فصلنامه رویکردهای نوین در مهندسی صنایع و مدیریت
www.iem-science.ir
سال چهارم، شماره ۱، بهار ۱۴۰۵

پیش بینی عملکرد تحصیلی بر اساس استرس و حافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی

معصومه زهرایی[۱]، فاطمه حسینقلی[۱]، محمد تقی پور*[۲و]، عارفه ضمیری[۱]

[۱]گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی سهروردی، قزوین، ایران
[۲و*]گروه مهندسی صنایع، موسسه آموزش عالی غیرانتفاعی سهروردی، قزوین، ایران
mohamad.taghipour@srbiau.ac.ir

چکیده

این پژوهش با هدف پیش بینی عملکرد تحصیلی بر اساس استرس وحافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی انجام شده است. پژوهش حاضر ازنظر هدف کاربردی و ازنظر شیوه اجرا توصیفی از نوع همبستگی بود، جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی شهر آبیک قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ به تعداد ۱۳۰۰ نفر بودند که از بین ۲۹۶ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار SPSS27 انجام شد. یافته‌ها نشان داد حافظه کاری با ضریب بتای ۰/۲۷۲ و استرس با ضریب بتای ۰/۳۵۱- توان پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد.

واژگان کلیدی: عملکرد تحصیلی، حافظه کاری، استرس، دانش‌آموزان

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

۱. مقدمه

یکی از نهادهایی که نقش بسیار مهمی در شکل‌دهی جامعه ایفا می‌کند، سازمان آموزش‌وپرورش است؛ زیرا این نهاد مسئول تربیت نسل‌های آینده کشور است. دانش‌آموزانی که امروز در مدارس حضور دارند، در آینده نه‌چندان دور به‌عنوان گردانندگان اصلی جامعه در رأس امور قرار خواهند گرفت. ازاین‌رو، توجه به موفقیت و سلامت تحصیلی و روانی دانش‌آموزان در مدارس، امری ضروری و حیاتی محسوب می‌شود. عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان یکی از شاخص‌های کلیدی در ارزیابی کیفیت و کارآمدی نظام‌های آموزشی است. تلاش‌های گسترده این نظام‌ها عمدتاً در راستای ارتقای این شاخص و تحقق اهداف آموزشی صورت می‌گیرد. بی‌تردید، هیچ نظام آموزشی نمی‌تواند به‌طور کامل به‌تمامی اهداف خود دست یابد؛ اما موفقیت یک نظام آموزشی با میزان نزدیکی آن به تحقق اهداف تعیین‌شده سنجیده می‌شود. هرچه نظام آموزشی بتواند بیشتر به این اهداف دست یابد، تأثیرگذاری آن بر رشد و پیشرفت دانش‌آموزان و درنهایت توسعه جامعه، بیشتر خواهد بود (کیلوانلو و اخوی ثمرین، ۱۴۰۴).

عملکرد تحصیلی تحت تأثیر عوامل متعددی قرار دارد که ازجمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به استرس و حافظه کاری اشاره کرد. استرس در دنیای امروز بسیار شایع است و تقریباً تمامی گروه‌های سنی و اجتماعی به نحوی با آن دست‌به‌گریبان هستند. نوجوانان به دلیل تغییرات متعدد فیزیکی، روانی و اجتماعی دوران بلوغ، بیش از سایر گروه‌ها در معرض فشارهای روانی قرار دارند. این فشارها می‌توانند منجر به بروز هیجان‌های شدید، مشکلات عاطفی و در برخی موارد اختلالات روانی شوند. تحقیقات نشان داده‌اند که مسائل خانوادگی و تحصیلی از مهم‌ترین عوامل ایجاد استرس در جوانان و نوجوانان هستند. به‌علاوه، نوجوانان خود گزارش می‌دهند که عامل‌های متعددی در زندگی آن‌ها موجب استرس می‌شود (مؤمن بیت الهی و همکاران، ۱۴۰۴).

۲. بیان مسئله

دانش‌آموزان به‌عنوان آینده‌سازان جامعه، نقشی بنیادین در توسعه و پیشرفت کشور ایفا می‌کنند. اهمیت آموزش‌وپرورش آنان صرفاً به بهبود عملکرد تحصیلی محدود نمی‌شود، بلکه در شکل‌دهی به شخصیت، پرورش مهارت‌ها و ارتقای توانمندی‌های اجتماعی و حرفه‌ای نیز جلوه‌گر است. ارتقای سطح علمی و آموزشی دانش‌آموزان، تضمین‌کننده موفقیت‌های فردی و اجتماعی آنان در آینده خواهد بود. یکی از مسائل کلیدی در حوزه آموزش‌وپرورش، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان است؛ عاملی که پیامدهای مهمی همچون امکان ارتقا به مقاطع تحصیلی بالاتر، دستیابی به مشاغل مناسب، کسب جایگاه اجتماعی مطلوب و احساس رضایت فردی را به همراه دارد (آبشا[1]، ۲۰۱۸).

یکی از عواملی که می‌تواند عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار دهد استرس می‌باشد. استرس حالتی است که در آن فرد شرایط یا رویدادهای بیرونی را فراتر از منابع و توانایی‌های خود برای مقابله ارزیابی می‌کند و این امر منجر به ایجاد فشار روانی می‌شود (پریرا فیکرگا و اومکا[2]، ۲۰۲۴). سطوح بالای استرس موجب اضطراب، افسردگی و کاهش انگیزش می‌شود. این وضعیت، علاقه به یادگیری را کم کرده و باعث می‌شود دانش‌آموزان نتوانند از ظرفیت‌های واقعی خود استفاده کنند (ژانگ و همکاران[3]، ۲۰۲۵).

از دیگر عواملی که می‌تواند که عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار دهد حافظه کاری است. حافظه کاری یکی از فرایندهای کلیدی شناختی است که نقش مهمی در یادگیری و عملکرد تحصیلی ایفا می‌کند. این نوع حافظه به توانایی ذهن برای نگهداری و پردازش هم‌زمان اطلاعات در مدت‌زمان کوتاه اشاره دارد و به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا اطلاعات جدید را با دانش پیشین ترکیب کنند. وقتی ظرفیت

[1] . Abesha
[2] . Pereira-Figueiredo& Umeoka
[3] . Zhang et al

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

مرور بر این پژوهش‌ها نشان می‌دهد مطالعه‌ای که به پیش‌بینی عملکرد تحصیلی براساس استرس و حافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی پرداخته باشد یافته نشده است و در این زمینه خلأ مطالعاتی وجود دارد؛ بنابراین در این پژوهش به دنبال پاسخ به این پرسش می‌باشیم که آیا می‌توان عملکرد تحصیلی را براساس استرس و حافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی پیش‌بینی کرد؟

۳. فرضیه پژوهش

این پژوهش به منظور پیش‌بینی عملکرد تحصیلی براساس استرس و حافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی انجام شد. ایـــن پژوهـــش بـــرای بررسی هدف و فرضیه زیر انجـــام گرفـــت:

هدف: پیش‌بینی عملکرد تحصیلی براساس استرس و حافظه کاری در دانش آموزان دوره ابتدایی

فرضیه: عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دوره ابتدایی را می‌توان براساس استرس و حافظه کاری پیش‌بینی کرد.

۴. پیشینه پژوهش

پیشینه داخلی

حاتمی ایلیخچی و همکاران (۱۴۰۴) پژوهشی کاربردی باهدف بررسی رابطه بین استرس تحصیلی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام‌نور تبریز انجام دادند. یافته‌ها نشان داد که مؤلفه‌های استرس تحصیلی شامل ناکامی، فشار، تغییرات و استرس خودتحمیلی، تأثیر منفی و معناداری بر عملکرد تحصیلی دارند. همچنین واکنش‌های رفتاری، جسمانی، شناختی و هیجانی نسبت به استرس به‌طور معناداری با کاهش عملکرد تحصیلی مرتبط بودند. در مقابل، حمایت اجتماعی ادراک‌شده از سوی خانواده، دوستان و دیگران با عملکرد تحصیلی رابطه مثبت و معنادار نشان داد.

سلطانی و همکاران (۱۴۰۲) پژوهشی کاربردی با عنوان «پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانشجویان براساس اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، اهمال‌کاری، استرس تحصیلی و احساس تنهایی» در دانشجویان یک دانشگاه منتخب نظامی انجام دادند. روابط بین متغیرها در قالب یک مدل مفهومی بررسی و با استفاده از مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM) در نرم‌افزار Amos24 تحلیل شد. پس از اصلاح مدل اندازه‌گیری اولیه، شاخص پایایی مرکب (CR) بالاتر از ۰,۷ بود و پایایی کلی مدل تأیید شد. همچنین، میانگین واریانس استخراج‌شده (AVE) بیش از ۰,۵ بود و بزرگ‌تر بودن CR از AVE، روایی همگرای سازه‌ها را تأیید کرد. بررسی روایی واگرا نیز با مقایسه AVE با مقادیر حداکثر مجذور واریانس مشترک (MSV) و میانگین مجذور واریانس مشترک (ASV) تأیید شد.

منجزی و حیدری (۱۴۰۲) پژوهشی با عنوان «پیش‌بینی عملکرد تحصیلی براساس اعتیاد به اینترنت و استرس تحصیلی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر اهواز» انجام دادند. یافته‌ها نشان داد که اعتیاد به اینترنت با عملکرد تحصیلی رابطه منفی و معنادار دارد. همچنین، استرس تحصیلی نیز تأثیر منفی و معناداری بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم داشت.

شارعی‌نیا و همکاران (۱۴۰۰) پژوهشی توصیفی ـ مقطعی با عنوان «ارتباط تیپ‌های شبانه‌روزی با عملکرد تحصیلی، استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گناباد» انجام دادند. نتایج نشان داد که اکثریت دانشجویان (۸۲,۶٪) دارای تیپ شبانه‌روزی با ریتم متعادل بودند و سطح متوسطی از استرس، اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کردند. آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین ریتم‌های شبانه‌روزی با استرس ($p=0.004$) و افسردگی ($p=0.007$) رابطه معناداری وجود دارد.

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

رانی و همکاران[1] (۲۰۲۵) پژوهشی تحت عنوان بررسی تأثیر اضطراب، استرس و هیجان بر عملکرد تحصیلی: یک بررسی سیستماتیک انجام دادند. یافته‌ها نشان داد که اضطراب، استرس و هیجان از عوامل کلیدی تأثیرگذار بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان و دانشجویان هستند؛ به‌طوری‌که سطوح بالای اضطراب و استرس اغلب موجب افت تحصیلی می‌شود، درحالی‌که مدیریت صحیح هیجان‌ها و راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند به بهبود نتایج آموزشی کمک کند.

باجوا و همکاران[2] (۲۰۲۴) مطالعه با عنوان «بررسی تأثیرات ظرفیت حافظه کاری بر عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان» (۲۰۲۴) انجام داده است. یافته‌ها نشان داد که ظرفیت حافظه کاری به‌طور معناداری با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مرتبط است؛ دانش‌آموزانی که حافظه کاری قوی‌تری دارند، در یادگیری، حل مسئله و کسب نمرات تحصیلی بهتر عمل می‌کنند و تقویت حافظه کاری می‌تواند به بهبود دستاوردهای آموزشی کمک کند.

امزیل[3] (۲۰۲۲) مطالعه با عنوان «ظرفیت حافظه کاری، تنظیم شناختی و رابطه آن‌ها با پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه» (۲۰۲۲) انجام داده است.یافته‌ها نشان داد که ظرفیت حافظه کاری و توانایی تنظیم شناختی به‌طور معناداری با عملکرد تحصیلی دانشجویان مرتبط هستند؛ به‌طوری‌که دانشجویانی با حافظه کاری بالاتر و مهارت‌های بهتر در تنظیم شناختی، نمرات و دستاوردهای تحصیلی بالاتری کسب می‌کنند و تقویت این مهارت‌ها می‌تواند موجب بهبود موفقیت تحصیلی شود.

۵. روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه آماری و روش نمونه‌گیری، ابزار، روش تجزیه و تحلیل داده ها

پژوهش حاضر ازنظر هدف کاربردی و ازنظر شیوه اجرا توصیفی از نوع همبستگی بود.

جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش‌آموزان دوره دوم ابتدایی شهر آبیک قزوین در سال تحصیلی ۱۴۰۵-۱۴۰۴ به تعداد ۱۳۰۰ نفر می‌باشد.

حجم نمونه آماری مطابق فرمول کوکران ۲۹۶ نفر به دست آمد.

نمونه‌گیری در این پژوهش به روش خوشه‌ای چندمرحله‌ای انجام شد. برای انتخاب نمونه‌ها در این پژوهش از بین مدارس ابتدایی شهر آبیک قزوین تعداد ۱۰ مدرسه به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و در مرحله بعد از هر مدرسه تعداد ۱۰ دانش‌آموزان پایه چهارم، ۱۰ دانش‌آموز پایه پنجم و ۱۰ دانش‌آموز پایه ششم انتخاب گردیدند که به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. حجم کل جامعه آماری که در این پژوهش ۱۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد.

پرسشنامه ها شامل عملکرد تحصیلی و پرسشنامه استرس و پرسشنامه حافظه کاری بود.

تجزیه‌وتحلیل داده‌ها در این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۷ انجام شد تا امکان پردازش آماری دقیق و قابل‌اعتماد برای داده‌های جمع‌آوری‌شده فراهم گردد. برای تحلیل روابط بین متغیرها، از روش ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که امکان سنجش میزان و جهت همبستگی بین دو متغیر کمی را به پژوهشگر می‌دهد. علاوه بر آن، برای بررسی تأثیر چندین متغیر مستقل بر متغیر وابسته، از رگرسیون خطی چندگانه بهره گرفته شد. این روش امکان ارزیابی همزمان اثرات متغیرهای مستقل را بر متغیر وابسته فراهم می‌آورد و به پژوهشگر کمک می‌کند تا سهم هر یک از متغیرها در توضیح تغییرات متغیر وابسته را تعیین کند. تحلیل رگرسیونی چندگانه همچنین قابلیت پیش‌بینی نتایج بر اساس ترکیب متغیرهای مستقل را دارد و اعتبار یافته‌های پژوهش را افزایش می‌دهد.

۶. داده های توصیفی

۶-۱-اطلاعات جمعیت‌شناسی

-جنسیت پاسخگویان

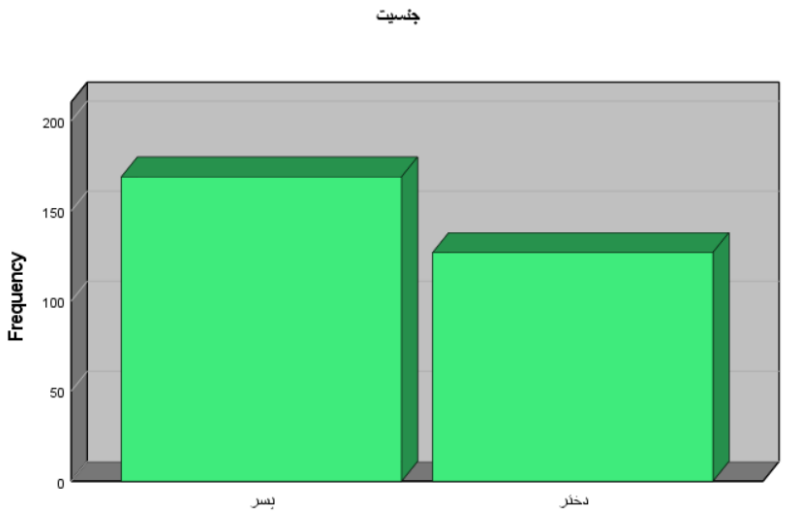
[1] . Rani et al
[2] . Bajwa et al
[3] . Amzil

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

جدول ۱: جنسیت پاسخگویان

جنسیت	فراوانی	درصد فراوانی
پسر	۱۶۹	۵۷/۱
دختر	۱۲۷	۴۲/۹
مجموع	۲۹۶	۱۰۰

مطابق جدول (۱) ۱۶۹ نفر معادل (۵۷/۱ درصد) ۱۲۷ (۴۲/۹ درصد) دختر بودند.



شکل ۱: جنسیت پاسخگویان

به طریق مشابه می توان پایه تحصیلی پاسخگویان را بررسی نمود.

۶-۲-آمار توصیفی متغیرهای پژوهش

-آمار توصیفی متغیر عملکرد تحصیلی

جدول ۲: آمار توصیفی متغیر عملکرد تحصیلی

متغیر	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	میانگین	انحراف معیار
خودکارآمدی	۲۵	۳۷	۳۱/۲۲	۳/۶۷
تأثیرات هیجانی	۲۵	۳۷	۳۰/۹۸	۳/۸۸
برنامه‌ریزی	۳۹	۶۲	۵۰/۸۵	۷/۰۱
فقدان کنترل	۱۸	۲۹	۲۲/۸۹	۳/۴۴
انگیزش	۳۹	۶۲	۵۰/۵۳	۶/۹۴
نمره کل عملکرد تحصیلی	۱۵۶	۲۱۴	۱۸۶/۴۸	۱۱/۹۲

مطابق جدول (۲) میانگین و انحراف معیار برای متغیر عملکرد تحصیلی به ترتیب ۱۸۶/۴۸ و ۱۱/۹۲ می‌باشد و بیشترین مقدار برای این متغیر ۱۵۶ و کمترین مقدار ۲۱۴ است.

۶-۳-آمار توصیفی متغیر حافظه کاری و مؤلفه‌های آن

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

جدول ۳: آمار توصیفی متغیر حافظه کاری

متغیر	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	میانگین	انحراف معیار
پردازش	۱۰	۲۷	۲۱/۸۶	۳/۷۶
اندوزش	۱۰	۲۷	۲۰/۳۶	۴/۳۱
نمره کل حافظه کاری	۲۱	۵۴	۴۲/۲۲	۶/۶۵

مطابق جدول (۳) میانگین و انحراف معیار برای متغیر حافظه کاری ۴۲/۲۲ و ۶/۶۵ می‌باشد و حداقل مقدار برای این متغیر ۲۱ و حداکثر مقدار ۵۴ می‌باشد.

-آمار توصیفی متغیر استرس

جدول ۴: آمار توصیفی متغیر استرس

متغیر	کمترین مقدار	بیشترین مقدار	میانگین	انحراف معیار
احساس غیرقابل‌پیش‌بینی بودن	۶	۱۲	۸/۲۴	۱/۵۲
احساس عدم کنترل	۶	۱۲	۸/۱۴	۱/۵۵
احساس فشار و سربار بودن	۶	۱۲	۸/۲۶	۱/۵۴
نمره کل استرس	۱۹	۳۵	۲۴/۶۴	۲/۹۸

مطابق جدول (۴) میانگین و انحراف معیار برای متغیر استرس ۲۴/۶۴ و ۲/۹۸ می‌باشد و کمترین مقدار برای این متغیر ۱۹ و بیشترین مقدار برای آن ۳۵ است.

۷. یافته‌های استنباطی

فرضیه پژوهش: عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دوره ابتدایی را می‌توان براساس استرس و حافظه کاری پیش‌بینی کرد.

روابط بین متغیرهای عملکرد تحصیلی با استرس و حافظه کاری با استفاده از آزمون ضریب همبستگی پیرسون موردبررسی قرار گرفت و نتایج در جدول (۵) بیان‌شده است.

جدول ۵: آزمون ضریب همبستگی پیرسون بین عملکرد تحصیلی با استرس و حافظه کاری

متغیرها	عملکرد تحصیلی	
	ضریب همبستگی	مقدار p
استرس	-۰/۴۶	<۰/۰۰۱
حافظه کاری	۰/۴۲	<۰/۰۰۱

نتایج جدول ۵ نشان داد بین عملکرد تحصیلی و استرس با ضریب همبستگی ۰/۴۶- رابطه منفی و بین حافظه کاری با عملکرد تحصیلی ۰/۴۲ رابطه معناداری وجود دارد (۰/۰۰۱>).

در ادامه نقش استرس و حافظه کاری در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی با روش رگرسیون خطی چندگانه آزمون شد. روش رگرسیون از نوع همزمان (Enter) است. نتایج بررسی پیش‌فرض‌های آزمون رگرسیون و آماره‌های آنووا و ضریب تعیین در ادامه آمده است. دو پیش‌فرض رگرسیون یعنی استقلال باقیمانده‌ها و عدم هم خطی چندگانه نیز در ادامه بررسی‌شده است.

جدول ۶: نتایج تحلیل رگرسیون جهت پیش‌بینی عملکرد تحصیلی بر اساس استرس و حافظه کاری

مدل	R	R^2	R تعدیل‌شده	F	sig	Df1	Df2	دوربین واتسون
۱	۰/۵۲	۰/۲۷	۰/۲۷	۵۶/۶۶	<۰/۰۰۱	۲	۲۹۳	۱/۹۲

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

همان‌طور که از جدول ۶ مشاهده می‌شود، ضریب تعیین یا R^2 نشان می‌دهد ۲۷ درصد از واریانس عملکرد تحصیلی بر اساس استرس و حافظه کاری قابل پیش‌بینی است. نسبت F بیانگر این است که رگرسیون متغیر عملکرد تحصیلی بر اساس استرس و حافظه کاری معنادار است. همچنین شاخص دوربین واتسون برابر با ۱/۹۲ می‌باشد که بین ۱/۵ تا ۲/۵ است و نشان می‌دهد مدل ازلحاظ استقلال خطاها مشکلی ندارد.

جدول ۷ خلاصه یافته‌های جدول آنووا برای بررسی معناداری پیش‌بینی عملکرد تحصیلی بر اساس استرس و حافظه کاری

مدل	شاخص منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	Sig
۱	رگرسیون	۱۱۷۰۱/۱۸	۳	۵۸۵۰/۵۹	۵۶/۶۶	<۰/۰۰۱
	باقیمانده	۳۰۲۵۲/۷۶	۲۹۳	۱۰۳/۲۵		
	کل	۴۱۹۵۳/۹۴	۲۹۵			

آزمون F استقلال متغیرهای مستقل از هم را بررسی می‌کند و نشان می‌دهد که در رگرسیون متغیرهای مستقل از هم تفاوت دارند یا خیر. با توجه به اینکه f ازنظر آماری معنادار است استرس و حافظه کاری باهم تفاوت معناداری دارند و اثر هریک از آن‌ها بر عملکرد تحصیلی مستقل از اثر دیگری بوده است. ضرایب مربوط به پیش‌بینی عملکرد تحصیلی بر اساس متغیرهای ذکرشده در جدول (۷) ارائه‌شده است.

جدول ۸: ضرایب بتا و آزمون معناداری T برای متغیرهای پیش‌بین

متغیر ملاک	متغیرهای مستقل	B	STE	β	T	sig	شاخص‌های	
							تولرانس	تورم واریانس
عملکرد تحصیلی	مقدار ثابت	۲۰۰/۴۳	۸/۱۳	-	۲۴/۶۴	۰/۰۰۱	-	-----
	حافظه کاری	۰/۴۸۸	۰/۰۹۸	۰/۲۷۲	۴/۹۶	۰/۰۰۱	۰/۸۱۷	۱/۲۲
	استرس	-۱/۴۰	۰/۲۲۰	-۰/۳۵۱	-۶/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۸۱۷	۱/۲۲

نتایج نشان داد رابطه معناداری بین حافظه کاری، استرس با عملکرد تحصیلی وجود داشت (P<۰/۰۰۱). درمجموع نتیجه می‌شود هریک از متغیرهای حافظه کاری و استرس توانستند به‌طور معناداری عملکرد تصحیلی را پیش‌بینی کنند. حافظه کاری با ضریب بتای ۰/۲۷۲ و استرس با ضریب بتای ۰/۳۵۱- توان پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد.

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

۸. نتیجه گیری

در این بخش به بحث و نتیجه گیری پیرامون یافته های پژوهش پرداخته شد و فرضیه پژوهش مورد تبیین قرار گرفت.

فرضیه پژوهش: عملکرد تحصیلی در دانش‌آموزان دوره ابتدایی را می‌توان براساس استرس و حافظه کاری پیش‌بینی کرد.

حافظه کاری با ضریب بتای ۰/۲۷۲ و استرس با ضریب بتای ۰/۳۵۱- توان پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دارد. نتایج به‌دست‌آمده با یافته‌های حاتمی ایلیخچی و همکاران (۱۴۰۴)، سلطانی و همکاران (۱۴۰۲) و رانی و همکاران[1] (۲۰۲۵) همخوانی دارد.

از منظر روان‌شناسی شناختی، حافظه کاری یکی از مهم‌ترین سازوکارهای پردازش اطلاعات در مغز است و نقش محوری در یادگیری، حل مسئله، سازمان‌دهی افکار و کنترل توجه دارد. نظریه پردازش اطلاعات و همچنین مدل حافظه کاری بدلی و هیچ تأکید می‌کنند که یادگیری زمانی رخ می‌دهد که دانش‌آموز بتواند اطلاعات را برای مدتی کوتاه در ذهن نگه دارد و هم‌زمان آن را پردازش کند. نظریه بار شناختی نیز این رابطه را توضیح می‌دهد: دانش‌آموزانی که حافظه کاری قوی‌تری دارند، با بار شناختی کمتری مواجه می‌شوند، در تکالیف پیچیده دچار اضافه‌بار نمی‌شوند و می‌توانند منابع ذهنی خود را به‌صورت مؤثر به حل مسئله اختصاص دهند؛ بنابراین از دیدگاه این نظریه‌ها، رابطه مثبت میان حافظه کاری و عملکرد تحصیلی کاملاً قابل پیش‌بینی است، زیرا افزایش کارایی سیستم شناختی به‌طور مستقیم کیفیت یادگیری و موفقیت تحصیلی را افزایش می‌دهد.

در مقابل، رابطه منفی میان استرس و عملکرد تحصیلی از منظر نظریه‌های هیجانی و عصب‌روان‌شناختی قابل تبیین است. نظریه یرکیس–دادسون نشان می‌دهد که اگرچه سطحی از برانگیختگی می‌تواند عملکرد را تحریک کند، اما زمانی که استرس از حد بهینه فراتر می‌رود، عملکرد شناختی و تحصیلی کاهش می‌یابد. این سقوط عملکرد را نظریه‌های عصب‌روان‌شناختی با دقت بیشتری توضیح می‌دهند: استرس باعث فعال شدن آمیگدالا و سامانه تهدید در مغز می‌شود و درنتیجه کارکرد قشر پیش‌پیشانی که مسئول حافظه کاری، کنترل توجه، برنامه‌ریزی و حل مسئله است تضعیف می‌گردد. به‌این‌ترتیب، نظریه‌های شناختی و هیجانی در کنار یکدیگر نشان می‌دهند که عملکرد تحصیلی نتیجه تعامل میان دو نظام اصلی ذهن است: نظام پردازش اطلاعات و نظام تنظیم هیجان. حافظه کاری با تقویت ظرفیت شناختی زمینه‌ساز یادگیری مؤثر است، درحالی‌که استرس با ایجاد اختلال در همین سازوکارهای شناختی، آن‌ها را از کارایی می‌اندازد؛ بنابراین رابطه مثبت حافظه کاری با عملکرد تحصیلی و رابطه منفی استرس با آن، حاصل تأثیر مستقیم این دو فرایند روان‌شناختی یکی تقویت‌کننده و دیگری تضعیف‌کننده بر توان ذهنی دانش‌آموز برای یادگیری و موفقیت تحصیلی است.

۹. پیشنهادهای پژوهشی

با توجه به اینکه این پژوهش به‌صورت مقطعی انجام شده و امکان بررسی روابط علیّ و معلولی وجود نداشته است، پژوهش‌های آینده می‌توانند از طراحی طولی یا مداخله‌ای استفاده کنند.

با توجه به محدود بودن جامعه آماری، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های بعدی نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تری از دانش‌آموزان در مناطق و شهرهای مختلف کشور انتخاب کنند

با توجه به اینکه عوامل متعددی مانند حمایت خانواده، کیفیت تدریس، انگیزش تحصیلی، وضعیت خواب و شرایط اقتصادی می‌توانند بر عملکرد تحصیلی اثر بگذارند، توصیه می‌شود در پژوهش‌های آینده این عوامل به‌عنوان متغیرهای کنترلی یا میانجی در مدل آماری لحاظ شوند.

پژوهش‌های آینده می‌توانند اثر متغیرهایی مانند حمایت خانواده، انگیزش تحصیلی، کیفیت تدریس، سلامت روان و وضعیت خواب را به‌عنوان عوامل میانجی یا تعدیل‌کننده در مدل‌های تحلیل بررسی کنند.

[1] . Rani et al

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]

پژوهش‌های آینده می‌توانند از ابزارهای ترکیبی شامل پرسشنامه، آزمون‌های استاندارد شناختی و داده‌های رفتاری (مثل نمرات واقعی، آزمون‌های زمان‌بندی‌شده و فعالیت‌های کلاس) استفاده کنند تا نتایج اعتبار و جامعیت بیشتری داشته باشند.

منابع

۱. حاتمی ایلخچی، محمد. (۱۴۰۴). رابطه استرس تحصیلی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه پیام‌نور شهر تبریز. پویایی روانشناختی در اختلال‌های خلقی، ۱-۱۷.

۲. سلطانی، نادیا، شیخ‌الاسلامی، علی، فنایی صادق، خسروی، محمد و زارعی، علی. (۱۴۰۲). پیش‌بینی عملکرد تحصیلی دانشجویان براساس اعتیاد به شبکه‌های اجتماعی مجازی، اهمال‌کاری، استرس تحصیلی و احساس تنهایی در دانشجویان دانشگاه منتخب نظامی. علوم مراقبتی نظامی. ۱۰ (۴): ۳۲۳-۳۳۹.

۳. شارعی نیا، حبیب، قویدل، آرزو، پاسندی، شمیم، فرزام، نجمه، رمضانی، مریم، عرفان پور، سعید. (۱۴۰۰). ارتباط تیپ‌های شبانه‌روزی با عملکرد تحصیلی، استرس، اضطراب و افسردگی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گناباد. دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی. ۱۴ (۵): ۲۷۵-۲۶۸.

۴. کیوانلو، مهشید و اخوی ثمرین،زهرا . (۱۴۰۴). الگوی روابط علی عملکرد تحصیلی بر اساس انعطاف پذیری شناختی: نقش واسطه ای چالش پذیری تحصیلی. رویکردی نو بر آموزش کودکان، ۷(۲)، ۲۲۷-۲۳۹.

۵. منجزی، حسن و حیدری، علیرضا. (۱۴۰۲). پیش‌بینی عملکرد تحصیلی براساس اعتیاد به اینترنت و استرس تحصیلی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم شهر اهواز. روانشناسی اجتماعی. ۱۱(۶۷)، ۲۵-۴۰.

۶. مومن بیت الهی، سمن ، ثابت، مهرداد و میرهاشمی، مالک . (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر خودکارآمدی تحصیلی و اضطراب امتحان دانش آموزان دختر. روان شناسی مدرسه و آموزشگاه، ۲(۴)، ۴۰-۵۵.

7. Abaidoo, Anthony.(2018), Factors contributing to academic performance of students in a Junior High School, Bachelor Thesis, 201899 Pages, Grade: 5 (GHA-System).
8. Abesha, A. G. (2018). Effects of parenting styles, academic selfefficacy, and achievement motivation on the academic achievement of university students in Ethiopia. [Doctotal dissertation , School of Psychology and Social Science, Faculty of Computing, Health, and Science, Edith Cowan University].
9. Amzil, A. (2022). Working Memory Capacity, Cognitive Regulation, and Their Relationship to Academic Achievement in University Students. Journal of Education and Learning, 11(6), 133-139.
10. Bajwa, M. J., Nadeem, M. A., & Basharat, M. (2024). Associating Effects of Working Memory Capacity on Academic Performance of School Learners. Research Journal of Social Sciences and Economics Review, 5(2), 105-111.
11. Pereira-Figueiredo, I., & Umeoka, E. H. (2024). Stress: influences and determinants of psychopathology. Encyclopedia, 4(2), 1026-1043.
12. Rani, S. (2025). Studying the impact of anxiety, stress, and emotion on academic performance: A systematic review. Journal of Social, Humanity, and Education, 5(2), 131-141.
13. Zhang, J., Meng, J., & Wen, X. (2025). The relationship between stress and academic burnout in college students: evidence from longitudinal data on indirect effects. Frontiers in Psychology, 16, 1517920.

[Downloaded from www.iem-science.ir on 2026-11-08]