The Effect of Motivational Interviewing on Academic Procrastination in Students of High School in Bukan City

Hooshang Geravand*: Assistant professor, psychology department, faculty of literature and humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran. garavand.h@lu.ac.ir

Hossein Salimi: Ph.D. in educational psychology, visiting lecturer, Payame Noor University, Bukan, West Azarbaijan, Iran. salimyhossein@gmail.com,

Adnan Hosseini: Ph.D. in educational psychology, lecturer, Farhangian University of Kurdestan, Sanandaj, Kurdesatn, Iran. adnan1671@gmail.com,

Saeede Sabzian: Assistant professor, department of counseling, school of humanities, Hazrat-e Masoumeh University, Qom, Iran. s.sabzian@hmu.ac.ir

Abstract

Introduction: Academic procrastination is one of the common factors in a student's life that makes examining variables affecting it, such as academic motivation necessary. Thus, the purpose of this study was to determine the effect of motivational interviewing on the status of academic procrastination in pupils studying at a high school.

Methods: This study was an experimental one with a pre-test, a post-test, and a control group. The statistical population includes all first and secondary high school students in the city of Bukan in the academic year 2018-2019. Forty students were selected by random multi-stage cluster sampling method and randomly assigned into two groups of an experimental and control group of twenty people each. The independent variable was the motivational interview training package based on Fields's 2006 model, which was applied to the experimental group in five ninety-minute sessions, while the control group followed its normal program. The instrument used in the study was the procrastination scale by Lay 1986. For analyzing data, univariate analysis of covariance (ANCOVA) was used.

Results: The results showed that the academic procrastination of the experimental group decreased compared to the control group.

Conclusions: Therefore it can be concluded that this program is an effective intervention and has improved the motivation level of pupils and reduced their academic procrastination.

Keywords

Academic Procrastination

Motivational Interviewing

Student

*Corresponding Author

Study Type: Original
Received: 06 May 2020
Accepted: 05 Sep 2022

Please cite this article as follows: Geravand H, Salimi H, Hosseini A, and Sabzian S. The effect of motivational interviewing on academic procrastination in students of high school in Bukan city. Quarterly journal of social work. 2022; 11 (1); 5-17

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

[DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان بوکان

هوشنگ گراوند*: استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم آباد، ایران. garavand.h@lu.ac.ir
حسین سلیمی: دکترای روانشناسی تربیتی مدرس مدعو دانشگاه پیام نور بوکان آذربایجان غربی، ایران. salimyhossein@gmail.com
سید عدنان حسینی: دکترای روانشناسی تربیتی، مدرس، دانشگاه فرهنگیان کردستان، سنندج، کردستان، ایران. adnan1671@gmail.com
سعیده سبزیان: استادیار، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه حضرت معصومه (س)، قم، ایران. s.sabzian@hmu.ac.ir

واژگان کلیدی

اهمال‌کاری تحصیلی
مصاحبه انگیزشی
دانش‌آموزان

چکیده

مقدمه: اهمال‌کاری تحصیلی یکی از متغیرهای شایع در دانش‌آموزان است که لزوم توجه به آن و بررسی متغیرهای تاثیرگذار بر آن، از جمله انگیزش اهمیت بسیاری دارد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه انجام گرفت.

روش: روش پژوهش، طرح آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه‌آماری شامل کلیه دانش‌آموزان متوسطه اول و دوم شهر بوکان در سال تحصیلی۱۳۹۸-۱۳۹۷ می‌باشد که چهل نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی مرحله‌ای انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایشی و گواه در هر گروه بیست نفر جایگزین شدند. بسته آموزش مصاحبه انگیزشی بر اساس الگوی فیلدز۲۰۰۶ در مدت پنج جلسه به گروه آزمایش آموزش داده شد در حالی‌که گروه گواه در این مدت، برنامه عادی خود را دنبال می‌کرد. ابزار مورد استفاده در پژوهش، پرسشنامه اهمال‌کاری تحصیلی لی۱۹۸۶ بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس یک‌متغیره استفاده گردید.

نتایج: نتایج به‌دست آمده با استفاده از روش تجزیه و تحلیل کوواریانس یک‌متغیره نشان داد که اهمال‌کاری تحصیلی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش یافته است.

بحث و نتیجه‌گیری: بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که مصاحبه انگیزشی توانسته است به‌عنوان مداخله‌ای موثر، ضمن کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان، وضعیت انگیزشی آنان را نیز بهبود بخشد.

* نویسنده مسئول
نوع مطالعه: پژوهشی
تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۲/۱۷
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۶/۱۴

نحوه استناد به مقاله: هوشنگ گراوند، حسین سلیمی، سید عدنان حسینی و سعیده سبزیان. اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهرستان بوکان. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۴۰۱؛ ۱۱ (۱): ۱۷-۵

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]
[DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

مقدمه

نوجوانان و جوانان آینده‌سازان هر جامعه هستند که در تحول لحظه به لحظه جامعه نقشی مهم دارند. این امر مستلزم حرکت و پویایی آن‌هاست. دوران نوجوانی را دوره گذر از مرحله کودکی به بزرگسالی مطرح کرده‌اند،[۱] طول این دوره زندگی در حدود ده سال یازده تا بیست و دو سالی است.[۲] این دوران با تغییرات اجتماعی، شناختی و فیزیکی همراه است و با توجه به تغییرات اساسی بیولوژیکی، روانی و اجتماعی، در ارتباط با، خانواده، مدرسه و همسالان خود دچار چالش و کشمکش می‌شوند.[۳و٤] آموزش و پرورش فرآیندی همیشگی و تعلیم و تربیت کلید نجات انسان است که در سراسر دوره‌ها مورد توجه بوده و این توجه روز به روز افزایش می‌یابد. مدرسه بخشی از تمامیت این تجربه را تشکیل می‌دهد؛ چرا که بدون آموزش و پرورش رسمی و عمومی، رشد و پیشرفت افراد ممکن نیست و تحصیل علم و دانش، از عواملی است که نقشی مهم در شکوفاسازی و به فعل در آوردن استعدادهای این نیروی بالقوه را دارد.[۵] عوامل بسیاری بر تحصیل و موفقیت یا شکست تحصیلی دانش‌آموزان موثرند و پژوهش‌های بسیار در این زمینه انجام شده است. مگدال[٦] این عوامل را به شش گروه فردی، خانوادگی، همسالان، مدرسه، کار و جامعه؛ طبقه‌بندی کرده است. یکی از مهمترین عوامل فردی تاثیرگذار بر تحصیل و موفقیت یا شکست تحصیلی دانش‌آموزان، اهمال‌کاری می‌باشد.

اهمال‌کاری سارق زمان است و باعث می‌شود فرد احساس گناه کند و نگاه دیگران نیز نسبت به شخص تغییر کند. اهمال‌کاری یعنی به تعویق انداختن انجام‌کار و ارجاع عمل به آینده[۷] و از نظر روانشناسی اهمال‌کاری به آینده محول کردن کاری است که تصمیم به اجرای آن گرفته‌ایم و رفتاری است نامطلوب و نکوهیده که به تدریج در وجود انسان به‌صورت عادت در می‌آید.[۸] اهمال‌کاری، تمایل به تعلل در شروع و انجام کارهای مهم و به تعویق انداختن عمدی انجام یک عمل با علم به پیامدهای منفی آن است.[۹]

اهمال که در لغت‌نامه دهخدا معانی متعددی مثل فرو گذاشتن چیزی را به خود، استوار نداشتن کار کسی یا رها کردن چیزی و به‌کار نبردن آن را از عمد یا فراموشی دارد، در زبان‌های غیر فارسی نیز به معنای به تاخیر انداختن و عقب انداختن کاری به‌ویژه به‌علت بی‌دقتی یا تاخیر غیرضروری است.[۱۰] در همین راستا می‌توان اهمال‌کاری را به این صورت تعریف کرد: اهمال‌کاری ویژگی یا نقصی رفتاری است که به شکل عقب انداختن یک تکلیف و یا یک تصمیمگیری نمایان می‌شود.[۱۱] به‌عبارتی اهمال‌کاری راه فرار از زیستن در زمان حال است. جوهره این آسیب روانی، به تعویق انداختن، تعلل ورزیدن، سبک گرفتن و سهل‌انگاری در کار است. بنابراین تعلل هم در امور فردی و هم در امور جمعی معنا پیدا می‌کند. پس در همه معانی نوعی این دست و آن دست کردن نهفته است.[۱۰] اهمال‌کاری، باتوجه به پیچیدگی و مولفه‌های شناختی، عاطفی و رفتاری آن، در اشکال مختلفی نمود پیدا می‌کند از جمله اهمال‌کاری در تصمیمگیری،[۱۲] اهمال‌کاری رفتاری،[۱۳] و اهمال‌کاری وسواس‌گونه.[۱٤] اما از نظر بروتن و وام بچ [۱۵] گسترده‌ترین شکل اهمال‌کاری همان اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانش‌آموزان است که در سال‌های اخیر مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته.[۱٦] از اهمال‌کاری تحصیلی به‌عنوان یک عادت بد رفتاری یاد شده است که بسیاری از دانش‌آموزان در عملکرد تحصیلی با آن مواجه‌اند.[۱۷] این نوع اهمال‌کاری در آماده‌سازی شخص برای امتحان، انجام تکالیف و حضور در جلسات و انجام تکالیف مشخص می‌شود.[۱۸] مطابق دیدگاه سنکال و همکاران[۱۹] اهمال‌کاری تحصیلی زمانی اتفاق می‌افتد که فرد قصد انجام یک تکلیف آموزشی را دارد اما برای انجام دادن آن در بازه زمانی مطلوب و ضروری، نمی‌تواند در خود انگیزه کافی ایجاد کند در نتیجه انجام تکلیف در فاصله زمانی تعیین شده به‌دلیل انجام کارهای غیرضروری و خوشگذرانی‌های زودگذر به شکست می‌انجامد. اهمال‌کاری از جمله مساله‌های رایج میان دانش‌آموزان می‌باشد به‌طوری که تحقیقات، شیوع اهمال‌کاری تحصیلی مشکل‌آفرین میان دانش‌آموزان را حداقل هفتاد تا نود درصد تخمین زدند و اهمال‌کاری حاد دانش‌آموزان را بیست و سه تا سی درصد تخمین زده‌اند.[۲۰] از آن‌جایی که شیوع اهمال‌کاری در بین افراد بسیار فراوان است و روند رو به رشد آن بسیار گسترده می‌باشد، مطالعه اهمال‌کاری با شناسایی عوامل زمینه‌ساز می‌تواند به راه‌های پیشگیری و درمان آن کمک کند. هر چند دلایل اهمال‌کاری ناشناخته است[۲۱] با وجود این اهمال‌کاری می‌تواند ناشی از زمینه‌های فردی و شخصیتی[۲۲] و از سوی دیگر منوط به عوامل محیطی و سازمانی[۱۰] باشد. هر چند که در این پژوهش بر روی عوامل فردی تاکید شده است، اما چالش‌ها و مشکلات متعددی که سازمان آموزش و پرورش به‌عنوان مجری تعلیم

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

و تربیت رسمی کشور با آن روبروست، می‌تواند از دیگر دلایل احتمالی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان باشد که مهمترین آن‌ها عبارتند از: وارداتی بودن نظام آموزشی، ضعف و ناتوانی در پاسخگویی مناسب به نیازهای فردی و اجتماعی مربیان، نبودن تعامل و ارتباط اثربخش با دیگر بخش‌های فرهنگی جامعه، نبود جامع‌نگری در فرایند سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و اجرا، دچار شدن به یک‌سونگری و اعمال اصلاحات اندک و حتی صوری، نبودن هسویی و ارتباط معنادار میان کوشش‌های اصلاحی صورت پذیرفته با یکدیگر و در نتیجه وجود ناهماهنگی آشکار بین سیاست‌ها و برنامه‌های اصلاحی در بخش‌های گوناگون و زمان‌های مختلف، ضعف ارتباط مشخص با سیاست‌ها و آرمان‌های توسعه همه‌جانبه کشور در چشم‌انداز بلندمدت.[۲۳]

افرادی که اهمال‌کاری تحصیلی دارند، آمادگی برای امتحان را به شب پایانی موکول می‌کنند و در نتیجه در زمان امتحان اضطراب شدیدی را تجربه می‌کنند. اهمال‌کاری با درجات بالایی از اضطراب و افسردگی در دانشجویان و دانش‌آموزان همراه است و بر عزت نفس آن‌ها تاثیر می‌گذارد.[۲۴] به‌طور کلی پژوهش‌های انجام شده در این زمینه نشان می‌دهند که افراد اهمال‌کار، انگیزه موفقیت کمتری دارند.[۲۵و۲۶] علاوه بر این، تحقیقات رابطه معناداری بین اهمال‌کاری تحصیلی با موفقیت تحصیلی نشان داده‌اند؛ به این معنی که دانش‌آموزان اهمال‌کار از موفقیت تحصیلی کمتری نسبت به دانش‌آموزانی که از اهمال‌کاری تحصیلی کمتری دارند، برخوردارند.[۲۷و۲۸] یافته‌های محققان نشان می‌دهد که اهمال‌کاری در عرصه تحصیل دارای تبعات منفی بسیاری از جمله، از دست دادن زمان، افزایش استرس، کسب نمرات پایین، کاهش سلامت فرد، کاهش یادگیری در درازمدت و کاهش اعتماد به نفس می‌باشد.[۲۹]

با توجه به اهمیت اهمال‌کاری در موفقیت دانش‌آموزان، پژوهشگران عوامل متعددی را در ارتباط با علل اهمال‌کاری شناسایی کرده‌اند مانند، بیزاری از تکالیف،[۳۰] کمال‌گرایی،[۳۱] کمبود مهارت کافی،[۳۲] و خوش‌بینی و بدبینی.[۳۳] همچنین مک‌کاون و همکاران[۱۳] دریافتند که اضطراب و افسردگی، روان‌رنجورخویی و احساس کنترل نداشتن نسبت به موقعیت به همراه یکدیگر می‌توانند از دلایل اهمال‌کاری باشند. همچنین در تحقیقی که شهنی ییلاق و همکاران[۳۴] انجام دادند با اشاره به علل اهمال‌کاری یکی از علل را، مشکل انگیزشی معرفی کرده‌اند؛ بدین معنا که اهمال‌کاری به‌دلیل تنبلی یا بی‌انگیزگی نیست بلکه از آن جهت انجام می‌گیرد که افراد اهمال‌کار علاقمند به انجام فعالیت دیگری هستند که برای کاهش این نوع تعلل باید انگیزه فرد برای انجام تکلیف را افزایش داد. در مجموع این دلایل می‌توان به ترس از شکست، کمال‌گرایی، کمبود عزت نفس، اضطراب، افسردگی و همچنین کمبود انگیزش، اشاره کرد.[۲۴]

در بحث مربوط به غلبه بر اهمال‌کاری تکنیک‌های متفاوتی عرضه شده است که از جمله آن‌ها می‌توان به این موارد اشاره کرد: روشن‌سازی اهداف، برنامه‌ریزی قبل از انجام کار، طبقه‌بندی کردن مساله‌ها، صحبت باخود، دعا و خلوت باخدا، مدیریت زمان، حذف تکیه کلام‌هایی چون اگر، ای‌کاش، شاید، امیدوارم، آرزومندم وغیره.[۳۵] همچنین تکنیک‌های دیگری مانند، تلاش برای ایجاد انگیزه، پرهیز از توجیه، خودتنظیمی و استفاده از روش‌های هیجانی برای غلبه بر تعلل عرضه شده است.[۱۰] در همین راستا مصاحبه انگیزشی یک تکنیک نسبتا جدید شناختی-رفتاری است که به مراجعان کمک می‌کند تا با استفاده از آن رفتارهایی را که ممکن است باعث ایجاد مشکل برای آن‌ها شود شناسایی و تغییر دهند.[۳۶] در این روش هدف کشف تعارضات، تشویق مراجعان برای بیان دلایل تغییر و استدلال در مورد لزوم تغییر می‌باشد.[۳۷] مصاحبه انگیزشی شبیه سایر سبک‌های مواجهه مستقیم نیست، اما به هر حال مواجهه یکی از اهداف مصاحبه انگیزشی است. در مصاحبه انگیزشی هدف این است که مراجع از مسوولیت خودش برای تغییر رفتار مشکل‌دار آگاه‌تر شود و در نهایت خودش را برای تغییر متعهد کند.[۳۸] مصاحبه انگیزشی یک مداخله روانشناسی رهنمودی است که برای شناسایی و حل تفاوت بین رفتار مطلوب و رفتار واقعی و افزایش انگیزش برای تسهیل تغییرات رفتاری مورد استفاده قرار گرفته است.[۳۹] رولنیک، میلر و بوتلر[۴۰] روح مصاحبه انگیزشی را شامل سه ویژگی کلیدی دانسته‌اند:۱-مشارکت با مراجع ۲-فراخوانی تغییر۳-خودگردانی و استقلال مراجعان. و اساسی‌ترین فنون مصاحبه انگیزشی عبارتند از: سوال‌های باز پاسخ، تایید کردن‌ها، گوش دادن انعکاسی، خلاصه‌سازی و فراخوانی اظهارات خودانگیزشی.[۴۱] با مرور فرآیندها

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

و بروندادهای پژوهشی در زمینه اثربخشی مصاحبه انگیزشی در حوزه تعلیم و تربیت چه در داخل و چه در خارج تحققیاتی محدودی انجام شده است که به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود.

بهاروندا‌حمدی و سراج خرمی[۴۲] پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر کاهش اهمال‌کاری و ارتقای انگیزه پیشرفت دانش‌آموزان دختر مدارس خاص مقطع دوم متوسطه شهر اندیمشک انجام دادند. تحلیل داده‌های این پژوهش نشان داد بین گروه آزمایش و گواه پس از اجرای مداخله آزمایشی تفاوت معناداری وجود داشت؛ بنابراین مصاحبه انگیزشی موجب کاهش اهمال‌کاری تحصیلی و افزایش انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان شده است. جلالی و پورشریفی[۴۳] پژوهشی با هدف بررسی تاثیر مصاحبه انگیزشی گروهی بر کاهش اهمال‌کاری تحصیلی انجام دادند. نتایج با روش تحلیل کوواریانس نشان داد، میزان اهمال‌کاری تحصیلی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل کاهش معناداری پیدا کرد و مصاحبه انگیزشی موجب کاهش اهمال‌کاری تحصیلی گردیده است. پویان و فروزنده[۴۴] پژوهشی با هدف اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهر اصفهان انجام دادند. تحلیل داده‌ها از طریق کوواریانس نشان داد که مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری نوجوان پسر تاثیر معنی‌دار داشته و باعث کاهش اهمال‌کاری آن‌ها شده است. حسینی و همکاران[۴۵] پژوهشی با عنوان بررسی اثربخشی آموزش شناختی ارتقای امید بر کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان پسر مدارس دوره دوم متوسطه شهر سنندج انجام دادند. نتایج نشان داد میانگین رفتارهای اهمال‌کاری گروه آزمایش نسبت به گروه گواه در مراحل پس‌آزمون و پیگیری به‌طور معناداری کاهش یافته است. بهرامی، اسدزاده و شریعتی‌نیا[۴۶] پژوهشی با هدف اثربخشی مشاوره انگیزشی بر اهمال‌کاری و اجتناب از تکلیف دانش‌آموزان دختر دبیرستان‌های دولتی شهر اصفهان انجام دادند. نتایج پژوهش نشان داد که میزان اهمال‌کاری و اجتناب از تکلیف در دانش‌آموزانی که در جلسات مشاوره انگیزشی شرکت کرده بودند به‌طور معنی‌داری کمتر از میزان اهمال‌کاری و اجتناب از تکلیف در دانش‌آموزانی است که در این جلسات شرکت نکرده‌اند.

در یک مطالعه موردی اتکینسون و وودز[۴۷] کاربرد و اثربخشی مصاحبه انگیزشی را به‌عنوان یک راهبرد مداخله با دانش‌آموزان دبیرستان که دچار بی‌علاقگی شده بودند مورد بررسی قرار دادند. نتایج در ارتباط با فرایند مصاحبه انگیزشی و کاربرد آن برای مربیان تربیتی مثبت بود. نگاهی اجمالی به تحقیقات، نشان می‌دهد که اکثر مطالعات انجام شده مرتبط با اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری تحصیلی روی دانش‌آموزان در داخل کشور دارای نقاط ضعفی می‌باشند؛ برای مثال جلالی و پورشریفی در پژوهش خود برای انتخاب گروه نمونه به‌صورت تصادفی عمل نکرده‌اند، مصاحبه انگیزشی در کمتر از پنج جلسه و هر جلسه در یک ساعت آموزش داده‌اند و همچنین در زمینه احراز روایی و پایایی و نحوه آموزش جلسات گزارش خاصی عرضه نکرده‌اند. سایر پژوهش‌های انجام شده نیز تا حدود زیادی دارای ضعف‌های ذکر شده می‌باشند. ازآن‌جاکه نوجوانان، بیشتر وقت خود را در مدرسه می‌گذرانند، انجام تحقیقات بیشتر ضرورت دارد تا ضمن ایجاد روشنگری‌های لازم، با عرضه راهکارهایی جهت کاهش اهمال‌کاری تحصیلی و افزایش انگیزه تحصیلی دانش‌آموزان، به پیشرفت هر چه بیشتر آن‌ها کمک شود.

به‌طور کلی یک ارزیابی مثبتی از مفید بودن کلی مصاحبه انگیزشی در زمینه روانشناسی تربیتی فعلی به‌عمل آمده و استفاده از مصاحبه انگیزشی به‌عنوان یک سبک مشاوره در زمینه تعلیم و تربیت نویدبخش به‌نظر می‌رسد؛ زیرا مصاحبه انگیزشی به‌گونه‌ای است که خود دانش‌آموزان و همچنین روانشناسان، معلمان و والدین را درگیر می‌کند. بنابراین با توجه به دامنه گسترده کاربردهای مصاحبه انگیزشی و پتانسیلی که برای کاربرد در حوزه تعلیم و تربیت دارد به‌نظر می‌رسد که این فن روش مناسبی برای برخورد با این چنین مساله‌های تربیتی باشد. بر این اساس پژوهش حاضر در صدد پاسخ به این مساله است: که آیا مصاحبه انگیزشی بر میزان اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان تاثیر دارد؟

روش

با توجه به این‌که هدف پژوهش، بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان مقطع متوسطه

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

بود، طرح پژوهش، آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه گواه است. جامعه‌آماری در این تحقیق شامل تمام دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و دوم شهر بوکان در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷ بود که تعداد آن‌ها مطابق با آمار اخذ شده از دفتر برنامه و بودجه آموزش و پرورش این شهر حدود بیست هزار دانش‌آموز شامل یازده هزار و دویست دختر و هشت هزار و هشتصد پسر بود. بر اساس گزارش‌های آموزش و پرورش شهر بوکان تعداد دانش‌آموزان متوسطه اول ده هزار و نه صد و تعداد دانش‌آموزان متوسطه دوم نه هزار و صد نفر می‌باشد.

نمونه پژوهش با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای، انتخاب شد؛ به این نحو که از میان مناطق سه گانه آموزش و پرورش شهر بوکان منطقه یک و از بین مدارس ناحیه یک، یک مدرسه و در آن مدرسه شش کلاس در پایه‌های تحصیلی اول یا دهم، دوم یا یازدهم و سوم یا دوازدهم به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و آزمون اهمال‌کاری تحصیلی برای دانش‌آموزان هر شش کلاس اجرا شد. سپس از دانش‌آموزان این شش کلاس با در نظر گرفتن حداقل حجم نمونه در تحقیقات آزمایشی[۴۸] تعداد چهل نفر که اهمال کاری تحصیلی بالاتر از میانگین داشتند به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به‌طور تصادفی با اختصاص بیست نفر به هر گروه، در دو گروه آزمایشی و گواه، جایگزین شدند. سپس اعضای گروه آزمایشی، طی پنج جلسه، یک بار در هفته به مدت نود دقیقه آموزش مصاحبه انگیزشی دریافت کردند. به‌منظور این‌که دانش‌آموزان تا جلسه آموزشی بعدی، درگیری خود را با موضوع جلسه حفظ کند، در پایان هر جلسه نیز تکالیفی به دانش‌آموزان داده می‌شد و در جلسه بعدی، تکلیف داده شده در جلسه قبل مورد بررسی قرار می‌گرفت. در مورد گروه آزمایشی، کلاس‌ها در یکی از مدارس شیفت عصر برگزار گردید و هزینه رفت و آمد دانش‌آموزان نیز توسط پژوهشگران پرداخته شد. دانش‌آموزان گروه گواه برنامه عادی خود را دنبال می‌کردند. پس از اجرای جلسات آموزشی پس‌آزمون از هر دو گروه آزمایشی و گواه به‌عمل آمد.

ملاک‌های ورود و خروج

ورود: اشتغال به تحصیل در مقطع متوسطه، کسب رضایت دانش‌آموزان و والدین آن‌ها با تکمیل رضایت‌نامه کتبی، حضور مستمر و به موقع دانش‌آموز در جلسات آموزشی.

خروج: تمایل نداشتن به شرکت در مطالعه یا غیبت دانش‌آموز در جلسات آموزشی به‌عنوان معیارهای خروج از مطالعه در نظر گرفته شد.

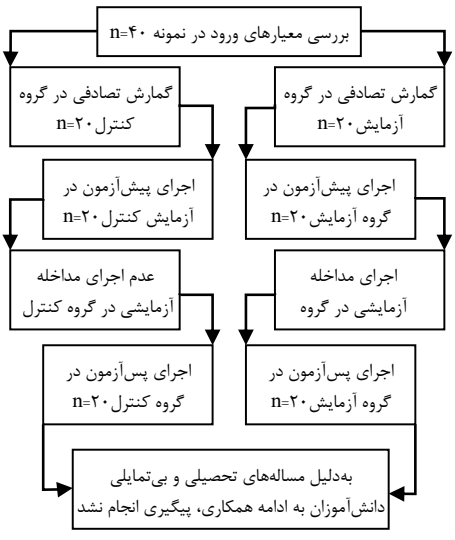
اصول اخلاقی: شایان ذکر است حفظ محرمانه اطلاعات و استفاده ابزاری نکردن از اطلاعات و حفظ هنجارهای انسانی به‌عنوان بنیادی‌ترین اصول اخلاقی در پژوهش حاضر مورد توجه قرار گرفت.

مصاحبه انگیزشی پس از پایان جلسات برای گروه کنترل عرضه گردید، برای جلوگیری از ریزش آزمودنی‌های پژوهش سعی بر این شد تا مزیت‌های حضور در جلسات قبل از تشکیل جلسه به تفصیل مطرح شود. مشارکت‌کنندگان در هر مرحله از پژوهش می‌توانستند آزادانه به همکاری خود با پژوهشگر خاتمه دهند. ساختار جلسات در ادامه آورده شده است.

ابزار پژوهش

در این تحقیق از آزمون اهمال‌کاری لِی[۴۹] به عنوان ابزار گردآوری اطلاعات مربوط به پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شده است، مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی، یک مقیاس اندازه‌گیری خودگزارشی شامل بیست سوال است. حسین‌زاده[۵۰] ضریب پایایی این مقیاس را با استفاده از روش‌های دو نیمه‌سازی اسپیرمن براون، هفتاد و سه صدم گزارش کرده است. روایی این مقیاس توسط لِی تایید شده است. وی همچنین همسانی درونی مقیاس را از طریق ضریب آلفای کرونباخ هشتاد و دو صدم گزارش کرده است. سایروس[۵۱] نیز همسانی درونی این مقیاس را از طریق ضریب آلفای کرونباخ در یک نمونه دویست و پنجاه و چهار نفری نود صدم گزارش کرده است. از آن‌جایی که روایی و پایایی پرسشنامه مذکور به کرات در پژوهش‌های داخل کشور احراز شده است؛ [۴۵و۵۰] ازاین‌رو در پژوهش حاضر برای احراز روایی

نمودار (۱): نمودار CONSORT



[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

جدول(۱) خلاصه محتوای دوره درمان مبتنی بر مصاحبه انگیزشی

جلسه/// مولفه‌های درمانی/// تمرین/ محتوا
اول/// آشنایی و معارفه و افزایش آگاهی و مراحل تغییر/// در این جلسه مراجعان با مدل مصاحبه انگیزشی و مدل مراحل تغییر آشنا می‌شوند و تمرین تعیین مرحله را انجام می‌دهند تا مرحله خود را تعیین کنند.
دوم/// احساسات و بررسی تاثیر مراقبت نکردن از خود/// هدف از این جلسه افزایش دانش فرد درباره خود و رفتار مشکل‌دار است. راهبرد یک روز زندگی که در این جلسه به‌کار بسته می‌شود به افزایش آگاهی مراجعان راجع به مقدار و نوع و دفعات رفتار نامطلوب و کمیت و کیفیت دیگر رفتارها مربوط است.
سوم/// ابعاد مثبت و منفی رفتار نامطلوب/// در این جلسه مراجعان جنبه‌های مثبت و منفی رفتارهای خود را شناسایی می‌کنند. نظریه تعادل تصمیمگیری جانیس و مان[۵۳] اظهار می‌دارد که تصمیمگیری، فرایند سنجیدن شناختی جنبه‌های مثبت و منفی تغییر است. یعنی دانش‌آموزان با ارزیابی جنبه‌های مثبت و منفی رفتار نامطلوب خود، و مشاهده جنبه‌های مثبت رفتار مطلوب برای تغییر رفتار انگیزه پیدا می‌کنند.
چهارم/// شناسایی ارزش‌ها و باز ارزیابی خود/// در این جلسه مراجعان ارزش‌های خود را در زندگی شناسایی می‌کنند و با باز ارزیابی خود، چگونگی تعارض این ارزش‌ها را با رفتارهای خود بررسی می‌کنند.
پنجم/// وسوسه و اعتماد به نفس و تعیین هدف و سنجش پایانی/// تمرکز این جلسه بر کمک به شرکت‌کنندگان برای شناسایی موقعیت‌هایی است که بیشترین وسوسه را برای انجام رفتار مشکل‌دار در آن‌ها ایجاد می‌کند و به آنان یاری می‌رساند تا اعتمادبه‌نفس خودشان را برای خودداری از تخطی از برنامه در چنین موقعیت‌هایی ارزیابی و در عین حال افزایش دهند. یکی دیگر از اهداف این جلسه این است که شرکت‌کننده خود را به تغییر رفتار متعهد سازد. در بخش دوم جلسه از شرکت‌کننده خواسته می‌شود تا هدفی در زمینه کنترل رفتار مشکل‌دار تعیین کند و طرحی برای رسیدن به آن فراهم آورد.

پرسشـــنامه به روایی محتوایی و برای احراز پایایی پرسشـــنامه به ضریب آلفای کرونباخ اکتفا شـــد. روایی محتوایی پرسشنامه مورد بررسی چند نفر از اســـاتید و کارشناســـان قرار گرفت و از این طریق روایی محتوایی پرسشـــنامه مذکور تایید گردید. همچنیـــن نتایج ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه نود و یک صدم به‌دست آمد.

شـــیوه اجرای پژوهش: شیوه پژوهش در این مطالعه عبارت بود از مصاحبه انگیزشی با گروه آزمایشی که این مداخله در طی پنج جلسه نود دقیقه‌ای طی پنج هفته متوالی اجرا شد چهارچوب مصاحبه انگیزشی به‌کار گرفته شده در این پژوهش از کتاب کار مداخله گروهی مصاحبه انگیزشی با ساختار پنج جلسه‌ای فیلدز[۵۲] گرفته شده است که با توجه به موضوع پژوهش حاضر در محتوای آن تغییرات جزیی داده شده و در پنج جلســـه اجرا گردید تا تاثیر آن بر اهمال‌کاری تحصیلی مورد بررسی قرار گیرد. در حالی که گروه گواه هیچ‌گونه آموزشـــی دریافت نکردند. در پایان مدت آموزش، پس‌آزمون شـــامل آزمون اهمال‌کاری تحصیلی برای هر دو گروه اجراگردید.

یافته ها

تجزیه و تحلیل داده‌های خام حاصل از این پژوهش در دو بخش توصیفی و استنباطی با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس صورت گرفت.

در جدول شـــماره دو میانگین و انحراف اســـتاندارد متغیرهای مربوط به گروه آزمایشی و گواه آمده است. نتایج حاصل از مقایســـه میانگین‌های ســـن و معدل گروه‌های آزمایشی و گواه با آزمون t مستقل حاکی از نداشتن تفاوت معنادار گروه‌ها از نظر این متغیرها قبل از مداخله‌های آزمایشـــی بود. در خصوص ســـن تی برابر با منفی نود و چهار صدم و در مورد معدل تی برابر با منفی بیست و چهار صدم با درجه آزادی سی و هشت هیچ‌یک در سطح پنج صدم معنادار نبودند.

اطلاعات جدول شماره سه، میانگین و انحراف معیار گروه‌های آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون اهمال‌کاری تحصیلی را نشـــان می‌دهد. براساس این اطلاعات میانگین گروه آزمایش پس از مداخلات کاهش داشته است. ازآن‌جاکه برای بررســـی این فرضیه از طرح آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است، لذا جهت تحلیل نتایج حاصلـــه، روش تحلیل کوواریانس به‌کار رفته اســـت، تا از این طریق اثرات پیش‌آزمـــون به‌عنوان یک متغیر تصادفی کمکی کنترل شود. تجزیه و تحلیل کواریانس یک روش آماری است که به‌منظور تعدیل تفاوت‌های اولیه آزمودنی‌ها به‌کار می‌رود. به این گونه که هر یک از نمرات در پیش‌آزمون به‌عنوان هم‌تغییر در نمرات پس‌آزمون به‌کار برده می‌شود. در تجزیه و تحلیل کواریانس رعایت برخی از مفروضه‌ها مانند همگنی شیب خط رگرسیون و همگنی واریانس‌های خطا الزامی است. بنابراین، بعد از بررسی این مفروضه‌ها در جداول پیش رو، به عرضه تجزیه و تحلیل کواریانس پرداخته می‌شود.

نتایج جدول شـــماره چهار نشـــان می‌دهد چون سطح معناداری تعامل بین گروه مســـتقل و پیش‌آزمون از پنج صدم بزرگتر اســـت، لذا F محاسبه شده از لحاظ آماری معنادار نیســـت. بنابراین فرض همگنی شیب رگرسیون تایید می‌شود و داده‌های فرض شیب رگرسیون را تایید می‌کند و فرض همگنی شیب رگرسیون زیر سوال نرفته است.

همان‌گونه که نتایج جدول شـــماره پنج نشـــان می‌دهد خطای واریانس گروه‌های مورد مطالعه همگن و برابر اســـت چون مقدارF به‌دســـت آمده برابر یک و سی و یک صدم است که در ســـطح P<۰/۰۵ معنی‌دار نمی‌باشد. بنابراین می‌توان ادعا کرد که این مفروضه اســـتفاده از تحلیل کوواریانس یعنی همگنی واریانس‌ها برقرار اســـت، و این پیش‌فرض رد نمی‌شـــود.

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

جدول(۶) نتایج تحلیل کوواریانس مربوط به تاثیر مصاحبه انگیزشی بر کاهش اهمال‌کاری

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	f	سطح معناداری	ضریب تاثیر	توان آزمون
مقدار ثابت	۳۶۸/۶۹	۱	۳۶۸/۶۹	۷۱/۷۴	۰/۰۰۱	۰/۳۷	۰/۹۹۵
پیش آزمون	۳۶۹/۷۲	۱	۳۶۹/۷۲	۲۱/۸	۰/۰۰۱	۰/۳۷	۰/۹۹۵
گروه	۸۱۲/۴۹	۱	۸۱۲/۴۹	۴۷/۹۱	۰/۰۰۱	۰/۵۶۴	۱
خطا	۶۲۷/۳۷	۳۷	۱۶/۹۵	–	–	–	–
کل	۱۱۶۰۵۶	۴۰	–	–	–	–	–
کل اصلاح شده	۲۲۰۷/۱	۳۹	–	–	–	–	–

با توجه به این‌که مفروضه‌های تحلیل کوواریانس برقرار بود، از روش کوواریانس برای تحلیل نتایج به‌دست آمده، استفاده شده است. نتایج این تحلیل در جدول شماره شش آمده است. نتایج نشان می‌دهد با در نظرگرفتن نمرات پیش‌آزمون به‌عنوان متغیر کمکی، مقدار F به‌دست آمده در سطح P<۰/۰۵ معنی‌دار بوده و بنابراین می‌توان نتیجه گرفت، مداخلات مصاحبه انگیزشی منجر به تفاوت معنادار میان گروه‌های آزمایش و گواه شده است. میزان تاثیر پنجاه و شش درصد بوده است یعنی پنجاه و شش درصد واریانس پس‌آزمون کاهش اهمال‌کاری مربوط به مداخلات مصاحبه انگیزشی بوده است. بر اساس یافته‌های به‌دست آمده می‌توان اظهار داشت بین میانگین اصلاح شده گروه آزمایشی و کنترل با مقدار F=۴۷/۹۱ و درجه آزادی یک با سطح اطمینان نود و پنج صدم تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین توان آماری یک می‌باشد که حاکی از کفایت حجم نمونه دارد. بنابراین از نتایج جدول شماره شش این‌گونه استنباط می‌شود که مداخلات مصاحبه انگیزشی بر کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان موثر بوده است.

جدول(۲) میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

شاخص / گروه	تعداد	سن		معدل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۲۰	۱۶/۱۵	۰/۷۴۵	۱۵/۹۹	۱/۸۳
کنترل	۲۰	۱۶/۳۵	۰/۵۸۷	۱۶/۱۲	۱/۶۳
کل	۴۰	۱۶/۲۵	۰/۶۶۹	۱۶/۰۵	۱/۷۲

جدول(۳) میانگین و انحراف معیار اهمال‌کاری تحصیلی در گروه‌های آزمایش و کنترل

شاخص / گروه	تعداد	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزمایش	۲۰	۵۸/۱۰	۷/۴۱۹	۵۰/۲۵	۶/۹۸۸
کنترل	۲۰	۶۱/۲۵	۴/۹۳	۵۸/۸۵	۴/۷۲۷
کل	۴۰	۵۹/۶۸	۶/۴۱۹	۵۴/۵۵	۷/۳۲۴

جدول(٤) آزمون همگنی شیب خط رگرسیون به عنوان پیش‌فرض تحلیل کوواریانس

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
تعامل گروه و پیش‌آزمون	۶/۱۷	۲	۳/۰۸	۱/۵۴	۰/۲۲۶

جدول(۵) آزمون لوین جهت بررسی همسانی واریانس‌ها در متغیر اهمال‌کاری تحصیلی

معنی‌داری	درجه آزادی بین گروهی	درجه آزادی درون گروهی	F
۰/۲۵۹	۱	۳۸	۱/۳۱

بحث و نتیجه‌گیری

همان‌طور که بیان شد علل اصلی اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان احساس ترس از شکست، کمال‌گرایی، احساس کنترل نداشتن بر موقعیت و نوعی اضطراب و ترس مواجهه با فرایند تحصیلی می‌باشد این در حالیست که نتایج پژوهش حاضر نشان داد که شیوه مصاحبه انگیزشی توانسته است به‌عنوان مداخله‌ای موثر ضمن این‌که موجب کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان شده، وضعیت انگیزشی آنان را نیز بهبود بخشد. این نتیجه همسو با یافته‌های بهاروندا‌حمدی و سراج خرمی،[۴۲] جلالی و پورشریفی،[۴۳] پویان و فروزنده،[٤٤] حسینی و همکاران،[٤٥] بهرامی، اسدزاده و شریعتی نیا[٤٦] می‌باشد. نتایج این پژوهش از مدل مصاحبه انگیزشی حمایت می‌کند. در تبیین این امر می‌توان اظهار داشت که این مداخله انگیزش دانش‌آموزان را تحت تاثیر قرار می‌دهد و انگیزش نیز یک عنصر کلیدی برای فرایند تغییر می‌باشد، یعنی هر اندازه هم شخص در مورد رفتارش اطلاعات داشته باشد بدون انگیزه هرگونه فرایند تغییری با شکست مواجه می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که انگیزش مراجعان برای تغییر بوسیله سبک ارتباطی مشاور می‌تواند تحت تاثیر قرار گیرد.[٤٥] همچنین این یافته در راستای نظریه درمان شناختی است، مبنی بر این‌که از طریق راهبردهای متعدد یادگیری می‌توان در افراد تعللی رفتار سازگارانه‌تر و خودکارآمدتر ایجاد نمود و از این طریق به کاهش رفتار تعللی کمک نمود.[۴۲] همچنین این یافته همسویی

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

دارد بـا نظریه کاپـلان و همـکاران مبنی بر این‌که مصاحبه انگیزشـی بـرای آماده کردن افراد برای تغییر از نظر زمانی رویکرد مناسبی می‌باشـد که نتایـج مثبـت آن به‌عنوان یک سبک مشاوره مراجع محور و کوتاه به اثبات رسیده است.[۴۳]

ازآن‌جاکـه یکـی از دلایل اهمـال‌کاری، فقدان انگیزه اسـت[۴۴] و با توجه به این‌که مصاحبه انگیزشـی بر انگیزه افراد برای تغییر رفتارشـان تاکیـد می‌کنـد، به‌نظر می‌رسـد مصاحبـه انگیزشـی روش موثـر در کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان است.

مصاحبـه انگیزشـی در وهلـه اول با آگاه کردن مراجع از رفتارهـای اهمال‌کارانه خود و پیامدهای نامطلـوب آن‌ها بر فرایند زندگی روزمره و سلامت روان‌شناختی فرد و در وهله دوم بـا نمایان کـردن جنبه‌هـای مثبت رفتار مطلوب و مورد هدف توان انگیزشی قویی را در فرد اهمال‌کار برای تغییر رفتار ایجاد کرده و باعث کاهش احسـاس بیزاری و دوری از تکلیف در فرد می‌شـود. همچنیـن مداخله مصاحبه انگیزشی با بالا بردن اعتمادبه‌نفس در افراد بر اضطراب‌ها و ترس آن‌ها از جمله ترس از شکسـت که از دلایل بنیادی اهمال‌کاری تحصیلی اسـت غلبه کند. به‌علاوه مصاحبه انگیزشـی با ترغیب فرد بـرای متعهد کردن خود بـه تغییر رفتار از طریق نوشـتن اهدافی قابل حصـول می‌تواند بر اهمال‌کاری منبعث از کمال‌گرایـی غلبه کرده و با ایجاد انگیزش فـراوان در فرد باعث تداوم رفتـار مطلوب و هدف در فرد شـده و از این راه زمینه غلبه بر اهمال‌کاری را در فرد به وجود می‌آورد.

به‌علاوه کاهش خودکارآمدی در افراد موجب بـروز اهمال‌کاری تحصیلی می‌شـودو.[۴۳] در همیـن راسـتا یکـی از اصـول بنیادیـن مصاحبه انگیزشـی حمایت از خودکارآمدی اسـت. بـر ایـن اسـاس اگـر یـک مراجع بخواهد که به‌طـور موفقیت‌آمیزی به اهداف و تغییـر در رفتار مساله‌سـازش برسـد، باید اعتقاد داشـته باشـد که برای تغییر توانایی لازم را دارد. اگر یک مراجع بـه توانایی خودش اعتقاد نداشـته باشـد امکان ندارد که بـرای انجام کارهای لازم برای رسـیدن بـه موفقیت، انگیزه کافی پیـدا کند.[۳۹] اگرچـه اهمال‌کاری قصد تاخیر داوطلبانه بـا وجود پیش‌بینی وخامت اوضاع به‌خاطر این تاخیر است،[۱۰] موجب نگرانی دانش‌آموز می‌شود. در همین زمینه، یکی دیگر از اصول مصاحبه انگیزشـی، آشکار کردن ناهمخوانی‌هاسـت. در نتیجـه به‌نظر می‌رسـد که مصاحبه انگیزشـی با جسـتجوی جنبه‌هـای مثبت و منفی رفتار فعلـی و جنبه‌های مثبت و منفی تغییـر رفتار در یک جو حمایت کننـده و پذیرا، موجب کاهش اهمال‌کاری می‌شود.

در تبییـن دلایـل تاثیر این اقـدام می‌توان گفت دانش‌آمـوزان با منابع استرسزای تحصیلی مختلفی در دوران تحصیل خود روبرو می‌شوند؛ این در حالی اسـت که آن‌ها ممکن است استراتژی‌های شناختی لازم برای مواجهه با آن‌ها را نداشته باشند که این خود احتمال رفتارهای اجتنابی و اهمال‌کاری را در فرد زیادتر می‌کند. در واقع، این حقیقت که رابطه‌ای قوی بین استراتژی‌های انطباقی فرد و ارزیابی فرد موقعیت را ترسناک و کنترل ناشـدنی ارزیابی کرده و برعکس در استراتژی‌های رویکردمدار فرد از موقعیت وجود دارد، مدت زمان زیادی اسـت که پذیرفته شـده است. در استراتژی‌های اجتنابی، ارزیابی فرد از موقعیت چالش برانگیز ولی کنترل شدنی است؛ بنابراین زمانی که فرد نمی‌تواند موقعیت را کنترل شدنی و چالش برانگیز تصور کند، به تدریج جرات روبرو شدن با آن را از دست می‌دهد و آسیب رسیدن به بهزیستی روانی او از جمله ناامیدی و درماندگی نیز وجود دارد. خود این ناامیدی از موقعیت و فعالیت‌های مرتبط با آن کناره‌گیری می‌کند و نه‌تنها احتمال شکست‌های پیاپی بلکه می‌تواند سبب تشدید کناره‌گیری و انجام رفتارها و واکنش‌های اجتنابی مختلف مانند اهمال‌کاری و به تعویق انداختن فعالیت‌ها در فرد شـود؛ بنابراین مصاحبه انگیزشـی از طریق افزایـش انگیزش درونی و آمادگی فرد بـرای تغییر، افزایش مشـارکت فعالتر، ماندگاری و پایبندی بیشـتر بـه برنامه درمانی، تقویـت رفتار مثبت، افزایش نگرانـی در مورد رفتار نابهنجار به‌طور غیرمسـتقیم و بدون فشـار و اجبار، مشارکت در تنظیم برنامه کار، بررسـی سود و زیان تغییر، تعیین ارزش‌ها، افزایش تضاد بین ارزش‌هـا و رفتار و اهداف، ارزیابی و تقویت اطمینان به تغییر و حمایت از خودکارآمدی و تاکیـد بر حس خودمختاری و آزادی عمل می‌تواند اثرات موثرتری در کاهش اهمال‌کاری داشته باشد.[۵۳]

مشـاورین مدارس در کار با دانش‌آموزان اهمـال‌کار تحصیلی اغلب در پیـدا کردن شـیوه‌هایی در ارتباط با این دانش‌آمـوزان و برانگیختن آن‌ها برای تغییر در زندگیشان برای انتخاب مثبت و بهتر با چالش مواجه هسـتند. مصاحبه انگیزشی می‌تواند به‌عنوان پاسـخی برای این مشکل باشـد. اسـتفاده از مصاحبه انگیزشـی اجازه می‌دهد که دانش‌آموزان

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

اهدافشـان را مرتب کنند و ارزش‌های خود را اسـتحکام بخشند و این می‌تواند به‌عنوان سـرمایه‌ای در فرآیند تغییر برای رفتارشـان عمل کند و نهایتا منجر شـود که آن‌ها دانش‌آموزان موفقی شده و سهم خودشان را در جامعه ایفا کنند. مصاحبه انگیزشـی از آن‌جایی که سـتیزه‌جویانه و تحریک‌آمیز نیسـت، برای نوجوانان در حال رشـد می‌تواند موثر باشد. نوجوانان اغلب با فنون درمانی که بیشـتر ماهیت شناختی دارند راحت نیستند؛ زیرا که در حال رشد مهارت‌های شناختی‌اند و ابراز خود به‌طور کلامی برای آنان راحت نیسـت. تغییر و تحولاتی که در دوره نوجوانی رخ می‌دهد با اصول مصاحبه انگیزشی همدلی، ناهمخوانی، کنار آمدن با مقاومت و حمایت از خودکارآمدی نیز تناسب دارد.[۳۹]

در نهایـت می‌توان گفت که مصاحبه انگیزشـی با کاهش مقاومت‌ها و تقویـت اسـنادهای دانش‌آموزان و انگیزه‌های درونـی آن‌ها می‌تواند نوجوانان را به سـمت کاهش اهمـال‌کاری به‌خصوص در امر تحصیل سـوق دهد کـه ایـن کار خود باعـث بهبـود عملکـرد تحصیلی در دانش‌آموزان و کاهش پیامدهای منفی اهمال‌کاری در آن‌ها می‌شود.

مصاحبه انگیزشـی با کاهش مقاومت و تقویت اسنادها و انگیزه‌های درونـی می‌تواند نوجوانان کم پیشـرفت را به سـوی تعدیل بین اهداف و ارزش‌هایشـان نزدیکتر سـازد. مصاحبه انگیزشـی را می‌توان مداخله پیشـگیرانه در نظر گرفت. اجرای مصاحبه انگیزشی به‌صورت گروهی، نبود افـت نمونه‌ها در کار مداخله‌ای، ثبات محیط پژوهشـی و اجرای ساختار پنج جلسه‌ای از نقات قوت این مطالعه است.

محدودیت‌ها: همچنین محدود بودن نمونه، به جامعه دانش‌آموزان متوسـطه و تعمیم‌ناپذیـری احتمالی ایـن یافته‌ها به سـایر دانش‌آموزان مـدارس و انجـام ندادن مرحلـه پیگیری به‌علت محدودیـت زمانی را می‌توان از محدودیت‌های این پژوهش برشمرد.

پیشـنهادها: اگرچه بـر پایه یافته‌های پژوهـش، رویکرد حاضر از اثربخشـی لازم برخوردار اسـت، اما به‌کارگیری مصاحبه انگیزشی در قالب طرح‌های تک آزمودنی و آزمایشـی با نمونه‌های بزرگتر پیشـنهاد می‌شـود. همچنین این تحقیق به‌منظور تامین شـواهد اولیه از اثربخشی مصاحبه انگیزشـی صورت گرفت. بنابراین پژوهش‌های بیشتر و وسیعتر در دوره متوسـطه و دیگر دوره‌های تحصیلی به‌منظور تکرار نتایج این تحقیق و تعیین ثبات آثار این برنامه ضروری به‌نظر می‌رسـد. تا در صورت اثربخشـی لازم، اجرای این برنامه‌ها گسترش یابد.

با توجه به اعتقاد و باور روانشناسـان مثبتگرا مبنـی بـر این کـه صفت‌هـای مثبـت قابل اندازه‌گیری می‌توانند به‌عنوان میانجی در نظر گرفته شـوند تا افراد را در برابـر هیجان‌های منفی و عوامل خطرسـاز، مثـل رویدادهای استرسـزای زندگـی حمایـت کننـد؛ به‌نظر می‌رسد تدوین پیش‌گیرانه بر اساس مصاحبه انگیزشـی و اسـتفاده از آن، در رابطـه بـا دانش‌آموزان و نوجوانان مفید باشد. همچنین با توجه به یافته حاضر، پیشنهاد می‌شود برنامه آموزش مصاحبه انگیزشـی، به‌عنوان بخشـی از برنامه‌های آموزش ضمن خدمت مشـاوران مدارس قرار گیرد، تـا بتوانند با بهره‌گیری از آن، سـطح انگیزش دانش‌آموزان را پیشرفت داده و موجـب کاهش و یا رفع اختلالاتی از قبیل اهمال‌کاری گردند.

منابع

References:
1. Brown BB, Prinstein MJ. Encyclopedia of adolescence: Academic Press; 2011. https://www.elsevier.com/books/encyclopedia-of-adolescence/brown/978-0-12-373915-5
2. Afsar F, Aghaei A, Nouri A, Almasi M. A comparison of the psychological characteristics of adolescence and drawing its profile according to specialists and parents in Isfahan City (Iran). Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2012; 46: p. 2232-2236. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042812015893
3. Hamidi F, Hosseini ZM. The relationship between irrational beliefs and social, emotional and educational adjustment among junior students. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2010; 5: p. 1631-1636. https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S187704281001712X

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

4. Li D, Zhang W, Li X, Zhen S, Wang Y. Stressful life events and problematic Internet use by adolescent females and males: A mediated moderation model. Computers in Human Behavior. 2010; 26 (5): p. 1199-1207. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563210000713
5. Keshavarz Gh R, Baghban I, Fatehizadeh M. Investigating the effectiveness of group counseling on the cognitive approach to changing attitudes toward education. Journal of Psychology, 2005; 33 (1): 51-66. [Persian] https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=14862
6. Magdol L. Risk factors for adolescent academic achievement: University of Wisconsin-Madison/Extension; 1992. https://wisfamilyimpact.org/wp-content/uploads/2014/10/s_wifis11c01.pdf
7. Sutton J. Avoid procrastination. Urges a ction now, not later Tracy, Brayan. 2007; 21. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&lr=lang_en&as_sdt=0%2C5&q=Sutton+J.+Avoid+procrastination.+&btnG
8. Ellis A, Knaus WJ. Overcoming procrastination: or, how to think and act rationally in spite of life's inevitable hassles: Signet; 1979. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&lr=lang_en&as_sdt=0,5&q=8.%09Ellis,+A.,+%26+Knaus,+W.+J.+(1977).
9. Klingsieck KB. Procrastination. European Psychologist. 2013. https://econtent.hogrefe.com/doi/full/10.1027/1016-9040/a000138
10. Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. Psychological bulletin. 2007; 133 (1): p. 65-94. https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-2909.133.1.65
11. Milgram NN, Mey-Tal G, Levison Y. Procrastination, generalized or specific, in college students and their parents. Personality and Individual Differences. 1998; 25 (2): p. 297-316. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886998000440
12. Effert B, Ferrari JR. Examining Personality Correlates. Journal of Social Behavior and Personality. 1989; 4 (1): p. 151-156. https://www.researchgate.net/profile/Joseph_Ferrari3/publication/232562755_Decisional_procrastination_Examining_personality_correlates/links/5556ae4d08ae6943a8734cc2/Decisional-procrastination-Examining-personality-correlates.pdf
13. McCown W, Johnson J, Petzel T. Procrastination, a principal components analysis. Personality and Individual Differences. 1989; 10 (2): p. 197-202. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0191886989902043
14. Ferrari JR. A preference for a favorable public impression by procrastinators: Selecting among cognitive and social tasks. Personality and Individual Differences. 1991; 12 (11): p. 1233-1237. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/019188699190090X
15. Steel P, Brothen T, Wambach C. Procrastination and personality, performance, and mood. Personality and individual differences. 2001; 30 (1): p. 95-106. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886900000131
16. Mullen A. The role of psychological flexibility in procrastination: University of Louisiana at Lafayette; 2014. https://search.proquest.com/openview/c2b2bb2c70a5a0c4d4445d4350018cb7/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y
17. Zhu Y, Zhu H, Liu Q, Chen E, Li H, Zhao H, editors. Exploring the procrastination of college students: A data-driven behavioral perspective. International Conference on Database Systems for Advanced Applications; 2016: Springer. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-32025-0_17
18. Tingting D, Xiulan Y, Xue G. Different Procrastination types of college students: From a self-regulated learning perspective. Education Research Monthly. 2015; 10: 014. http://en.cnki.com.cn/Article_en/CJFD-Total-YANG201510014.htm
19. Senecal C, Koestner R, Vallerand RJ. Self-regulation and academic procrastination. The Journal of Social Psychology. 1995; 135 (5): p. 607-619. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00224545.1995.9712234
20. Balkıs M, Duru E. Prevalence of academic procrastination behavior among preservice teachers, and its relationships with demographics and individual preferences. Journal of Theory and Practice in Education. 2009; 5 (1): p. 18-32. https://www.researchgate.net/profile/Murat_Balkis/publication/242518472_PREVALENCE_OF_ACADEMIC_PROCRASTINATION_BEHAVIOR_AMONG_PRE-SERVICE_TEACHERS_AND_ITS_RELATIONSHIP_WITH_DEMOGRAPHICS_AND_INDIVIDUAL_PREFERENCES_AKADEMK_ERTELEME_DAVRANIININ_O1RETMEN_ADAYLARI_ARASINDAK_YA/links/5411ad4b0cf29e4a23297c50.pdf
21. Kazemi A, Fayyazi M, Kaveh M. Investigation of procrastination prevalence and its causes among university managers and employees. Transformation Managemet Journal, 2010; 2 (4): p. 42-64. [Persian] https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=128475
22. Stead R, Shanahan MJ, Neufeld RW. "I'll go to therapy, eventually": Procrastination, stress and mental health. Personality and Individual Differences. 2010; 49 (3): p. 175-180. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886910001625

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

23. Alehosseini F, Sajjadi S M, Sadeghzadeh A, Mehrmohammadi M. Philosophy of education in the Islamic Republic of Iran and the issue of relevance. Journal of Research in Islamic Education. 2020; 23 (28): p. 107-130. [Persian] https://iej.ihu.ac.ir/article_200904.html
24. Steel P, Klingsieck KB. Academic procrastination: Psychological antecedents revisited. Australian Psychologist. 2016; 51 (1): p. 36-46. https://aps.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/ap.12173
25. Howell AJ, Watson DC. Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. Personality and Individual Differences. 2007; 43 (1): p. 167-178. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886906004764
26. Balkis M. Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying. Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies. 2013; 13 (1): P. 57-74. https://www.researchgate.net/profile/Murat_Balkis/publication/236173872_Academic_procrastination_academic_life_satisfaction_and_academic_achievement_The_mediation_role_of_rational_beliefs_about_studying/links/0c960533a98186b6b9000000.pdf
27. Wäschle K, Allgaier A, Lachner A, Fink S, Nückles M. Procrastination and self-efficacy: Tracing vicious and virtuous circles in self-regulated learning. Learning and Instruction. 2014; 29: p. 103-114. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0959475213000662
28. Kim KR, Seo EH. The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. Personality and Individual Differences. 2015; 82: p. 26-33. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886915001610
29. Hoover E. Tomorrow, I Love Ya! Chronicle of Higher Education. 2005; 52 (16): P. 30-33. https://eric.ed.gov/?id=EJ756817
30. Wolters CA. Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective. Journal of Educational Psychology. 2003; 95 (1): p. 179-187. https://psycnet.apa.org/record/2003-01605-016
31. Johnson DP, Slaney RB. Perfectionism: Scale development and a study of perfectionistic clients in counseling. Journal of College Student Development. 1996; 37 (1): p. 29-41. https://psycnet.apa.org/record/1996-94176-003
32. Van Wyk L. The relationship between procrastination and stress in the life of the high school teacher: University of Pretoria; 2006. https://repository.up.ac.za/handle/2263/29333
33. Lay CH, Burns P. The role of trait procrastination and its interaction with optimism. Journal of Social Behavior and Personality. 1991; 6 (3): p. 605-617. https://www.researchgate.net/profile/Clarry_Lay/publication/272827806_Intentions_and_behavior_in_studying_for_an_examination_The_role_of_trait_procrastination_and_its_interaction_with_optimism/links/54f0a7af0cf2f9e34efd011b.pdf
34. Shehni Yailagh M, Salamati A, Mehrabizadeh Honarmand M, Haghighi, J. Investigating the prevalence of procrastination and the effect of cognitive-behavioral therapy methods and behavior management on its reduction in high school students in Ahvaz city. Journal of Educational Sciences and Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz. 2006; 13 (3): p. 1-30. [Persian] https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=68279
35. Bliss E.C. Getting things done: the abcs of time management; Scribner; New York, USA; 1991. [Persian]. https://www.goodreads.com/fa/book/show/31163855.
36. Bundy C. Changing behaviour: Using motivational interviewing techniques. Journal of the Royal Society of Medicine. 2004; 97 (Suppl 44): 43. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1308798/
37. Hudec JC. Individual counseling to promote physical activity. 1999. https://era.library.ualberta.ca/items/732cb0f1-c893-474d-a860-f98ea6640c85/view/15a4f354-fa04-4807-8f30-dfb253e1415c/NQ46854.pdf
38. Ginsburg JI. Using motivational interviewing to enhance treatment readiness in offenders with symptoms of alcohol dependence: Carleton University; 2000. https://curve.carleton.ca/system/files/etd/a6234e48-b7fe-423f-a7ca-31bbe33ad103/etd_pdf/5fcf6d370cb79c009688c30a6fc62457/ginsburg-usingmotivationalinterviewingtoenhancetreatment.pdf
39. Miller W, Rollnick S. Motivational interviewing: Preparing people for change 2002 2nd ed. New York. NY Guilford Press. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&lr=lang_en&as_sdt=0%2C5&q=Motivational+interviewing%3A+Preparing+people+for+change+%282nd+Ed.%29.+New+York%3A+Guilford.&btnG=
40. Rollnick S, Miller WR, Butler C. Motivational interviewing in health care: Helping patients change behavior: Guilford Press; 2008. https://books.google.com/books?hl=en&lr=lang_en&id=njcm0V_IprEC&oi=fnd&pg=PP1&dq=vational+interviewing+in+health+care:+helping+patients+change+behavior:+Guilford+Press.&ots=WzIjBxCN3f&sig=QtcHsvD9E6wuM5tBhn6zYnUB1yo#v=onepage&q=vational%20interviewing%20in%20health%20care%3A%20helping%20patients%20change%20behavior%3A%20Guilford%20Press.&f=false
41. Sheldon LA. Using motivational interviewing to help your students. Thought & Action. 2010: 153. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&lr=lang_en&as_sdt=0%2C5&q=Using+motivational+interviewi

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]

ng+to+help+your+students.+Thought+%26+Action%2C+153.+&btnG=
42. Baharvand Ahmadi M, Siraj Khorami N. The effectiveness of motivational interviews on reducing procrastination and promoting the motivation of female students in special schools in Andimeshk secondary school. 5th National Conference on New Positive Psychology, Bandar Abbas, Farhangian University, 2019. [Persian] https://www.tpbin.com/article/79867
43. Jalali Sh, Poursharifi H. The effect of group motivational interviews on students' academic procrastination. Iranian Psychological Association Congress, 2017. [Persian] https://www.sid.ir/fa/seminar/ViewPaper.aspx?ID=92605
44. Pouyan G, Forouzandeh E. Effectiveness of motivational interviews on procrastination of male adolescents in Isfahan Secondary School. 2nd National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies, Tehran, Soroush Hekmat Mortazavi Islamic Studies and Research Center, Mehr Arvand Higher Education Institute,Center for Sustainable Development Strategies, 2016. [Persian] https://civilica.com/doc/394699/
45. Hosseini S, Qader Marz H, Almasi M, Sedigh Ghaderi M. The effectiveness of cognitive education promoting hope on reducing educational procrastination for high school boys. Quarterly Journal of Educational and School Studies.2015; 3 (4): p. 49-65. [Persian] http://pma.cfu.ac.ir/article_500_5c59a265feaf186bda0bb191ba2997b9.pdf
46. Bahrami F, Asadzadeh H, Shariati Nia N. (Dissertation). Investigating the effectiveness of motivational counseling on procrastination of high school girls in Isfahan. Allameh Tabatabaei University, 2011. [Persian] http://www.icnc.ir/index.aspx?pid=966&metadataId=1591ca53-d734-47f8-b6df-eba4ff2ff5bb
47. Atkinson C, Woods K. Motivational interviewing strategies for disaffected secondary school students: A case example. Educational Psychology in Practice. 2003; 19 (1): p. 49-64. https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0266736032000061206
48. Delavar A. Research methods in educational sciences and psychology. Tehran: Arasbaran Publishing, 2007. [Persian] https://www.adinehbook.com/gp/product/9646184022
49. Lay CH. At last, my research article on procrastination. Journal of Research in Personality. 1986; 20 (4): p. 474-95. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0092656686901273
50. Hosseinzadeh M. (Dissertation). Investigating the relationship between academic procrastination, perfectionism, anxiety and stress management methods among students of Islamic Azad University of Mashhad. 2009. [Persian] https://ganj.irandoc.ac.ir/#/search?basicscope=1&keywords.
51. Sirois FM. “I’ll look after my health, later”: A replication and extension of the procrastination–health model with community-dwelling adults. Personality and Individual Differences. 2007; 43 (1): p. 15-26. https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886906004454
52. Fields A. Resolving patient ambivalence: A five session motivational interviewing intervention Portland, Or.: Hollifield Associates; 2006. https://scholar.google.com/scholar?hl=en&lr=lang_en&as_sdt=0%2C5&q=Resolving+patient+Ambivalence%3A+A+Five+Session+Motivational+Interviewing+Intervention.+Hollifield+Associates.&btnG=
53. Jenaabadi H, Elsa Zadeghan A, Nemati M. The effectiveness of motivational interviewing on enhancing self-efficacy and improving self-concept in high schools underachievement students. Journal of Educational Psychology Studies. 2015; 12 (21): p. 43-62. [Persian] https://jeps.usb.ac.ir/article_2156.html

[Downloaded from socialworkmag.ir on 2026-11-23]

DOR: 20.1001.1.1735451.1401.11.1.1.8]