معلم (۰/۱۵۵) و وابستگی به قضاوت معلم (۰/۱۶۰) با سلامت روانی رابطه مستقیم و معنی‌داری وجود دارد. بدین صورت که با افزایش انگیزش تحصیلی میزان سلامت روانی در دانش آموزان افزایش پیدا می‌کند و بالعکس.

## بحث

نتایج نشان داد که بین اضطراب حالت رقابتی با سلامت روانی در دانش آموزان رابطه معنادار و منفی وجود دارد. نتایج این فرضیه با نتایج تحقیقات علی و همکاران (۲۰۱۹) (۱۵) و اتمن (Ettman) و همکاران (۶) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد، فقدان اضطراب یا اضطراب بیمارگونه ممکن است ما را با مشکلات و خطرات زیادی مواجه سازد. اضطراب

تحصیلی‌شان تجربه می‌کنند به آنان یاری می‌رساند، مخصوصاً گرفتاری‌ها و خطراتی که تقریباً به طور مکرر و هر روزه رخ می‌دهند (۶). رشد سازه سلامت روانی منجر به افزایش ایمنی دانشجویان در برابر مسائل و گرفتاری‌هایی می‌شود که در زندگی تحصیلی روزمره با آن روبرو می‌شوند. بهبود رشد ظرفیت سلامت روانی دانشجویان منجر به پیامدهای مثبتی می‌شود و به سلامتی آن‌ها کمک می‌کند (۹). همچنین، سلامت روانی با پیامدهای آموزشی انطباقی و سازگارانه مانند سطوح بالای اطمینان، برنامه‌ریزی و ایستادگی و سطوح پایین اضطراب و کنترل متزلزل به گونه‌ای مثبت همبسته است. از سوی دیگر، سلام روانی به گونه‌ای معکوس و منفی با اضطراب تحصیلی کلی و اضطراب امتحان همبسته است و اضطراب تحصیلی آینده را پیش بینی می‌کند (۱۱). بنابراین می‌توان نتیجه گرفت، دانش آموزان با اضطراب حالت رقابتی بالا دارای نوعی کمبود رفتاری در توانایی تحصیلی هستند. این فراگیران در استفاده از فرایندهای فراشناختی، کنترل و نظارت بر خود نیز مشکل دارند. اضطراب می‌تواند هنگام قرار گرفتن در شرایط مختلف تأثیر خود را بر سلامت روانی افراد از طریق ایجاد اختلال و بی‌نظمی شناختی در ذهن افراد بگذارد. در نتیجه، می‌توان انتظار داشت که رابطه‌ای معکوس و معنادار بین اضطراب و سلامت روانی افراد وجود دارد (۱۴).

از دیگر یافته‌های این مطالعه وجود رابطه معنادار بین انگیزش تحصیلی با سلامت روانی در دانش آموزان می‌باشد. در این راستا ساعلی (Sahli) و همکاران (۲۰۲۱) سلامت روانی را یکی از عوامل مهم افزایش عملکرد در یادگیری می‌دانند و بیان می‌دارند که سلامت روانی با مدیریت دانش ارتباط قوی دارد (۱۱). اتمن (Ettman) و همکاران معتقد هستند که با تقویت و بهبود استفاده از سلامت روانی، پیشرفت دانش آموزان در یادگیری دروس را در پی دارد و باعث افزایش روحیه مشارکت دانش آموزان می‌شود که موجبات ارتقا انگیزش تحصیلی فراهم می‌گردد (۶). در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد، دانش آموزان در دوره تحصیلی خود انواع چالش‌ها، موانع و فشارهای ویژه این دوره را تجربه

می‌نمایند. یکی از توانمندی‌هایی که در سازگاری تحصیلی آموزندگان مورد توجه قرار گرفته است، سازه انگیزش تحصیلی است. سرزندگی و انگیزش تحصیلی از جمله عوامل تعیین کننده موفقیت در نظام آموزشی می‌باشند. مفهوم انگیزش بیان کننده حقایق جالبی درباره درک رفتار و یادگیری است. در واقع، انگیزش موجب تقویت رفتار شده و عامل مهمی در پیشرفت تحصیلی محسوب می‌شود (۵). انگیزش تحصیلی نیز از جمله عوامل مهم و تأثیرگذار بر موفقیت در نظام آموزشی است. از طرفی، انگیزش مفهومی نظری است که تعیین کننده رفتار افراد در شرایط ویژه می‌باشد. انگیزش به صورت مستقیم بررسی نمی‌گردد؛ بلکه به دنبال تداوم پیشرفت‌ها استنباط می‌شود (۹). هنگامی که دانش آموزان در تکالیف درگیر می‌شوند و این درگیری منجر به حل مسئله و یادگیری شده و سرزندگی بیشتری از خویش بروز دهند و پس از موفقیت در مقابل چالش‌های تحصیلی موفق‌تر عمل نمایند. از طرفی دانش آموزانی که در مدرسه کامیاب می‌گردند، اغلب به شبکه‌های حمایتی قوی دسترسی داشته، دشواری‌های تحصیلی کمتری را تجربه نموده و در رویارویی با موانع و مسائلی که قسمتی از روند تحصیل به حساب می‌آیند، سلامت روانی خود را حفظ می‌نمایند (۱). با این وجود، تمامی دانش آموزان سطح مطلوبی از این سازه‌ها را تجربه نمی‌کنند. از سویی آموزگاران قادر هستند با ایجاد جو تعاملی و مشارکتی، تکالیف جذاب، تأکید به مهم بودن تکالیف درسی و مسائل مربوط به محیط تحصیلی دانش آموزان پرداخته و از این مسیر انگیزش و سلامت روانی دانش آموزان را بالا ببرند. بنابراین، افزایش انگیزش درونی و بیرونی و به ویژه آموزش راهکارهای افزایش انگیزش درونی در دانش آموزان موجب افزایش سلامت روانی آن‌ها می‌شود (۱۱). پژوهش حاضر، همانند هر پژوهش دیگر محدودیت‌هایی داشته است که بیان آن‌ها می‌تواند یافته‌ها و پیشنهادهای پژوهش را تصریح کرده و پژوهشگران بعدی را در اتخاذ تدابیر مؤثر برای مقابله با تهدید روایی درونی و بیرونی طرح‌های پژوهشی یاری دهد. محدودیت‌های اساسی پژوهش حاضر به قرار زیر

Ahmed HU, Sikder MT. The impact of COVID-19 pandemic on mental health & wellbeing among home-quarantined Bangladeshi students: a cross-sectional pilot study. *J Affect Disord.* 2020;277:121–128.

3. Alkhamees AA, Alrashed SA, Alzunaydi AA, Almohimeed AS, Aljohani MS. The psychological impact of COVID-19 pandemic on the general population of Saudi Arabia. *Compr Psychiatry.* 2020;102:152192.

4. Al sulais E, Mosli M, AlAmeel T. The psychological impact of COVID-19 pandemic on physicians in Saudi Arabia: a cross-sectional study. *Saudi J Gastroenterol.* 2020;26(5):249–255.

5. Pappa S, Ntella V, Giannakas T, Giannakoulis VG, Papoutsis E, Katsaounou P. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Brain Behav Immun.* 2020;88:901–907.

6. Ettman CK, Abdalla SM, Cohen GH, Sampson L, Vivier PM, Galea S. Prevalence of depression symptoms in US adults before and during the COVID-19 pandemic. *JAMA Netw Open.* 2020;3(9):e2019686–e2019686.

7. Ahmed AE, Al-Dahmash AM, Al-Boqami QT, Al-Tebainawi YF. Depression, anxiety and stress among Saudi Arabian dermatology patients: cross-sectional study. *Sultan Qaboos Univ Med J.* 2016;16(2):e217.

8. Alzahrani A, Alghamdi A, Alqarni T, Alshareef R, Alzahrani A. Prevalence and predictors of depression, anxiety, and stress symptoms among patients with type II diabetes attending primary healthcare centers in the western region of Saudi Arabia: a cross-sectional study. *Int J Ment Health Syst.* 2019;13(1):1–7.

9. AlFattani A, AlMeharish A, Nasim M, AlQahtani K, AlMudraa S. Ten public health strategies to control the Covid-19 pandemic: the Saudi experience. *IJID Regions.* 2021;1:12–19.

10. Sahli S, Nafisah SB. The prevalence of COVID-19 in Jizan Region-Saudi Arabia: a demographic analysis. *J Med Law Public Health.* 2021;1(2):15–18.

11. Alharbi A. The prevalence of depression and related factors during the COVID-19 pandemic among the general population of the Jazan Region of Saudi Arabia. *Cureus.* 2022;14(2):e21965.

12. Anderson RM, Heesterbeek H, Klinkenberg D, Hollingsworth TD. How will country-based mitigation measures influence the course of the COVID-19 epidemic? *Lancet.* 2020;395(10228):931–934.

13. Alkhamees AA, Aljohani MS, Alghesen MA, Alhabib AT. Psychological distress in quarantine designated facility during COVID-19 pandemic in Saudi Arabia. *Risk Manag Healthc Policy.*

می‌باشد: سوگیری افراد نسبت به پاسخگویی سوالات پرسشنامه‌ها که این عامل دقت نتایج را تا حدودی کاهش می‌دهد، وجود متغیرهای ناخواسته اما اثرگذار بر نتایج پژوهش و عدم استفاده از سایر ابزارهای پژوهشی مانند مشاهده و مصاحبه با آزمودنی‌ها و صرفاً استفاده از پرسشنامه همراه بوده است.

به مدیران آموزشی پیشنهاد می‌گردد اقدامات انگیزشی مناسبی از قبیل نوآوری و خلاقیت در ایجاد محیط آموزشی، رقابتی و تشویقی همراه با امکانات آموزشی مناسب و به روز، ساختمان‌های آموزشی مناسب، آماده‌سازی هر چه بهتر دانش آموزان برای شغل آینده خود، بازدیدها و سفرهای علمی منظم و استفاده از آموزگاران با دانش و مهارت‌های علمی بالا را انجام دهند. پیشنهاد می‌گردد علاقمندی و سلیقه‌های علمی و تحصیلی دانش آموزان شناسایی شوند و از طریق کانون‌ها، انجمن‌ها و تشکل‌های علمی، این علائق به عرصه ظهور برسند. فراهم نمودن جوی مناسب به لحاظ کار گروهی، ایجاد نوآوری در شیوه‌های تدریس، استفاده از ادبیات گفتاری صمیمانه و دوستانه و استفاده از دانش آموزان در بحث تدریس از جمله مواردی هستند که می‌توانند توسط آموزگاران در راستای افزایش انگیزش تحصیلی دانش آموزان مورد استفاده قرار گیرند.

## نتیجه‌گیری

به طور کلی می‌توان نتیجه گرفت که بین اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی با سلامت روانی رابطه معناداری وجود دارد لذا نیاز است برنامه‌ریزان و نیز مدیران آموزش و پرورش جهت افزایش سلامت روانی در دانش آموزان، اضطراب حالت رقابتی و انگیزش تحصیلی را مورد توجه قرار دهند.

## References

1. Tang F, Liang J, Zhang H, Kelifa MM, He Q, Wang P. COVID-19 related depression and anxiety among quarantined respondents. *Psychol Health.* 2021;36(2):164–178.
2. Khan AH, Sultana MS, Hossain S, Hasan MT,

2020;13:3103–3120.

14. El Keshky MES, Alsabban AM, Basyouni SS. The psychological and social impacts on personal stress for residents quarantined for COVID-19 in Saudi Arabia. *Arch Psychiatr Nurs.* 2021;35(3):311–316.

15. Ali AM, Green J. Factor structure of the depression anxiety stress Scale-21 (DASS-21): unidimensionality of the Arabic version among Egyptian drug users. *Subst Abuse Treat Prev Policy.* 2019;14(1):1–8.