

به نام خدا

# کمک طلبی راهی به سوی موفقیت تحصیلی

مؤلف :

فرانک زارعی قبادی

انتشارات کتاب رسان ایده

(با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

[chaponashr.ir](http://chaponashr.ir)

سرشناسه: زارعی قبادی، فرانک، ۱۳۵۴  
عنوان و نام پدیدآور: کمک طلبی راهی به سوی موفقیت تحصیلی / مولف فرانک زارعی قبادی.  
مشخصات نشر: انتشارات کتاب رسان ایده (با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.  
مشخصات ظاهری: ۸۸ ص.  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۰۰-۳۰-۵  
وضعیت فهرست نویسی: فیپا  
موضوع: کمک طلبی - موفقیت تحصیلی  
رده بندی کنگره: PN۲۱۹۹  
رده بندی دیویی: ۸۰۹/۲۴۲  
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۹۳۸۴۷  
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

نام کتاب: کمک طلبی راهی به سوی موفقیت تحصیلی  
مولف: فرانک زارعی قبادی  
ناشر: انتشارات کتاب رسان ایده (با همکاری سازمان چاپ و نشر ایران)  
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر  
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد  
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳  
چاپ: زبرجد  
قیمت: ۸۸۰۰۰ تومان  
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:  
<https://chaponashr.ir/ketabresan>  
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۰۰-۳۰-۵  
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵  
[www.chaponashr.ir](http://www.chaponashr.ir)



## فهرست مطالب

۷	فصل اول
۷	مقدمه
۱۰	مزایای کمک طلبی
۱۱	اهمیت و ضرورت
۱۷	فصل دوم
۱۷	کمک طلبی تحصیلی:
۱۹	انواع کمک طلبی:
۱۹	الف) کمک طلبی اولیه:
۱۹	ب) کمک طلبی ثانویه:
۱۹	نظریه گراس و مک مولن (۲۰۰۳):
۲۰	کمک طلبی لازم:
۲۰	کمک طلبی راحت:
۲۰	نظریه ندلر (۱۹۹۷):
۲۰	نظریه نلسون - لی گال و همکاران (۲۰۰۱):
۲۱	کمک طلبی ابزاری
۲۱	کمک طلبی اجرایی
۲۱	نظریه نیومن (۱۹۹۸):
۲۲	نظریه بال تر (۱۹۹۸):
۲۲	نظریه ریان و پینتریچ (۱۹۹۷):
۲۳	انواع کمک طلبی
۲۸	نگرش و تاثیر آن بر کمک طلبی تحصیلی دانش آموزان

- عوامل اجتماعی و کمک طلبی تحصیلی..... ۲۹
- دیدگاه های مرتبط با کمک طلبی تحصیلی:..... ۳۳
- دیدگاه یادگیری مشارکتی..... ۳۳
- دیدگاه خود سیستمی..... ۳۴
- دیدگاه شناختی اجتماعی..... ۳۵
- دیدگاه رابطه‌ی اهداف پیشرفت با روابط دوستانه..... ۳۵
- تغییرات تحولی در رفتار کمک طلبی..... ۳۶
- الف) آگاهی از نیاز به کمک..... ۳۶
- ب) تصمیم به جستجوی کمک..... ۳۷
- ج) استفاده از راهبردهای مناسب برای درخواست کمک..... ۳۷
- الگوهای کمک طلبی..... ۳۸
- الگوی تصمیم به کمک طلبی..... ۳۸
- الگوی واینر..... ۳۸
- الگوی شناختی - رفتاری..... ۳۹
- الگوی ارزش - باور..... ۴۰
- منابع حمایت..... ۴۰
- شخصیت معلم و فشارهای روانی معلم..... ۴۱
- امنیت عاطفی معلم..... ۴۲
- نگرش‌های معلم..... ۴۳
- سبک‌های معلم..... ۴۴
- ارزش صحبت کردن معلم..... ۴۴
- حمایت تحصیلی خانواده (والدین)..... ۴۵
- مفهوم و تعریف حمایت همسالان..... ۴۶
- نظریات حمایت تحصیلی..... ۴۷
- ۱- نظریه شناختی اجتماعی..... ۴۷

- ۴۸..... ۲- نظریه شناختی اجتماعی
- ۴۸..... ۳- نظریه یادگیری اجتماعی
- ۴۹..... ۴- نظریه خودپنداری
- ۴۹..... روابط متقابل: رفتار - شخص - محیط
- ۵۱..... پیشرفت تحصیلی
- ۵۱..... مفهوم پیشرفت تحصیلی
- ۵۲..... پیشرفت تحصیلی به عنوان یک شاخص یادگیری
- ۵۲..... نظریه سازنده گرایی
- ۵۲..... انواع نظریه های سازنده گرایی
- ۵۲..... سازنده گرایی روانشناختی یا درون زاد
- ۵۳..... سازنده گرایی برون زاد
- ۵۳..... سازنده گرایی اجتماعی یا دیالکتیکی
- ۵۴..... سازنده گرایی رادیکال
- ۵۴..... کاربردهای آموزشی نظریه سازنده گرایی
- ۵۴..... نظریه آموزشی کارکردگرایی
- ۵۵..... نظریه یادگیری شناختی - اجتماعی بندورا
- ۵۷..... عوامل موثر در پیشرفت تحصیلی
- ۵۸..... راههای نیل به پیشرفت تحصیلی
- ۵۸..... انگیزش تحصیلی
- ۵۸..... انگیزش
- ۵۹..... نظریه های انگیزش تحصیلی
- ۶۰..... نظریه انگیزشی مازلو
- ۶۰..... انگیزش بر مبنای سطح نیازهای مازلو
- ۶۰..... سلسله مراتب نیازهای مازلو
- ۶۲..... نیازهای رده بالا و رده پایین

۶۲	.....	ویژگیهای تئوری مازلو
۶۳	.....	نظریه انگیزش پیشرفت
۶۴	.....	احتمال موفقیت و جذابیت، عاملی مهم برای انگیزش افراد
۶۴	.....	نظریه اسنادی
۶۶	.....	پیشینه پژوهشی تحقیق
۶۶	.....	پیشینه داخلی
۶۹	.....	پیشینه خارجی
۷۰	.....	جمع بندی
۷۱	.....	پیشنهادات برای اقدامات آینده
۷۳	.....	منابع

# فصل اول

## مقدمه

سال‌های متمادی است که محققان و پژوهشگران تعلیم و تربیت و روان‌شناسان اجتماعی مطالعات فراوانی در مورد عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان انجام داده و همیشه در نظر آن‌ها بوده است (محمداسماعیل و هومن، ۱۳۸۱). چرا که پیشرفت تحصیلی موضوعی است که به خصوص در حال حاضر مورد توجه تمامی کشورهای جهان است و هر ساله مقدار زیادی از بودجه‌ی جوامع صرف تحصیل کودکان و نوجوانان می‌شود و پژوهش‌های زیادی به بررسی عوامل مختلفی که می‌تواند بر پیشرفت تحصیلی تاثیر داشته باشد. عواملی مانند: خانواده، محیط زندگی، مدرسه و برنامه‌های آموزشی اختصاص یافته است (عباباف، ۱۳۸۷). در یک رویکرد مهم تاثیر فرآیندهای محیط خانوادگی بر پیشرفت تحصیلی مطرح است.

حمایت تحصیلی آموزشی شامل فراهم کردن منابع آموزشی متنوع مانند کتابخانه، منابع آنلاین و نرم‌افزارهای آموزشی است. همچنین، مشاوره تحصیلی و راهنمایی در انتخاب دروس، ترتیب برنامه تحصیلی و مشاوره درباره رشته‌ای که برای تحصیل در نظر گرفته‌اید نیز جزء این حمایت‌هاست.

حمایت تحصیلی روانشناختی شامل ارائه مشاوره روانشناختی و روانپزشکی به دانش‌آموزان است. این حمایت می‌تواند به مدیریت استرس و اضطراب، پیشرفت در مهارت‌های مطالعه و آزمون‌دهی، تقویت اعتماد به نفس و انگیزه تحصیلی کمک کند.

حمایت تحصیلی اجتماعی شامل ایجاد محیط‌های یادگیری مثبت و همکاری با دیگران می‌شود. این حمایت می‌تواند شامل فراهم کردن فضاهای گروهی برای مطالعه، تشکیل گروه‌های مطالعه و تحقیق، فراهم کردن فرصت‌های شرکت در پروژه‌ها و فعالیت‌های آموزشی و تقویت ارتباطات اجتماعی با همکلاسی‌ها و اساتید است.

حمایت تحصیلی به شما کمک می‌کند تا بهترین استفاده را از منابع و امکانات تحصیلی خود ببرید و در مسیر تحصیلی به بهترین نتایج برسید. حمایت تحصیلی و عشق به یادگیری دو عامل بسیار مهم و مرتبط در موفقیت تحصیلی هستند. هر دو این عوامل می‌توانند به شما کمک کنند تا در مسیر تحصیلی خود پیشرفت کنید و به بهترین نتایج برسید. حمایت تحصیلی شامل انواع حمایت‌ها و امکاناتی است که در محیط تحصیلی در اختیار شما قرار می‌گیرد. این حمایت‌ها ممکن است شامل مشاوره تحصیلی، امکانات کتابخانه، عضویت در گروه‌های مطالعه، کلاس‌های آموزشی و موارد دیگر باشند. این امکانات و حمایت‌ها می‌توانند به شما کمک کنند تا بهترین استفاده را از منابع تحصیلی خود ببرید و درک بهتری از مطالب داشته باشید. همچنین، این حمایت‌ها ممکن است شامل حمایت مالی، شهرت‌رانی و تشویق‌های مثبت از سوی خانواده، معلمان و دیگر افراد مهم در زندگیتان باشند. عشق به یادگیری نیز نشانگر علاقه، اشتیاق و انگیزه شما برای یادگیری است. زمانی که عشق و انگیزه به یادگیری در شما وجود دارد، بهترین نتایج را خواهید گرفت. شما در این حالت به راحتی و با انگیزه به مطالعه و یادگیری می‌پردازید و تمایل بیشتری برای کشف و استفاده از دانش دارید. عشق به یادگیری می‌تواند به شما کمک کند تا همیشه به دنبال دانش جدید باشید و از تجربه‌های آموزشی لذت ببرید. موفقیت تحصیلی به وجود آمدن ترکیبی از این دو عامل، یعنی حمایت تحصیلی و عشق به یادگیری، نیاز دارد. حمایت تحصیلی می‌تواند شما را به سمت رسیدن به منابع و امکانات



لازم برای یادگیری هدایت کند، در حالی که عشق به یادگیری شما را ملزم به استفاده بهینه از این منابع کند. با ترکیب این دو عامل، شما می‌توانید بهترین نتایج را در مسیر تحصیلی خود بدست آورید و به تحقق اهداف تحصیلی خود برسید. یک انسان موجودی است که به شکلی اجتماعی زندگی می‌کند و در طول زندگی خود باید یکی از نوع خود باشد. این نیاز از جنبه‌های مختلف و به روش‌های مختلف قابل تصور است. هستی انسان تا حدود زیادی درگرو روابط و تعامل اجتماعی است و در غیاب این روابط اجتماعی موجودیت او به احتمال زیاد محکوم به فنا است. صرف نظر از اینکه تمایل به زندگی اجتماعی ذاتی یا به دست آمده است، آنچه مهم است انکار قوی این روندها در زندگی بشر است. با توجه به تعریف پشتیبانی، یک دیدگاه متفاوت در نظر گرفته شده است. این اصطلاح گاهی اوقات به وجود روابط اجتماعی یا کمیت روابط گفته می‌شود و هنگامی که نوع خاصی از روابط اجتماعی مانند ازدواج، دوستی و عضویت سازمانی در نظر گرفته شده است. این همچنین شامل ساخت روابط اجتماعی و محتوای عملکرد روابط، از جمله مواردی که در اندازه‌گیری انواع حمایت‌های اجتماعی استفاده می‌شود (مک کاینلی<sup>۱</sup> و رایت<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). یکی از مهم‌ترین متغیرهای روان‌شناختی در این حوزه کمک طلبی تحصیلی<sup>۳</sup> است که به عنوان راهبردی برای غلبه بر مشکلات و چالش‌های یادگیری تعریف شده است و دانش‌آموزان با استفاده از آن می‌توانند با تشخیص و شناسایی مشکلات یادگیری خود و در ادامه از طریق پرسش کردن و کمک گرفتن از دیگران در جهت رفع آنها اقدام کنند. با توجه به اینکه دانش‌آموزان برای بهبود عملکرد تحصیلی خود ناچار به کمک گرفتن از دیگران هستند، بررسی رفتار کمک طلبی و نقش عوامل مؤثر بر آن بسیار ضروری است.

در خصوص پیشرفت تحصیلی، انگیزه‌ی پیشرفت تحصیلی از اهمیت خاصی برخوردار است. با این انگیزه افراد تحرک لازم را برای به پایان رساندن موفقیت آمیز یک تکلیف، رسیدن به هدف یا دستیابی به درجه‌ی معینی از شایستگی در کار خود دنبال می‌کنند تا بالاخره بتوانند

---

<sup>1</sup>.Mckinley

<sup>2</sup>.Wright

<sup>3</sup>.academic help seeking