

## رابطه جهت گیری هدف و باورهای خود کارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان

ناصر برگزینی<sup>۱</sup>، حیدرعلی زارعی<sup>۲</sup>

دریافت: ۱۴۰۳/۷/۱۴ پذیرش: ۱۴۰۳/۱۲/۱۱

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش بررسی رابطه‌ی جهت‌گیری هدف و باورهای خود کارآمدی با رفتار کمک‌طلبی تحصیلی در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خوی بود. روش تحقیق پژوهش حاضر از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان پسر مقطع دوم متوسطه شهرستان خوی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ که تعدادشان برابر ۶۲۳۶ نفر بود که به این منظور تعداد ۳۶۰ نفر با استفاده از جدول مورگان و به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه جهت‌گیری هدف میدلتن و میگل (۱۹۹۷)، پرسشنامه ی کمک طلبی تحصیلی ریان و پنتریچ (۱۹۹۷) و پرسشنامه باورهای خود کارآمدی شرر و همکاران (۱۹۸۲) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد. نتایج نشان داد که ضریب همبستگی بین مولفه جهت‌گیری هدف (تبحری، عملکردی و اجتنابی) با رفتار کمک طلبی تحصیلی (اجتناب از کمک طلبی تحصیلی) به ترتیب برابر با  $-۰/۳۶$ ،  $-۰/۱۲$  و  $۰/۱۳$  بوده و در سطح  $<۰/۰۵$  P رابطه معنی‌دار وجود دارد و بین مولفه جهت‌گیری هدف (تبحری، عملکردی و اجتنابی) با رفتار کمک طلبی تحصیلی (پذیرش کمک طلبی تحصیلی) به ترتیب برابر با  $۰/۳۵$ ،  $۰/۱۶$ ،  $-۰/۱۵$  بوده و در سطح  $<۰/۰۵$  P رابطه معنی‌دار وجود دارد. ضریب همبستگی بین باورهای خود کارآمدی با اجتناب از کمک طلبی تحصیلی برابر  $-۰/۳۰$  و پذیرش کمک طلبی تحصیلی برابر  $۰/۲۵$  بود که هر دو ضریب در سطح  $<۰/۰۵$  P معنادار بودند. همچنین ابعاد جهت‌گیری هدف و باورهای خود کارآمدی توانست میزان کمک طلبی تحصیلی را پیش‌بینی کند.

**کلید واژه‌ها:** جهت‌گیری هدف، باورهای خود کارآمدی، رفتار کمک طلبی تحصیلی

<sup>۱</sup>. کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، واحد خوی، دانشگاه آزاد اسلامی خوی، ایران

<sup>۲</sup>. دانشیار، گروه روان‌شناسی، واحد خوی، دانشگاه آزاد اسلامی خوی، ایران، نویسنده مسئول، ha.zarei@iau.ac.ir

## مقدمه

ایجاد انگیزه و علاقه در دانش‌آموزان نسبت به یادگیری و همت‌گماردن به امور تحصیلی یکی از مهم‌ترین نگرانی‌های متخصصین و دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت می‌باشد. متخصصان همواره تلاش نموده‌اند که با از میان برداشتن موانع موفقیت، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را ارتقاء بخشند. یکی از عواملی که می‌تواند مانع رشد و تعالی دانش‌آموزان شود، بی‌میلی و پرهیز این افراد از کمک‌طلبی جهت بهبود وضعیت تحصیلی خود می‌باشد. بنابراین، بررسی عواملی که موجب می‌شوند دانش‌آموزان از جستجوی کمک جهت پیشبرد مقاصد آموزشی پرهیز کنند می‌تواند به این هدف مهم، یعنی ارتقاء عملکرد تحصیلی، کمک شایانی نماید (جناآبادی و سارانی، ۱۳۹۸).

کمک‌طلبی یا سوال‌پرسی در کلاس درس یکی از راهبردهای مهم خودگردانی است که در یادگیری و عملکرد دانش‌آموزان نقش به‌سزایی دارد (اعظامی و کیهان، ۱۴۰۲). همچنین کمک‌طلبی به عنوان راهبردی برای غلبه بر مشکلات یادگیری و بهبود تبحر نیز تعریف می‌شود و آن را نوعی تلاش فعالانه برای استفاده از امکانات موجود در راستای دستیابی به موفقیت می‌دانند. با استفاده از کمک‌طلبی دانش‌آموزان می‌توانند مسائل و مشکلات یادگیری خود را تشخیص داده و از طریق سوال کردن از دیگران جهت رفع آن‌ها اقدام نمایند (الهامی فر و مهدی‌نژاد، ۱۳۹۸). اهمیت این نکته از این منظر است که اگر دانش‌آموزان کمکی را که به آن نیاز دارند درخواست نکنند، در واقع خود را در موقعیت محرومیت از یادگیری قرار می‌دهند.

دانش‌آموزی که در کلاس سوال می‌کند و کمک را زمانی که لازم است درخواست می‌کند، نه تنها مشکلات تحصیلی خود را کاهش می‌دهد، بلکه در این فرایند دانش و مهارت‌هایی کسب می‌کند که در موقعیت‌های بعدی می‌تواند از آنها برای کمک به خود استفاده کند (قنبری طلب و شیخ‌الاسلامی، ۱۳۹۹). بارانی و خرمایی (۱۳۹۸) بیان کرده‌اند حدود ۳۸ درصد دانش‌آموزان در مقطع ابتدایی، ۲۲ درصد در دوره متوسطه اول و ۱۶ درصد در دوره متوسطه دوم در صورت نیاز به کمک، از همسالان خود یاری می‌جویند.

اساس‌سازۀ کمک‌طلبی تحصیلی در نظریه یادگیری روانی-اجتماعی ویگوتسکی ریشه دارد. طبق این نظریه، عملکرد تحصیلی یادگیرندگان زمانی که به صورت مشارکتی فعالیت کنند، افزایش خواهد یافت. براساس نظریه ویگوتسکی (۱۹۷۸) کمک‌طلبی از افراد توانمندتر به یادگیرندگان کمک می‌کند تا در حوزه تقریبی رشد پیشرفت کنند (نقل از صابری و همکاران، ۱۴۰۰). کمک‌طلبی به الگوهای رفتاری اشاره دارد که در آن دانش‌آموزان از دیگران در مورد تکالیف مبهم مشورت و راهنمایی می‌طلبند. این ویژگی تحصیلی شامل رفتارهایی از قبیل پرسش از معلمان، همکلاسی‌ها و والدین درباره تقاضای توضیح بیشتر در موضوع خاص، گرفتن سرنخ‌ها و راه‌حل‌های حل مسئله و جستجوی سایر کمک‌های تحصیلی است (صابری و همکاران، ۱۴۰۰).

مورتالی و موتیر<sup>۱</sup> (۲۰۱۸) نشان دادند که رفتار کمک‌طلبی با افزایش یادگیری و نمرات بالاتر در آزمون‌ها و بهبود عملکرد تحصیلی همراه است. تیلمن و همکاران<sup>۲</sup> (۲۰۱۸) در یک مرور سیستماتیک به این نتیجه رسیدند که دانش‌آموزان هنگامی که از راهبردهای کمک‌طلبی در حین برخورد با تکالیف استفاده می‌کنند، اشتیاق بیشتری نسبت به یادگیری دارند و رضایت تحصیلی بالاتری را تجربه می‌کنند. گیلین و استفانیاک<sup>۳</sup> (۲۰۲۱). در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که دانش‌آموزانی که جو آموزشی آنان به صورتی است که آنان را مورد حمایت قرار می‌دهد، در زمان حل تکالیف آموزشی تنها نیستند، بنابراین از ضعف و ناامیدی در امان می‌مانند و با کمک و همراهی دیگران نیروی خویش را در جهت رفع مشکلات آموزشی معطوف می‌کنند و در ارتباط با دیگران ساختار جدیدی از روابط و پیوندهای حمایتی را شکل می‌دهند؛ که در ایجاد شرایط رضایت‌بخش از محیط آموزشی و علاقه‌مندی به مدرسه موثر است.

<sup>۱</sup>. Mortali & Moutier

<sup>۲</sup>. Tillman., Tobin, Avison & Gilliland

<sup>۳</sup>. Stefaniak

یکی از عوامل مهمی که می تواند با کمک طلبی تحصیلی رابطه داشته باشد، خود کارآمدی فرد است. خود کارآمدی به باور فرد به اینکه می تواند کاری را با موفقیت انجام دهد، گفته می شود (نوکاریزی و دهقانی، ۱۴۰۰). در نظریه بندورا منظور از خود کارآمدی، احساس های شایستگی، کفایت و قابلیت شخص در کنار آمدن با زندگی است. همچنین بندورا خود کارآمدی را بر میزان ادراک ما از درجه کنترلی که بر زندگیمان داریم، تعریف می کند (عسکری زاده ماهانی و سلیمانی، ۱۳۹۲). محققان معتقدند باورهای خود کارآمدی بر انتخاب تکلیف، تلاش، استقامت، امتناع و پیشرفت افراد تأثیر می گذارد (گراوند و قبادیان، ۱۴۰۰).

یادگیرندگان برخوردار از سطوح بالای کارآمدی، شکست خود را به تلاش ناکافی، و در مقابل، یادگیرندگان غیر برخوردار از باورهای خود کارآمدی، شکست خود را به ناتوانی خویشتن نسبت می دهند. بنابراین، باورهای خود کارآمدی بر انتخاب تکلیف و استقامت ورزیدن یادگیرندگان در رویارویی با چالش های منبعث از گزینش تکالیف چالش زار، موثرند (خدایی و رحیمی، ۱۴۰۳). در مقابل، یادگیرندگان فاقد باورهای خود کارآمدی اغلب از انجام تکالیف طفره می روند و اجتناب می ورزند، آنها را به تعویق می اندازند و رها می کنند. در مقابل، یادگیرندگان دارای باورهای خود کارآمدی بالا، در مواجهه با موضوعات چالش زار، به خود اعتماد دارند، در جستجوی راه حل مسائل، صبورند و با رویکردی فعالانه، برای غلبه بر چالش ها، تلاش می کنند (تانگ و همکاران، ۲۰۲۱، نقل از خدایی و رحیمی، ۱۴۰۳).

آسوس و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰؛ به نقل از علی بخشی، ۱۳۹۵) دریافتند که خود کارآمدی تحصیلی با کمک طلبی رابطه مثبتی دارد، چرا که اگر دانش آموزان خود را کارآمد بدانند، در صورت نیاز به کمک احتمالاً از آن اجتناب نخواهند کرد زیرا نگران قضاوت منفی دیگران نیستند. دانش آموزانی که خود کارآمدی پایینی دارند، به منظور اجتناب از انتقادهای دیگران و دریافت برجسب های منفی از آنها، از کمک طلبی روی گردان می شوند. البته پژوهش اعظامی و کیهان (۱۴۰۲) نشان داد که برخی دانش آموزان با خود کارآمدی بالا از کمک طلبی اجتناب می کنند که این شاید به دلیل احساس تهدید خود یا گرایش به برآورد بیش از حد خود کارآمدی فرد باشد. رستگار و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند باورهای خود کارآمدی با رضایت تحصیلی دانشجویان ارتباط دارد.

از عوامل موثر دیگر در رفتار کمک طلبی، هدف گرایی شخصی می باشد. نظریه جهت گیری هدف از جمله نظریه های شناختی-اجتماعی محسوب می شود و به دلایل دلایل یادگیرندگان برای درگیر شدن در تکالیف تحصیلی اشاره دارد (رضایی، ۱۳۹۶). این نظریه الگوی یکپارچه ای از باورها را ارائه می کند که به روش های گوناگون نزدیک شدن، درگیر شدن و پاسخ دهی به موقعیت های پیشرفت منجر می شوند (ایمز، ۱۹۹۲).

در دیدگاه هدف-گرایی، تأکید اصلی بر دو نوع هدف پیشرفت می باشد؛ هدف های عملکردی و هدف های تبحری. هدف تبحری بر توسعه شایستگی و مهارت، و هدف عملکردی بر نشان دادن شایستگی در یک تکلیف در نظر دیگران تأکید دارند (حسین چاری و همکاران، ۱۳۹۸). الیوت و مک گریگور (نقل از یزدانی سرخکلایی و همکاران، ۱۴۰۳) اهداف تبحری و عملکردی را به دو نوع گرایشی و اجتنابی تقسیم بندی کردند و بر این اساس چهار نوع جهت گیری هدف را در دانش آموزان شناسایی کردند. در جهت گیری تبحری گرایشی دانش آموزان به دنبال بهبود شایستگی های خود در تکالیف هستند در جهت گیری تبحری-اجتنابی دانش آموزان شایستگی را دستیابی کامل به تکالیف می دانند. در دسته جهت گیری عملکردی-گرایشی شایستگی به معنای برتری بر دیگران تعریف می شود و در جهت گیری عملکردی-اجتنابی شایستگی به معنای اجتناب از شکست قلمداد می شود.

بر اساس پژوهش های مختلف، روابط بین جهت گیریهای هدف پیشرفت و کمک طلبی تحصیلی تا حد زیادی شناخته شده است، به طوری که می توان احتمال داد که جهت گیری هدف تبحری با کمک طلبی سازگار و جهت گیری هدف عملکردی نیز با اجتناب از کمک رابطه مثبت دارند (صیادی و سلیمانی، ۱۴۰۱). سرخکلایی و همکاران (۱۴۰۳) نشان دادند

جهت گیری هدف تبحری-گرایشی می تواند پیشرفت تحصیلی دانش آموزان در درس فیزیک را پیش بینی کند. یافته های پژوهش یوسفی افراشته و رمضانی (۱۴۰۳) نشان داد بین جهت گیری هدف تبحری-اجتنابی، عملکردی-گرایشی، خودکارآمدی با درگیری تحصیلی همبستگی مثبت معنادار و بین جهت گیری تبحری-اجتنابی، عملکردی-اجتنابی، با درگیری تحصیلی همبستگی منفی معنادار وجود دارد.

با توجه به اینکه در سال های اخیر محققان این دو نوع جهت گیری (تبحری و عملکردی) را نیز به ابعاد اجتنابی و گرایشی طبقه بندی کرده اند و دانش آموزان دارای هدف های پیشرفت گوناگون واکنش های متفاوتی نسبت به جستجوی کمک از دیگران نشان داده اند، بنابراین در این زمینه نیاز به تحقیق بیشتری احساس می شود. در حقیقت، بررسی ها نشان داده است که اجتناب از کمک طلبی در اوایل نوجوانی افزایش می یابد (الهامی فر و مهدی نژاد، ۱۳۹۸). و با توجه به این که دانش آموزان مقطع دوم متوسطه در سنین اوایل نوجوانی هستند، بررسی عوامل موثر بر اجتناب از کمک طلبی تحصیلی در این سن ضروری به نظر می رسد. بررسی رابطه ی جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خوی از چند جنبه به ویژه بهبود جنبه های سلامت تحصیلی، رضایت از تحصیل مهم است و از آنجایی که دانش آموزان دوره ی دوم متوسطه حضور در محیط های دانشگاهی، اجتماعی و فرهنگی را تجربه خواهند کرد، بررسی جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در آنها اهمیت مضاعفی می یابد. همچنین راهکارهای اصولی میل به کمک طلبی مهمترین هدف در طی دوران دانش آموزی است که بیش از هر عامل دیگری سلامت تحصیلی و زندگی افراد را تحت تأثیر قرار می دهد. بنابراین با توجه به نقش متغیرهای حاضر در کمک طلبی تحصیلی و وجود پژوهش های اندک در این حوزه، این پژوهش به بررسی عوامل مرتبط با آن می پردازد و این پژوهش در صدد پاسخ به این سوال است که آیا بین جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خوی رابطه وجود دارد؟

## روش

این مطالعه یک تحقیق مقطعی از نوع همبستگی بود که باهدف تعیین رابطه ی بین جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی دانش آموزان پسر مقطع دوم متوسطه ی انجام شد. جامعه ی پژوهشی کلیه ی دانش آموزان پسر مقطع متوسطه ی دوم شهرستان خوی به تعداد ۶۲۳۶ نفر بودند که به روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای و با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۶۰ نفر از آنها انتخاب شدند.

## ابزار

پرسشنامه جهت گیری هدف

به منظور بررسی متغیر جهت گیری هدف از پرسشنامه جهت گیری هدف میدلتن و میگلی (۱۹۹۷) استفاده شد. این پرسشنامه شامل ۱۲ سؤال است و سه مؤلفه هدف تبحری، هدف رویکرد عملکردی و هدف اجتناب عملکردی را مورد سنجش قرار می دهد هدف تبحری شامل سؤال ۱ تا ۵ هدف رویکرد - عملکردی شامل سؤال ۶ تا ۹ و هدف اجتناب عملکردی شامل سؤال ۱۰ تا ۱۲ است. این سؤالات در طیف لیکرت ۵ درجه ای شامل از کاملاً موافقم (۵) تا کاملاً مخالفم (۱) اندازه گیری می شوند. شاخص های روان سنجی این پرسشنامه در داخل و خارج کشور در پژوهش های متعددی از جمله پژوهش میدگلی و همکاران (۱۹۹۷)، رستگار و همکاران (۱۳۹۴) و محسن پور و همکاران (۱۳۸۶) مورد استفاده قرار گرفته و نتایج نشان دهنده قابلیت های فنی مناسب این پرسشنامه می باشد. در خصوص پایایی این ابزار در پژوهش های مورد اشاره این نتایج گزارش شده است، ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط میدلتن و میگلی (۱۹۹۷) برای هر سه خرده مقیاس ۰/۸۴ بود. در مطالعه رستگار و همکاران (۱۳۹۴) نیز ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس های اهداف تبحری، اهداف رویکردی - عملکردی و اهداف اجتناب - عملکردی به ترتیب برابر با ۰/۸۰، ۰/۷۸ و ۰/۷۷ گزارش شد.

### پرسشنامه کمک طلبی تحصیلی

جهت سنجش میزان کمک طلبی تحصیلی از پرسشنامه کمک طلبی ریان و پنتریچ استفاده شد. این پرسشنامه توسط ریان و پنتریچ (۱۹۹۷) ساخته شده است که شامل ۱۴ سؤال است. سؤالات پرسشنامه دو مولفه اجتناب از کمک طلبی و پذیرش کمک طلبی را ارزیابی می کنند. پاسخ دهندگان هر گویه را در مقیاس لیکرت ۵ عاملی (کاملاً مخالفم تا ۵ کاملاً موافقم) درجه بندی می کنند. دامنه ی نمرات در این مقیاس از ۱۴ تا ۷۰ است. قدم پور و سرمد (۱۳۸۲) جهت تعیین روایی این مقیاس از تحلیل عاملی به روش مؤلفه های اصلی با چرخش واریماکس استفاده کرده است. نتایج نشان دهنده ی این بود که عامل اجتناب از کمک طلبی و عامل پذیرش کمک طلبی ۲/۹۴ درصد واریانس کل را تبیین می کنند. قدم پور و سرمد (۱۳۸۲) جهت تعیین اعتبار این مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده کردند. طبق نظر این پژوهشگران، ضرایب آلفا برای عامل های پذیرش کمک طلبی و اجتناب از کمک طلبی به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۷۹ بوده است.

### پرسشنامه باورهای خود کارآمدی

این پرسشنامه توسط شرر و همکاران (۱۹۸۲) ساخته شده و شامل ۱۷ سؤال می باشد. هدف این پرسشنامه سنجش خود کارآمدی افراد است. پاسخ دهندگان هر گویه را در مقیاس لیکرت ۵ عاملی (کاملاً مخالفم تا ۵ کاملاً موافقم) درجه بندی می کنند. حداقل نمره ممکن این پرسشنامه برابر ۱۷ و حداکثر نمره ممکن برابر ۸۵ است. وودروف و کاشمن (۱۹۹۳) روایی سازه پرسشنامه را با استفاده از تحلیل عامل اکتشافی تایید کردند. پایایی پرسشنامه در نمونه ایرانی نیز با استفاده از الفای کرونباخ برابر ۰/۸۳ گزارش شده است که نشان دهنده پایایی قابل قبول پرسنامه است.

### یافته ها

در جدول زیر شاخص های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش ارائه شده است:

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد باورهای خود کارآمدی، جهت گیری هدف و کمک طلبی تحصیلی

متغیر	میانگین	انحراف معیار	Z	sig
باور خود کارآمدی	۷۴/۸۴	۸/۷۸	۰/۴۵	۰/۱۹
کمک طلبی تحصیلی	۱۹/۳۲	۸/۴۰	۰/۱۲	۰/۳۶
	۵۶/۷۲	۷/۲۶	۰/۴۵	۰/۲۲
جهت گیری هدف	۱۵/۱۳	۳/۳۲	۰/۴۰	۰/۲۷
	۱۲/۳۲	۴/۶۵	۰/۳۴	۰/۲۵
	۳۴/۳۶	۳/۴۱	۰/۴۳	۰/۲۳

جدول ۱. نشان می دهد که در متغیر کمک طلبی تحصیلی میانگین دانش آموزان در بعد پذیرش کمک طلبی تحصیلی بالاتر از بعد اجتناب از کمک طلبی تحصیلی می باشد. در جهت گیری هدف نیز میانگین مولفه ی اجتنابی نیز بیشتر از دیگر مولفه هاست. همچنین مندرجات جدول ۱ نشان می دهد که آزمون کالموگروف-اسمیرنف برای هیچ کدام از متغیرها معنادار نیست. لذا توزیع متغیرهای مورد مطالعه در گروه ها در سطح  $P < 0/05$  نرمال است.

به منظور بررسی ارتباط بین متغیرهای پیش بین با ملاک از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد و نتایج حاصل در جدول ۲ آمده است:

جدول ۲. ضریب همبستگی پیرسون بین متغیرهای پیش بین با متغیر ملاک

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. تبحری	۱					
۲. عملکردی	۰/۱۴ <sup>°°</sup>	۱				
۳. اجتنابی	-۰/۱۹ <sup>°°</sup>	-۰/۳۴ <sup>°°</sup>	۱			
۴. باورهای خودکارآمدی	۰/۳۳ <sup>°°</sup>	۰/۱۳ <sup>°°</sup>	-۰/۱۷ <sup>°°</sup>	۱		
۵. اجتناب از کمک طلبی	-۰/۳۶ <sup>°°</sup>	-۰/۱۲ <sup>°°</sup>	۰/۱۳ <sup>°°</sup>	-۰/۳۰ <sup>°°</sup>	۱	
۶. پذیرش کمک طلبی	۰/۳۵ <sup>°°</sup>	۰/۱۶ <sup>°°</sup>	-۰/۱۵ <sup>°°</sup>	۰/۲۵ <sup>°°</sup>	-۰/۵۶ <sup>°°</sup>	۱

در سطح ۰/۰۱ معنی دار است. \*\*

همان طور که در جدول ۲ آمده است ضریب همبستگی بین مولفه جهت گیری هدف ( تبحری، عملکردی و اجتنابی) با رفتار کمک طلبی تحصیلی ( اجتناب از کمک طلبی تحصیلی) به ترتیب برابر با -۰/۳۶، -۰/۱۲ و ۰/۱۳ بوده و در سطح  $P < 0/05$  رابطه معنی دار وجود دارد و بین مولفه جهت گیری هدف ( تبحری، عملکردی و اجتنابی) با رفتار کمک طلبی تحصیلی (پذیرش کمک طلبی تحصیلی) به ترتیب برابر با ۰/۳۵، ۰/۱۶، -۰/۱۵ بوده و در سطح  $P < 0/05$  رابطه معنی دار وجود دارد. همچنین، ضریب همبستگی بین باور خودکارآمدی با اجتناب از کمک طلبی تحصیلی -۰/۳۰ و پذیرش کمک طلبی تحصیلی ۰/۲۵ بوده و در سطح  $P < 0/05$  رابطه معنی دار وجود دارد.

برای پیش بینی کمک طلبی تحصیلی ( پذیرش کمک طلبی تحصیلی) از روی ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی از رگرسیون همزمان استفاده شد که نتایج آن در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج تحلیل پذیرش کمک طلبی تحصیلی از روی ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی

متغیر پیش بین	B	R <sup>2</sup>	T	$\beta$	F	Sig
کل	۰/۱۵۷	۰/۱۵	۲/۲۰	۰/۱۲۴	۵/۸۴	۰/۰۳
تبحری	۰/۱۵۴	۰/۲۵	۱/۶۵	۰/۲۳۱	۶/۰۷	۰/۰۴
عملکردی	۰/۳۲۴	۰/۱۸	۳/۶۵	۰/۴۵۲	۶/۷۵	۰/۰۴
اجتنابی	۰/۱۴۶	-۰/۲۶	۲/۳۶	۰/۱۳۲	۷/۸۶	۰/۰۳

چنانچه از جدول شماره ۳ به دست می آید ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خودکارآمدی توانست میزان کمک طلبی تحصیلی ( پذیرش کمک طلبی تحصیلی) را پیش بینی کند.

برای پیش بینی کمک طلبی تحصیلی (اجتناب از کمک طلبی تحصیلی) از روی ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خود کارآمدی از رگرسیون همزمان استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج تحلیل اجتناب از کمک طلبی تحصیلی از روی ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خود کارآمدی

متغیر پیش بین	B	R <sup>2</sup>	T	$\beta$	F	Sig
کللی	۰/۱۶۵	-۰/۱۷	۳/۲۱	۰/۱۵۴	۶/۸۵	۰/۰۴
تبحری	۰/۱۷۵	-۰/۲۴	۲/۹۶	۰/۱۷۵	۵/۸۹	۰/۰۳
عملکردی	۰/۲۶۵	-۰/۱۹	۴/۸۵	۰/۳۲۵	۵/۶۵	۰/۰۳
اجتنابی	۰/۱۵۷	۰/۲۵	۳/۷۸	۰/۲۳۷	۶/۷۴	۰/۰۴

چنانچه از جدول شماره ۴ به دست می آید ابعاد جهت گیری هدف و باورهای خود کارآمدی توانست میزان کمک طلبی تحصیلی (اجتناب کمک طلبی تحصیلی) را پیش بینی کند.

### بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی جهت گیری هدف و باورهای خود کارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان صورت گرفت. نتایج نشان داد بین جهت گیری هدف با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان خوی رابطه وجود دارد. این یافته‌ها با نتایج تحقیق (جدیدی، ۱۳۹۸؛ دهقانی، ۱۴۰۲؛ رشیدی و فرامرزی، ۱۴۰۰؛ الهامی فر و مهدی نژاد، ۱۳۹۸؛ برزگر بفرویی و برزگر برفویی، ۱۴۰۱؛ بدری گرگری و همکاران، ۱۳۹۸؛ حسین چاری و همکاران، ۱۳۹۸؛ فرجام و برزگر برفویی، ۱۴۰۲) همسو می‌باشد.

در تبیین این یافته می‌توان گفت یکی از مسائل مهم در روانشناسی تربیتی و آموزشی، بررسی عوامل مؤثر بر رفتارهای تحصیلی دانش آموزان است. رفتار کمک طلبی تحصیلی یکی از این رفتارهاست که نقش مهمی در پیشرفت و موفقیت تحصیلی دانش آموزان ایفا می‌کند. جهت گیری هدف به اهداف و انگیزه‌هایی که دانش آموزان در فعالیت‌های تحصیلی خود دنبال می‌کنند اشاره دارد و در جهت گیری هدف تبحری دانش آموزان بر یادگیری و درک عمیق مطالب تمرکز می‌کنند. آنها به دنبال توسعه مهارت‌ها و افزایش دانش خود هستند. در جهت گیری هدف عملکردی دانش آموزان بر نمایش توانایی‌ها و برتری خود نسبت به دیگران تمرکز دارند. انگیزه اصلی آنها کسب تأیید و تحسین از سوی دیگران است. در جهت گیری هدف اجتنابی شامل اجتناب از شکست و ترس از ارزیابی منفی است. دانش آموزانی که این جهت گیری را دارند، به دنبال جلوگیری از نشان دادن ضعف و ناکامی هستند (دهقانی، ۱۴۰۲).

رفتار کمک طلبی تحصیلی به اقدامات و استراتژی‌هایی که دانش آموزان برای دریافت کمک و حمایت در مواجهه با مشکلات تحصیلی اتخاذ می‌کنند، اشاره دارد. این رفتار شامل درخواست کمک از معلمان، همکلاسی‌ها یا منابع دیگر می‌شود و می‌تواند نقش مهمی در بهبود عملکرد تحصیلی و افزایش یادگیری داشته باشد و دانش آموزانی که هدف تسلط محور دارند، به یادگیری و درک بهتر مطالب درسی اهمیت می‌دهند. این دانش آموزان احتمالاً بیشتر به دنبال کمک طلبی هستند، زیرا بهبود یادگیری و تسلط بر مباحث درسی برایشان مهم است. آنها از چالش‌ها استقبال می‌کنند و در صورت نیاز به دنبال راه‌های مؤثر برای حل مشکلات خود هستند که یکی از این راه‌ها درخواست کمک از دیگران است (رشیدی و فرامرزی، ۱۴۰۰). دانش آموزانی که هدف عملکردی دارند، بیشتر به دنبال نشان دادن برتری و توانایی‌های خود به دیگران هستند. این دانش آموزان ممکن است کمتر به دنبال کمک طلبی باشند، زیرا نگرانند که درخواست کمک به عنوان نشانه‌ای از ضعف و ناتوانی تلقی شود. آنها ممکن است ترجیح دهند به تنهایی با مشکلات خود روبرو شوند تا بتوانند تصویر مثبتی از خود ارائه دهند (الهامی فر و مهدی نژاد، ۱۳۹۸).

دانش آموزانی که هدف اجتنابی دارند، بیشتر نگران شکست و ارزیابی منفی هستند. این دانش آموزان ممکن است از کمک طلبی اجتناب کنند، زیرا می ترسند که درخواست کمک نشانه‌ای از ناکامی و ضعف باشد. ترس از قضاوت منفی می تواند مانع از آن شود که این دانش آموزان به دنبال کمک بروند و این موضوع می تواند منجر به کاهش عملکرد تحصیلی آنها شود. مطالعات مختلفی نشان داده اند که جهت گیری هدف می تواند بر رفتارهای تحصیلی دانش آموزان تأثیر بگذارد. برای مثال، تحقیقاتی که در زمینه جهت گیری هدف و کمک طلبی تحصیلی انجام شده است، نشان می دهد که دانش آموزانی که به یادگیری و تسلط بر مباحث درسی اهمیت می دهند، بیشتر به دنبال کمک طلبی هستند. از سوی دیگر، دانش آموزانی که به دنبال نمایش توانایی های خود هستند، ممکن است از درخواست کمک خودداری کنند. همچنین، دانش آموزانی که از شکست می ترسند، کمتر به دنبال کمک طلبی می روند (برزگر بفرویی و برزگر برفویی، ۱۴۰۱).

فرضیه مطرح شده بیان می کند که بین جهت گیری هدف و رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان رابطه وجود دارد. دانش آموزانی که جهت گیری هدف تسلط محور دارند، به دلیل تمرکز بر یادگیری و بهبود دانش، بیشتر به دنبال کمک طلبی هستند. در مقابل، دانش آموزانی که جهت گیری هدف عملکردی یا اجتنابی دارند، ممکن است به دلیل نگرانی از قضاوت منفی و ترس از نشان دادن ضعف، کمتر به دنبال کمک طلبی باشند (فرجام و برزگر برفویی، ۱۴۰۲).

کمک طلبی تحصیلی یکی از راهبردهای فراشناختی مورد استفاده در یادگیری خود نظم بخش می باشد. دانش آموزان با استفاده از کمک طلبی تحصیلی می توانند شرایط یادگیری را به گونه ای سازمان دهند که به عملکرد مطلوب تحصیلی منتهی گردد. (موسوی ندوشنی و معتمدی، ۱۳۹۶). نتایج حاصله از پژوهش با توجه به فرضیه های مطرح شده در پژوهش به شرح زیر است.

یکی دیگر از نتایج مهم پژوهش حاضر وجود رابطه معنادار بین باورهای خود کارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان بود. این یافته ها با نتایج تحقیق (عزیزیان کهن و دهقانی، ۱۴۰۱؛ فانی و حسینی نسب، ۱۴۰۱؛ مولودی و احمدیان، ۱۴۰۱؛ موسوی و دادجو، ۱۴۰۲؛ موسوی و حجاری، ۱۴۰۲؛ نوکارتیزی و دهقانی، ۱۴۰۰؛ گلستانه و عسکری، ۱۳۹۲؛ نیسی و تقوائی نیا، ۱۴۰۲) همسو می باشد.

در تبیین این نتایج می توان گفت رفتار کمک طلبی تحصیلی، یعنی زمانی که دانش آموزان در مواجهه با مشکلات درسی از دیگران کمک می گیرند، یکی از استراتژی های مهم برای بهبود عملکرد تحصیلی و یادگیری است. این رفتار می تواند تحت تأثیر عوامل مختلفی قرار بگیرد، از جمله باورهای خود کارآمدی. خود کارآمدی به باور فرد به توانایی های خود در انجام وظایف خاص و رسیدن به اهداف اشاره دارد. این مفهوم توسط آلبرت بندورا معرفی شده و نشان می دهد که چگونه باور به توانایی های خود می تواند بر عملکرد و انگیزش فرد تأثیر بگذارد. خود کارآمدی عمومی به باور به توانایی در انجام وظایف مختلف در زندگی و خود کارآمدی تحصیلی باور به توانایی در انجام وظایف و چالش های تحصیلی است. و نیز خود کارآمدی اجتماعی باور به توانایی در برقراری ارتباطات اجتماعی و تعامل با دیگران اشاره دارد (عزیزیان کهن و دهقانی، ۱۴۰۱).

رفتار کمک طلبی تحصیلی به درخواست کمک و حمایت از دیگران برای حل مشکلات و چالش های درسی اشاره دارد. این رفتار می تواند شامل درخواست کمک از معلمان، همکلاسی ها، والدین یا منابع دیگر باشد و به دانش آموزان کمک می کند تا با چالش های تحصیلی بهتر مواجه شوند و عملکرد خود را بهبود بخشند. دانش آموزانی که باور دارند توانایی های لازم برای مواجهه با چالش های تحصیلی را دارند، احتمالاً بیشتر به دنبال کمک طلبی هستند. این دانش آموزان به توانایی های خود اعتماد دارند و می دانند که درخواست کمک می تواند به بهبود یادگیری و حل مشکلات کمک کند. باور به خود کارآمدی باعث می شود که آنها از درخواست کمک ابایی نداشته باشند و به دنبال استفاده از تمامی منابع موجود برای موفقیت تحصیلی خود باشند (فانی و حسینی نسب، ۱۴۰۱).

دانش آموزانی که به توانایی های خود اعتماد ندارند و خود کارآمدی پایینی دارند، ممکن است کمتر به دنبال کمک طلبی باشند. آنها ممکن است احساس کنند که درخواست کمک نمی تواند به بهبود وضعیتشان کمک کند و تلاش هایشان بی نتیجه خواهد بود. این عدم اعتماد به نفس می تواند منجر به اجتناب از درخواست کمک و در نتیجه کاهش عملکرد تحصیلی شود. این دانش آموزان ممکن است از ترس از قضاوت منفی یا از دست دادن وجهه خود، از کمک طلبی خودداری کنند. مطالعات متعددی



نشان داده‌اند که خود کارآمدی می‌تواند نقش مهمی در پیش‌بینی رفتارهای تحصیلی دانش‌آموزان ایفا کند. برای مثال، تحقیقات نشان می‌دهد که دانش‌آموزانی که خود کارآمدی بالاتری دارند، به احتمال بیشتری به دنبال کمک طلبی هستند و از این راهکار به عنوان یکی از استراتژی‌های موثر برای حل مشکلات تحصیلی استفاده می‌کنند. در مقابل، دانش‌آموزانی که خود کارآمدی پایینی دارند، ممکن است از کمک طلبی اجتناب کنند و این موضوع می‌تواند منجر به کاهش عملکرد تحصیلی و افزایش اضطراب شود (مولودی و احمدیان، ۱۴۰۱).

بنابراین می‌توان بیان کرد که باورهای خود کارآمدی دانش‌آموزان می‌تواند پیش‌بینی کننده مهمی برای رفتار کمک طلبی تحصیلی آنها باشد. دانش‌آموزانی که باور بالایی به توانایی‌های خود دارند، به احتمال بیشتری به دنبال کمک طلبی هستند، در حالی که دانش‌آموزانی که خود کارآمدی پایینی دارند، ممکن است از درخواست کمک اجتناب کنند (موسوی و دادجو، ۱۴۰۲).

با توجه به اهمیت موضوع به برنامه ریزان آموزشی پیشنهاد می‌شود با برگزاری کارگاه‌ها و سمینارها برای افزایش باورهای خود کارآمدی که یکی از عواملی است که می‌تواند باعث افزایش پذیرش کمک طلبی تحصیلی شود تلاش کنند همچنین پیشنهاد می‌شود با برگزاری همایش‌ها و کارگاه‌های آموزشی در خصوص ارتباط کمک طلبی با متغیرهای تأثیرگذار بر آن اقدام شود.

## منابع

- اصغر نژاد، طاهره، احمدی ده قطب الدینی، محمد، فرزاد، ولی اله، و خداپناهی، محمد کریم. (۱۳۸۵). مطالعه ویژگی های روانسنجی مقیاس خودکار آمدی عمومی شرر. *مجله روانشناسی*، ۱۰(۳) (پیاپی ۳۹)، ۲۶۲-۲۷۴.
- اعظامی، سید مهدی و کیهان، جواد. (۱۴۰۲). رابطه بین سبک های هویت و کمک طلبی تحصیلی در بین دانشجویان غیر بومی دانشگاه آزاد اسلامی ارومیه: آزمون نقش میانجی هوش فرهنگی، *فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۸(۱)، ۱۲۸-۱۰۷.
- الهامی فر، عبدالحمید و مهدی نژاد، ولی. (۱۳۹۸). تاثیر آموزش تفکر انتقادی بر جهت گیری درونی و بیرونی هدف دانش آموزان مقطع متوسطه، *فصلنامه علوم روانشناختی*، ۱۸(۷۸)، ۶۹۰-۶۸۳.
- بدری گرگری، رحیم، حسینی نسب، سید داود و حقی، حبیب الله. (۱۳۹۸). رابطه اهداف پیشرفت اجتماعی و مهارت های ارتباط میان فردی در دانشجویان دانشگاه تبریز، *فصلنامه مطالعات روانشناختی*، ۶(۳)، ۲۹.
- برزگر بفرویی، کاظم وبرزگر برفویی، مهدی. (۱۴۰۱). نقش جهت گیری هدف و راهبردهای فراشناختی خواندن در پیش بینی انگیزش تحصیلی دانشجویان پسر دانشگاه فرهنگیان یزد، *نشریه پژوهش در یادگیری آموزشگاهی و مجازی*، ۲(۵)، ۴۲-۲۷.
- بارانی، حمید و خرمایی، فرهاد. (۱۳۹۸). رابطه هیجان تحصیلی امید و بی صداقتی تحصیلی: بررسی نقش واسطه ای کمک طلبی تحصیلی، *فصلنامه روانشناسی*، ۲۳(۴)، ۴۰۶-۳۸۸.
- جدیدی، سما. (۱۳۹۸). نقش واسطه ای اشتیاق تحصیلی در رابطه بین کمک طلبی تحصیلی و سازگاری تحصیلی دانش آموزان، *نشریه رویش روان شناسی*، ۸(۱۲)، ۱۱۴-۱۰۷.
- چنآبادی، حسین و سارانی، فهیمه. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش خودکارآمدی بر کمک طلبی تحصیلی و اشتیاق تحصیلی دانش آموزان، *مجله مطالعات روانشناسی تربیتی*، ۱۶(۳۶)، ۲۸-۱.
- حسین چاری، مسعود، قزل بیگلور، فتانه و جوکار، بهرام. (۱۳۹۸). تعامل معلم- دانش آموز و خودکارآمدی با سرزندگی تحصیلی: نقش واسطه گری جهت گیری هدف، *فصلنامه روانشناسی تربیتی*، ۱۵(۵۲)، ۸۵-۴۵.
- خدائی، علی، و رحیمی، رضا. (۱۴۰۳). باورهای خودکارآمدی، هیجانهای پیشرفت و بهزیستی تحصیلی: یک تحلیل میانجیگر. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۱۸(۳)، ۷۳-۵۲.
- دهقانی، ماهرخ. (۱۴۰۲). بررسی رابطه خوش بینی تحصیلی و خودتنظیمی تحصیلی در مدرسه با کمک طلبی تحصیلی دانش آموزان ورزشکار، *فصلنامه روان شناسی مدرسه*، ۱۱(۴)، ۷۹-۶۹.
- رستگار، احمد.، تابع بردبار، فریبا (۱۳۹۴). مدل روابط و ویژگی های شخصیت و خود ناتوان سازی تحصیلی: نقش واسطه ای اهداف پیشرفت. *مجله ی ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۵ (۶۸)، ۵۴۲-۵۳۰.
- رستگار، احمد.، صیف، محمد حسن، و علی زاده، سیما. (۱۴۰۳). ارائه مدل علی پیش بینی رضایت تحصیلی بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده با توجه به نقش واسطه ای باورهای خودکارآمدی در میان دانشجویان دوره های مجازی دانشگاه شیراز. *فناوری های آموزشی در یادگیری*، ۷(۲۵)، ۱۴۳۷، doi: 10.22054/jti.2025.77870.
- رشیدی، اعظم و فرامرزی، سالار. (۱۴۰۰). بررسی مقایسه ای کمک طلبی تحصیلی و معنای تحصیلی در دانش آموزان ناشنوا، نابینا و عادی، *مجله علمی پژوهان*، ۱۹(۴)، ۵۱-۴۳.
- رضایی، اکبر. (۱۳۹۶). روان شناسی انگیزش در آموزش و پرورش. تبریز: آیدین.
- صابری، محمد.، محمدی، آمینه. و شیرین کام، محمداصدق. (۱۴۰۰). رابطه اشتیاق تحصیلی، کمک طلبی تحصیلی و پایستگی تحصیلی با سرزندگی تحصیلی دانشجویان علوم پزشکی. *دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۴ (۶) :- ۳۸۷ ۳۹۴.
- صیادی، یاسر و سلیمانی، حبیب. (۱۴۰۱). بررسی رابطه جهت گیری هدف تحصیلی و مسئولیت پذیری دانشجو معلمان، *نشریه مدیریت دانشگاهی*، ۱۱(۱)، ۱-۱۱.
- عزیزیان کهن، نسرین و دهقانی، ماهرخ. (۱۴۰۱). نقش اخلاق تحصیلی و کمک طلبی تحصیلی در پیش بینی فریبکاری تحصیلی دانش آموزان ورزشکار در دوران شیوع کرونا، *فصلنامه اخلاق زیستی*، ۱۲(۳۷)، ۱۲.

- علی بخشی، منصور (۱۳۹۵). رابطه ی هدفهای پیشرفت و خود کارآمدی با رفتار کمک طلبی تحصیلی در دانش آموزان دوره ی متوسطه ی اول شهرستان باغملک. پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز - دانشکده ی علوم تربیتی و روان شناسی.
- عسکری زاده ماهانی، مریم و سلیمانی، لاله (۱۴۰۰). ارتباط باور خود کارآمدی با سلامت روانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری بم، مجله توسعه پژوهش در پرستاری و مامایی، ۱۲(۲)، ۳۷-۲۹.
- فرجام، فاطمه و برزگر بفرویی، کاظم (۱۴۰۲). نقش هوش هیجانی و شفقت به خود در پیشبینی فرسودگی تحصیلی با واسطه گری کمک طلبی تحصیلی، مجله مطالعات روانشناسی تربیتی، ۲۰(۵۰)، ۱۲۹-۱۱۴.
- فانی، شیرین و حسینی نسب، سید داود (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان بر اشتیاق تحصیلی، کمک طلبی یادگیری و اهمالکاری تحصیلی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه، فصلنامه خانواده و پژوهش، ۱۸(۴)، ۱۳۰-۱۱۳.
- قدم پور، عزت الله، سرمد، زهره (۱۳۸۲). نقش باورهای انگیزشی در رفتار کمک طلبی تحصیلی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان. مجله ی روانشناسی، ۲۶(۱۰۹)، ۱۲۶-۱۱۲.
- قنبری طلب، محمد و شیخ الاسلامی، راضیه (۱۳۹۹). دانش فراشناخت و بهزیستی مدرسه: نقش واسطه ای کمک طلبی تحصیلی. فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۶(۶۱)، ۶۰-۴۹.
- گراوند، هوشنگ، و قبادیان، مسلم (۱۴۰۰). ارائه مدل علی ادراک از محیط سازنده گرای اجتماعی و جهت گیری های انگیزشی: نقش واسطه ای باورهای خود کارآمدی و انتظار پیامد. مطالعات روانشناسی تربیتی، ۱۸(۴۲)، ۶۳-۲۲.
- گلستانه، سید موسی و عسکری، فهیمه (۱۳۹۲). بررسی رابطه برخی از پیشایندهای مهم انگیزشی، شناختی و شخصیتی بر کمک طلبی تحصیلی و اجتناب از کمک طلبی، مجله دستاورد های روانشناختی، ۲۱(۱)، ۱۲۲-۱۰۱.
- محسن پور، مریم و حجازی، الهه؛ کیامنش، علیرضا (۱۳۸۶). نقش خود کارآمدی، اهداف پیشرفت، راهبردهای یادگیری و پایداری در پیشرفت تحصیلی در درس ریاضی دانش آموزان سال سوم متوسطه رشته ی ریاضی شهر تهران. فصلنامه ی نوآوری های آموزشی، ۵(۱۶)، ۳۳-۹.
- موسوی، اشرف سادات و حجازی، فرشته (۱۴۰۲). رابطه خود کارآمدی معلم و باورهای انگیزشی دانش آموز: نقش واسطه ای کیفیت آموزش، فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، ۱۹(۷۶)، ۴۳۶-۴۲۳.
- موسوی، فرانک و دادجو، لیلی (۱۴۰۲). پیش بینی خود کارآمدی تحصیلی بر اساس باورهای انگیزشی، راهبردهای خودتنظیمی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان. نشریه مدیریت تعالی آموزشی، ۱(۱)، ۱.
- موسوی ندوشن، فاطمه السادات و معتمدی، مرضیه (۱۳۹۶). کمک طلبی تحصیلی، ضرورتی انکارناپذیر در آموزش. هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، ۸(۸)، ۶۷-۶۰.
- مولودی، سیامند و احمدیان، ذکریا (۱۴۰۱). ارائه الگوی علی روابط باورهای فراشناخت و یادگیری خودراهبر با نقش میانجیگری خود کارآمدی تحصیلی. فصلنامه روانشناسی تحلیلی شناختی، ۱۳(۵۰)، ۵۶-۴۵.
- نوکاریزی، محسن و دهقانی، کلثوم (۱۴۰۰). بررسی تاثیر مهارت های سواد اطلاعاتی بر خود کارآمدی دانشجویان دانشگاه بیرجند، پژوهش نامه کتابداری و اطلاع رسانی، ۳(۲)، ۱۷۲-۱۵۳.
- نیسی، عارفه و تقوایی نیا، علی (۱۴۰۲). اثربخشی الگوی تعلیمی بر کمک طلبی تحصیلی و بهبود روابط معلم - دانش آموز. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۸(۷۰)، ۲۶۹-۲۶۱.
- یزدانی، فاطمه، طالع پسند، سیاوش، و رحیمیان، اسحق (۱۴۰۳). نقش واسطه ای جهت گیری هدف پیشرفت در رابطه خودارزشیابی مرکزی و عملکرد تحصیلی فیزیک. مطالعات آموزشی و آموزشگاهی، ۱۳(۲)، ۱۳-۱.
- یوسفی افراشته، مجید، و رمضان، ناهید (۱۴۰۳). پیش بینی درگیری تحصیلی بر اساس جهت گیری هدف و باورهای هوشی و انگیزشی در دانشجویان. مجله توسعه آموزش جندی شاپور اهواز، ۱۵(۲)، ۲۲۴-۲۲۱.

- Ames, C. (۱۹۹۲). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, ۸۴(۳), ۲۶۱-۲۷۱.
- Bandura, A. (۱۹۸۶). *Social Foundation of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Giblin, J., & Stefaniak, J. (۲۰۲۱). Examining decision-making processes and heuristics in academic helpseeking and instructional environments. *TechTrends*, ۶۵ (۱), ۱۰۱-۱۱۰.
- Middleton, M. J., & Midgley, C. (۱۹۹۷). Avoiding the demonstration of lack of ability: An underexplored aspect of goal theory. *Journal of Educational Psychology*, ۸۹(۴), ۷۱۰-۷۱۸.
- Mortali, M., & Moutier, C. (۲۰۱۸). Facilitating help-seeking behavior among medical trainees and physicians using the interactive screening program. *Journal of Medical Regulation*, ۱۰۴ (۲), ۲۷-۳۶.
- Ryan, A.M., Pintrich, P.R. (۱۹۹۷). Should I ask for help? The role of motivation and attitudes in adolescent's help seeking in math class. *Journal of educational psychology*. ۲, PP. ۳۲۶-۳۴۱.
- Tillmann, S., Tobin, D., Avison, W., & Gilliland, J. (۲۰۱۸). Mental health benefits of interactions with nature in children and teenagers: A systematic review. *J Epidemiol Community Health*, ۷۲ (۱۰), ۹۵۸-۹۶۶.
- Woodruff, S. L., & Cashman, J. F. (۱۹۹۳). Task, domain, and general efficacy: A reexamination of the self-efficacy scale. *Psychological reports*, 72(۲), ۴۲۳-۴۳۲.