

## امکان‌سنجی بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه بر انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه Feasibility of Educational Package of Quality of Life in the School on Academic Motivation and Belonging to the School

### Kobra Alipour

PhD student in Educational Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

### Dr. Mohamad Abasi \*

Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

[abasi.mo@lu.ac.ir](mailto:abasi.mo@lu.ac.ir)

### Dr. Ezatolah Ghadampour

Professor, Department of Psychology, Faculty of Literature and Human Sciences, Lorestan University, Khorramabad, Iran.

### کبری عالی پور

دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی تربیتی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

### دکتر محمد عباسی (نویسنده مسئول)

دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

### دکتر عزت اله قدم پور

استاد گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران.

### Abstract

The purpose of this study was to Feasibility of the quality of life education package in schools on students' academic motivation and belonging to the school. The research design was semi-experimental with pre-test-post-test with the control group. The statistical population of the research included all female students in the second year of elementary school in Shahr Khorram Abad in the academic year of 2022-2023. Sampling (40 people) was done in a multi-stage cluster, the samples were randomly replaced in two experimental groups (20 people) and control (20 people). Data were collected using academic motivation questionnaires (HEMS, Harter's, 1981) and school affiliation (SSCS, Brio and Betty, 2005). The experimental group received twelve 60-minute sessions (two sessions per week) of the educational package on the quality of life at school. Data were analyzed using a multivariate analysis test. The results of the data analysis showed that there is a significant difference in the level ( $P<0.001$ ) between the two experimental and control groups by controlling the effect of the pre-test. It can be concluded that the educational package of the quality of life in the school increases the level of academic motivation and belonging to the school of the students.

**Keywords:** academic motivation, belonging to school, feasibility the quality of life in school.

### چکیده

هدف پژوهش حاضر امکان‌سنجی بسته‌ی آموزش کیفیت زندگی در مدرسه بر انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه دانش‌آموزان بود. طرح پژوهش نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر دوره دوم ابتدایی شهر خرم‌آباد در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ بود. نمونه‌گیری (۴۰ نفر) به صورت خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود، نمونه به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر)، گواه (۲۰ نفر) جایگزین شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های انگیزش تحصیلی (HEMS، هارتر، ۱۹۸۱) و تعلق به مدرسه (SSCS، بریو و بتی، ۲۰۰۵) جمع‌آوری شدند. گروه آزمایش دوازده جلسه ۶۰ دقیقه‌ای، (هفته‌ای دو جلسه) بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه را دریافت کردند. داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل چند متغیره تحلیل شدند. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد، که با کنترل اثر پیش-آزمون بین دو گروه آزمایش و گواه تفاوت معناداری در سطح ( $P<0.001$ ) وجود دارد. می‌توان نتیجه گرفت بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه باعث افزایش میزان انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه دانش‌آموزان می‌شود.

**واژه‌های کلیدی:** انگیزش تحصیلی، تعلق به مدرسه، امکان‌سنجی کیفیت زندگی در مدرسه.

مدارس محیط‌های اجتماعی بزرگی به شمار می‌روند که دانش‌آموزان از سنین شش یا هفت سالگی به آن‌جا وارد می‌شوند و تعاملات اولیه خود را در آن آغاز می‌کنند (جونگ، کولتر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۳). محیط مدرسه در صورتی که نیازهای اصلی فراگیران را ارضا کند، باعث ایجاد تعلق خاطر یا احساس تعلق به مدرسه<sup>۲</sup> می‌شود (ویلسون<sup>۳</sup>، ۲۰۲۲). تعلق به مدرسه به عنوان کیفیت ارتباط و احساس همبستگی دانش‌آموزان با همکلاسی‌ها و معلمان خود تعریف شده‌است (کربی و توماس<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). در ادبیات علمی تعلق به مدرسه با عنوان‌های دیگری همچون تعهد به مدرسه<sup>۵</sup>، پیوند با مدرسه<sup>۶</sup> و دلبستگی به مدرسه<sup>۷</sup> توصیف شده‌است (دیلنوزا<sup>۸</sup>، ۲۰۲۲). این احساس شامل ثبات هدف‌های تحصیلی، افزایش موقعیت‌های استقلال فردی، فرصت‌هایی برای رقابت، مواظبت و حمایت دانش‌آموز و پذیرفته شدن در جمع دوستان می‌باشد؛ که اثرات متعددی بر جنبه‌های شخصی و تحصیلی دارد (فیشر<sup>۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). اگر چه ارتباط با مدرسه در همه‌ی مقاطع تحصیلی ضروری است اما در طول دوره‌ی ابتدایی از اهمیت بیشتری برخوردار است و فقدان آن در دانش‌آموزان موجب ایجاد حجم وسیعی از مشکلات رفتاری، عاطفی و تحصیلی می‌شود (گوکبولوت<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۹). دان و هال<sup>۱۱</sup> (۲۰۲۳) معتقد اند که سه ویژگی مهم در مدارس می‌تواند میزان تعلق به مدرسه را در دانش‌آموزان ارتقا دهد که عبارت‌اند از: سطح بالای علمی مدارس و نقش حمایت‌گر معلم، فراهم آوردن محیطی که در آن رفتار دانش‌آموزان و کادر آموزشی مدرسه با یکدیگر صمیمی باشد و در نهایت دانش‌آموزان از نظر جسمانی و روانی احساس امنیت کنند (آزبورن<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). پژوهش‌های انجام شده در زمینه‌ی تعلق به مدرسه نشان می‌دهد که تعلق به مدرسه دارای همبستگی مثبتی با انگیزش تحصیلی و موفقیت دانش‌آموزان (فروهللیچ<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۳)، تمایل به شرکت در فعالیت‌های فوق برنامه مدرسه، سلامت روانی و اجتماعی دانش‌آموزان (کلام<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳)، عزت نفس بالا، بهبود عملکرد تحصیلی و بروز رفتارهای مطلوب و حضور به موقع آنان در مدرسه دارد (رو<sup>۱۵</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). همچنین نتایج حاصل از پژوهش‌ها نشان داد که دانش‌آموزانی که تعلق به مدرسه در آن‌ها بیشتر است در برخورد با تکالیف آموزشی از انگیزش تحصیلی<sup>۱۶</sup> بیشتری برخوردار هستند (دیکسون و گنتزیس<sup>۱۷</sup>، ۲۰۲۳).

امروزه این اتفاق نظر به وجود آمده‌است که دانش‌آموزان برای آن‌که در مدرسه عملکرد مناسبی داشته باشند؛ به مهارت‌های شناختی<sup>۱۸</sup> و تمایلات انگیزشی<sup>۱۹</sup> نیاز دارند (هنس و لیمنیو<sup>۲۰</sup>، ۲۰۲۳). انگیزش می‌تواند درونی<sup>۲۱</sup> یا بیرونی<sup>۲۲</sup> باشد؛ انگیزش درونی به معنای انجام کار به خاطر خود کار است و انگیزش بیرونی به معنای انجام کار به خاطر یک پاداش بیرونی است (الفکی و البیالی<sup>۲۳</sup>، ۲۰۲۳). حالت‌های انگیزشی که فرد تجربه می‌کند بر اکثر جنبه‌های زندگی او تاثیر می‌گذارد که یکی از آن‌ها حالت انگیزشی او نسبت به مسائل تحصیلی است. انگیزش تحصیلی به فرایندی اطلاق می‌شود که منجر به یادگیری و پیشرفت می‌شود (دیرنداک<sup>۲۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۳). کودکان و نوجوانان به طور طبیعی برانگیخته می‌شوند تا چراها و چگونگی‌های دنیای اطراف خود را یاد بگیرند و همراه با افزایش تجارب منفی در

1 Jong

2 the sense of connectedness with school

3 Wilson

4 Kirby &amp; Thomas

5 school engagement

6 school bonding

7 school attachment

8 Dilnoza

9 Fisher

10 Gökbulut

11 Dunne &amp; Hall

12 Osborne

13 Froehlich

14 Kalam

15 Rowe

16 academic motivation

17 Dixon &amp; Gentsis

18 Cognitive skills

19 motivational tendencies

20 Hands &amp; Limniou

21 internal

22 external

23 Elfeky &amp; Elbyaly

24 Dierendonck

مدرسه، برخی از دانش‌آموزان دست از تلاش و سخت‌کوشی برمی‌دارند زیرا تصور می‌کنند که تلاش‌های آن‌ها در وضعیت تحصیلی شان تفاوتی ایجاد نخواهد کرد (لیم<sup>۱</sup>، ۲۰۲۲). وقتی در سیستم آموزشی مشکلاتی همچون افت تحصیلی رخ می‌دهد، از انگیزه یادگیرنده به عنوان یکی از علت یاد می‌شود (هوارد<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). فقدان انگیزش نه تنها منجر به عدم مشارکت دانش‌آموزان در مدرسه می‌شود بلکه باعث ترک تحصیل یا کم‌آموزی نیز می‌شود (برنلا<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۲). که عوامل مختلفی بر یادگیری و انگیزش دانش‌آموزان تأثیر می‌گذارد که از جمله می‌توان به جو مدرسه، باورها و ادراک‌های دانش‌آموزان، ارزش‌های اجتماعی و خانوادگی (سردار<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲).

بررسی پیشینه‌ی پژوهشی نشان می‌دهد یکی از عواملی که می‌تواند سطح انگیزش تحصیلی (اسکیلز<sup>۵</sup> و همکاران ۲۰۲۰) و تعلق به مدرسه (آلن<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۸) دانش‌آموزان را بهبود بخشد کیفیت زندگی در مدرسه<sup>۷</sup> به فراگیران در محیط‌های آموزشی است (آلوا<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). کیفیت زندگی عبارت‌است از ارزیابی و ادراک افراد از وضعیت زندگی‌شان بر اساس بافت فرهنگی و نظام ارزشی که در آن زندگی می‌کنند و ارتباطی است که این عوامل با انتظارات، اهداف، معیارها و علایق شخصی آن‌ها دارند (باتلت، هان و دیل<sup>۹</sup>، ۲۰۱۹). کیفیت زندگی در مدرسه به عنوان یکی از ابعاد کیفیت زندگی به عنوان رضایت کلی دانش‌آموزان از جنبه تجارب مثبت و منفی که ریشه در فعالیت‌های درون مدرسه دارد تعریف شده‌است (بازانو<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). پژوهشگران دریافته‌اند که عوامل مختلفی مانند؛ جو حاکم بر مدرسه، حمایت‌های تحصیلی دریافت شده دانش‌آموزان در محیط آموزشی، شایستگی‌ای اجتماعی/هیجانی دانش‌آموزان، نگرش تحصیلی آنان در ارتباط با تکالیف آموزشی و همچنین مشارکت تحصیلی آنان در زمان حل تکالیف آموزشی، بر ادراک آنان در مورد محیط یادگیری با کیفیت موثر است (هوبن ون هرتن و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۵). کیفیت زندگی در مدرسه برای اجتماعی شدن دانش‌آموزان بسیار مهم است چرا که به آن‌ها کمک می‌کند که علاوه بر یادگیری مدرسه‌ای بر زبان و رفتارهای اجتماعی که در جامعه انسانی و مردم سالار دارای اهمیت هستند تسلط پیدا کنند (بازانو و همکاران، ۲۰۱۸). کودکان مدرسه با تعداد زیادی از افراد شامل؛ اعضای خانواده، معلمان، دوستان و همکلاسی‌ها رابطه دارند و بیشترین ساعت روز را در مدرسه می‌گذرانند، با بزرگ شدن‌شان شکل انضباط تا حدود زیادی تغییر می‌کند و مسائل جدیدی در روابط با همسالان و معلمان به وجود می‌آید؛ که آموزش بسته‌ی کیفیت زندگی در مدرسه منجر به این می‌شود که احساس توانایی و شایستگی در دانش‌آموزان شکل بگیرد و اصل رابطه‌ی خود را در مدرسه بر همکاری بین خود و فضای آموزشی قرار دهند. بررسی‌ها نشان می‌دهد که همبستگی معناداری بین کیفیت زندگی ادراک شده‌ی دانش‌آموزان در مدرسه با رضایت و نگرش‌شان نسبت به مدرسه، رابطه‌شان با معلم و همسالان و پیشرفت تحصیلی آنان در محیط آموزشی وجود دارد (کلوی<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۴).

بنابراین با توجه به آنچه گفته شد و تأثیر کیفیت زندگی آموزشی بر انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه دانش‌آموزان؛ متولیان آموزش و پرورش باید شرایط لازم را برای سلامت تحصیلی و بالابردن سطح کیفیت مواد آموزشی فراهم آورند. زیرا فقدان محیط آموزشی با کیفیت می‌تواند به سرنوشت علمی دانش‌آموزان آسیب برسانده و آن‌ها را با ناکامی‌های مختلف در دوران تحصیل و یا پس از آن در زندگی شخصی یا حرفه‌ای مواجه کند. بر این اساس با توجه به این که تاکنون پژوهشی با چنین ترکیبی از متغیرها صورت نگرفته است، نتایج این پژوهش اطلاعات ارزشمندی را در اختیار مسئولین و متولیان آموزش و پرورش قرار داده و پشتوانه پژوهشی مناسبی برای مدل‌های آموزشی در ارتباط با چگونگی ارتقای کیفیت زندگی در مدرسه را فراهم خواهد آورد. در نهایت با توجه مطالب ذکر شده هدف پژوهش حاضر امکان‌سنجی بسته آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه بر انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه دانش‌آموزان دختر دوره دوم ابتدایی بود.

1 Lim

2 Howard

3 Brenlla

4 Sardar

5 Scales

6 Allen

7 quality of Life in the School

8 Alva

9 Bathelt

10 Bazzano

11 Houben-van Hertzen

12 Kpolovie

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه‌ی آماری شامل کلیه‌ی دانش‌آموزان دختر دوره‌ی دوم ابتدایی (پایه چهارم، پنجم، ششم) شهر خرم‌آباد در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۲۰۲ بود. روش نمونه‌گیری به صورت خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود به این صورت که از بین دو ناحیه شهر خرم‌آباد یک ناحیه به شکل تصادفی انتخاب شد و از بین مدراس دخترانه دوره دوم ابتدایی یک مدرسه و در نهایت با توزیع پرسشنامه‌های مربوط به انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه در بین کلاس‌های مدرسه ۴۰ نفر از دانش‌آموزانی که در پرسشنامه‌های انگیزش تحصیلی (حداقل نمره، ۳۳، حداکثر نمره، ۱۶۵) و تعلق به مدرسه (حداقل نمره ۲۷، حداکثر نمره ۱۰۸) یک انحراف استاندارد نمره‌ی پایین‌تر از میانگین کسب کردند انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. ملاک ورود شرکت‌کنندگان در این پژوهش عبارت بود از: رضایت آگاهانه، دانش‌آموز دختر دوره دوم ابتدایی بودن، نداشتن مشکلات روان‌شناختی حاد و عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی، عدم وجود مشکلات تحصیلی خاص و اطمینان از همکاری برای اتمام پژوهش و ملاک خروج غیبت بیش از سه جلسه در جلسات آموزشی، انجام ندادن تکالیف و انصراف از شرکت در جلسات آموزشی و ابتلا به بیماری‌های جسمی و روانی که شرکت در ادامه جلسات را برای شرکت‌کنندگان غیر ممکن کند، بود. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی نکاتی مانند رضایت آگاهانه مشارکت‌کنندگان، اطمینان از حفظ محرمانه بودن نتایج و شرح سودمندی مداخله به شرکت‌کنندگان پرداخته شد. در نهایت بعد از اتمام جلسات آموزشی داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کواریانس تک متغیره و چند متغیره با استفاده از نرم‌افزار Spss نسخه ۲۳ مورد تحلیل قرار گرفتند.

#### ابزار سنجش

**مقیاس انگیزش تحصیلی<sup>۱</sup> (HEMS):** مقیاس استاندارد انگیزش تحصیلی هارتر<sup>۲</sup> (۱۹۸۱) شامل ۳۳ سوال است که، 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 در برداشته باشد. معیار پاسخگویی به سوالات این پرسشنامه طیف پنج امتیازی لیکرت و گزینه‌های هیچ وقت (عدد ۱)، به ندرت (عدد ۲)، گاهی اوقات (عدد ۳)، اکثر اوقات (عدد ۴) و تقریباً همیشه (عدد ۵) می‌باشد. هارتر (۱۹۸۱) روایی مقیاس را با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی ۰/۸۶ و پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرده است. در پژوهش رحمتی و همکاران (۱۳۹۶) روایی مقیاس با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی ۰/۸۴ و پایایی آن با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمده است. در پژوهش حاضر پایایی بدست آمده با روش آلفای کرونباخ برابر با نمره ۰/۸۲ بود.

**مقیاس تعلق به مدرسه<sup>۳</sup> (SSCS):** مقیاس تعلق به مدرسه توسط بریو و بتی<sup>۴</sup> (۲۰۰۵) تهیه شده است. دارای ۲۷ گویه و ۷ خرده مقیاس شامل؛ احساس تعلق به همسالان، حمایت معلم، احساس رعایت احترام و عدالت در مدرسه، مشارکت در اجتماع، ارتباط فرد در مدرسه و مشارکت علمی است، که با استفاده از طیف لیکرت ۴ گزینه‌ای از ۱ کاملاً مخالفم تا ۴ کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شود. بریو و بتی (۲۰۰۵) روایی مقیاس را با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی ۰/۸۹ مناسب گزارش کردند، و با استفاده از روش آلفای کرونباخ به بررسی پایایی کل مقیاس پرداختند، آنان میزان پایایی کل مقیاس را ۰/۷۸ گزارش کردند. در ایران مکیان و کلانتر گوشه (۱۳۹۲) به بررسی روایی و پایایی این پرسشنامه پرداختند؛ در این پژوهش روایی پرسشنامه با استفاده از روش تحلیل عامل تاییدی ۰/۸۶ مطلوب گزارش شد، و همچنین جهت بررسی پایایی مقیاس از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان پایایی پرسشنامه ۰/۸۷ گزارش شد که سطح قابل قبولی از پایایی است. در پژوهش حاضر نیز ضریب پایایی کل مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به دست آمد.

**برنامه‌ی مداخله:** در پژوهش حاضر با مطالعه‌ی پیشینه‌ی نظری و تجربی در مورد کیفیت زندگی در مدرسه و عوامل موثر بر آن مانند؛ شایستگی اجتماعی/هیجانی، حمایت تحصیلی، جو مدرسه، مشارکت تحصیلی و نگرش تحصیلی بسته آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه تدوین شد و به تایید ده نفر از متخصصان روان‌شناسی تربیتی رسید. ابتدا از دو گروه آزمایش و گواه از متغیرهای پژوهش پیش‌آزمون

1 academic motivation scale

2 Harter

3 school affiliation scale

4 Brew & Beatty

به عمل آمد؛ و در نهایت جلسات امکان‌سنجی کیفیت زندگی در مدرسه به مدت ۱۲ جلسه‌ی ۶۰ دقیقه‌ای، به مدت دوماه (هفته‌ای دوبار) برای گروه آزمایش اجرا شد. پس از اتمام جلسات آموزشی در مرحله پس‌آزمون هر دو گروه مجدداً با پرسشنامه‌های فوق‌مورد آزمون قرار گرفتند. خلاصه جلسات آموزشی در قالب جدول ۱ ارائه شده‌اند:

**جدول ۱. خلاصه جلسات آموزش کیفیت زندگی در مدرسه براساس مدل تدوین شده‌ی کیفیت زندگی در مدرسه**

جلسات	محتوی جلسات آموزشی
۱	سلام و احوال‌پرسی، برقراری ارتباط با شرکت‌کنندگان، بیان اهمیت آموزش کیفیت زندگی در مدرسه، گرفتن پیش‌آزمون از متغیرهای وابسته پژوهش از دو گروه آزمایش و گواه
۲	آموزش اهمیت برخورداری از شایستگی اجتماعی/هیجانی مناسب برای فرد و آموزش دو مورد از مولفه‌های مربوط آن یعنی خودآگاهی و خود مدیریت به شرکت‌کنندگان
۳	آموزش آگاهی هیجانی به شرکت‌کنندگان به منظور توانایی خواندن علائم رفتاری دیگران و درک و پاسخ مناسب به احساس آنان، آموزش مدیریت رابطه (به منظور برقراری رابطه مناسب و سازنده با همسالان و محیط اجتماعی) و آموزش تصمیم‌گیری مسئولانه (یعنی آموزش توانایی‌هایی به فرد که با استفاده از آن فرد اخلاق، ایمنی و عوامل اجتماعی را هنگام تصمیم‌گیری مد نظر قرار می‌دهد).
۴	به اهمیت مشارکت تحصیلی (شامل؛ مشارکت عاطفی، شناختی و عاطفی) در حین انجام فعالیت‌های آموزشی پرداخته شد، و دانش‌آموزان با نحوه‌ی انجام هر کدام از این شیوه‌های مشارکتی در زمان برخورد با تکالیف آموزشی آشنا شدند.
۵	به آموزش نحوه‌ی برقراری ارتباط اجتماعی مناسب پرداخته شد، دانش‌آموزان با وجود برخورداری از این مهارت‌ها توانایی برقراری ارتباط اجتماعی مناسب با عوامل محیطی را کسب می‌کنند و از این طریق می‌توانند حمایت‌های تحصیلی مناسب جهت موفقیت را کسب کنند.
۶	به آموزش مهارت‌های خودنظم‌دهی به دانش‌آموزان پرداخته شد؛ با استفاده از این مهارت‌ها توانایی خودنظم‌دهی افزایش می‌دهند.
۷	دانش‌آموزان به اهمیت این‌که نسبت به تکالیف یادگیری خود ارزش قائل باشند و اهداف آموزشی را با اهمیت و مفید بدانند آشنا شدند.
۸	دانش‌آموزان با اهمیت ایجاد نگرش مثبت نسبت به همسالان، معلمان و عوامل آموزشی آشنا شدند.
۹	دانش‌آموزان به اهمیت توجه به تاکیده‌های آموزشی موجود در محیط آموزشی، ارزش‌ها و هدف‌های موجود در آن آشنا شدند.
۱۰	دانش‌آموزان روش‌های ایجاد فرصت‌های آموزشی مناسب، ماجراجویی نسبت به چگونگی حل تکالیف و پیشرفت در تکالیف آموزشی را یاد گرفتند.
۱۱	دانش‌آموزان به لزوم برخورداری از عواطف مثبت و انسجام اجتماعی و رضایت آموزشی نسبت به مهارت‌های یادگیری آشنا شدند.
۱۲	جمع بندی مطالب ارائه شده در طول دوره آموزشی، گرفتن پس‌آزمون از متغیرهای وابسته پژوهش از دو گروه آزمایش و گواه

## یافته‌ها

یافته‌های پژوهش در ارتباط با اطلاعات جمعیت شناختی نشان داد که از بین ۲۰ نفر شرکت‌کننده در گروه آزمایش (۷ نفر پایه چهارم، ۸ نفر پایه پنجم و ۵ نفر پایه ششم) و شرکت‌کنندگان گروه آزمایش شامل؛ آزمایش (۶ نفر پایه چهارم، ۷ نفر پایه پنجم و ۷ نفر پایه ششم) بودند، دانش‌آموزان از نظر پایگاه اجتماعی/اقتصادی در سطح متوسط بودند و همچنین همگی دارای نمرات یک انحراف استاندارد پایین‌تر از میانگین در متغیرهای وابسته پژوهش بودند.

**جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون**

متغیر	گروه	مرحله	میانگین	انحراف معیار
تعلق به مدرسه	آزمایش	پیش‌آزمون	۶۶/۳۵	۳/۷۰
		پس‌آزمون	۷۸/۶۰	۴/۶۶
	گواه	پیش‌آزمون	۶۶/۴۰	۴/۳۵
		پس‌آزمون	۶۷/۱۰	۳/۵۸
انگیزش تحصیلی	آزمایش	پیش‌آزمون	۸۰/۰۵	۱۱/۳۹
		پس‌آزمون	۹۲/۲۰	۱۹/۵۷
	گواه	پیش‌آزمون	۸۰/۸۰	۱۴/۸۱

۱۶/۳۸

۸۳/۸۰

پس‌آزمون

جدول شماره ۲، یافته‌های توصیفی مربوط به هرکدام از متغیرهای پژوهش را به تفکیک برای گروه آزمایش و گواه نشان می‌دهد. استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس به عنوان یک آزمون پارامتریک، مستلزم رعایت برخی پیش‌فرض‌های آماری از جمله فاصله‌ای یا نسبی بودن مقیاس اندازه‌گیری متغیر وابسته، گمارش تصادفی آزمودنی‌ها، به جهت بررسی نرمال بودن داده‌ها از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج حاصل از آزمون تحلیل برای انگیزش تحصیلی ( $Z=0/82, p=0/12$ ) و تعلق مدرسه ( $Z=0/76, p=0/09$ ) می‌باشد که می‌توان نتیجه گرفت که داده‌ها از فرض مبنی بر نرمال بودن داده‌ها پیروی می‌کنند، نتایج حاصل از بررسی همگنی شیب رگرسیون به ترتیب برای متغیر انگیزش تحصیلی ( $F=1/24, p=0/18$ ) و تعلق به مدرسه ( $F=0/09, p=1/12$ ) نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که از فرض مبنی بر همگنی شیب رگرسیون پیروی می‌کنند و همچنین به منظور بررسی همگنی واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شد که نتایج حاصل از آن به ترتیب برای انگیزش تحصیلی ( $F=3/52, p=0/09$ ) و تعلق به مدرسه ( $F=0/09, p=0/32$ ) به دست آمد که نتایج حاصل نشان داد که داده‌ها از پیش‌فرض مبنی بر همگنی واریانس‌ها نیز پیروی می‌کنند؛ و در نهایت به منظور بررسی پیش‌فرض همگنی ماتریس واریانس / کوواریانس از آزمون ام‌باکس استفاده شد که نتایج حاصل از این آزمون ( $F=0/80, p=0/49$ ) نیز نشان داد که داده‌ها از این پیش‌فرض آماری نیز پیروی می‌کنند در ادامه به منظور بررسی تأثیر کلی آموزش بر متغیرهای پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد که نتیجه آن در قالب جدول ۳ آورده می‌شود.

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نمرات پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و گواه

نام آزمون	ارزش	F	درجه آزادی خطا	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آزمون
اثر پیلایی	۰/۸۷	۳۲/۴۹	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۷	۱
لامبدای ویلکز	۰/۱۲	۳۲/۴۹	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۷	۱
اثر هلتنینگ	۷/۲۲	۳۲/۴۹	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۷	۱
بزرگترین ریشه روی	۷/۲۲	۳۲/۴۹	۶	۲۷	۰/۰۰۱	۰/۸۷	۱

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌کنید سطوح معناداری همه‌ی آزمون‌ها بیانگر آن است که بین دو گروه آزمایش و گواه در متغیرهای تعلق به مدرسه و انگیزش تحصیلی در مرحله‌ی پس‌آزمون تفاوت معناداری مشاهده می‌شود ( $F=32/49, p>0/001$ ) میزان تأثیر یا تفاوت برابر ۰/۷۸ است. برای بررسی نقطه تفاوت، از آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره در متن مانکوا استفاده شد. نتایج این تحلیل در جدول شماره ۴ ارائه شده‌است.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره به منظور مقایسه نمرات پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و گواه

متغیر	منابع متغیر	مجموعه مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آماری
پیش‌آزمون		۱۰۷۳۸/۲۶	۱	۱۰۷۳۸/۲۶	۰/۰۶	۰/۸۰	۰/۱۰	۰/۹۸
انگیزش تحصیلی	گروه	۸۷۲/۰۲	۱	۸۷۲/۰۲	۱۹/۸۴	۰/۰۰۱	۰/۴۲	۱
	خطا	۱۵۸۱/۸۰	۳۶	۴۳/۹۳	-	-	-	-
پیش‌آزمون		۵۲/۴۵	۱	۵۲/۴۵	۱/۱۹	۰/۲۸	۰/۱۲	۰/۹۶
تعلق به مدرسه	گروه	۱۳۲۸/۴۶	۱	۱۳۲۸/۴۶	۱۴/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۰/۹۹
	خطا	۳۲۴/۵۳	۳۶	۹/۰۱	-	-	-	-

همان‌طور که در جدول شماره ۴ مشاهده می‌شود با کنترل نمرات پیش‌آزمون بین شرکت‌کنندگان گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله‌ی پس‌آزمون در متغیر انگیزش تحصیلی ( $F=19/84, P<0/001$ ) و تعلق به مدرسه تفاوت معناداری ( $F=14/36, P<0/001$ )

وجود دارد. با توجه به مجذور اتا می توان گفت که امکان سنجی بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه منجر به افزایش ۰/۴۲/ انگیزش تحصیلی و ۰/۷۰/ تعلق به مدرسه در دانش‌آموزان شرکت‌کننده در گروه آزمایش شده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه‌ی حاضر با هدف امکان سنجی بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه بر انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه دانش‌آموزان دختر دوره‌ی دوم ابتدایی (چهارم، پنجم و ششم) انجام شد. یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که امکان سنجی بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه دارای تاثیر مثبت و معناداری بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان است. یافته‌های حاصل از پژوهش همسو با نتایج پژوهش‌های گذشته از جمله؛ اسکیز و همکاران (۲۰۲۰) و کلووی و همکاران (۲۰۱۴) بود. در ارتباط با تبیین چگونگی تاثیر کیفیت زندگی در مدرسه بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان می‌توان گفت که محیط مدرسه، محیط کسب دانش و رشد همه جانبه‌ی افراد است و باید در آن رشد و پویایی و جوش و خروش علمی موج بزند تا دانش‌آموزان بتوانند با اشتیاق و آفری در مدرسه حضور یابند و در فعالیت‌های تحصیلی خود مشارکت داشته باشند (دیلنوزا، ۲۰۲۲). هر چه دانش‌آموزان در مدرسه، کیفیت آموزشی بیشتری را تجربه کنند نگرش مثبت‌تری درباره مدرسه و فعالیت‌های آن در ذهن‌شان شکل می‌گیرد؛ این ذهنیت مثبت زمینه لازم را برای انگیزش دانش‌آموزان به انجام تکالیف درسی بیشتر می‌شود (زید و همکاران، ۲۰۲۲). بالطبع اگر دانش‌آموزان احساس کنند که فرصت‌های لازم جهت پیشبرد اهداف آموزشی و غیر آموزشی خود در مدرسه را به دست می‌آورند سازگاری آموزشی و انگیزش تحصیلی بیشتری را تجربه می‌کنند و می‌توانند در مواجهه با مشکلات و موانع تحصیلی عملکرد بهتری داشته باشند (کایاما و همکاران، ۲۰۲۰). کیفیت زندگی در مدرسه و مولفه‌های آن همچون رابطه مطلوب بین دانش‌آموزان یک مدرسه، رابطه‌ی مناسب بین کارکنان مدرسه و دانش‌آموزان، تصور مثبت دانش‌آموزان به یادگیری و محیط کلاس همگی از جمله عوامل موثر بر انگیزش تحصیلی دانش‌آموزان است (فروهلچ و همکاران، ۲۰۲۳). کیفیت زندگی در مدرسه باعث می‌شود که بسیاری از خصوصیات و ویژگی‌هایی که منجر به افزایش توانمندی و کاهش آسیب‌پذیری می‌شود در دانش‌آموزان ارتقا پیدا کند و عملکرد دانش‌آموزان در مواجهه با مشکلات و چالش‌های تحصیلی بهبود پیدا کند؛ در حقیقت دانش‌آموزانی که به این باور و توانایی می‌رسند، انگیزش تحصیلی بیشتری نیز دارند (بودور و همکاران، ۲۰۲۲).

علاوه بر این یافته‌های حاصل از پژوهش نشان داد که امکان سنجی بسته‌ی آموزشی کیفیت زندگی در مدرسه دارای تاثیر مثبت و معناداری بر تعلق به مدرسه دانش‌آموزان است. که یافته‌های حاصل از آن همسو با نتایج پژوهش‌های گذشته از جمله؛ آلن و همکاران (۲۰۱۸) و آپادایا و همکاران (۲۰۱۳) همسو بود. در ارتباط با تبیین چگونگی تاثیر کیفیت زندگی در مدرسه با ایجاد احساس تعلق به مدرسه در دانش‌آموزان می‌توان گفت که محیط مدرسه در صورتی که بتواند نیازهای اصلی دانش‌آموزان را در این سن ارضا کند، باعث ایجاد احساس تعلق به مدرسه در آنان می‌شود (باتلت و همکاران، ۲۰۱۹). به این صورت که هر چه محیط آموزشی برای دانش‌آموزان رضایت بخش‌تر باشد منجر به ایجاد نگرش مثبت آنان نسبت به محیط آموزشی می‌شود. به این صورت که افزایش احساس تعلق به مدرسه وابسته به کیفیت تجارب یادگیری دارد که آن‌ها تجربه می‌کنند (آپادایا و همکاران، ۲۰۱۳). ایجاد روابط مناسب بین عوامل مدرسه و همچنین ایجاد جو صمیمی در کلاس درس و مدرسه برای افزایش احساس دلبستگی و تعلق فراگیران نسبت به مدرسه در فرایند پرورش آنان باید مورد توجه جدی قرار بگیرد. کیفیت تجارب یادگیری در مدرسه می‌تواند در رشد علمی و حرفه‌ای دانش‌آموزان تاثیر بسزایی داشته باشد و با توجه به نقش اساسی آن در سلامت، پیشرفت، خلاقیت و زندگی آموزشی دانش‌آموزان در نهایت منجر به افزایش علاقه آنان به مدرسه شود (بازانو و همکاران، ۲۰۱۸). کیفیت محیط آموزشی می‌تواند از طریق غنی‌سازی تجارب یادگیری، چگونگی ایجاد فرصت‌های یادگیری و محتوای مناسب و همچنین توجه به چگونگی ایجاد فرصت برای یادگیری فعال منجر به فراگرفتن نحوه‌ی یادگیری در یادگیرندگان و علاقه‌مندی آنان به مدرسه و یادگیری مداوم شود (سردارو همکاران، ۲۰۲۰). تعلق به مدرسه توسط محیط سالم، امن و جو روانی حمایتی مدرسه رشد می‌یابد؛ ایجاد جو کلاس مثبت و مدیریت خوب آن توسط معلم، امکان شرکت در فعالیت‌های فوق برنامه، قواعد انضباطی مطلوب، کوچک بودن محیط مدرسه و اندازه کلاس درس همگی در امر ایجاد حس تعلق به مدرسه ضروری هستند (لیم، ۲۰۲۲).

## Feasibility of Educational Package of Quality of Life in the School on Academic Motivation and Belonging to the School

بنابراین با توجه به آنچه گفته شد می‌توان نتیجه گرفت که در صورتی که محیط‌های آموزشی به شرایط آموزشی خود اهمیت دهند و امکانات لازم را جهت بهبود کیفیت خدمات آموزشی فراهم کنند. شرایط لازم را برای فراهم آوردن محیط آموزشی شاد و با نشاط فراهم آورند و زمینه را در جهت افزایش انگیزش تحصیلی و تعلق به مدرسه در دانش‌آموزان فراهم آورند.

مانند سایر پژوهش‌ها، پژوهش حاضر نیز با محدودیت‌هایی مواجه بوده‌است. از جمله، تکیه بر ابزار خودگزارشی همچون پرسشنامه، عدم جمع‌آوری اطلاعات از والدین و معلمان که می‌تواند در تحقیقات آتی از روش‌های کیفی نظیر مصاحبه جهت غنای بیشتر مطالعه بهره برد، همچنین با توجه به عدم دسترسی به دانش‌آموزان در طولانی مدت دوره‌ی پیگیری بررسی نشد. در راستای این محدودیت پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی شرکت‌کنندگان بر اساس میزان تحصیلات والدین و بافت فرهنگی همتا شوند؛ همچنین به منظور بررسی ماندگاری آموزش پیگیری‌های سه ماهه و شش ماهه انجام گردد.

## منابع

- رحمتی، ف.، یمینی، م.، مهدیان، ح. (۱۳۹۶). تعیین نقش میانجی انگیزش تحصیلی در رابطه بین باورهای هوشی و تاب‌آوری تحصیلی در میان دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم بجنورد. *پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۱۵ (۶۶)، ۸۱-۹۴.
- مکیان، ر.، کلانتر کوشه، م. (۱۳۹۲). هنجاریابی پرسشنامه تعلق به مدرسه و رابطه آن با فرسودگی تحصیلی و انگیزه پیشرفت در دانش‌آموزان شهر تهران. *فصلنامه سنجش تربیتی*، ۵ (۲۰)، ۱۱۹-۱۳۸.
- Alva, A., Machado, M., Bhojwani, K., & Sreedharan, S. (2017). Study of risk factors for development of voice disorders and its impact on the quality of life of school teachers in Mangalore, India. *Journal of clinical and diagnostic research: JCDR*, 11(1), MC01. doi: [10.7860/JCDR/2017/17313.9234](https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/17313.9234)
- Bathelt, J., de Haan, M., & Dale, N. J. (2019). Adaptive behaviour and quality of life in school-age children with congenital visual disorders and different levels of visual impairment. *Research in developmental disabilities*, 85, 154-162. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.12.003>
- Bazzano, A. N., Anderson, C. E., Hylton, C., & Gustat, J. (2018). Effect of mindfulness and yoga on quality of life for elementary school students and teachers: results of a randomized controlled school-based study. *Psychology research and behavior management*, 81-89. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S157503>
- Borck, C. R. (2020). "I belong here.": Culturally sustaining pedagogical praxes from an alternative high school in Brooklyn. *The Urban Review*, 52, 376-391. <https://doi.org/10.1177/2167696820908761>
- Brenlla, M. E., Fernández Da Lama, R. G., Rodríguez Marengo, I., & Saint Cricq, E. (2022). Future time perspective, procrastination and academic motivation in Argentinian college students during the pandemic. <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/13914>
- Brew, C., & Beatty, B. (2005). Measuring student sense of connectedness with school: the development of an instrument for use in secondary schools. *Leading and Managing*, 11(2), 103-118. <https://doi.org/10.1186/s12654-022-03823-6>
- Cockerill, T. (2019). Pupils Attending a Shared Placement between a School and Alternative Provision: Is a Sense of School Belonging the Key to Success?. *Educational & Child Psychology*, 36(2), 23-33. <https://doi.org/10.1080/156482020.1903740>
- de Jong, E. J., Coulter, Z., & Tsai, M. C. (2023). Two-way bilingual education programs and sense of belonging: Perspectives from middle school students. *International Journal of Bilingual Education and Bilingualism*, 26(1), 84-96. <https://doi.org/10.1080/13670050.2020.1783635>
- Dierendonck, C., Tóth-Király, I., Morin, A. J., Kerger, S., Milmeister, P., & Poncelet, D. (2023). Testing associations between global and specific levels of student academic motivation and engagement in the classroom. *The Journal of Experimental Education*, 91(1), 101-124. <https://doi.org/10.1080/00220973.2021.1913979>
- Dillon, E., Feuerstein, J., Kalb, L., Neely, J., & Landa, R. (2020). Quality of life in school-aged youth referred to an autism specialty clinic: a latent profile analysis. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 50, 1269-1280. <https://doi.org/10.1178/13674823.2020.1783635>
- Dilnoza, J. (2022). Pedagogical Foundations of Formation of the Concept of National Pride in Elementary School Students. *INTERNATIONAL JOURNAL OF INCLUSIVE AND SUSTAINABLE EDUCATION*, 1(5), 79-81. <https://doi.org/10.1043/00220973.2021.1913979>
- Dixson, D. D., & Gentzis, E. A. (2023). To hope and belong in adolescence: A potential pathway to increased academic engagement for African American males. *School Psychology Review*, 52(3), 330-342. <https://doi.org/10.1080/2372966X.2021.1985927>
- Duchatelet, D., & Donche, V. (2019). Fostering self-efficacy and self-regulation in higher education: a matter of autonomy support or academic motivation?. *Higher Education Research & Development*, 38(4), 733-747. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1581143>
- Dunne, T., & Hall, I. (2023). The English School. In *International Organization and Global Governance* (pp. 144-154). Routledge. <https://doi.org/11.1080/2432966X.2021.1985927>

- Elfeky, A. I. M., & Elbyaly, M. Y. H. (2023). The effectiveness of virtual classrooms in developing academic motivation across gender groups. *Ann. For. Res.*, 66(1), 2005-2020. <https://doi.org/10.1122/2167696820901626>
- Fisher, B. W., Dawson-Edwards, C., Higgins, E. M., & Swartz, K. (2020). Who belongs in school? Examining the link between Black and White racial disparities in sense of school belonging and suspension. *Journal of Community Psychology*, 48(5), 1481-1499. <https://doi.org/10.1002/jcop.22342>
- Froehlich, L., Brokjøb, L. G., Nikitin, J., & Martiny, S. E. (2023). Integration or isolation: Social identity threat relates to immigrant students' sense of belonging and social approach motivation in the academic context. *Journal of Social Issues*, 79(1), 264-290. <https://doi.org/10.1111/josi.12548>
- Gökbulut, B. (2019). The relationship between sense of belonging and technology addiction of high school students. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 7, 281-297. <https://doi.org/10.1042/0012-1649.17.3.321>
- Hands, C., & Limniou, M. (2023). Diversity of Strategies for Motivation in Learning (DSML)—A New Measure for Measuring Student Academic Motivation. *Behavioral Sciences*, 13(4), 301. <https://doi.org/10.3390/bs13040301>
- Harter S.(1981) A new self-report scale of intrinsic versus extrinsic orientation in the classroom: Motivational and informational components. *Developmental psychology* 17(3): 300. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.17.3.300>
- Houben-van Hertem, M., Bai, G., Hafkamp, E., Landgraf, J. M., & Raat, H. (2015). Determinants of health-related quality of life in school-aged children: a general population study in the Netherlands. *PLoS One*, 10(5), e0125083. DOI:10.1371/journal.pone.0134650
- Howard, A. L., Alexander, S. M., & Dunn, L. C. (2022). Helicopter parenting is unrelated to student success and well-being: A latent profile analysis of perceived parenting and academic motivation during the transition to university. *Emerging Adulthood*, 10(1), 197-211. <https://doi.org/10.1177/2167696820901626>
- Kalam, A., Goi, C. L., & Tiong, Y. Y. (2023). Student motivations for social media use and their effects on academic performance-a meditational approach in emerging market. *Interactive Technology and Smart Education*. <https://doi.org/10.1108/ITSE-09-2022-0115>
- Kayama, M., & Yamakawa, N. (2020). Acculturation and a sense of belonging of children in US Schools and communities: The case of Japanese families. *Children and Youth Services Review*, 119, 105612. <https://doi.org/10.1111/chso.12725>
- Kirby, L. A., & Thomas, C. L. (2022). High-impact teaching practices foster a greater sense of belonging in the college classroom. *Journal of Further and Higher Education*, 46(3), 368-381. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2021.1950659>
- Kliesener, T., Meigen, C., Kiess, W., & Poulain, T. (2022). Associations between problematic smartphone use and behavioural difficulties, quality of life, and school performance among children and adolescents. *BMC psychiatry*, 22(1), 195 <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03815-4>
- Kpolovie, P. J., Joe, A. I., & Okoto, T. (2014). Academic achievement prediction: Role of interest in learning and attitude towards school. *International Journal of Humanities Social Sciences and Education (IJHSSE)*, 1(11), 73-100.
- Lim, L., Lim, S. H., & Lim, W. Y. R. (2022). A Rasch analysis of students' academic motivation toward Mathematics in an adaptive learning system. *Behavioral Sciences*, 12(7), 244. <https://doi.org/10.3390/bs12070244>
- Lins, L., Carvalho, F. M., Menezes, M. S., Porto-Silva, L., & Damasceno, H. (2015). Health-related quality of life of students from a private medical school in Brazil. *International Journal of Medical Education*, 6, 149. doi: 10.5116/ijme.563a.5dec
- Petterson, H., & Olson, B. L. (2017). Effects of mindfulness-based interventions in high school and college athletes for reducing stress and injury, and improving quality of life. *Journal of sport rehabilitation*, 26(6), 578-587. DOI:<https://doi.org/10.1123/jsr.2016-0047>
- Rowe, A. D., Jackson, D., & Fleming, J. (2023). Exploring university student engagement and sense of belonging during work-integrated learning. *Journal of vocational education & training*, 75(3), 564-585. <https://doi.org/10.1080/13636820.2021.1914134>
- Scales, P. C., Van Boekel, M., Pekel, K., Syvertsen, A. K., & Roehlkepartain, E. C. (2020). Effects of developmental relationships with teachers on middle-school students' motivation and performance. *Psychology in the Schools*, 57(4), 646-677. <https://doi.org/10.1002/pits.22350>
- Serdar, E., Harmandar Demirel, D., & Demirel, M. (2021). The Relationship between Academic Procrastination, Academic Motivation and Perfectionism: A Study on Teacher Candidates. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 20(4), 140-149. <https://orcid.org/0000-0003-1454-022X>
- Upadyaya, K., & Salmela-Aro, K. (2013). Development of school engagement in association with academic success and well-being in varying social contexts. *European psychologist*. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000143>
- Wilson, L. C., & Liss, M. (2022). Safety and belonging as explanations for mental health disparities among sexual minority college students. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 9(1), 110. <https://doi.org/10.1037/sgd0000421>

