



## تأثیر افسردگی و عزت نفس در پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان مقطع متوسطه

مریم ایزدی<sup>۱</sup>، ملاحی یوسفی<sup>۲</sup>

۱- ارشناسی ارشد فقه و حقوق اسلامی؛ اداره آموزش و پرورش شهرستان شهریار، استان تهران (نویسنده مسئول)

Email: mrymry6463@gmail.com

09351476047

۲- کارشناسی ارشد الهیات و معارف اسلامی؛ اداره آموزش و پرورش شهرستان پارس آباد، استان اردبیل

09147455004

## چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین افسردگی و عزت نفس با میزان پیشرفت تحصیلی در بین دانش آموزان مقطع متوسطه و بعنوان نمونه، مدرسه ارمان شهر شهریار استان تهران، انجام شده است. با گسترش زندگی شهری، داشتن نگاه ویژه به دانش آموزان و آسیب شناسی در جهت بهبود عملکرد تحصیلی بیش از پیش احساس می شود. یافته های این پژوهش نشان داد که بین افسردگی و اضطراب با پیشرفت تحصیلی رابطه معکوس و منفی وجود داشته و بین بهبود عزت نفس و پیشرفت تحصیلی رابطه مستقیم و مثبتی وجود داشته و با افزایش عزت نفس علاوه بر ارتقاء سلامت روان و کاهش میزان افسردگی، عملکرد تحصیلی نیز بهبود می یابد. لذا در راستای بهبود عملکرد تحصیلی در بین دانش آموزان، ارتقاء سطح زندگی از لحاظ روان شناختی و اجتماعی در هر دو محیط خانواده و مدرسه و آموزش والدین جهت اصلاح رفتاری لازم و ضروری می باشد.

واژگان کلیدی: افسردگی، استرس، عزت نفس، عملکرد تحصیلی، دانش آموزان، خانواده، مدرسه

## ۱- مقدمه

بررسی و پرداختن به مقوله افسردگی احتمالاً به عصر بقراط در قرن چهارم پیش از میلاد بر می گردد که به صورت علمی افسردگی زمانی را از هم جدا نمود بنابراین پرداختن به افسردگی قدمتی همپای تاریخ دارد زیرا در هر دوره ای عده ای پیدا می شدند که از وجود حملات افسردگی رنج می بردند. در اجتماع امروزی و با توجه به تغییر جوامع از سنتی به مدرن و توسعه زندگی شهری، توان انسانها در جهت تطبیق با شرایط مدرنیته تقلیل یافته و به مرور دچار انزوا، جامعه گریزی و جامعه ستیزی، فرد ستیزی و در نهایت افسردگی شده و صدمات جبران ناپذیر روحی، روانی به بار می آورد. یکی از حساس ترین افراد جامعه کودکان دانش آموز می باشند که پیوسته تحت تاثیر محیط خانواده و جامعه انسانی اطراف قرار دارند که بی توجهی به نیازها و آسیب های در کمین آنها سبب بروز اختلالات متعدد در شخصیت فردی و رفتار اجتماعی آنها در برخورد با اعضای خانواده و همکلاسی ها شده و در نهایت منجر به افت شدید تحصیلی خواهد شد (دارایی، ۱۳۹۶؛ زارعی پور و همکاران، ۱۳۹۸) بنابراین ضرورت دارد بصورت آگاهانه به این موضوع نگریده شود و به دانش آموزان مقطع متوسطه در این زمینه توجه ویژه گردد. باید بینیم دلایل افسردگی این قشر چه می تواند باشد چه فاکتورهایی این زمینه را در فرد پایه ریزی می کند که افراد را به سوی افسردگی و افت تحصیلی می کشاند.



# دوین کنفرانس ملی مطالعات خانواده و مدرسه

## ۲- روش شناسی

در این مقاله، تعداد ۱۲۷ نفر از دانش آموزان مدرسه مقطع متوسطه ارمغان واقع در شهر شهریار، استان تهران، به روش پرسش و پاسخ مستقیم از والدین و دانش آموزان، بررسی و تحقیق بعمل آمد. ابزار اخذ اطلاعات پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت ۱۹۶۷ و پرسشنامه افسردگی بک ۱۹۹۶ بوده و سعی گردید بجای اطلاعات کمی، دریافت اطلاعات بصورت کیفی باشد.

## ۳- بحث اصلی

با توجه به تعریف پیشرفت تحصیلی که به معنای مقدار یادگیری آموزشی فرد است می توان آنها را در دو مقوله کلی عوامل مربوط به تفاوت های فردی و عوامل مربوط به مدرسه و نظام آموزش و پرورش مورد مطالعه قرار داد. پیشرفت تحصیلی اغلب تحت تاثیر دو فاکتور میزان استرس و اضطراب و سلامت روانی و ارتقاء سطح روانی (عزت نفس) قرار دارد (فرهنگ پور، ۲۰۰۸؛ وولفولک<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵).

عزت نفس به عنوان احساس قائل بودن ارزش برای خود یا میزان ارزشمندی، احترام، شایستگی، توانایی و شناخت شأن و خصایص فردی و برخورداری از رضایت و خشنودی درونی تعریف شده و کلید رفتار آدمی است (فرهنگ پور، ۲۰۰۸). عزت نفس تصور افراد در مورد نگرش ها، توانایی ها، احساسات و عناصری از این قبیل می باشد (وولفولک، ۲۰۰۵). شکل گیری عزت نفس یک عمل شناختی است که نیازمند ارزیابی فرد از خود بوده و در فعالیت های مختلف، متفاوت می باشد (وولفولک، ۲۰۰۵). برخی از مطالعات نشان می دهد که بین افزایش عزت نفس و افزایش پیشرفت تحصیلی ارتباط مستقیم وجود دارد (صلحی و کمیجانی، ۱۳۹۴؛ فتحی، ۱۳۸۶). خانواده مهمترین و اساسی ترین محیط در شکل گیری شخصیت فردی می باشد بنابراین داشتن عزت نفس خانوادگی که در کل مقبولیت فرد بین اعضای خانواده می باشد در تمامی رفتارهای فرد در سایر محیط ها تاثیر بسزایی داشته و در افزایش عزت نفس فرد من جمله عزت فرد تحصیلی موثر می باشد (فتحی، ۱۳۸۶).

ابوالقاسمی و جوانمیری (۲۰۱۰) نشان دادند که با افزایش سلامت روانی، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان افزایش می یابد همچنین اید<sup>۲</sup> (۲۰۱۰) رابطه مثبتی بین سلامت روانی و نمرات دانش آموزان گزارش دادند. تللول<sup>۳</sup> (۲۰۰۷) و اسپرناک<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) نیز یکی از ارکان ارتقاء تحصیلی را سلامت روان و دوری از اضطراب اعلام نمودند. این یافته ها نشان از این دارد که جهت افزایش پیشرفت تحصیلی، افزایش سلامت روان، دوری از اضطراب و استرس و فراهم نمودن محیط آموزشی و خانوادگی سالم جزو ضروریات می باشد.

## ۴- نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین افسردگی و عزت نفس با میزان پیشرفت تحصیلی در بین دانش آموزان مقطع متوسطه مدرسه ارمغان شهر شهریار انجام شد و یافته ها و نتایج نشان داد که بین افسردگی و پیشرفت تحصیلی رابطه معکوس و منفی وجود دارد که با مطالعات خزاعی و همکاران (۱۳۹۲)، دارایی (۱۳۹۶) و اوونز و همکاران<sup>۵</sup> (۲۰۱۲) مطابقت و همخوانی دارد. همچنین بین عزت نفس و پیشرفت تحصیلی رابطه مستقیم و مثبتی وجود داشته و افزایش عزت نفس علاوه بر بهبود سلامت روان و کاهش میزان افسردگی، سبب ارتقاء تحصیلی در دانش آموزان می گردد که با یافته های جمشیدی و دژآباد (۱۴۰۱) و کرنیس و همکاران ۱۹۸۹ همسویی دارد. بنابراین در راستای بهبود عملکرد تحصیلی در بین دانش آموزان، ارتقاء سطح زندگی از لحاظ روان شناختی و اجتماعی در هر دو محیط خانواده و مدرسه و آموزش والدین جهت اصلاح رفتاری لازم و ضروری می باشد چرا که سلامت روحی و روانی

<sup>1</sup> . Woolfolk

<sup>2</sup> . Eide

<sup>3</sup> . Thelwell

<sup>4</sup> . Spernak

<sup>5</sup> . Owens et al.



همسوی با سلامت بدنی با ایجاد نشاط و همراهی با دانش آموزان توسط والدین، مربیان و مسئولان مدارس، سبب شکوفایی هوش آموزشی شده و در نهایت همگام با ارتقاء سلامت خانواده و جامعه باعث افزایش پیشرفت تحصیلی خواهد شد.

## ۵- منابع

دارایی، مهتری (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین افسردگی و عزت نفس با عملکرد تحصیلی در دانشجویان آزاد اسلامی واحد خرم آباد. فصلنامه علمی و پژوهشی یافته، دوره ۱۹، شماره ۵.

زارعی پور، مراد علی، زارعی پور، قربانعلی، علی نژاد، مهین، محرمی، فاطمه، عبدالکریمی، مهدی (۱۳۹۸). بررسی اضطراب، استرس و افسردگی و ارتباط آن با موفقیت تحصیلی در نوجوانان شهرستان سلماس. نشریه پرستاری کودکان دروه ۵، شماره ۳. فتحی، حسن علی (۱۳۸۶). مطالعه رابطه بین عزت نفس و موفقیت تحصیلی دانشجویان ایرانی. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه ساینز مالزی، دوره ۲ شماره ۱.

صلحی، مهناز، کمیجانی آمنه (۱۳۹۴). بررسی رابطه هوش هیجانی با افسردگی موفقیت تحصیلی دانشجویان. مجله ره آورد سلامت، دوره ۱، شماره ۱.

خزاعی، طیبه، شریف زاده، غلامرضا، اکبرنیا، مرضیه سادات، پیری، مهران، قنبرزاده، ناهید، (۱۳۹۲). رابطه بین افسردگی و عزت نفس با موفقیت تحصیلی دانش آموزان بیرجند. مجله مراقبت های نوین، دروه ۱۰، شماره ۲.

جمشیدی، افتخار، دژآباد، هدی، (۱۴۰۱). بررسی تاثیر اضطراب و استرس بر یادگیری در دانش آموزان شهرستان ایلام، دومین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی.

*Farhangpoor F, Khadivi A, Adib Y. The relationship between spiritual intelligence and self-esteem with academic achievement of students. J Women Family Stud. 2008 ; 2(9): 19-27.*

*Woolfolk AE. Educational psychology. 9th ed. Boston: Allyn Pub. 2005; 10-28.*

*Abolghasemi A, Javanmirry L. The role of social desirability, mental health and self-efficacy in predicting academic achievement of female students. J Sch Psychol. 2010; 1(2): 6-20.*

*Eide ER, Showalter MH, Goldhaber DD. The relation between children's health and academic achievement. Child Youth Serv Rev. 2010; 32(2): 231-8.*

*Thelwell RC, Lane AM, Weston NJV. Mood states, self-set goals, self-efficacy and performance in academic examinations. Pers Individ Dif. 2007; 42(3): 573-83.*

*Spernak SM, Schottenbauer MA, Ramey SL, Ramey CT. Child health and academic achievement among former head start children. Child Youth Serv Rev. 2006; 28(10): 1251-61.*



Kernis MH, Brockner J, Frankel BS. Self-esteem and reactions to failure. *J Personal Soc Psychol.* 1989; 57(4): 707-714.

## The investigation of depression and self confidence relationship with academic achievements among high school students

Maryam Izadi<sup>1</sup>, Malahat Yousefi<sup>2</sup>

1- Msc of Islamic jurisprudence and law; Department of Education of Shahryar  
(Corresponding Author)

Email: mrymry6463@gmail.com  
09351476047

2- Msc of Theology and Islamic Studies; Department of Education of Pars Abad  
09147455004

### Abstract

This research was conducted with the aim of investigating of the relationship between depression and self-esteem with the level of academic achievement among high school students and sample students, Armaghan School of Shahryar city, Tehran Province. With the expansion of urban life, having a special look at students and pathology in order to improve academic performance is felt more than ever. The findings of this research showed that there is an inverse and negative relationship between depression and anxiety and academic progress, and there is a direct and positive relationship between improving self-esteem and academic progress, and with increasing self-esteem, in addition to improving mental health and reducing the level of depression, educational performance also improves. Therefore, in order to improve academic performance among students, improving the psychological and social level of life in both family and school environments and educating of parents to improve behavior is necessary.

**Keywords:** depression, stress, self-esteem, academic performance, students, family, school