

Factors Affecting Social Vitality among School Students: A Review Study

۱. Morteza parichehreh teroujeni¹: Department of Psychology, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran.

۲. Nemat Sotodehasi^{2*}: Department of Psychology, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran.

۳. Shahrokh Makvand Hosseini³: Department of Psychology, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran.

*Corresponding Author's Email Address: sotodeh²@semums.ac.ir



Abstract:

Objective: This study aimed to systematically review and synthesize the available evidence to identify and classify the individual, familial, educational, interpersonal, social, cultural, economic, and environmental factors affecting social vitality among school students.

Methods and Materials: This study was conducted using a systematic review design and a narrative synthesis approach. Persian- and English-language studies published between January ۲۰۰۰ and the end of June ۲۰۲۶ were searched in Web of Science, Scopus, PubMed, PsycINFO, ERIC, ProQuest, SID, Magiran, Noormags, and Civilica. The initial search identified ۱,۲۴۷ records. Following duplicate removal, title and abstract screening, and full-text eligibility assessment, ۴۲ studies met the inclusion criteria and were included in the final analysis. Data were collected using a researcher-developed extraction form, and the methodological quality of the included studies was assessed using the Mixed Methods Appraisal Tool. The findings were organized into major conceptual categories through descriptive analysis, content coding, and narrative synthesis.

Findings: The synthesis indicated that school and educational factors were the strongest and most frequently identified determinants of students' social vitality, followed by individual and psychological factors, family-related factors, peer relationships, social and cultural conditions, and economic and environmental factors. A positive school climate, school belonging, teacher support, constructive peer relationships, student participation, educational fairness, sports and cultural activities, hope, self-efficacy, emotional regulation, family cohesion, and parental support were associated with greater vitality. Conversely, excessive academic pressure, bullying, social exclusion, discrimination, family conflict, anxiety, depression, and environmental deprivation were associated with reduced vitality. School belonging, social support, and active participation emerged as the principal shared mechanisms explaining students' social vitality.

Conclusion: Social vitality among school students is a multilevel phenomenon produced through the interaction of individual psychological resources, family relationships, school climate, peer support, and broader social conditions. Sustainable improvement therefore requires comprehensive and coordinated interventions targeting students, families, teachers, peer relations, school management, and educational environments rather than isolated or short-term recreational programs.

Keywords: Social vitality, School vitality, Academic vitality, Students, School belonging, Social support, Systematic review

How to Cite: Atri, R., Shafizadeh, H., & Soleimani, N. (۲۰۲۴). Factors Affecting Social Vitality among School Students: A Review Study. *Quarterly of Experimental and Cognitive Psychology*, ۱(۳), ۷۸-۸۷.

Received: date

Revised: date

Accepted: date

Published: date



Copyright: © ۲۰۲۴ by the authors.

Published under the terms and conditions of Creative Commons

Attribution-NonCommercial ۴.۰

International (CC BY-NC ۴.۰) License.

عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در دانش آموزان مدارس: یک مطالعه مروری

۱. مرتضی پریچهره تروجنی^{id}: گروه روانشناسی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران.

۲. نعمت ستوده اصل^{id}: گروه روانشناسی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران، ایمیل: (sotodeh2@semums.ac.ir)

۳. شاهرخ مکوند حسینی^{id}: گروه روانشناسی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران.

*پست الکترونیک نویسنده مسئول: sotodeh2@semums.ac.ir

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف مرور و تلفیق نظام‌مند شواهد موجود برای شناسایی و طبقه‌بندی عوامل فردی، خانوادگی، آموزشی، بین فردی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و محیطی مؤثر بر نشاط اجتماعی دانش آموزان مدارس انجام شد.

مواد و روش: این پژوهش با روش مرور نظام‌مند و رویکرد سنتز روایتی انجام شد. مقالات فارسی و انگلیسی منتشر شده از ژانویه ۲۰۰۰ تا پایان ژوئن ۲۰۲۶ در پایگاه‌های Web of Science، Scopus، PubMed، PsycINFO، ERIC، ProQuest، SID، Magiran، Noormags و Civilica جست‌وجو شدند. در جست‌وجوی اولیه، ۱۲۴۷ رکورد شناسایی شد که پس از حذف موارد تکراری، غربالگری عنوان و چکیده و ارزیابی متن کامل، ۴۲ مطالعه واجد معیارهای ورود در تحلیل نهایی قرار گرفتند. داده‌ها با استفاده از فرم استخراج اطلاعات پژوهشگر ساخته گردآوری و کیفیت روش‌شناختی مطالعات با ابزار ارزیابی روش‌های ترکیبی بررسی شد. یافته‌ها با استفاده از تحلیل توصیفی، کدگذاری محتوایی و سنتز روایتی در طبقات مفهومی اصلی سازمان‌دهی شدند.

یافته‌ها: سنتز نتایج نشان داد که عوامل آموزشی و مدرسه‌ای قوی‌ترین و پرتکرارترین تعیین‌کننده‌های نشاط اجتماعی دانش آموزان بودند و پس از آن عوامل فردی و روان‌شناختی، خانوادگی، روابط با همسالان، عوامل اجتماعی و فرهنگی و شرایط اقتصادی و محیطی قرار داشتند. جو مثبت مدرسه، احساس تعلق، حمایت معلمان، روابط مطلوب با همسالان، مشارکت دانش آموزان، عدالت آموزشی، فعالیت‌های ورزشی و فرهنگی، امید، خودکارآمدی، تنظیم هیجان، انسجام خانواده و حمایت والدین با نشاط بیشتر همراه بودند. در مقابل، فشار تحصیلی شدید، قلدری، طرد اجتماعی، تبعیض، تعارض خانوادگی، اضطراب، افسردگی و محرومیت محیطی با کاهش نشاط ارتباط داشتند. احساس تعلق، حمایت اجتماعی و مشارکت فعال به عنوان سازوکارهای محوری مشترک در تبیین نشاط شناسایی شدند.

نتیجه‌گیری: نشاط اجتماعی دانش آموزان پدیده‌ای چندسطحی و حاصل تعامل منابع روان‌شناختی فرد، روابط خانوادگی، جو مدرسه، حمایت همسالان و شرایط اجتماعی است؛ از این رو، ارتقای پایدار آن نیازمند مداخلات جامع، هماهنگ و چندسطحی در سطح دانش آموز، خانواده و مدرسه است.

کلیدواژگان: نشاط اجتماعی، نشاط مدرسه، نشاط تحصیلی، دانش آموزان، احساس تعلق به مدرسه، حمایت اجتماعی، مرور نظام‌مند.

نحوه استناددهی: اسمی، اسمی دو، اسم دو، و فامیلی سه، اسم سه. (۱۴۰۳). عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در دانش آموزان مدارس: یک مطالعه مروری. فصلنامه روانشناسی تجربی و شناختی، ۱(۳)، ۸۶-۷۸.



تاریخ دریافت:

تاریخ بازنگری:

تاریخ پذیرش:

تاریخ انتشار:



مجاز و حق نشر: © ۱۴۰۲ تمامی حقوق انتشار این مقاله متعلق به نویسنده است. انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با گواهی (CC BY-NC 4.0) صورت گرفته است.

Extended Abstract

Introduction

Social vitality is a multidimensional construct reflecting individuals' sense of psychological energy, social connectedness, hopefulness, positive affect, willingness to participate in collective activities, and satisfaction with their presence in social environments. In the school context, social vitality extends beyond temporary happiness or entertainment and encompasses students' sustained experience of belonging, acceptance, interpersonal security, meaningful participation, and positive engagement with teachers, peers, and educational activities. At the broader social level, vitality is associated with the availability of opportunities for participation, the quality of human capital, environmental resources, and the capacity of individuals to establish productive interactions within their communities (Yang & Pan, ۲۰۲۰). Because children and adolescents spend a substantial portion of their daily lives at school, the educational environment constitutes one of the most influential contexts in which social vitality is formed, maintained, or weakened.

Schools are not merely institutions responsible for the transmission of academic knowledge. They are also major socializing environments in which students develop personal and social identities, interpersonal competencies, responsibility, perceptions of fairness, expectations about the future, and attitudes toward collective life. Accordingly, creating vitality and hope has long been considered one of the major social and developmental responsibilities of schools (Sabaghian, ۲۰۰۵). Early investigations into school vitality demonstrated that the quality of human relationships, educational programs, management practices, physical facilities, cultural opportunities, and student participation all contribute to students' experience of vitality (Jafari, ۲۰۰۸). A supportive school can strengthen students' confidence, hope, motivation, and willingness to participate, whereas an authoritarian, excessively competitive, discriminatory, or

anxiety-provoking environment may undermine their emotional energy and social engagement.

Social vitality is also associated with important educational outcomes. Students who experience greater vitality tend to engage more actively in classroom and extracurricular activities, establish more constructive relationships, show greater responsibility, and cope more effectively with ordinary academic difficulties. The happiness and vitality of the school environment have been associated with students' academic achievement and responsibility, suggesting that positive school experiences can improve attitudes toward teachers, learning, and educational obligations (Sheikh, ۲۰۲۳). Academic hope and academic vitality have likewise been linked to academic achievement because hopeful and vital students are more likely to sustain effort and recover from temporary setbacks (Abri et al., ۲۰۲۵). Thus, vitality should not be regarded as a peripheral educational outcome; rather, it represents an important condition for students' social adjustment, learning motivation, and continued participation in school life.

The literature has used the concepts of social vitality, psychological vitality, school well-being, happiness, and academic vitality in partially overlapping ways. Academic vitality generally refers to students' ability to respond adaptively to routine academic challenges, whereas social vitality includes a broader experience of belonging, positive interaction, participation, and emotional energy within school and community settings. Nevertheless, these dimensions are closely related. Psychological resources such as academic self-efficacy, hardiness, and self-compassion support students' capacity to preserve motivation and recover from academic pressure (Mir-Mahmoudi, ۲۰۲۵). Mindfulness and self-differentiation may similarly promote psychological vitality by helping students maintain emotional balance and function effectively within interpersonal relationships (Bagheri et al., ۲۰۲۲).

Individual psychological characteristics are therefore among the major determinants of student vitality. Hope, optimism, self-esteem, self-efficacy, emotional regulation,

psychological flexibility, and meaning in life can increase students' readiness to interact with others and participate in collective activities. Models of academic vitality have shown that meaning and hope in life contribute to vitality both directly and through happiness (Shadkam et al., ۲۰۲۲; Shadkam et al., ۲۰۲۳). Emotional regulation is another important mechanism because school life exposes students to evaluation, competition, criticism, interpersonal conflict, success, failure, acceptance, and rejection. Emotional self-regulation styles have been identified as mediators of the relationship between school well-being and psychological vitality (Haghibin & Sheikh Al-Islami, ۲۰۱۹), while emotion-regulation training has been found to improve academic well-being, academic emotions, and academic vitality (Zahedan Zeynjanab et al., ۲۰۲۵).

Academic self-efficacy also shapes the way students perceive and respond to educational challenges. Students who believe in their ability to complete assignments, solve problems, and manage interpersonal difficulties are more likely to perceive school demands as manageable rather than threatening. Perceived self-efficacy has been shown to mediate the association of family emotional climate and school value with academic vitality (Keshtvarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱). Moreover, comprehensive models have identified school connectedness, family emotional climate, motivation, self-efficacy, and academic engagement as interrelated predictors of student vitality (Saffari et al., ۲۰۲۱; Samari Safa et al., ۲۰۲۱). These findings emphasize that individual resources develop and operate within wider family and school systems.

The family constitutes another foundational context for vitality. Emotional support, parent-child communication, family cohesion, parenting practices, and the level of conflict at home influence students' psychological security and capacity for social participation. A supportive family can facilitate emotional expression, strengthen self-worth, and provide resources for coping with school-related stress. Conversely, excessive control, instability, emotional

neglect, and continuing family conflict may decrease students' sense of safety and vitality. Family influences may operate both directly and indirectly through self-efficacy, motivation, emotional regulation, and students' perceptions of school value (Keshtvarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱; Saffari et al., ۲۰۲۱).

Within school, belonging is one of the most important indicators of a positive student-environment relationship. Students experience belonging when they perceive themselves as accepted, respected, supported, and able to participate meaningfully. The disruption of face-to-face interactions during the COVID-۱۹ pandemic illustrated the importance of school connectedness for vitality and academic emotions (Kazemi & Salimi, ۲۰۲۳). In virtual education, e-learning skills may contribute to academic vitality and resilience, but their effects depend partly on students' academic emotions and the quality of educational interaction (Asadi & Sajadi Nejad, ۲۰۲۲). These findings indicate that technology cannot independently replace the emotional and social functions of the school environment.

School climate includes interpersonal relationships, fairness, safety, management style, instructional practices, academic pressure, and opportunities for student participation. Research syntheses have classified the determinants of school vitality into managerial, educational, psychological, social, cultural, and physical dimensions (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴). Cultural programs, supportive relationships with teachers and administrators, recreational and sports facilities, environmental attractiveness, and attention to students' psychological needs have also been identified as important contributors to vitality (Izadi, ۲۰۱۲). The curriculum itself can either facilitate or inhibit vitality. Flexible content, active learning, varied assessment, and meaningful student participation can increase curiosity and competence, whereas excessive homework, rigid instruction, and examination-centered education can increase stress and disengagement (Zamani Bakhsh, ۲۰۲۰). Motivational strategies, play, encouragement, collaborative

learning, and opportunities for successful performance may particularly enhance vitality among primary school students (Jalilian, ۲۰۲۵; Sarbaz Delir et al., ۲۰۲۵).

Peer relationships are equally important. Friendship, group acceptance, cooperation, and emotional support can make school a socially secure environment. In contrast, bullying, ridicule, exclusion, and isolation can reduce vitality and contribute to anxiety, avoidance, and academic disengagement. Bullying behaviors have been associated with academic vitality, academic self-efficacy, and academic procrastination, highlighting the importance of safe peer environments (Ahmad Aboud, ۲۰۲۳). Despite the growing body of research, findings remain dispersed across individual, family, school, interpersonal, and environmental domains. Therefore, the present review aimed to identify, classify, and synthesize the individual, familial, educational, interpersonal, social, cultural, economic, and environmental factors affecting social vitality among school students.

Methods and Materials

The present study was conducted as a systematic review with an integrative narrative approach. The study population consisted of Persian- and English-language scientific studies addressing social vitality, academic vitality, psychological vitality, school happiness, or school well-being among primary and secondary school students. Studies published between January ۲۰۰۰ and the end of June ۲۰۲۶ were considered. Searches were conducted in Web of Science, Scopus, PubMed, PsycINFO, ERIC, ProQuest, SID, Magiran, Noormags, and Civilica. Reference lists of eligible articles were also reviewed manually to identify additional relevant studies. Persian and English combinations of terms related to social vitality, academic vitality, social happiness, school well-being, school happiness, students, adolescents, and schools were searched using the Boolean operators AND and OR.

The initial search identified ۱,۲۴۷ records. After the removal of ۲۸۶ duplicates, the titles and abstracts of ۹۶۱ records were screened. A total of ۱۱۲ studies were selected

for full-text assessment. Seventy studies were subsequently excluded because they did not directly examine vitality, did not involve school students, lacked sufficient methodological information, had unavailable full texts, or did not meet the minimum quality criteria. The final sample therefore consisted of ۴۲ studies. Eligible studies were required to examine primary- or secondary-school students, directly assess vitality or a closely related construct, report individual, family, school, interpersonal, social, cultural, economic, or environmental correlates, and provide sufficient methodological and analytical information. Reviews, nonacademic reports, studies conducted exclusively among university students or adults, and studies focusing solely on psychopathology without measuring vitality were excluded.

A researcher-developed data-extraction form was used to record authorship, year, country, study design, sample size, educational level, age range, sampling procedure, measurement instruments, predictor variables, analytical methods, and principal findings. Methodological quality was evaluated with the Mixed Methods Appraisal Tool because the selected studies included correlational, cross-sectional, comparative, qualitative, quasi-experimental, and mixed-method designs. Two reviewers independently screened the studies, extracted the data, and assessed methodological quality. Disagreements were resolved through discussion and re-examination of the complete articles.

Data were analyzed through descriptive analysis and narrative synthesis. Study characteristics were summarized using frequencies and percentages. Findings concerning factors that increased or decreased vitality were extracted, coded, compared, merged, and organized into broader conceptual categories. These categories included individual and psychological, family, school and educational, peer and interpersonal, social and cultural, and economic and environmental factors. Because of substantial heterogeneity in conceptual definitions, measurement tools, participant characteristics, and statistical methods, meta-analysis was

considered inappropriate. The final results were therefore synthesized thematically and narratively.

Findings

The final analysis included 42 studies, of which 28 were published in Persian and 14 in English. Twenty-eight studies were conducted in Iran, three in Turkey, three in China, two in Spain, two in South Korea, and four in Finland, the United Kingdom, Australia, and Canada. Five studies were published between 2000 and 2010, 13 between 2011 and 2018, and 24 between 2019 and June 2026, indicating a substantial increase in research attention during recent years.

The combined sample included 18,764 students, comprising 9,624 girls and 9,140 boys. Individual study sample sizes ranged from 60 to 2,400 participants, and students' ages ranged from 7 to 18 years. Ten studies focused on primary school students, 10 on lower-secondary students, 12 on upper-secondary students, and five included students from more than one educational level. Twenty-seven studies used correlational or cross-sectional designs, four used comparative designs, four were qualitative, five were quasi-experimental, and two employed mixed methods. Methodological assessment classified 10 studies as high quality, 20 as moderate quality, and seven as acceptable quality.

School and educational factors were the most frequently reported category, appearing in 34 studies, representing 81.0% of the included research. Individual and psychological factors were reported in 31 studies, accounting for 73.8%. Family factors were identified in 24 studies, or 57.1%, while peer and interpersonal factors appeared in 22 studies, or 52.4%. Social and cultural factors were reported in 17 studies, or 40.5%, and economic and environmental factors in 12 studies, or 28.6%.

Positive school climate and school belonging were identified in 26 studies, making them the most frequently reported specific determinants of vitality. Teacher support and high-quality teacher-student relationships were reported

in 23 studies, and positive peer relationships and peer support were found in 21. Student participation, autonomy, and involvement in school decision-making appeared in 18 studies. Educational fairness and the absence of discrimination were reported in 16 studies, while cultural, artistic, sports, and extracurricular programs were identified in 10. The safety, attractiveness, and physical quality of the school environment were reported in 14 studies. In contrast, academic pressure and excessive workloads were negatively associated with vitality in 13 studies, while bullying, peer exclusion, and social isolation were identified as negative influences in 12 studies.

At the individual level, hope and optimism were associated with vitality in 16 studies, and self-esteem and self-efficacy in 10 studies. Emotional regulation and psychological flexibility were reported in 14 studies, whereas anxiety, depression, and stress were negatively related to vitality in 13. Social and communication skills appeared as positive correlates in 13 studies. Physical activity, adequate sleep, and healthy lifestyles were reported in 11 studies, and meaning, identity, and life direction in nine studies.

Within the family domain, the quality of the parent-child relationship was reported in 18 studies, and emotional support and family cohesion in 14. Parenting style was examined in 12 studies, with authoritative parenting generally associated with greater vitality and authoritarian, neglectful, or inconsistently permissive practices associated with lower vitality. Family socioeconomic status was reported in 10 studies, although its association was less consistent than that of emotional and relational factors. Family conflict, violence, and instability were negatively associated with vitality in nine studies.

Overall, the findings indicated that belonging, social support, and active participation represented three central mechanisms underlying student vitality. The highest levels of vitality were observed when positive individual resources were supported by cohesive families, encouraging teachers, safe peer relationships, participatory school climates, and

adequate cultural and environmental opportunities. Conversely, bullying, discrimination, family conflict, severe academic pressure, psychological distress, and social exclusion were the most consistent factors associated with reduced vitality.

Discussion and Conclusion

The findings demonstrate that social vitality among school students is not produced by a single personal characteristic or isolated school program. It is a systemic outcome arising from continuous interaction among the student, family, school, peer group, and wider social environment. The predominance of school and educational factors indicates that the school is the most immediate institutional setting through which vitality can either be strengthened or diminished. Although students differ in hope, self-efficacy, emotional regulation, and resilience, these personal resources are more likely to develop and remain effective in supportive educational environments.

School belonging emerged as the most consistent factor because it integrates several essential psychological and social needs. A student who feels accepted, respected, safe, and valued is more likely to participate, communicate, seek support, and interpret school experiences positively. Belonging also provides an identity-based connection to the school community, reducing alienation and strengthening motivation. Teacher support contributes to this process by creating emotional security and establishing expectations of fairness, respect, and competence. In contrast, humiliation, discrimination, rigid control, and emotional neglect communicate to students that they are not valued members of the educational environment.

Student participation and autonomy were also central because vitality is closely connected to agency. Students experience greater vitality when they can influence their environment, express preferences, assume responsibilities, and contribute to decisions. Participation transforms students from passive recipients of school regulations into active members of the school community. Similarly, sports, artistic, cultural, and extracurricular activities create

opportunities for successful performance, emotional expression, friendship, and collective enjoyment. These activities are particularly important for students whose strengths are not fully represented by conventional academic assessments.

The importance of individual psychological resources indicates that students interpret similar environments differently. Hope enables students to imagine attainable futures and identify alternative pathways after setbacks. Self-efficacy increases persistence and reduces perceptions of threat, while emotional regulation helps students manage frustration, criticism, conflict, and failure. These resources support social participation because students who can manage their emotions and trust their abilities are less likely to withdraw from school interactions. Conversely, anxiety, depression, and chronic stress reduce energy, attention, motivation, and interpersonal initiative, thereby weakening vitality.

Family relationships provide the emotional foundation upon which these individual capacities develop. Warm communication, parental responsiveness, cohesion, and balanced supervision promote psychological security and help students cope with academic and social pressures. The weaker and less consistent contribution of socioeconomic status suggests that material resources alone do not guarantee vitality. Economic advantages are most beneficial when they are translated into supportive relationships, educational opportunities, safe environments, and meaningful participation. Conversely, strong relational support may partially protect students from some consequences of material disadvantage.

Peer relationships were particularly important because childhood and adolescence are periods during which social identity and self-evaluation become increasingly dependent on group acceptance. Friendship and peer support create opportunities for intimacy, cooperation, and shared positive experiences. Bullying and exclusion undermine vitality because they threaten safety, dignity, belonging, and self-worth simultaneously. Therefore, anti-bullying interventions

should not be treated as separate from vitality promotion; they are a central component of any comprehensive school vitality policy.

The overall pattern suggests that sustainable improvement requires multilevel interventions. Cosmetic changes to the school environment, occasional celebrations, or isolated recreational programs may produce short-term positive emotions but are unlikely to generate lasting social vitality. Effective strategies should combine supportive teacher-student relationships, participatory school management, fair educational practices, balanced academic demands, emotional-skills training, family involvement, peer-support programs, and access to sports and cultural activities. School vitality should be treated as a continuing organizational characteristic rather than a temporary event.

The reviewed evidence also indicates that social vitality can function as both an educational outcome and a protective resource. Vital students are more likely to participate, persevere, build relationships, and respond adaptively to ordinary academic difficulties. At the same time, supportive relationships and meaningful participation further strengthen

vitality, creating a reciprocal developmental cycle. Schools that systematically promote belonging, fairness, emotional safety, and agency may therefore improve not only students' happiness but also their academic engagement, responsibility, psychological health, and social competence.

In conclusion, social vitality among school students is a multidimensional phenomenon shaped primarily by school climate and belonging, individual psychological resources, family emotional support, peer relationships, participation opportunities, and the broader social and physical environment. Positive teacher relationships, educational fairness, student autonomy, hope, self-efficacy, emotional regulation, family cohesion, and peer support were the most consistent protective factors. Academic pressure, bullying, discrimination, family conflict, psychological distress, and social exclusion were the most prominent risk factors. The findings support a comprehensive ecological approach in which students, families, teachers, school administrators, counselors, and educational policymakers share responsibility for creating safe, participatory, supportive, and meaningful school environments.

مقدمه

نشاط اجتماعي يکي از مؤلفه‌های مهم کيفيت زندگي اجتماعي و يکي از شاخص‌های اساسي سلامت رواني و اجتماعي افراد به شمار مي‌رود. اين مفهوم به تجربه احساس سرزندگي، شادابي، اميد، رضاييت از حضور در جمع، تمايل به مشارکت در فعاليت‌های اجتماعي و برخورداری از روابط مثبت و معنادار با ديگران اشاره دارد. نشاط اجتماعي صرفاً به معنای تجربه هيچان‌های خوشايند و زودگذر نيست، بلکه حالي نسبتاً پايدار از انرژی رواني، احساس تعلق، اعتماد اجتماعي، اميد به آينده و آمادگي برای ايفای نقش سازنده در محيط اجتماعي را دربر مي‌گيرد. در سطح کلان، نشاط مي‌تواند نشان‌دهنده پويايي و ظرفيت يک جامعه برای حفظ مشارکت، همبستگي و سرمايه انساني باشد. مطالعات مربوط به پويايي محيط‌های اجتماعي نشان داده‌اند که نشاط با وجود فرصت‌های مشارکت، سرمايه انساني، کيفيت محيط زندگي و امکان تعامل مؤثر ميان افراد ارتباط دارد و کاهش آن مي‌تواند نشانه‌ای از افت انسجام، مشارکت و توانمندی اجتماعي باشد (Yang & Pan, 2020). با وجود آنکه برخي پژوهش‌ها مفهوم نشاط را در سطح شهر يا جامعه بررسی کرده‌اند، محيط مدرسه يکي از نخستين و مؤثرترين فضاهایی است که تجربه نشاط اجتماعي در آن شکل مي‌گيرد و بر مسير رشد روان‌شناختي، تحصيلي و اجتماعي کودکان و نوجوانان اثر مي‌گذارد.

مدرسه پس از خانواده مهم‌ترين نهاد اجتماعي ساز در زندگي دانش‌آموزان است و بخش قابل‌توجهي از زمان روزانه آنان در اين محيط سپري مي‌شود. مدرسه نه‌تنها مسئول انتقال دانش و مهارت‌های رسمي است، بلکه زمينه شکل‌گيري هويت فردي و اجتماعي، احساس تعلق، روابط بين‌فردی، مسئوليت‌پذيري و نگرش دانش‌آموزان به آينده را نيز فراهم مي‌کند. ازاين‌رو، نشاط در مدرسه را نمي‌توان پديده‌ای حاشيه‌ای يا صرفاً تفريحي تلقی کرد. مدرسه‌ای که از فضای رواني مثبت، روابط انساني حمايتگر، فرصت مشارکت

و فعاليت‌های متنوع برخوردار باشد، مي‌تواند اميد به زندگي، اعتماد به خود و انگيزه حضور فعال دانش‌آموزان را تقويت کند. در مقابل، فضای خشک، رقابتي، اضطراب‌آور و مبتني بر کنترل مي‌تواند تجربه مدرسه را به فرايندي فرساينده تبديل کند. اهميت مدرسه در تقويت نشاط و اميد به زندگي از سال‌ها پيش مورد توجه قرار گرفته و تأکيد شده است که مدرسه بايد افزون بر آموزش رسمي، به ايجاد احساس شادابي، امنيت و اميد در دانش‌آموزان متعهد باشد (Sabaghian, 2005). همچنين پژوهش‌های اوليه درباره عوامل مؤثر بر نشاط مدرسه نشان داده‌اند که کيفيت روابط انساني، برنامه‌های آموزشي، امکانات محيطي، شيوه مديريت و ميزان مشارکت دانش‌آموزان از عناصر اصلي شکل‌دهنده اين تجربه هستند (Jafari, 2008).

نشاط اجتماعي دانش‌آموزان با چندين پيامد مثبت آموزشي و روان‌شناختي همراه است. دانش‌آموزان بانشاط معمولاً مشارکت بيشتري در فعاليت‌های کلاسي و فوق‌برنامه دارند، ارتباط مطلوب‌تري با معلمان و همسالان برقرار مي‌کنند، در برابر فشارهای تحصيلي انعطاف‌پذيرترند و شکست‌های موقت را بهتر مديريت مي‌کنند. نشاط مي‌تواند احساس مسئوليت، انگيزش دروني و پيوند با مدرسه را افزايش دهد و به شکل‌گيري تجربه‌ای مثبت از يادگيري منجر شود. نتايج پژوهش‌ها نشان داده است که شادابي و نشاط محيط مدرسه با پيشرفت تحصيلي و مسئوليت‌پذيري دانش‌آموزان رابطه دارد و محيط بانشاط مي‌تواند نگرش آنان را نسبت به مدرسه، معلم و تکاليف آموزشي بهبود بخشد (Sheikh, 2023). همچنين اميد تحصيلي و سرزندگي تحصيلي از متغيرهائي هستند که با موفقيت و پيشرفت دانش‌آموزان ارتباط دارند و توانايي آنان را برای ادامه تلاش در موقعيت‌های دشوار افزايش مي‌دهند (Abri et al., 2020). اين شواهد نشان مي‌دهد که نشاط نه يک نتيجه جانبي، بلکه يکي از پيش‌شرط‌های مهم سازگاري تحصيلي و اجتماعي است.

در ادبیات پژوهشی، مفاهیم نشاط اجتماعی، نشاط روانی و نشاط تحصیلی گاه به صورت نزدیک به یکدیگر به کار می‌روند. نشاط تحصیلی بیشتر به توانایی دانش‌آموز برای پاسخ سازگارانه به چالش‌ها، شکست‌ها و فشارهای روزمره تحصیلی اشاره دارد، درحالی‌که نشاط اجتماعی گستره وسیع‌تری دارد و تجربه تعامل مثبت، مشارکت، تعلق و شادابی در فضای مدرسه و جامعه را نیز شامل می‌شود. باین‌حال، این دو حوزه به‌طور متقابل بر یکدیگر اثر می‌گذارند؛ به گونه‌ای که دانش‌آموز برخوردار از نشاط تحصیلی معمولاً در روابط اجتماعی و فعالیت‌های مدرسه‌ای فعال‌تر است و محیط اجتماعی بانشاط نیز می‌تواند توان مقابله با دشواری‌های تحصیلی را افزایش دهد. پژوهش‌های مربوط به سرزندگی تحصیلی نشان داده‌اند که خودکارآمدی، سخت‌رویی روان‌شناختی و خودشفقتی با توانایی دانش‌آموزان برای حفظ انگیزه و بازگشت از فشارهای آموزشی ارتباط دارند (Mir-Mahmoudi, ۲۰۲۵). افزون بر این، ذهن‌آگاهی و خودتمیزی نیز از طریق تقویت نشاط روانی می‌توانند ظرفیت دانش‌آموز برای حفظ تعادل هیجانی و ارتباط مؤثر با دیگران را افزایش دهند (Bagheri et al., ۲۰۲۲).

عوامل فردی و روان‌شناختی از مهم‌ترین تعیین‌کننده‌های نشاط در دانش‌آموزان هستند. امید، خوش‌بینی، خودکارآمدی، عزت‌نفس، تنظیم هیجان، احساس معنا و توانایی مقابله با فشارها از جمله منابعی هستند که تجربه شادابی و مشارکت را تسهیل می‌کنند. دانش‌آموزی که خود را توانمند می‌داند، برای آینده اهداف مشخصی دارد و در مواجهه با مشکل احساس درماندگی نمی‌کند، آمادگی بیشتری برای برقراری ارتباط، مشارکت در فعالیت‌های گروهی و تجربه هیجان‌های مثبت دارد. در الگوهای تبیینی نشاط تحصیلی، معنا در زندگی و امید از طریق افزایش شادکامی، نقش مهمی در تقویت سرزندگی دانش‌آموزان ایفا کرده‌اند (Shadkam et al., ۲۰۲۲). یافته‌های مشابه نشان داده‌اند که امید به زندگی و برخورداری از احساس معنا، مستقیماً

و با میانجی‌گری شادکامی، می‌توانند نشاط تحصیلی دختران نوجوان را پیش‌بینی کنند (Shadkam et al., ۲۰۲۳). بنابراین، نشاط اجتماعی را می‌توان تا حدی پیامد ارزیابی مثبت دانش‌آموز از خود، آینده و جایگاه خویش در محیط اجتماعی دانست.

تنظیم هیجان نیز یکی از سازوکارهای مهم در شکل‌گیری نشاط است. محیط مدرسه با تجربه‌هایی مانند ارزشیابی، رقابت، تعارض، انتقاد، شکست، پذیرش یا طرد اجتماعی همراه است و نحوه مدیریت هیجان‌های ناشی از این موقعیت‌ها می‌تواند سطح نشاط را تعیین کند. دانش‌آموزانی که قادرند هیجان‌های ناخوشایند را شناسایی، تعدیل و به صورت سازگارانه ابراز کنند، کمتر درگیر اضطراب پایدار، خشم، ناامیدی و کناره‌گیری اجتماعی می‌شوند. یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که سبک‌های خودتنظیمی هیجانی می‌توانند در رابطه میان بهزیستی مدرسه و نشاط روانی نقش میانجی داشته باشند (Haghibin & Sheikh Al-Islami, ۲۰۱۹). همچنین آموزش تنظیم هیجان می‌تواند به بهبود بهزیستی تحصیلی، هیجان‌های تحصیلی و نشاط دانش‌آموزان دوره متوسطه منجر شود (Zahedan Zeynjanab et al., ۲۰۲۵). این نتایج بیانگر آن است که نشاط، تنها محصول شرایط بیرونی نیست، بلکه توانایی دانش‌آموز در پردازش و مدیریت تجربه‌های هیجانی نیز در آن نقش اساسی دارد.

خودکارآمدی تحصیلی یکی دیگر از متغیرهای کلیدی در تبیین نشاط است. دانش‌آموزانی که به توانایی خود برای انجام تکالیف، حل مسائل و مواجهه با دشواری‌های آموزشی باور دارند، فشارها را کمتر تهدیدآمیز ارزیابی می‌کنند و در برابر مشکلات پایداری بیشتری نشان می‌دهند. خودکارآمدی می‌تواند انگیزش، درگیری تحصیلی و احساس کنترل را افزایش دهد و از این طریق بر نشاط اثر بگذارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که جو عاطفی خانواده و ارزشی که دانش‌آموز برای مدرسه قائل است، از طریق خودکارآمدی

در فعالیت‌ها مشارکت کند و در صورت مواجهه با مشکل از حمایت برخوردار خواهد بود. تغییرات ناشی از همه‌گیری کرونا نشان داد که کاهش حضور فیزیکی و محدودیت تعاملات اجتماعی می‌تواند احساس تعلق، هیجان‌های تحصیلی و نشاط را تحت تأثیر قرار دهد (Kazemi & Salimi, ۲۰۲۳). این یافته اهمیت تماس اجتماعی، حضور در جمع و تجربه مستقیم روابط مدرسه‌ای را برجسته می‌سازد. در آموزش مجازی نیز مهارت‌های یادگیری الکترونیکی تنها زمانی به نشاط منجر می‌شوند که هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان به‌درستی مدیریت شوند و تعامل آموزشی معناداری برقرار باشد (Asadi & Sajadi Nejad, ۲۰۲۲).

جو مدرسه شامل کیفیت روابط، احساس عدالت، امنیت روانی، سبک مدیریت، شیوه تدریس، میزان فشار تحصیلی و فرصت مشارکت دانش‌آموزان است. مدرسه با نشاط محیطی است که در آن دانش‌آموزان فقط دریافت‌کننده منفعل دستورات نیستند، بلکه در تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی فعالیت‌ها و شکل‌دهی فضای جمعی نقش دارند. پژوهش‌های مروری و ترکیبی نشان داده‌اند که عوامل مؤثر بر نشاط مدرسه را می‌توان در ابعاد مدیریتی، آموزشی، روان‌شناختی، اجتماعی، کالبدی و فرهنگی دسته‌بندی کرد (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴). یافته‌های مطالعات داخلی نیز تأکید کرده‌اند که برنامه‌های فرهنگی، ارتباط مناسب مدیر و معلم با دانش‌آموزان، امکانات تفریحی و ورزشی، فضای زیبا و امن و توجه به نیازهای روان‌شناختی از مهم‌ترین عوامل ارتقای نشاط مدرسه‌اند (Izadi, ۲۰۱۲). بنابراین، نشاط مدرسه نتیجه یک مداخله منفرد نیست، بلکه محصول هماهنگی میان سیاست‌های مدیریتی، محتوای آموزشی، روابط انسانی و شرایط محیطی است. برنامه درسی نیز در شکل‌گیری نشاط نقش دارد. محتوای درسی انعطاف‌ناپذیر، حجم بالای تکالیف، تأکید افراطی بر آزمون و نمره و بی‌توجهی به نیازها و علایق دانش‌آموزان می‌تواند مدرسه را به محیطی تنش‌زا تبدیل

ادراک‌شده با نشاط تحصیلی ارتباط پیدا می‌کنند (Keshtvarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱). همچنین در مدل‌های چندمتغیری، خودکارآمدی همراه با انگیزش، پیوند با مدرسه، فضای عاطفی خانواده و درگیری تحصیلی، سهم معناداری در تبیین نشاط داشته است (Saffari et al., ۲۰۲۱). نتایج مشابه نیز نقش هم‌زمان پیوند مدرسه‌ای، اقلیم عاطفی خانواده، انگیزش و خودکارآمدی را در شکل‌گیری نشاط تحصیلی تأیید کرده‌اند (Samari Safa et al., ۲۰۲۱).

خانواده نیز یکی از بسترهای بنیادی تجربه نشاط دانش‌آموزان است. حمایت عاطفی والدین، ارتباط باز، انسجام خانواده، شیوه فرزندپروری و میزان تعارض خانوادگی می‌توانند بر احساس امنیت، عزت‌نفس و آمادگی دانش‌آموز برای مشارکت اجتماعی اثر بگذارند. خانواده حمایتگر به کودک یا نوجوان امکان می‌دهد هیجان‌های خود را بدون ترس بیان کند، از شکست‌ها بیاموزد و در مواجهه با فشارهای مدرسه از منابع عاطفی کافی برخوردار باشد. در مقابل، تعارض، کنترل افراطی، بی‌ثباتی و غفلت عاطفی می‌تواند احساس ناامنی را افزایش داده و نشاط را کاهش دهند. از منظر نظام‌های ارتباطی، تأثیر خانواده بر نشاط صرفاً مستقیم نیست؛ بلکه از طریق شکل‌دهی خودکارآمدی، مهارت‌های اجتماعی، تنظیم هیجان و نگرش نسبت به مدرسه نیز عمل می‌کند. به همین دلیل، مدل‌های تبیینی جدید نشاط، خانواده را در کنار عوامل فردی و مدرسه‌ای مورد بررسی قرار می‌دهند و بر تعامل این سطوح تأکید دارند (Keshtvarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱; Saffari et al., ۲۰۲۱).

در کنار خانواده، محیط مدرسه و روابط حاکم بر آن نقشی تعیین‌کننده دارند. احساس تعلق به مدرسه یکی از مهم‌ترین شاخص‌های ارتباط مثبت دانش‌آموز با محیط آموزشی است. تعلق زمانی شکل می‌گیرد که دانش‌آموز احساس کند در مدرسه پذیرفته می‌شود، حضور او ارزشمند است، می‌تواند

کند. در مقابل، برنامه درسی متنوع، فعال، مسئله‌محور و متناسب با تفاوت‌های فردی می‌تواند احساس شایستگی، کنجکاوی و لذت از یادگیری را افزایش دهد. بررسی تأثیر برنامه درسی بر نشاط دانش‌آموزان نشان داده است که روش تدریس، محتوای آموزشی، نحوه ارزشیابی و فرصت مشارکت از مؤلفه‌های مؤثر بر تجربه شادابی در مدرسه هستند (Zamani Bakhsh, ۲۰۲۰). همچنین استفاده از راهبردهای انگیزشی، بازی، فعالیت‌های گروهی، تشویق و ایجاد تجربه موفقیت می‌تواند به افزایش شادی و نشاط دانش‌آموزان دوره ابتدایی کمک کند (Jalilian, ۲۰۲۵). از این رو، اصلاح برنامه درسی و روش‌های تدریس باید یکی از محورهای اصلی سیاست‌های ارتقای نشاط در مدارس باشد.

فعالیت‌های فرهنگی، هنری، ورزشی و فوق‌برنامه نیز از سازوکارهای مهم تقویت نشاط هستند. این فعالیت‌ها فرصت تجربه موفقیت در حوزه‌هایی غیر از عملکرد درسی، کشف استعدادها، تعامل با همسالان و ابراز هیجان‌ها را فراهم می‌کنند. در دوره ابتدایی، روش‌هایی مانند بازی‌های هدفمند، فعالیت بدنی، قصه‌گویی، برنامه‌های هنری و مشارکت گروهی می‌توانند انگیزه یادگیری و احساس شادابی را افزایش دهند (Sarbaz Delir et al., ۲۰۲۵).

علاوه بر این، استفاده از رویکردهای انگیزشی متناسب با سن و ویژگی‌های دانش‌آموزان می‌تواند مدرسه را از محیطی صرفاً تکلیف‌محور به فضایی برای تجربه رشد و ارتباط تبدیل کند (Jalilian, ۲۰۲۵). چنین برنامه‌هایی به‌ویژه برای دانش‌آموزانی که در آموزش رسمی احساس موفقیت کمتری دارند، فرصت ارزشمندی برای تجربه شایستگی و پذیرش اجتماعی ایجاد می‌کنند.

روابط با همسالان یکی دیگر از عوامل محوری نشاط اجتماعی است. دوستی‌های صمیمانه، پذیرش گروهی، همکاری و احساس حمایت، به دانش‌آموز کمک می‌کند مدرسه را محیطی امن و خوشایند تجربه کند. در مقابل، قلدری، تمسخر، طرد و انزوای اجتماعی می‌تواند نشاط را به شدت

کاهش دهند و به اضطراب، افت انگیزش و اجتناب از مدرسه منجر شوند. پژوهش درباره رفتارهای قلدری نشان داده است که قلدری با نشاط تحصیلی، خودکارآمدی و اقبال‌کاری تحصیلی رابطه دارد و می‌تواند سازگاری آموزشی و اجتماعی دانش‌آموزان را مختل کند (Ahmad Aboud, ۲۰۲۳). بنابراین، سیاست‌های ارتقای نشاط بدون پیشگیری از قلدری، آموزش مهارت‌های ارتباطی و تقویت فرهنگ احترام متقابل، اثربخشی محدودی خواهند داشت.

نشاط دانش‌آموزان همچنین تحت تأثیر عوامل فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی گسترده‌تر قرار دارد. تفاوت در منابع خانوادگی، امکانات مدرسه، کیفیت محله، دسترسی به فضاهای ورزشی و فرهنگی و نگرش جامعه به کودکی و آموزش می‌تواند فرصت‌های تجربه نشاط را نابرابر سازد. در برخی مدارس، محدودیت منابع و تراکم بالا امکان اجرای فعالیت‌های جمعی را کاهش می‌دهد، درحالی‌که مدارس برخوردارتر می‌توانند برنامه‌های متنوع‌تری ارائه کنند. با این حال، شواهد نشان می‌دهد که امکانات مادی به‌تنهایی کافی نیستند و نحوه مدیریت منابع و کیفیت روابط انسانی اهمیت اساسی دارد.

مطالعاتی که عوامل مؤثر بر ایجاد نشاط در مدرسه را به‌صورت ترکیبی بررسی کرده‌اند، بر ضرورت توجه هم‌زمان به عوامل ساختاری، فرهنگی، مدیریتی و روان‌شناختی تأکید داشته‌اند (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴). همچنین یافته‌های مربوط به نشاط در فضاهای اجتماعی گسترده‌تر نشان می‌دهد که سرمایه انسانی، امکان مشارکت و کیفیت محیط بر پویایی و نشاط جمعی اثر می‌گذارند (Yang & Pan, ۲۰۲۰).

یکی از چالش‌های مهم در این حوزه، پراکندگی مفهومی و روش‌شناختی پژوهش‌هاست. برخی مطالعات نشاط اجتماعی را با شادکامی، برخی با بهزیستی مدرسه و برخی با نشاط تحصیلی هم‌معنا تلقی کرده‌اند. این تفاوت‌ها سبب شده‌اند ابزارهای سنجش و ابعاد بررسی‌شده یکسان نباشند. همچنین بخش زیادی از پژوهش‌ها به روابط همبستگی میان متغیرها پرداخته‌اند و تعداد

مطالعات مداخله‌ای محدود است. با این حال، شواهد موجود از اثربخشی مداخلاتی مانند آموزش تنظیم هیجان بر نشاط و بهزیستی تحصیلی حمایت می‌کند (Zahedan Zeynjanab et al., ۲۰۲۵). افزون بر این، مدل‌های مبتنی بر امید، معنا، شادی، خودکارآمدی و پیوند با مدرسه نشان داده‌اند که نشاط از طریق شبکه‌ای از عوامل به هم پیوسته شکل می‌گیرد (Samari Safa, ۲۰۲۲; Shadkam et al., ۲۰۲۲; et al., ۲۰۲۱).

تحولات اجتماعی و آموزشی سال‌های اخیر نیز ضرورت بازنگری در عوامل مؤثر بر نشاط دانش‌آموزان را افزایش داده است. گسترش آموزش مجازی، استفاده گسترده از رسانه‌های دیجیتال، کاهش برخی تعاملات حضوری، افزایش فشارهای تحصیلی و تغییر الگوهای ارتباطی خانواده و مدرسه، تجربه دانش‌آموزان از نشاط را پیچیده‌تر ساخته است. مهارت‌های آموزش الکترونیکی می‌توانند در صورت همراهی با هیجان‌های تحصیلی مثبت، به تاب‌آوری و نشاط کمک کنند، اما ضعف تعامل، احساس تنهایی و خستگی دیجیتال ممکن است اثر معکوس داشته باشد (Asadi & Sajadi, ۲۰۲۲). مقایسه شرایط پیش و حین همه‌گیری نیز نشان داده است که اختلال در پیوند مدرسه‌ای و روابط اجتماعی می‌تواند بر نشاط و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان اثرگذار باشد (Kazemi & Salimi, ۲۰۲۳). از این رو، مفهوم نشاط اجتماعی در مدرسه باید متناسب با شرایط جدید آموزشی و ارتباطی بازتعریف شود.

برخی مطالعات جدیدتر بر طراحی راهبردهای عملی برای افزایش نشاط تمرکز کرده‌اند. این راهبردها شامل ایجاد محیط امن و زیبا، کاهش فشارهای غیرضروری، استفاده از روش‌های تدریس مشارکتی، تقویت روابط معلم و دانش‌آموز، توسعه فعالیت‌های ورزشی و هنری و آموزش مهارت‌های هیجانی است (Sarbaz Delir et al., ۲۰۲۵). همچنین تأکید شده است که ایجاد نشاط در دانش‌آموزان نیازمند توجه به انگیزش، تجربه موفقیت، تشویق، بازی

و مشارکت فعال است (Jalilian, ۲۰۲۵). در کنار این عوامل، ویژگی‌های روان‌شناختی مانند سخت‌رویی، خودشفقتی و خودکارآمدی نیز باید در برنامه‌های آموزشی و مشاوره‌ای مدارس تقویت شوند (Mir-Mahmoudi, ۲۰۲۵). بررسی رابطه امید و نشاط با پیشرفت تحصیلی نیز نشان می‌دهد که سیاست‌های ارتقای نشاط می‌توانند به‌طور هم‌زمان پیامدهای آموزشی را بهبود بخشند (Abri et al., ۲۰۲۵).

با وجود افزایش تعداد پژوهش‌ها، هنوز تصویری منسجم از مجموعه عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی دانش‌آموزان در دسترس نیست. برخی مطالعات بر متغیرهای فردی، برخی بر خانواده، برخی بر جو مدرسه و برخی بر برنامه‌های آموزشی تمرکز کرده‌اند. در نتیجه، یافته‌ها پراکنده‌اند و مقایسه اهمیت نسبی عوامل دشوار است. مطالعه ترکیبی شواهد می‌تواند ضمن شناسایی عوامل پرتکرار، روابط میان سطوح فردی، خانوادگی، مدرسه‌ای و اجتماعی را روشن سازد. چنین مروری امکان می‌دهد مشخص شود کدام عوامل در مطالعات مختلف از ثبات بیشتری برخوردارند، چه حوزه‌هایی کمتر بررسی شده‌اند و مداخلات آینده باید بر چه ابعادی متمرکز شوند. این ضرورت به‌ویژه با توجه به ارتباط نشاط با پیشرفت، مسئولیت‌پذیری، خودکارآمدی، امید، سلامت روان و مشارکت اجتماعی اهمیت دارد (Ahmad Aboud, ۲۰۲۳; Haghibin & Sheikh Al-Islami, ۲۰۱۹; Sheikh, ۲۰۲۳).

بر این اساس، هدف پژوهش حاضر مرور و تلفیق نظام‌مند شواهد موجود به‌منظور شناسایی، طبقه‌بندی و تبیین عوامل فردی، خانوادگی، آموزشی، بین‌فردی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و محیطی مؤثر بر نشاط اجتماعی دانش‌آموزان مدارس بود.

روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نوع مرور نظام‌مند با رویکرد تلفیقی بود که با هدف شناسایی، طبقه‌بندی و تبیین عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در دانش‌آموزان مدارس انجام شد. جامعه پژوهش شامل تمامی مقالات علمی فارسی و انگلیسی مرتبط با نشاط اجتماعی، شادکامی اجتماعی، بهزیستی اجتماعی و نشاط در محیط مدرسه بود که از ژانویه ۲۰۰۰ تا پایان ژوئن ۲۰۲۶ منتشر شده بودند. جست‌وجوی منابع در پایگاه‌های اطلاعاتی بین‌المللی شامل Web of Science, Scopus, PubMed, PsycINFO, ERIC و ProQuest و پایگاه‌های فارسی شامل SID, Magiran, Noormags و Civilica انجام شد. برای افزایش جامعیت جست‌وجو، فهرست منابع مطالعات منتخب نیز به‌صورت دستی بررسی شد و جست‌وجوی استنادی مقالات اصلی صورت گرفت. در مرحله اولیه، ۱۲۴۷ رکورد شناسایی شد که پس از حذف ۲۸۶ مقاله تکراری، عنوان و چکیده ۹۶۱ مقاله مورد ارزیابی قرار گرفت. بر اساس معیارهای ورود و خروج، ۱۱۲ مقاله برای بررسی متن کامل انتخاب شدند و پس از کنار گذاشتن ۷۰ مقاله به دلیل نداشتن جامعه دانش‌آموزی، بررسی نکردن مستقیم نشاط اجتماعی، نامشخص بودن روش پژوهش، فقدان متن کامل یا کیفیت روش‌شناختی ناکافی، در نهایت ۴۲ مقاله وارد فرایند تحلیل نهایی شدند؛ بنابراین، نمونه نهایی پژوهش شامل ۴۲ مطالعه فارسی و انگلیسی بود. معیارهای ورود شامل انتشار مقاله در مجلات علمی معتبر، بررسی دانش‌آموزان مقاطع ابتدایی یا متوسطه، سنجش مستقیم نشاط اجتماعی یا سازه‌های نزدیک به آن، گزارش عوامل فردی، خانوادگی، آموزشی، اجتماعی یا فرهنگی مرتبط با نشاط و برخورداری از اطلاعات روش‌شناختی کافی بود. مقالات مروری، پایان‌نامه‌ها، گزارش‌های غیرعلمی، یادداشت‌های کوتاه، مطالعات انجام‌شده صرفاً بر دانشجویان یا بزرگسالان و پژوهش‌هایی که تنها به اختلالات روان‌شناختی پرداخته و ارتباطی با نشاط اجتماعی نداشتند، از

مطالعه خارج شدند. فرایند شناسایی، غربالگری، ارزیابی صلاحیت و انتخاب مقالات توسط دو پژوهشگر به‌صورت مستقل انجام شد و موارد اختلاف از طریق بحث، مقایسه متن کامل مقالات و دستیابی به توافق نهایی برطرف گردید.

ابزار اصلی گردآوری داده‌ها، فرم استخراج اطلاعات پژوهشگرساخته و چک‌لیست ارزیابی مقالات بود که بر اساس هدف پژوهش و اصول گزارش‌دهی مطالعات مروری طراحی شد. فرم استخراج داده‌ها شامل اطلاعات کتاب‌شناختی و روش‌شناختی مانند نام نویسندگان، سال انتشار، کشور محل انجام پژوهش، نوع مطالعه، جامعه و حجم نمونه، مقطع تحصیلی دانش‌آموزان، دامنه سنی، شیوه نمونه‌گیری، ابزار سنجش نشاط اجتماعی، متغیرهای پیش‌بین، روش تحلیل آماری و مهم‌ترین یافته‌های پژوهش بود. راهبرد جست‌وجو با استفاده از ترکیب کلیدواژه‌های فارسی «نشاط اجتماعی»، «شادکامی اجتماعی»، «بهزیستی اجتماعی»، «شادابی دانش‌آموزان»، «نشاط مدرسه»، «دانش‌آموزان»، «مدرسه» و «نوجوانان» و معادل‌های انگلیسی آن‌ها شامل “Social Well-Being”, “Social Happiness”, “Social Vitality”, “Adolescents”, “Students” و “Adolescents” تدوین شد. کلیدواژه‌ها با استفاده از عملگرهای منطقی AND و OR با یکدیگر ترکیب شدند و راهبرد جست‌وجو متناسب با ساختار هر پایگاه اطلاعاتی تعدیل گردید. به‌منظور ارزیابی کیفیت روش‌شناختی مطالعات، از ابزار ارزیابی روش‌های ترکیبی یا Mixed Methods Appraisal Tool استفاده شد؛ زیرا مطالعات واردشده از طرح‌های توصیفی - همبستگی، مقطعی، کیفی، مداخله‌ای و ترکیبی برخوردار بودند. در این ارزیابی، وضوح سؤال پژوهش، تناسب طرح مطالعه، کفایت نمونه‌گیری، اعتبار و پایایی ابزارهای اندازه‌گیری، نحوه کنترل متغیرهای مخدوش‌کننده، تناسب روش تحلیل داده‌ها و انسجام میان نتایج و نتیجه‌گیری

بررسی شد. مقالاتی که اطلاعات کافی برای قضاوت درباره کیفیت روش‌شناختی آن‌ها ارائه نکرده بودند یا در بیشتر معیارهای اصلی از کیفیت نامطلوب برخوردار بودند، از تحلیل نهایی کنار گذاشته شدند. برای کاهش خطای استخراج، اطلاعات هر مقاله ابتدا به‌طور مستقل توسط دو ارزیاب در فرم استخراج داده‌ها ثبت و سپس نتایج با یکدیگر تطبیق داده شد.

داده‌های استخراج‌شده با استفاده از روش ترکیبی تحلیل توصیفی و سنتز روایتی تحلیل شدند. در مرحله نخست، ویژگی‌های عمومی مطالعات شامل سال انتشار، محل انجام پژوهش، طرح پژوهش، حجم نمونه، مقطع تحصیلی، ابزارهای سنجش و نوع عوامل بررسی‌شده با استفاده از فراوانی و درصد خلاصه‌سازی شد. در مرحله بعد، یافته‌های مطالعات چندین بار مطالعه و گزاره‌های مرتبط با عوامل افزایش‌دهنده یا کاهش‌دهنده نشاط اجتماعی دانش‌آموزان استخراج شد. تحلیل محتوای یافته‌ها از طریق کدگذاری باز، مقایسه مستمر کدها، ادغام مفاهیم مشابه و تشکیل طبقات اصلی انجام گرفت. عوامل شناسایی‌شده بر اساس شباهت مفهومی در ابعاد فردی و روان‌شناختی، خانوادگی، آموزشی و مدرسه‌ای، روابط با همسالان، اجتماعی و فرهنگی، اقتصادی و محیطی طبقه‌بندی شدند. در بعد فردی، متغیرهایی مانند عزت‌نفس، امید، خوش‌بینی، خودکارآمدی، سلامت روان و مهارت‌های اجتماعی بررسی شد؛ در بعد خانوادگی، کیفیت روابط والد - فرزند، حمایت عاطفی، انسجام خانواده و وضعیت اقتصادی خانواده مورد توجه قرار گرفت؛ و در بعد مدرسه‌ای، عواملی مانند جو روانی - اجتماعی مدرسه، حمایت معلمان، عدالت آموزشی، مشارکت دانش‌آموزان، امکانات تفریحی و ورزشی و کیفیت روابط با همسالان تحلیل شد. جهت تعیین اهمیت نسبی عوامل، تعداد مطالعات تأییدکننده هر عامل، جهت رابطه گزارش‌شده و میزان همگرایی یا تعارض یافته‌ها بررسی گردید. به دلیل ناهمگونی مطالعات از نظر تعریف مفهومی نشاط اجتماعی، ابزارهای اندازه‌گیری، ویژگی‌های نمونه‌ها و

روش‌های آماری، انجام فراتحلیل مناسب تشخیص داده نشد و نتایج به‌صورت سنتز روایتی و مضمون‌محور ارائه شد. در نهایت، مضامین استخراج‌شده توسط پژوهشگران بازبینی و با متن اصلی مطالعات تطبیق داده شد تا از جامعیت، انسجام و قابلیت اعتماد طبقه‌بندی نهایی اطمینان حاصل شود.

یافته‌ها

فرایند جست‌وجو و غربالگری منابع به شناسایی اولیه ۱۲۴۷ رکورد منجر شد. پس از حذف ۲۸۶ رکورد تکراری، عنوان و چکیده ۹۶۱ مقاله بررسی شد که از میان آن‌ها، ۱۱۲ مقاله برای ارزیابی متن کامل واجد شرایط اولیه تشخیص داده شدند. در مرحله بررسی متن کامل، ۷۰ مقاله به دلایلی مانند بررسی نکردن مستقیم نشاط اجتماعی، استفاده از جامعه‌ای غیر از دانش‌آموزان مدارس، فقدان اطلاعات روش‌شناختی کافی، دسترسی نداشتن به متن کامل، برخورداری از کیفیت روش‌شناختی نامطلوب یا تمرکز صرف بر اختلالات روان‌شناختی بدون سنجش نشاط اجتماعی کنار گذاشته شدند. در نهایت، ۴۲ مطالعه وارد تحلیل نهایی شدند. از مجموع مطالعات منتخب، ۲۸ مطالعه به زبان فارسی و ۱۴ مطالعه به زبان انگلیسی منتشر شده بود. از نظر محل انجام پژوهش، ۲۸ مطالعه در ایران، سه مطالعه در ترکیه، سه مطالعه در چین، دو مطالعه در اسپانیا، دو مطالعه در کره جنوبی و چهار مطالعه دیگر به‌ترتیب در فنلاند، بریتانیا، استرالیا و کانادا انجام شده بود. از نظر زمان انتشار، پنج مطالعه در فاصله سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۰، تعداد ۱۳ مطالعه در فاصله سال‌های ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۸ و ۲۴ مطالعه در فاصله سال‌های ۲۰۱۹ تا پایان ژوئن ۲۰۲۶ منتشر شده بود که نشان‌دهنده افزایش توجه پژوهشگران به موضوع نشاط اجتماعی دانش‌آموزان در سال‌های اخیر است.

مجموع حجم نمونه مطالعات واردشده برابر با ۱۸۷۶۴ دانش‌آموز بود که ۹۶۲۴ نفر معادل ۳/۵۱ درصد را دختران و ۹۱۴۰ نفر معادل ۷/۴۸ درصد را پسران تشکیل می‌دادند. دامنه حجم نمونه مطالعات از ۶۰ تا ۲۴۰۰ دانش‌آموز

متغیر بود و دامنه سنی شرکت کنندگان نیز بین هفت تا ۱۸ سال قرار داشت. در ۳۵ مطالعه‌ای که میانگین سنی دانش‌آموزان را گزارش کرده بودند، میانگین وزنی سن شرکت کنندگان ۷۴/۱۳ سال بود. از نظر مقطع تحصیلی، ۱۰ مطالعه بر دانش‌آموزان دوره ابتدایی، ۱۵ مطالعه بر دانش‌آموزان دوره متوسطه اول، ۱۲ مطالعه بر دانش‌آموزان دوره متوسطه دوم و پنج مطالعه به‌طور هم‌زمان بر دانش‌آموزان چند مقطع تحصیلی متمرکز شده بودند. از نظر طرح پژوهش، ۲۷ مطالعه دارای طرح توصیفی - همبستگی یا مقطعی، چهار مطالعه توصیفی - مقایسه‌ای، چهار مطالعه کیفی، پنج مطالعه نیمه‌آزمایشی و دو مطالعه دارای

طرح آمیخته بودند. ارزیابی کیفیت روش‌شناختی نشان داد که ۱۵ مطالعه از کیفیت بالا، ۲۰ مطالعه از کیفیت متوسط و هفت مطالعه از کیفیت قابل قبول برخوردار بودند. بررسی ابزارهای اندازه‌گیری نیز نشان داد که بیشتر مطالعات از پرسشنامه‌های استاندارد نشاط اجتماعی، شادکامی، بهزیستی اجتماعی، احساس تعلق به مدرسه، حمایت اجتماعی، جو مدرسه و سلامت روان استفاده کرده بودند؛ با این حال، تفاوت در تعریف مفهومی نشاط اجتماعی و تنوع ابزارهای اندازه‌گیری از مهم‌ترین منابع ناهمگونی میان مطالعات بود.

جدول ۱. طبقات اصلی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی دانش‌آموزان در مطالعات بررسی شده

رتبه	طبقه اصلی عوامل	تعداد مطالعات گزارش‌کننده	مهم‌ترین مؤلفه‌های شناسایی شده	الگوی کلی ارتباط با نشاط اجتماعی
۱	عوامل آموزشی و مدرسه‌ای	۳۴	جو روانی - اجتماعی مدرسه، حمایت معلم، احساس تعلق، عدالت آموزشی، مشارکت دانش‌آموزان، امکانات ورزشی و فرهنگی، ایمنی و جذابیت محیط مدرسه	جو حمایتی، عادلانه و مشارکتی با نشاط بیشتر و فشار تحصیلی، تبعیض و نایمنی با نشاط کمتر همراه بود
۲	عوامل فردی و روان‌شناختی	۳۱	امید، خوش‌بینی، عزت‌نفس، خودکارآمدی، تنظیم هیجان، سلامت روان، مهارت‌های اجتماعی، فعالیت بدنی و احساس معنا	منابع روان‌شناختی مثبت با افزایش نشاط و اضطراب، افسردگی، تنیدگی و درماندگی با کاهش آن ارتباط داشت
۳	عوامل خانوادگی	۲۴	حمایت عاطفی خانواده، انسجام خانوادگی، کیفیت رابطه والد - فرزند، شیوه فرزندپروری، تعارض خانوادگی و وضعیت اقتصادی خانواده	روابط گرم و حمایتگر با نشاط بیشتر و تعارض، کنترل افراطی و غفلت عاطفی با نشاط کمتر همراه بود
۴	روابط با همسالان و عوامل بین‌فردی	۲۲	پذیرش همسالان، دوستی‌های باکیفیت، حمایت اجتماعی، همکاری، احساس تعلق به گروه، قلدری و طرد اجتماعی	روابط مثبت و حمایتگر با افزایش نشاط و قلدری، انزوای اجتماعی و طردشدگی با کاهش آن همراه بود
۵	عوامل اجتماعی و فرهنگی	۱۷	اعتماد اجتماعی، مشارکت اجتماعی، هویت جمعی، ارزش‌های فرهنگی، سرمایه اجتماعی، عضویت در گروه‌ها و فعالیت‌های داوطلبانه	اعتماد، مشارکت و سرمایه اجتماعی با نشاط بیشتر همراه بود، درحالی‌که بی‌اعتمادی و انزوای اجتماعی اثر منفی داشت
۶	عوامل اقتصادی و محیطی	۱۲	وضعیت اقتصادی - اجتماعی، امکانات محله، دسترسی به فضاهای سبز و ورزشی، محرومیت منطقه‌ای، ازدحام و کیفیت محیط فیزیکی	برخوردار بودن از منابع و محیط مناسب با نشاط بیشتر و محرومیت، نابرابری و محیط نامطلوب با نشاط کمتر ارتباط داشت

بر اساس نتایج جدول ۱، عوامل آموزشی و مدرسه‌ای با گزارش در ۳۴ مطالعه و پوشش ۸۱ درصد از مطالعات، پرتکرارترین طبقه عوامل مرتبط با نشاط اجتماعی دانش‌آموزان بود. این یافته نشان داد که مدرسه صرفاً محیطی برای انتقال محتوای آموزشی نیست، بلکه یکی از مهم‌ترین بسترهای اجتماعی شکل‌گیری احساس شادابی، تعلق، امنیت، مشارکت و رضایت اجتماعی دانش‌آموزان محسوب می‌شود. در بیشتر مطالعات، برخورداری از جو روانی - اجتماعی مثبت، رابطه حمایتگرانه معلمان با دانش‌آموزان، احساس پذیرفته‌شدن، وجود عدالت و نبود تبعیض، امکان مشارکت در

تصمیم‌گیری‌های مدرسه و دسترسی به برنامه‌های فرهنگی، هنری و ورزشی با سطوح بالاتر نشاط اجتماعی همراه بود. در مقابل، فشار تحصیلی شدید، رقابت ناسالم، روابط اقتدارگرایانه، تنبیه، بی‌توجهی به نیازهای هیجانی دانش‌آموزان و نایم‌بودن فضای مدرسه از عوامل کاهش‌دهنده نشاط گزارش شدند. عوامل فردی و روان‌شناختی با فراوانی ۳۱ مطالعه در رتبه دوم قرار گرفتند و نشان دادند که ویژگی‌هایی مانند امید، خوش‌بینی، عزت‌نفس، خودکارآمدی و توانایی تنظیم هیجان، ظرفیت دانش‌آموزان را برای تجربه هیجان‌های مثبت و مشارکت فعال در روابط اجتماعی افزایش می‌دهند. عوامل خانوادگی و روابط با همسالان نیز به ترتیب در ۱/۵۷ و ۴/۵۲ درصد مطالعات

مشاهده شدند که بر نقش هم‌زمان خانواده و شبکه روابط بین‌فردی در شکل‌گیری نشاط اجتماعی دلالت داشت. عوامل اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و محیطی در مقایسه با عوامل مدرسه‌ای و فردی کمتر بررسی شده بودند؛ باین‌حال، نتایج موجود نشان داد که نشاط اجتماعی دانش‌آموزان پدیده‌ای چندسطحی است و نمی‌توان آن را صرفاً بر اساس خصوصیات فردی یا شرایط مدرسه تبیین کرد. در مجموع، الگوی حاصل از مطالعات نشان داد که بیشترین سطح نشاط اجتماعی در شرایطی مشاهده می‌شود که منابع روان‌شناختی مثبت دانش‌آموز با حمایت خانواده، روابط مطلوب با همسالان، جو مدرسه‌ای مشارکتی و برخورداری از امکانات اجتماعی و محیطی مناسب همراه باشد.

جدول ۲. عوامل فردی و خانوادگی مرتبط با نشاط اجتماعی دانش‌آموزان

حوزه	عامل شناسایی شده	تعداد مطالعات	جهت ارتباط	میزان همگرایی یافته‌ها	خلاصه شواهد
فردی و روان‌شناختی	امید و خوش‌بینی	۱۶	مثبت	زیاد	دانش‌آموزان امیدوار و خوش‌بین، رضایت بیشتر از زندگی مدرسه‌ای، مشارکت اجتماعی بالاتر و هیجان‌های مثبت بیشتری گزارش کردند
فردی و روان‌شناختی	عزت‌نفس و خودکارآمدی	۱۵	مثبت	زیاد	باور به ارزشمندی خود و توانایی مدیریت تکالیف و روابط اجتماعی با افزایش احساس شایستگی و نشاط همراه بود
فردی و روان‌شناختی	تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۱۴	مثبت	زیاد	توانایی مدیریت هیجان‌های منفی و سازگاری با موقعیت‌های دشوار، آثار فشار تحصیلی و تعارضات بین‌فردی را کاهش می‌داد
فردی و روان‌شناختی	اضطراب، افسردگی و تنیدگی	۱۳	منفی	زیاد	افزایش نشانه‌های اضطرابی، خلق افسرده، نگرانی تحصیلی و تنیدگی ادراک‌شده با کاهش شادابی و مشارکت اجتماعی همراه بود
فردی و روان‌شناختی	مهارت‌های اجتماعی و ارتباطی	۱۳	مثبت	زیاد	توانایی برقراری ارتباط، همدلی، همکاری و حل تعارض، پذیرش اجتماعی و احساس تعلق دانش‌آموزان را افزایش می‌داد
فردی و روان‌شناختی	فعالیت بدنی، خواب و سبک زندگی سالم	۱۱	مثبت	متوسط تا زیاد	ورزش منظم، خواب کافی و الگوی زندگی متعادل با انرژی روانی، خلق مثبت و تعامل اجتماعی بیشتر ارتباط داشت
فردی و روان‌شناختی	احساس معنا، هویت و جهت‌مندی در زندگی	۹	مثبت	متوسط	برخورداری از هدف، هویت شخصی و اجتماعی منسجم و احساس مفیدبودن با سطح بالاتر نشاط همراه بود
خانوادگی	کیفیت رابطه والد - فرزند	۱۸	مثبت	زیاد	ارتباط گرم، گفت‌وگوی باز، درک متقابل و پاسخ‌گویی والدین با امنیت روانی و نشاط اجتماعی بیشتر همراه بود
خانوادگی	حمایت عاطفی و انسجام خانواده	۱۷	مثبت	زیاد	حمایت هیجانی، احساس تعلق به خانواده و همکاری اعضای خانواده، آثار فشارهای مدرسه‌ای را تعدیل می‌کرد
خانوادگی	شیوه فرزندپروری	۱۲	مثبت یا منفی برحسب نوع سبک	متوسط تا زیاد	سبک مقتدرانه با نشاط بیشتر و سبک‌های مستبدانه، سهل‌گیرانه افراطی یا غفلت‌آمیز با نشاط کمتر همراه بودند

خانوادگی	وضعیت اقتصادی - ۱۰	عمدتاً مثبت	متوسط و تاحدی ناهمگون	و برخورداری از منابع آموزشی و تفریحی بیشتر با نشاط بالاتر همراه بود، اما اثر آن با کیفیت روابط خانوادگی تعدیل می‌شد
خانوادگی	تعارض، خشونت و ۹	منفی	زیاد	تعارض مداوم والدین، تنش خانوادگی، خشونت کلامی یا جسمی و بی‌ثباتی محیط خانه با کاهش نشاط همراه بود

تضمین‌کننده نشاط نیستند و نحوه تبدیل این منابع به فرصت‌های حمایتی، آموزشی و اجتماعی اهمیت بیشتری دارد.

در سطح فردی، امید و خوش‌بینی با گزارش در ۱۶ مطالعه و عزت‌نفس و خودکارآمدی با گزارش در ۱۵ مطالعه، مهم‌ترین منابع روان‌شناختی مرتبط با نشاط اجتماعی بودند. دانش‌آموزانی که آینده را قابل‌کنترل و اهداف خود را دست‌یافتنی تلقی می‌کردند، در فعالیت‌های مدرسه مشارکت بیشتری داشتند و در برابر شکست‌های تحصیلی یا تعارضات اجتماعی، واکنش‌های سازگارانه‌تری نشان می‌دادند. عزت‌نفس و خودکارآمدی نیز از طریق افزایش احساس شایستگی، جرئت‌مندی و توانایی آغاز و حفظ روابط اجتماعی، با نشاط بیشتر ارتباط داشتند. تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی در ۱۴ مطالعه به‌عنوان سازوکار تعدیل‌کننده اثر مشکلات تحصیلی و اجتماعی شناسایی شد؛ به این معنا که دانش‌آموزان برخوردار از توانایی بازشناسی و مدیریت هیجان‌ها، در مواجهه با فشار درسی، تعارض با همسالان یا انتقاد معلمان، افت کمتری در نشاط نشان می‌دادند. در جهت مقابل، اضطراب، افسردگی و تنیدگی در ۱۳ مطالعه به‌طور ثابت با کاهش نشاط اجتماعی همراه بود. مهارت‌های اجتماعی، همدلی، توانایی همکاری و حل تعارض نیز از طریق تسهیل پذیرش همسالان و کاهش انزوای اجتماعی، نشاط را افزایش می‌دادند. فعالیت بدنی، خواب کافی و سبک زندگی سالم نیز در بیشتر مطالعات با خلق مثبت و انرژی اجتماعی بیشتر همراه بودند. برآیند شواهد این جدول نشان داد که عوامل فردی و خانوادگی به‌صورت متقابل عمل می‌کنند؛ به‌گونه‌ای که خانواده حمایتگر می‌تواند امید، عزت‌نفس و تنظیم

مطابق جدول ۲، کیفیت رابطه والد - فرزند با گزارش در ۱۸ مطالعه، پرتکرارترین عامل در مجموعه عوامل فردی و خانوادگی بود. شواهد به‌طور نسبتاً همگرا نشان دادند که دانش‌آموزانی که والدین خود را پذیرا، حمایتگر، در دسترس و علاقه‌مند به گفت‌وگو ادراک می‌کردند، از امنیت روانی، اعتمادبه‌نفس، احساس تعلق و نشاط اجتماعی بیشتری برخوردار بودند. حمایت عاطفی و انسجام خانواده نیز در ۱۷ مطالعه به‌عنوان عامل محافظتی مهم شناسایی شد. در این مطالعات، خانواده منسجم از طریق فراهم کردن فضای عاطفی امن، کمک به حل مسائل تحصیلی و اجتماعی و کاهش آثار تنیدگی‌های محیط مدرسه، زمینه حفظ هیجان‌های مثبت را فراهم می‌کرد. در مقابل، تعارض، خشونت، بی‌ثباتی و غفلت عاطفی خانوادگی در تمام مطالعات بررسی‌کننده این متغیرها با کاهش نشاط اجتماعی ارتباط داشت. شیوه فرزندپروری نیز نقشی دوگانه نشان داد؛ به‌گونه‌ای که سبک مقتدرانه، مبتنی بر صمیمیت، نظارت منطقی و اعطای استقلال متناسب با سن، با نشاط بیشتر همراه بود، درحالی‌که کنترل افراطی، تنبیه، سخت‌گیری بدون حمایت، بی‌توجهی و فقدان مرزهای روشن خانوادگی با پیامدهای نامطلوب ارتباط داشت. اثر وضعیت اقتصادی - اجتماعی خانواده در مقایسه با کیفیت روابط عاطفی از ثبات کمتری برخوردار بود. هرچند برخورداری از درآمد، امکانات آموزشی، فضای مناسب زندگی و فرصت‌های تفریحی با نشاط بیشتر همراه بود، در برخی مطالعات پس از کنترل حمایت خانوادگی و جو مدرسه، شدت این رابطه کاهش یافت. این یافته نشان می‌دهد که منابع اقتصادی به‌تنهایی

دوره اول، شماره سوم

هیجان را تقویت کند و این منابع روان‌شناختی نیز دانش‌آموز را برای بهره‌گیری

مؤثرتر از حمایت‌های خانوادگی و اجتماعی آماده سازند.

جدول ۳. عوامل مدرسه‌ای، بین‌فردی، اجتماعی و محیطی مرتبط با نشاط اجتماعی دانش‌آموزان

حوزه	عامل شناسایی‌شده	تعداد مطالعات	جهت ارتباط	میزان همگرایی یافته‌ها	خلاصه شواهد
مدرسه‌ای	جو مثبت و احساس تعلق به مدرسه	۲۶	مثبت	زیاد	احساس امنیت، پذیرش، هویت مدرسه‌ای و تعلق به محیط آموزشی از قوی‌ترین عوامل مرتبط با نشاط بود
مدرسه‌ای	حمایت و کیفیت رابطه معلم - دانش‌آموز	۲۳	مثبت	زیاد	احترام، توجه عاطفی، بازخورد سازنده و رفتار منصفانه معلمان با افزایش اعتماد و نشاط دانش‌آموزان همراه بود
بین‌فردی	روابط مثبت و حمایت همسالان	۲۱	مثبت	زیاد	دوستی باکیفیت، پذیرش گروهی، همکاری و حمایت همسالان، احساس تنهایی را کاهش و نشاط را افزایش می‌داد
مدرسه‌ای	مشارکت، خودمختاری و نقش‌آفرینی دانش‌آموزان	۱۸	مثبت	زیاد	فرصت اظهارنظر، انتخاب فعالیت‌ها، عضویت در شوراهای مشارکت در تصمیم‌گیری‌های مدرسه با نشاط بیشتر ارتباط داشت
مدرسه‌ای	عدالت آموزشی و نبود تبعیض	۱۶	مثبت	زیاد	رفتار منصفانه، قواعد شفاف و فرصت‌های برابر با اعتماد و احساس ارزشمندی بیشتر همراه بود
مدرسه‌ای	برنامه‌های ورزشی، فرهنگی، هنری و فوق‌برنامه	۱۵	مثبت	متوسط تا زیاد	فعالیت‌های گروهی و داوطلبانه، فرصت تعامل مثبت و تجربه موفقیت غیرتحصیلی را فراهم می‌کرد
مدرسه‌ای و محیطی	ایمنی، زیبایی و امکانات فیزیکی مدرسه	۱۴	مثبت	متوسط	فضای روشن، پاکیزه، ایمن، سبز و مجهز به امکانات ورزشی و تفریحی با شادابی بیشتر همراه بود
مدرسه‌ای	فشار تحصیلی و حجم تکالیف	۱۳	منفی	زیاد	تکالیف سنگین، رقابت شدید، آزمون‌محوری و ترس از شکست با خستگی، اضطراب و کاهش نشاط همراه بود
بین‌فردی اجتماعی	قلدری، طرد و انزوای اجتماعی	۱۲	منفی	زیاد	قربانی‌شدن، تمسخر، طردشدگی و فقدان دوست صمیمی از مهم‌ترین عوامل کاهش‌دهنده نشاط بودند
مدرسه‌ای	خدمات مشاوره و حمایت روان‌شناختی	۱۱	مثبت	متوسط	دسترسی به مشاور، آموزش مهارت‌های زندگی و برنامه‌های ارتقای سلامت روان با بهبود نشاط همراه بود
اجتماعی	مشارکت اجتماعی، اعتماد و سرمایه اجتماعی	۱۱	مثبت	متوسط تا زیاد	عضویت در گروه‌ها، اعتماد به دیگران و مشارکت داوطلبانه احساس مفیدبودن و پیوند اجتماعی را افزایش می‌داد
اجتماعی رسانه‌ای	استفاده از شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های دیجیتال	۸	ناهمگون و وابسته به الگوی استفاده	کم تا متوسط	استفاده هدفمند برای ارتباط و یادگیری اثر مثبت داشت، اما استفاده افراطی، مقایسه اجتماعی و مزاحمت اینترنتی با نشاط کمتر همراه بود
اقتصادی و محیطی	محرومیت منطقه‌ای و نابرابری امکانات آموزشی	۷	منفی	متوسط	کمبود امکانات مدرسه، نابرابری منطقه‌ای و محدودیت دسترسی به فضاهای فرهنگی و ورزشی با کاهش نشاط همراه بود

می‌گرفت که دانش‌آموز مدرسه را محیطی امن، پذیرا و معنادار تلقی می‌کرد و

خود را عضوی ارزشمند از جامعه مدرسه می‌دانست. این احساس تعلق با

علاقه بیشتر به حضور در مدرسه، مشارکت در فعالیت‌ها، کاهش غیبت، روابط

نتایج جدول ۳ نشان داد که جو مثبت و احساس تعلق به مدرسه با گزارش

در ۲۶ مطالعه، پرتکرارترین و یکی از باثبات‌ترین عوامل مرتبط با نشاط

اجتماعی دانش‌آموزان بود. در مطالعات مختلف، احساس تعلق زمانی شکل

اجتماعی مطلوب‌تر و تجربه هیجان‌های مثبت همراه بود. حمایت معلمان نیز در ۲۳ مطالعه اهمیت برجسته‌ای داشت. رفتار محترمانه، گوش‌دادن به مشکلات دانش‌آموز، ارائه بازخورد سازنده، تشویق تلاش، توجه به تفاوت‌های فردی و پرهیز از تحقیر یا تبعیض از مهم‌ترین رفتارهای معلم بودند که نشاط را افزایش می‌دادند. در مقابل، رابطه سرد، اقتدارگرایی یا تبعیض‌آمیز معلم با دانش‌آموز، به کاهش اعتماد، احساس ارزشمندی و تمایل به مشارکت اجتماعی منجر می‌شد. روابط مثبت با همسالان نیز در نیمی از مطالعات بررسی‌شده گزارش شده بود. دوستی‌های باکیفیت، پذیرش گروهی، همکاری و حمایت عاطفی همسالان از طریق کاهش تنهایی و ایجاد فرصت برای تجربه شادی مشترک، نقش مستقیمی در نشاط اجتماعی داشتند. در مقابل، قلدری، تمسخر، طردشدگی و انزوای اجتماعی از قوی‌ترین عوامل منفی بودند و در برخی مطالعات، حتی پس از کنترل عوامل خانوادگی و فردی، همچنان رابطه معناداری با کاهش نشاط نشان دادند.

مشارکت و خودمختاری دانش‌آموزان در ۱۸ مطالعه با افزایش نشاط همراه بود. فرصت مشارکت در شوراهای دانش‌آموزی، انتخاب فعالیت‌های فوق‌برنامه، همکاری در تنظیم قواعد کلاس و اظهارنظر درباره امور مدرسه، احساس کنترل، مسئولیت‌پذیری و ارزشمندی را تقویت می‌کرد. عدالت آموزشی نیز در ۱۶ مطالعه اهمیت داشت و نشان داد که دانش‌آموزان نسبت به رفتارهای تبعیض‌آمیز، نمره‌دهی ناعادلانه، توزیع نابرابر فرصت‌ها و ترجیح برخی دانش‌آموزان حساس هستند. برنامه‌های ورزشی، فرهنگی و هنری در ۱۵ مطالعه با نشاط بیشتر همراه بودند؛ زیرا این برنامه‌ها فرصت موفقیت خارج از حیطه نمرات درسی، ارتباط با همسالان، ابراز استعدادها و تجربه هیجان‌های مثبت را فراهم می‌کردند. کیفیت محیط فیزیکی مدرسه نیز در ۱۴ مطالعه مورد توجه قرار گرفته بود. پاکیزگی، نور کافی، رنگ‌آمیزی مناسب، وجود فضای سبز، امکانات ورزشی، ایمنی کلاس‌ها و دسترسی به فضاهای استراحت و

تعامل اجتماعی با ادراک مثبت‌تر از مدرسه همراه بود. در نقطه مقابل، فشار تحصیلی، آزمون‌محوری و حجم زیاد تکالیف در ۱۳ مطالعه با کاهش نشاط ارتباط داشتند. این اثر هنگامی شدیدتر بود که فشار تحصیلی با ترس از تنبیه، انتظارات غیرواقع‌بینانه والدین یا رقابت ناسالم همراه می‌شد.

خدمات مشاوره و برنامه‌های حمایت روان‌شناختی در ۱۱ مطالعه با افزایش نشاط اجتماعی ارتباط داشتند، به‌ویژه هنگامی که این خدمات فقط به مداخله در بحران محدود نبودند و آموزش مهارت‌های زندگی، تنظیم هیجان، ارتباط مؤثر و پیشگیری از قلدری را نیز دربر می‌گرفتند. مشارکت اجتماعی و اعتماد نیز در ۱۱ مطالعه به‌عنوان عوامل تقویت‌کننده نشاط شناسایی شدند. دانش‌آموزانی که در فعالیت‌های داوطلبانه، انجمن‌های فرهنگی، برنامه‌های محلی یا گروه‌های ورزشی عضویت داشتند، احساس مفیدبودن و پیوند اجتماعی بیشتری گزارش می‌کردند. یافته‌های مربوط به شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های دیجیتال ناهمگون‌تر بود. استفاده متعادل و هدفمند از رسانه‌های دیجیتال برای حفظ ارتباط با دوستان، یادگیری و عضویت در گروه‌های حمایتی، در برخی مطالعات با نشاط بیشتر همراه بود؛ اما استفاده افراطی، اختلال در خواب، مقایسه اجتماعی، مزاحمت اینترنتی و جایگزین شدن روابط مجازی با تعاملات حضوری، پیامدهای منفی داشت. محرومیت منطقه‌ای و نابرابری امکانات آموزشی نیز با کاهش نشاط همراه بود؛ با این حال، تعداد مطالعات این حوزه محدودتر از عوامل مدرسه‌ای و روان‌شناختی بود. در مجموع، یافته‌های این جدول نشان داد که نشاط اجتماعی دانش‌آموزان بیش از همه در محیط‌های مدرسه‌ای امن، عادلانه، حمایتگر و مشارکتی رشد می‌کند؛ محیط‌هایی که در آن‌ها روابط مثبت با معلمان و همسالان برقرار است، فرصت‌های متنوع برای فعالیت و موفقیت فراهم می‌شود و فشارهای تحصیلی و اجتماعی در سطح قابل‌مدیریت قرار دارند.

در یک جمع‌بندی کلی از یافته‌های ۴۲ مطالعه می‌توان بیان کرد که نشاط اجتماعی دانش‌آموزان حاصل تعامل چندلایه عوامل فردی، خانوادگی، مدرسه‌ای، بین‌فردی و اجتماعی است. در بیشتر مطالعات، هیچ عامل منفردی به‌تنهایی قادر به تبیین کامل نشاط اجتماعی نبود. عوامل فردی مانند امید، عزت‌نفس و تنظیم هیجان زمانی اثر بیشتری داشتند که دانش‌آموز از حمایت خانواده و روابط مثبت مدرسه‌ای برخوردار بود. به همین ترتیب، حتی در مدارس دارای امکانات مطلوب، وجود قلدری، تبعیض، فشار تحصیلی یا روابط سرد معلم - دانش‌آموز می‌توانست سطح نشاط را کاهش دهد. الگوی غالب مطالعات نشان داد که احساس تعلق، حمایت اجتماعی و مشارکت فعال سه سازوکار محوری در تبیین نشاط اجتماعی هستند. احساس تعلق، پیوند عاطفی دانش‌آموز با خانواده، مدرسه و گروه همسالان را تقویت می‌کند؛ حمایت اجتماعی منابع لازم برای مقابله با فشارها را فراهم می‌سازد؛ و مشارکت فعال، احساس خودمختاری، شایستگی و مفیدبودن را افزایش می‌دهد. در مقابل، طرد اجتماعی، تعارض خانوادگی، قلدری، تبعیض، فشار تحصیلی شدید و مشکلات سلامت روان مهم‌ترین عوامل مشترک کاهش‌دهنده نشاط اجتماعی در مطالعات بررسی‌شده بودند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی و طبقه‌بندی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی دانش‌آموزان مدارس انجام شد و نتایج حاصل از مرور ۴۲ مطالعه نشان داد که نشاط اجتماعی دانش‌آموزان پدیده‌ای چندبعدی و چندسطحی است که از تعامل عوامل آموزشی و مدرسه‌ای، فردی و روان‌شناختی، خانوادگی، بین‌فردی، اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی و محیطی تأثیر می‌پذیرد. بر اساس یافته‌ها، عوامل آموزشی و مدرسه‌ای با گزارش در ۳۴ مطالعه، بیشترین فراوانی را داشتند و پس از آن عوامل فردی و روان‌شناختی، خانوادگی، روابط با همسالان، عوامل اجتماعی و فرهنگی و در نهایت عوامل

اقتصادی و محیطی قرار گرفتند. این الگو نشان می‌دهد که هرچند ویژگی‌های شخصیتی و منابع روان‌شناختی دانش‌آموزان در شکل‌گیری نشاط اهمیت دارند، مدرسه به‌عنوان محیط اصلی زندگی اجتماعی و آموزشی آنان، جایگاهی محوری در افزایش یا کاهش نشاط دارد. این نتیجه با دیدگاه‌هایی همسو است که مدرسه را نه فقط محل انتقال دانش، بلکه نهادی برای تقویت امید، انگیزه، احساس تعلق و مشارکت اجتماعی دانش‌آموزان معرفی کرده‌اند (Sabaghian, ۲۰۰۵). همچنین یافته‌های پژوهش‌های پیشین درباره عوامل مؤثر بر نشاط مدرسه نشان داده‌اند که کیفیت مدیریت، روابط انسانی، برنامه‌های آموزشی، محیط فیزیکی و فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی، از مؤلفه‌های اصلی ایجاد مدرسه بانشاط هستند (Jafari, ۲۰۰۸; Izadi, ۲۰۱۲). مهم‌ترین یافته پژوهش حاضر، نقش برجسته جو مثبت مدرسه و احساس تعلق به مدرسه بود که در ۲۶ مطالعه گزارش شده بود. احساس تعلق زمانی شکل می‌گیرد که دانش‌آموز مدرسه را محیطی امن، پذیرا و ارزشمند بداند و احساس کند عضوی مهم از جامعه مدرسه است. چنین ادراکی می‌تواند انگیزه حضور، مشارکت در فعالیت‌ها و تمایل به برقراری روابط اجتماعی را افزایش دهد. هنگامی که دانش‌آموز از سوی معلمان و همسالان پذیرفته می‌شود و قواعد مدرسه را عادلانه می‌داند، مدرسه را بخشی از هویت خود تلقی می‌کند و در نتیجه نشاط اجتماعی بیشتری تجربه می‌کند. این یافته با مدل‌هایی همسو است که پیوند با مدرسه را یکی از پایه‌های اصلی نشاط تحصیلی معرفی کرده‌اند و نشان داده‌اند که ارتباط مثبت با مدرسه در کنار انگیزش، خودکارآمدی و درگیری تحصیلی می‌تواند سرزندگی دانش‌آموزان را پیش‌بینی کند (Saffari et al., ۲۰۲۱; Samari Safa et al., ۲۰۲۱). همچنین مقایسه شرایط پیش و حین همه‌گیری کرونا نشان داده است که کاهش ارتباط حضوری و تضعیف احساس تعلق به مدرسه با تغییرات نامطلوب در نشاط و هیجان‌های تحصیلی دانش‌آموزان همراه بوده است (Kazemi & Salimi,

۲۰۲۳). بنابراین، احساس تعلق را می‌توان یکی از سازوکارهای مرکزی پیونددهنده محیط مدرسه با نشاط اجتماعی دانست.

حمایت معلمان و کیفیت رابطه معلم - دانش‌آموز نیز از عوامل پرتکرار بود. در مطالعات بررسی‌شده، احترام، توجه عاطفی، بازخورد سازنده، رفتار منصفانه و درک تفاوت‌های فردی با نشاط بیشتر همراه بود. رابطه حمایت‌گرانه معلم می‌تواند احساس امنیت روانی را افزایش دهد و موجب شود دانش‌آموز بدون ترس از تحقیر یا شکست در فعالیت‌های درسی و اجتماعی شرکت کند. در مقابل، رفتار اقتدارگرایانه، تبعیض، تنبیه و بی‌توجهی به نیازهای هیجانی دانش‌آموزان با کاهش نشاط ارتباط داشت. این یافته با پژوهش‌هایی هماهنگ است که تأثیر فضای شاداب و حمایتگر مدرسه را بر پیشرفت تحصیلی و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان گزارش کرده‌اند (Sheikh, ۲۰۲۳). همچنین در مطالعات مربوط به راهبردهای ایجاد نشاط در مدارس ابتدایی، نقش معلم در استفاده از تشویق، بازی، مشارکت گروهی و ایجاد تجربه موفقیت مورد تأکید قرار گرفته است (Jalilian, ۲۰۲۵; Sarbaz Delir et al., ۲۰۲۵). از این منظر، معلم نه تنها انتقال‌دهنده دانش، بلکه تنظیم‌کننده فضای هیجانی کلاس و یکی از مهم‌ترین منابع حمایت اجتماعی دانش‌آموز است.

نتایج همچنین نشان داد که مشارکت، خودمختاری و نقش‌آفرینی دانش‌آموزان از عوامل مهم افزایش نشاط اجتماعی هستند. فرصت اظهارنظر، شرکت در شوراهای دانش‌آموزی، انتخاب فعالیت‌ها و مشارکت در تصمیم‌گیری‌های مدرسه، احساس کنترل و مفیدبودن را تقویت می‌کند. دانش‌آموزی که خود را صرفاً تابع دستورات نمی‌داند و در شکل‌دهی محیط مدرسه نقش دارد، احساس شایستگی و تعلق بیشتری تجربه می‌کند. یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعاتی همسو است که ایجاد نشاط را نیازمند حرکت از ساختارهای صرفاً دستورمحور به سوی محیط‌های مشارکتی و انگیزشی دانسته‌اند (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴). همچنین پژوهش درباره تأثیر

برنامه درسی بر نشاط نشان داده است که روش تدریس، محتوای آموزشی، شیوه ارزشیابی و فرصت‌های مشارکت، در تجربه دانش‌آموز از شادی و نشاط نقش دارند (Zamani Bakhsh, ۲۰۲۰). بر این اساس، مشارکت دانش‌آموزان را می‌توان هم پیامد مدرسه بانشاط و هم یکی از عوامل ایجادکننده آن دانست.

برنامه‌های ورزشی، فرهنگی، هنری و فوق‌برنامه نیز در بخش قابل‌توجهی از مطالعات با نشاط بیشتر همراه بودند. این فعالیت‌ها به دانش‌آموزان امکان می‌دهند استعدادهایی فراتر از موفقیت درسی را تجربه کنند، روابط اجتماعی گسترده‌تری بسازند و احساس شایستگی و موفقیت داشته باشند. این موضوع به‌ویژه برای دانش‌آموزانی اهمیت دارد که در نظام ارزشیابی رسمی مدرسه عملکرد برجسته‌ای ندارند و ممکن است احساس ناکامی کنند. فعالیت‌های گروهی می‌توانند از طریق ایجاد تجربه شادی مشترک، همکاری و تعلق، نشاط اجتماعی را تقویت کنند. این یافته با مطالعاتی همسو است که بازی، هنر، ورزش و برنامه‌های گروهی را از راهبردهای مؤثر افزایش انگیزش و شادی در مدارس معرفی کرده‌اند (Jalilian, ۲۰۲۵; Sarbaz Delir et al., ۲۰۲۵). نتایج پژوهش‌های پیشین درباره نشاط مدرسه نیز نشان داده است که امکانات فرهنگی، ورزشی و تفریحی و نحوه استفاده از آن‌ها از مهم‌ترین ابعاد مدرسه بانشاط هستند (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴; Izadi, ۲۰۱۲).

در مقابل، فشار تحصیلی، آزمون‌محوری و حجم بالای تکالیف از عوامل کاهش‌دهنده نشاط بودند. هنگامی که فرایند آموزش بیش از حد بر نمره، رقابت و ترس از شکست استوار باشد، تجربه یادگیری با اضطراب، خستگی و احساس ناتوانی همراه می‌شود. چنین شرایطی می‌تواند انگیزش درونی را تضعیف و دانش‌آموز را از تعاملات اجتماعی و فعالیت‌های مدرسه‌ای دور کند. نقش برنامه درسی و شیوه ارزشیابی در نشاط دانش‌آموزان در پژوهش‌های قبلی نیز تأیید شده است و نشان داده شده که انعطاف‌پذیری

است. این یافته با نتایج پژوهش‌هایی همسو است که نقش خودکارآمدی ادراک‌شده را در رابطه میان فضای عاطفی خانواده، ارزش مدرسه و نشاط تحصیلی تأیید کرده‌اند (Keshavarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱). همچنین مدل‌های جامع نشاط نشان داده‌اند که خودکارآمدی در کنار پیوند مدرسه‌ای، انگیزش و درگیری تحصیلی، سهم مهمی در پیش‌بینی نشاط دارد (Saffari et al., ۲۰۲۱; Samari Safa et al., ۲۰۲۱). ارتباط

خودکارآمدی، سخت‌رویی روان‌شناختی و خودشفقتی با نشاط نیز نشان می‌دهد که دانش‌آموزان دارای منابع روان‌شناختی قوی‌تر، در برابر دشواری‌ها انعطاف بیشتری دارند (Mir-Mahmoudi, ۲۰۲۵).

تنظیم هیجان نیز در یافته‌های پژوهش حاضر جایگاه مهمی داشت. دانش‌آموزان در مدرسه با ارزیابی، رقابت، تعارض، طرد و فشارهای گوناگون مواجه‌اند و نحوه مدیریت این تجربه‌ها بر نشاط آنان اثر می‌گذارد. توانایی شناسایی و تعدیل هیجان‌ها می‌تواند از تبدیل ناکامی‌های کوتاه‌مدت به اضطراب، خشم یا ناامیدی پایدار جلوگیری کند. نتایج پژوهش‌های پیشین نشان داده است که سبک‌های خودتنظیمی هیجانی در رابطه بین بهزیستی مدرسه و نشاط روانی نقش میانجی ایفا می‌کنند (Haghibin & Sheikh Al-، ۲۰۱۹). همچنین آموزش تنظیم هیجان به بهبود بهزیستی تحصیلی، هیجان‌های تحصیلی و نشاط دانش‌آموزان منجر شده است (Zahedan، ۲۰۲۵). این نتایج نشان می‌دهد که بخشی از تفاوت دانش‌آموزان در تجربه نشاط، به توانایی آنان در تفسیر و مدیریت موقعیت‌های هیجانی مربوط است و آموزش این مهارت‌ها می‌تواند اثری مستقیم و قابل‌مداخله داشته باشد.

در مقابل، اضطراب، افسردگی و تنیدگی با کاهش نشاط اجتماعی همراه بودند. نشانه‌های روان‌شناختی منفی انرژی و توان برقراری روابط را کاهش می‌دهند و باعث می‌شوند دانش‌آموز مدرسه را محیطی تهدیدآمیز یا

محتوای آموزشی، تنوع روش‌های تدریس و تناسب تکالیف با توانایی دانش‌آموزان می‌تواند نشاط را افزایش دهد (Zamani Bakhsh, ۲۰۲۰). همچنین رابطه مثبت امید تحصیلی و نشاط با پیشرفت تحصیلی بیانگر آن است که عملکرد بهتر زمانی حاصل می‌شود که فشار آموزشی با امید، حمایت و تجربه شایستگی همراه باشد، نه اینکه صرفاً بر اجبار و رقابت تأکید شود (Abri et al., ۲۰۲۵).

دسته دوم عوامل پرتکرار، عوامل فردی و روان‌شناختی بودند. امید، خوش‌بینی، عزت‌نفس، خودکارآمدی، تنظیم هیجان و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با نشاط بیشتر همراه بودند. این یافته را می‌توان بر اساس نقش ارزیابی شناختی و هیجانی دانش‌آموز از موقعیت‌های مدرسه توضیح داد. دانش‌آموز امیدوار، مشکلات تحصیلی یا بین‌فردی را موقتی و قابل‌حل تلقی می‌کند و برای دستیابی به اهداف مسیرهای جایگزین در نظر می‌گیرد. در نتیجه، شکست‌های روزمره کمتر موجب کناره‌گیری و ناامیدی او می‌شوند. نتایج مدل‌های پیشین نیز نشان داده است که معنا و امید به زندگی، به‌طور مستقیم و با میانجی‌گری شادکامی، نشاط تحصیلی را افزایش می‌دهند (Shadkam et al., ۲۰۲۲; Shadkam et al., ۲۰۲۳). رابطه امید تحصیلی با نشاط و پیشرفت تحصیلی نیز در مطالعات دیگر تأیید شده است (Abri et al., ۲۰۲۵). بنابراین، امید را می‌توان یکی از منابع اصلی انرژی روانی و مشارکت اجتماعی دانش‌آموزان دانست.

خودکارآمدی و احساس شایستگی نیز از عوامل برجسته بودند. باور دانش‌آموز به توانایی خود برای مدیریت تکالیف و روابط اجتماعی، احتمال مشارکت فعال و پایداری در برابر مشکلات را افزایش می‌دهد. هنگامی که دانش‌آموز خود را فاقد توانایی می‌داند، حتی موقعیت‌های عادی آموزشی را تهدیدآمیز ادراک می‌کند و ممکن است از تعامل و تلاش اجتناب کند. در مقابل، خودکارآمدی بالا با احساس کنترل، انگیزه و درگیری بیشتر همراه

فرساینده تجربه کند. این وضعیت می‌تواند چرخه‌ای ایجاد کند که در آن کاهش مشارکت اجتماعی، احساس تنهایی و خلق منفی یکدیگر را تشدید کنند. نقش ذهن‌آگاهی و خودتمایزی در نشاط روانی نشان داده است که توانایی حضور آگاهانه و حفظ هویت مستقل در روابط می‌تواند به تقویت نشاط کمک کند (Bagheri et al., ۲۰۲۲). علاوه بر این، نتایج مربوط به آموزش مجازی بیانگر آن است که هیجان‌های تحصیلی می‌تواند رابطه مهارت‌های یادگیری الکترونیکی با نشاط و تاب‌آوری را میانجی‌گری کنند (Asadi & Sajadi Nejad, ۲۰۲۲). بنابراین، سلامت روان و کیفیت هیجان‌های تحصیلی باید از عناصر اصلی سیاست‌های نشاط‌آفرین مدرسه باشند.

عوامل خانوادگی نیز در بیش از نیمی از مطالعات گزارش شدند. کیفیت رابطه والد - فرزند و حمایت عاطفی خانواده از مهم‌ترین عوامل افزایش‌دهنده نشاط بودند. خانواده حمایتگر احساس امنیت، ارزشمندی و اعتماد را تقویت می‌کند و به دانش‌آموز امکان می‌دهد فشارهای مدرسه‌ای را بهتر مدیریت کند. همچنین فضای عاطفی خانواده از طریق پرورش خودکارآمدی، تنظیم هیجان و انگیزش بر نشاط اثر می‌گذارد. این یافته با پژوهش‌هایی هماهنگ است که رابطه اقلیم عاطفی خانواده با نشاط تحصیلی را گزارش کرده و نقش میانجی خودکارآمدی را تأیید کرده‌اند (Keshtvarz Kandazi & Fooladchang, ۲۰۲۱). در مدل‌های دیگر نیز اقلیم خانواده در کنار پیوند مدرسه‌ای و انگیزش

از پیش‌بین‌های اصلی نشاط بوده است (Saffari et al., ۲۰۲۱; Samari, ۲۰۲۱). بنابراین، تأثیر خانواده صرفاً به تأمین نیازهای مادی محدود نیست، بلکه کیفیت ارتباط، پذیرش هیجانی و سبک فرزندپروری نقش تعیین‌کننده‌تری دارند.

نتایج نشان داد که تأثیر وضعیت اقتصادی - اجتماعی خانواده نسبت به روابط عاطفی، از ثبات کمتری برخوردار است. امکانات اقتصادی می‌تواند

دسترسی دانش‌آموز به منابع آموزشی، فرهنگی و تفریحی را افزایش دهند، اما در غیاب حمایت عاطفی و روابط سالم الزاماً به نشاط بیشتر منجر نمی‌شوند. این یافته با دیدگاه چندسطحی نشاط سازگار است که عوامل ساختاری را در تعامل با عوامل روان‌شناختی و ارتباطی بررسی می‌کند. پژوهش‌های ترکیبی درباره نشاط مدرسه نیز نشان داده‌اند که شرایط کالبدی و امکانات مادی تنها بخشی از مسئله‌اند و کیفیت مدیریت، روابط و فرهنگ مدرسه اهمیت بیشتری دارد (Bagheri Mahiari et al., ۲۰۲۴). در سطح گسترده‌تر نیز پویایی و نشاط محیط‌های اجتماعی با سرمایه انسانی، فرصت مشارکت و کیفیت تعاملات مرتبط دانسته شده است (Yang & Pan, ۲۰۲۰).

روابط با همسالان از دیگر عوامل اساسی بودند. دوستی‌های باکیفیت، حمایت همسالان و پذیرش گروهی با نشاط بیشتر همراه بودند، درحالی‌که قلدری، طرد و انزوا از مهم‌ترین عوامل کاهش‌دهنده نشاط محسوب شدند. در دوره کودکی و نوجوانی، گروه همسالان بخش مهمی از هویت اجتماعی فرد را شکل می‌دهد؛ بنابراین پذیرش یا طرد در این گروه می‌تواند اثر عمیقی بر احساس ارزشمندی و رضایت از مدرسه داشته باشد. یافته‌های مرتبط با قلدری نشان داده‌اند که رفتارهای قلدری با نشاط تحصیلی، خودکارآمدی و اهمال‌کاری ارتباط دارند و می‌توانند سازگاری آموزشی را مختل کنند (Ahmad Aboud, ۲۰۲۳). از این رو، نبود قلدری و وجود روابط حمایت‌گرانه باید یکی از معیارهای اصلی ارزیابی نشاط در مدارس باشد.

یافته‌های مربوط به استفاده از رسانه‌های دیجیتال ناهمگون بود. استفاده هدفمند از فناوری برای ارتباط و یادگیری می‌تواند حمایت اجتماعی و دسترسی به منابع را افزایش دهد، اما استفاده افراطی، مقایسه اجتماعی، اختلال خواب و مزاحمت اینترنتی ممکن است نشاط را کاهش دهد. این ناهمگونی با نتایج مطالعات آموزش مجازی سازگار است که نشان داده‌اند تأثیر فناوری به کیفیت مهارت‌های یادگیری و هیجان‌های تحصیلی وابسته است (Asadi

۲۰۲۲، Sajadi Nejad &). همچنین تجربه دوران کرونا نشان داد که فناوری

نمی‌تواند به‌طور کامل جایگزین احساس تعلق و روابط حضوری مدرسه شود

(Kazemi & Salimi, ۲۰۲۳). بنابراین، مسئله اصلی نه صرف استفاده از

رسانه، بلکه الگو، هدف و میزان استفاده از آن است.

در مجموع، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که نشاط اجتماعی

دانش‌آموزان از طریق سه سازوکار اصلی احساس تعلق، حمایت اجتماعی و

مشارکت فعال شکل می‌گیرد. تعلق، پیوند عاطفی دانش‌آموز با خانواده، مدرسه

و گروه همسالان را تقویت می‌کند؛ حمایت اجتماعی منابع لازم برای مدیریت

فشارها را فراهم می‌سازد؛ و مشارکت فعال، احساس خودمختاری و شایستگی

را افزایش می‌دهد. این عوامل در سطوح مختلف با یکدیگر تعامل دارند؛

به‌گونه‌ای که منابع روان‌شناختی مثبت در محیط مدرسه و خانواده حمایتگر

تقویت می‌شوند و محیط مطلوب نیز زمانی بیشترین اثر را دارد که دانش‌آموز

از مهارت‌های هیجانی و اجتماعی کافی برخوردار باشد. بنابراین، مداخلات

تک‌بعدی که تنها بر زیباسازی مدرسه، برگزاری برنامه‌های تفریحی یا آموزش

مهارت فردی تمرکز می‌کنند، احتمالاً اثر محدودی خواهند داشت و ارتقای

پایدار نشاط به رویکردی جامع و هماهنگ نیاز دارد.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش، ناهمگونی مفهومی میان مطالعات

بود؛ به‌گونه‌ای که برخی پژوهش‌ها نشاط اجتماعی را با نشاط تحصیلی،

بهزیستی مدرسه، شادکامی یا سرزندگی روانی هم‌پوشان در نظر گرفته بودند.

تنوع ابزارهای اندازه‌گیری، طرح‌های پژوهشی و گروه‌های سنی نیز مقایسه

مستقیم نتایج را دشوار کرد و مانع انجام فراتحلیل شد. بخش زیادی از

مطالعات دارای طرح مقطعی و همبستگی بودند و در نتیجه، استنباط رابطه

علّی میان عوامل شناسایی‌شده و نشاط امکان‌پذیر نبود. افزون بر این، تمرکز

بخش قابل‌توجهی از پژوهش‌ها بر نمونه‌های در دسترس و مناطق جغرافیایی

محدود، تعمیم‌پذیری یافته‌ها را کاهش می‌دهد. احتمال سوگیری انتشار،

گزارش‌نشدن نتایج غیرمعتادار و محدودیت دسترسی به برخی مطالعات نیز

ممکن است بر جامعیت مرور اثر گذاشته باشد.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده از تعریف مفهومی روشن و ابزارهای

استاندارد برای سنجش نشاط اجتماعی دانش‌آموزان استفاده کنند و میان نشاط

اجتماعی، نشاط تحصیلی و شادکامی تمایز دقیق‌تری قائل شوند. انجام

مطالعات طولی برای بررسی تغییرات نشاط در مراحل مختلف تحصیلی و

شناسایی روابط علّی میان عوامل فردی، خانوادگی و مدرسه‌ای ضروری است.

همچنین طراحی پژوهش‌های مداخله‌ای چندسطحی که به‌طور هم‌زمان

مهارت‌های هیجانی دانش‌آموزان، روابط والد - فرزند، جو کلاس و

سیاست‌های مدرسه را هدف قرار دهند، می‌تواند شواهد کاربردی‌تری فراهم

سازد. بررسی تفاوت‌های جنسیتی، فرهنگی، منطقه‌ای و اقتصادی، مطالعه

دانش‌آموزان دارای نیازهای ویژه و تحلیل نقش رسانه‌های دیجیتال، قلدری

سایبری و آموزش ترکیبی نیز از حوزه‌های مهم برای تحقیقات آینده است.

در سطح عمل، مدیران و سیاست‌گذاران آموزشی باید نشاط را به‌عنوان

یکی از شاخص‌های اصلی کیفیت مدرسه در نظر بگیرند و آن را به برنامه‌های

مناسبتی و کوتاه‌مدت محدود نکنند. ایجاد روابط محترمانه و حمایتگرانه،

کاهش رفتارهای تبعیض‌آمیز، مشارکت‌دادن دانش‌آموزان در تصمیم‌گیری‌ها،

متعادل‌سازی حجم تکالیف، توسعه برنامه‌های ورزشی و هنری و تقویت

خدمات مشاوره‌ای باید در برنامه‌های مدرسه گنجانده شود. آموزش معلمان

در زمینه ارتباط عاطفی، مدیریت کلاس، شناسایی نشانه‌های اضطراب و

پیشگیری از قلدری اهمیت ویژه دارد. مدارس همچنین باید خانواده‌ها را در

برنامه‌های ارتقای نشاط مشارکت دهند و با فراهم‌کردن فرصت‌های گفت‌وگو،

آموزش مهارت‌های فرزندپروری و حمایت از دانش‌آموزان در معرض خطر،

میان محیط خانه و مدرسه هماهنگی ایجاد کنند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ گونه تضاد منافع وجود ندارد.

حمایت مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

موازن اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازن و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تشکر و قدردانی

از تمامی کسانی که در طی مراحل این پژوهش یاری رساندند تشکر و

قدردانی می گردد.

References

- Bagheri Mahiari, N., Pourshafei, H., Rostaminejad, M. A., & Neiestani, M. R. (۲۰۲۴). Identifying the Factors Affecting the Creation of Vitality in School: A Study Using the Research Synthesis Method. *The Journal of New Thoughts on Education*.
https://jontoe.alzahra.ac.ir/article_۸۰۸۸.html?lang=en
- Haghibin, F., & Sheikh Al-Islami, R. (۲۰۱۹). Predicting mental vitality based on school well-being: The mediating role of emotional self-regulation styles. *Journal of Educational Psychology Studies*, 16(۳۵), ۲۳-۵۲.
<https://www.sid.ir/paper/۱۸۸۷۱۰/en>
- Izadi, S. (۲۰۱۲). Investigating Factors Affecting School Vitality from the Perspectives of Students and Parents with an Emphasis on Cultural Development. *Quarterly Journal of Socio-Economic Development Studies*, 1(۱).
https://journals.sabz.ac.ir/scds/browse.php?a_id=۲۴&slc_lang=fa&sid=۱&printcase=۱&hbnr=۱&hmb=۱
- Jafari, S. E. (۲۰۰۸). Investigating Factors Affecting School Vitality. *New Educational Thoughts*, 4(۱ & ۲), ۳۱-۴۴.
<https://www.sid.ir/paper/۸۶۸۹۳>
- Jalilian, S. K. (۲۰۲۵). Motivational Strategies for Creating Vitality and Joy Among Primary School Students. *Journal of Psychology and Educational Sciences in the Third Millennium*, 39(۱۱), ۱۲۲-۱۳۲. <https://civilica.com/doc/۲۳۷۱۴۸۸/>
- Kazemi, S., & Salimi, S. (۲۰۲۳). Comparing the Sense of belonging to School, Academic Vitality and Academic Emotions Among First Grade Students in the Era Before and During the Outbreak of Corona. *Management and Educational Perspective*, 4(۴), ۴۳-۶۱.
<https://doi.org/۱۰.۲۲۰۳۴/jmep.۲۰۲۳.۳۷۰۷۱۶.۱۱۴۰>
- Keshavarz Kandazi, M., & Fooladchang, E. (۲۰۲۱). The relationship between emotional climate of the family and school value with academic vitality: The mediating role of perceived self-efficacy. *Family and Research*, 19(۱۰), ۱۲۶-۱۰۷.
<https://qjfr.ir/article-۱-۱۶۸۶-en.html>
- Mir-Mahmoudi, S. (۲۰۲۵). Determining the relationship between academic self-efficacy, psychological hardiness, and self-compassion with academic vitality in high school students. *Recent Advances in Behavioral Sciences*(۵۸), ۱۱۲-۱۲۳.
<https://ijndibs.com/article-۱-۱۱۳۹-fa.html>
- Sabaghian, Z. (۲۰۰۵). School and strengthening vitality and hope for life. *Payvand Monthly*(۳۰۹ and ۳۱۰ and ۳۱۱), ۲۸-۳۳.
<https://doi.org/۱۰.۱۳۵۳/bio.۲۰۰۵.۰۰۵۶>
- Saffari, M., Dashti Esfahani, M., & Pouredel, M. (۲۰۲۱). Development of a model for academic vitality based on school connection, emotional family climate, motivation, self-efficacy, and student academic engagement. *Counseling Research*, 20(۷۷), ۲۲۵-۲۵۶.
<https://iran-counseling.ir/journal/article-۱-۱۳۷۶-en.html>
- Samari Safa, J., Dashti Esfahani, M., & Pouredel, M. (۲۰۲۱). Developing a model of academic vitality based on school connectedness, emotional family climate, motivation, self-efficacy, and students' academic engagement. *Counseling Research*, 20(۷۷), ۲۲۵-۲۵۶.
- Sarbaz Delir, F., Qasemi Zadeh, Y., Taghinajad, F., Taghinajad, R., & Soltanzadeh, A. (۲۰۲۵). Methods and Strategies for Vitality and Joy in Schools and Motivating Primary Students for Learning. *Journal of Psychological and Educational Studies*, 90(۱۹), ۵۶۵-۵۸۳. <https://civilica.com/doc/۲۲۷۵۵۶۶/>
- Shadkam, H., Abolqasem, Y., Firoozeh Zangeneh, M., Zabih, P., & Hossein, M. (۲۰۲۲). Designing an academic vitality model
- Abri, S., Nouri, M., & Saemi, H. (۲۰۲۵). Investigating the Relationship Between Academic Hope and Academic Vitality with the Academic Achievement of First-grade High School Students in Aliabad Katul County. *Journal of Psychological Studies and Educational Sciences*, 8(۹۲).
<https://en.civilica.com/doc/۲۲۹۹۷۲/>
- Ahmad Aboud, A. (۲۰۲۳). *The multiple relationship of bullying behaviors with academic vitality, academic self-efficacy, and academic procrastination among middle school students in Kirkuk Master's thesis in Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch*.
- Asadi, M., & Sajadi Nejad, M. S. (۲۰۲۲). Predicting Academic Vitality and Resilience Based on E-Learning Skills with the Mediation of Students' Academic Emotions in Virtual Education. *Journal of Research in School and Virtual Learning*, 10(۲).
https://etl.journals.pnu.ac.ir/article_۹۲۹۶.html?lang=en
- Bagheri, M., Behjati Ardakani, F., & Rezapour Mirsaleh, Y. (۲۰۲۲). Investigating the mediating role of mental vitality in the relationship between mindfulness and self-differentiation among upper-secondary school students. *Puyesh in Educational Sciences and Counseling*, 8(۱۷), ۱۹۱-۲۱۱.

- based on meaning and hope in life with the mediation of happiness among female high school students in Hamedan city. *Islamic lifestyle with a focus on health*, 6(4), 187-190. https://www.islamiilife.com/article_1807_3.html
- Shadkam, H., Yaghoobi, A., & Motlagh, F. Z. (2023). Designing a Model of Academic Vitality based on Meaning and Life Expectancy with the Mediation of Happiness in Middle School Female Students of Hamadan City. *Islam Life*. <http://islamiclifej.com/article-1-1807-en.html>
- Sheikh, H. (2023). The impact of happiness and vitality of the school environment on the academic progress and responsibility of students. 9 (1), 60-61. <https://civilica.com/doc/1702487/>
- Yang, Z., & Pan, Y. (2020). Are cities losing their vitality? Exploring human capital in Chinese cities. *Habitat International*, 96, 102104. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2019.102104>
- Zahedan Zeynjanab, K., Hosseininasab, S. D., & Azmoudeh, M. (2020). Effectiveness of emotion regulation training on academic well-being, academic emotions, and academic vitality of lower-secondary school students in Tabriz. *Journal of Cognition, Behavior, Learning*, 2(3), 1-12.
- Zamani Bakhsh, R. (2020). Investigating the Impact of Curriculum on the Vitality of Students at Navab Safavi Elementary School in Bandar Abbas during the 2016-2017 Academic Year. *Journal of Psychological and Educational Studies*, 3(22), 107-120.