

اثربخشی آموزش مصاحبه انگیزشی بر نظمجویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان

سجاد پناهی فر^{*}، زیلا ماهری نوریانی

چکیده

مقدمه: مصاحبه انگیزشی روشی مراجعه محور به منظور افزایش انگیزه درونی برای تغییر دوسوگراپی است. نظمجویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی با انگیزش مرتبط و از مشکلات دانشجویان دارای افت تحصیلی است. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش مصاحبه انگیزشی بر نظمجویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان بود.

روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع شبه آزمایشی با پیش‌آزمون- پس‌آزمون و گروه گواه بود. جامعه‌ی آماری پژوهش تمامی دانشجویان با افت تحصیلی دانشگاه علوم پزشکی تهران در سال - تحصیلی ۱۳۹۸-۹۹ بودند. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده ۳۰ نفر از دانشجویانی که دارای افت تحصیلی بودند انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) گمارده شدند. پرسشنامه‌های استاندارد نظمجویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی به عنوان پیش‌آزمون در مورد هر دو گروه اجرا شد. آموزش مصاحبه انگیزشی روی گروه آزمایش در ۸ جلسه اعمال شد. در پایان این دوره هر دو گروه پرسشنامه‌های فوق را به عنوان پس‌آزمون تکمیل کردند. داده‌ها با استفاده از تحلیل کواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج: یافته‌های توصیفی میانگین (انحراف معیار) در متغیر نظمجویی شناختی در مرحله‌ی پیش‌آزمون گروه آزمایش $51/23 \pm 5/72$ و پس‌آزمون $59/5/12 \pm 5/75$ (P=۰/۰۰۲, F=۱۴/۳۸) و در متغیر درگیری تحصیلی در مرحله‌ی پیش‌آزمون گروه آزمایش $89/5 \pm 33/75$ و پس‌آزمون گروه آزمایش $88/5 \pm 46/96$ به دست آمد (P=۰/۰۰۲, F=۱۲/۷۹).

نتیجه‌گیری: با توجه به اثربخشی آموزش مصاحبه انگیزشی پیشنهاد می‌شود در جهت بهبود وضعیت تحصیلی، نظمجویی شناختی هیجان دانشجویان استفاده گردد.

واژه‌های کلیدی: مصاحبه انگیزشی، نظمجویی شناختی هیجان، درگیری تحصیلی، دانشجویان

مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی / آذر ۱۴۰۰؛ ۲۱ (۴۴): ۴۴۳ تا ۴۵۱

مقدمه

در مراحل زندگی، انسان با دامنه وسیعی از رویدادهای و نویسنده مسؤول: سجاد پناهی فر، دانشجوی دکترای روانشناسی، مدرس دانشگاه امام علی(ع)، تهران، ایران. s.panahi62@gmail.com
زیلا ماهری نوریانی، دانشجوی دکترای مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی سنتندج، سنتندج، ایران. (zhila.maheri@gmail.com)
تاریخ دریافت مقاله: ۴۰/۰۲/۳۱، تاریخ اصلاحیه: ۴۰/۰۶/۱۰، تاریخ پذیرش: ۴۰/۰۷/۴

طریق کشف، شناسایی حل تردیدها است(۱۱). مصاحبه انگیزشی روشی خاص است که به افراد برای شناخت مشکلات بالقوه‌شان و اقدام برای حل آنها کمک می‌کند(۱۲). با استفاده از این توانایی‌ها دانش‌آموزان می‌توانند با شرایط گوناگون زندگی و موقعیت‌های جدید سازگار شوند. انگیزه باعث برانگیخته شدن علاقه و تمایل بیشتر، جستجو، کنجدکاوی، کشف ایده‌های نوین، گسترش، باور و اندیشه عمل می‌گردد(۱۳). بر اساس مطالعات اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر افزایش خودکارآمدی و خودپنداره دانش‌آموزان کم‌پیشرفت مدارس متوسطه(۱۴)، افزایش مهارت حل مسئله(۱۱)، کاهش اهمال‌کاری(۱۵) و افزایش انگیزه پیشرفت(۱۶) دانش‌آموزان نشان داده شده است.

بر مبنای پشتوانه نظری و پژوهشی که به بعضی از آنها اشاره شد، مصاحبه انگیزشی با یادگیری آموزشگاهی ارتباط دارد(۱۷). تمرکز بیشتر پژوهش‌های قبلی به طور عمده بر کاهش اهمال کاری بوده و تغییرات سایر متغیرهای مرتبط با آن از جمله نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی را مورد توجه قرار نداده‌اند. بیشتر پژوهش‌ها نیز در جامعه دانش‌آموزی صورت گرفته و در جامعه دانشجویان پژوهش‌های محدود و احتمالاً نارسانی صورت گرفته است. همچنین روابط بین متغیرهای بالا به جای بررسی رابطه علت و معلولی به صورت همبستگی بررسی شده است. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مصاحبه انگیزشی بر نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان انجام شد و از حیث نمونه، روش و اهداف با پژوهش‌های قبلی متفاوت است.

روش‌ها

پژوهش حاضر از نوع شبه آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه گواه بود. جامعه‌ی آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران در

کلیدی و تعیین‌کننده در بهزیستی روانی و کارکرد اثربخش است(۳). توانایی نظم‌جویی هیجان در سازگاری با رویدادهای تنفس‌زای زندگی نقش اساسی ایفا می‌کند(۴)، از این طریق فرد هیجانات خود را برای پاسخ مناسب به خواسته‌های محیطی به طور هشیار یا ناهشیار تعدیل و تنظیم می‌کند(۵). راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان، فرآیندهای شناختی هستند که افراد برای مدیریت اطلاعات هیجان‌آور و برانگیزانده به کار می‌گیرند؛ بنابراین، افکار و شناخت در توانایی مدیریت، نظم‌جویی و کنترل احساسات و هیجان‌ها بعد از تجربه‌ی یک رویداد تغییرگذشترا نقش بسیار مهمی دارند(۳). تنظیم هیجان عامل مهمی در تعیین سلامتی و داشتن عملکرد موفق در تعامل‌های اجتماعی است و نقص در آن با اختلال‌هایی مانند افسردگی، اضطراب، انزوای اجتماعی(۶) و بزهکاری، ناسازگاری و رفتار پرخاشگرانه ارتباط دارد(۷). درگیری تحصیلی با علایق یادگیرندگان، دلبستگی به کلاس درس، انگیزش پیشرفت، خودتنظیمی یادگیری، تعهد برای یادگیری و یا سرمایه‌گذاری انرژی در یادگیری در ارتباط است. مناسب است که درگیری تحصیلی با چنین پیچیدگی به عنوان هدف تلاش‌های تربیتی و تجربه آموزشی یادگیرندگان بهکار رود(۸). درگیری تحصیلی بر عدم تلاش و پایداری دلالت دارد و به صورت انفعایی، فقدان ابتکار، کمبود تلاش و رها کردن فعالیت بروز می‌کند و نشان‌دهنده هیجانات منفی، ناکامی و عصبانیت و احساس فشار در فعالیت (مانند اضطراب) است(۹). درگیری تحصیلی کیفیت تلاشی است که دانشجویان صرف فعالیت‌هایی هدفمند می‌کنند تا در دستیابی به نتایج مطلوب نقش مستقیم داشته باشند(۱۰) و به عنوان تعامل یا هم‌جوشی رفتار، هیجان و شناخت در فرآیند یادگیری نیز تعریف می‌شود(۸).

از طرفی دیگر انگیزه یکی از عوامل اصلی در عملکرد تحصیلی است. مصاحبه انگیزشی روشی مراجعه محور، به منظور تقویت و افزایش انگیزه درونی برای تغییر از

(IBM,NY,USA) استفاده شد. در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد: Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (Regulation Questionnaire) شناختی هیجان از پرسشنامه گارنفسکی (Garnefski) و همکاران که برای ارزیابی شیوه‌های تفکر افراد بعد از تجربه یک موقعیت استرس زا و تهدیدکننده است، استفاده شد. این پرسشنامه دارای ۳۶ گویه و شامل ۹ زیر مقیاس است، که عبارتند از: خود سرزنش‌گری، سرزنش دیگری، نشخوار ذهنی، فاجعه انگاری، پذیرش، مرکز مجدد مثبت، مرکز مجدد بر برنامه‌ریزی، ارزیابی مجدد مثبت و دیدگاه پذیری. نمره‌گذاری سؤال‌ها در مقیاس ۵ درجه ای لیکرت (از هرگز "نمره ۱" تا همیشه "نمره ۵") نمره‌گذاری می‌شود. نمره هر راهبرد می‌تواند بین ۴ تا ۲۰ و نمره کل بین ۳۶ تا ۱۸۰ قرار بگیرد. اعتبار مقیاس توسط سازندگان مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ و گزارش و روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی تأیید شده است(۳). در ایران این پرسشنامه هنجاریابی و دامنه آلفای کرونباخ برای خرد مقیاس‌ها ۰/۹۲ تا ۰/۷۶ گزارش شد و روایی مقیاس نیز به روش با روش تحلیل عاملی تأییدی گزارش شده است(۱۸).

مقیاس درگیری تحصیلی ریو و تسنگ (Riew & Tesang) (۲۰۱۱): این پرسشنامه مشتمل بر چهار مؤلفه رفتاری (۵ ماده)، شناختی (۸ ماده)، عاطفی (۴ ماده) و عاملیت (۵ ماده) است. ماده‌ها با مقیاس لیکرت ۷ درجه ای از کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۷ نمره‌گذاری شده است. حداقل نمره در این پرسشنامه ۱۵۴ و حداقل ۲۲ به دست می‌آید. اعتبار این مقیاس به روش همبستگی درونی محاسبه و ضرایب آلفای کرونباخ مؤلفه‌های بالا به ترتیب ٪/۹۴، ٪/۸۸ و ٪/۸۲٪ گزارش شده است. روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی تأیید شده است(۲۰). در ایران اعتبار مؤلفه‌های بالا به ترتیب مؤلفه ۸۶٪، ۸۸٪، ۸۱٪ و ۷۸٪ به دست آمد و روایی با روش

سال تحصیلی ۹۹-۱۴۰۸ بود که دارای افت تحصیلی بودند. براساس گزارش مرکز مشاوره تعداد این دانشجویان ۲۷۳ نفر بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده ۳۰ نفر از دانشجویان انتخاب و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) گمارده شدند. روش نمونه گیری بدین صورت بود از بین دانشجویانی که به دلیل گزارش مشکلات تحصیلی و بی انگیزگی در دانشگاه به مرکز مشاوره دانشگاه مراجعه کرده بودند، ۳۰ نفر به طور تصادفی براساس شماره دانشجویی انتخاب شدند. تمامی ملاحظات اخلاقی در این پژوهش رعایت شده است؛ به طوری که هم رضایت کتبی تمام دانشجویان اخذ شد و از اهمیت موضوع و محروم‌مانه ماندن اطلاعاتشان گفته شد. همچنین قبل از اجرا مجوزهای کتبی لازم از بخش حراست دانشگاه گرفته شد و پرسشنامه‌ها مورد تأیید قرار گرفت. سپس پرسشنامه‌های نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی به عنوان پیش‌آزمون در مورد هر دو گروه اجرا شد. آموزش مصاحبه انگیزشی در ۸ جلسه به شرحی که ذکر خواهد شد، در مورد گروه آزمایش اجرا شد. گروه گواه برای دریافت مداخله در لیست انتظار قرار گرفت که در پایان دوره تحقیق مداخله مذکور درباره آنها نیز به اجرا درآمد. پس از اتمام دوره مداخله درباره گروه آزمایش، هر دو گروه پرسشنامه‌های فوق را به عنوان پس‌آزمون تکمیل کردند. معیارهای ورود به پژوهش عبارت بودند از: دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی تهران، اعلام رضایت برای شرکت در پژوهش، توانایی شرکت در جلسات مداخله گروهی، عدم شرکت در جلسات آموزشی و درمانی دیگر به صورت همزمان و خروج از طرح عدم تمایل به ادامه همکاری توسط دانشجویان، غیبت بیش از ۱ جلسه در جلسات مداخله و عدم تکمیل پرسشنامه‌ها بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های جمع‌آوری شده از روش آماری تحلیل کواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS-23

تحلیل عاملی تأییدی بررسی و تأیید شده است(۱۹).
-آموزش مصاحبه انگلیزشی:

جدول ۱: خلاصه محتوای جلسات آموزش مصاحبه انگیزشی

جلسه	محتوای آموزشی
اول	معرفی اعضاء، آشنایی با مدرس دوره، بیان انتظارات گروه و اعضا از یکدیگر، شرح قوانین گروه، توضیح برنامه آموزشی، آشنایی با مفهوم الگیزش
دوم	آموزش فرایند و مراحل تغییر: این جلسه به دانشجویان کمک می‌کند تا از ضرورت و احساس نیاز بپرونی به سمت تمايل درونی برای تغییر حرکت کنند.
سوم	(شفاف‌سازی احساسات) با استفاده از تکنیک‌های سبک همدلانه، گوش دادن انعکاسی، درک دقیق، پذیرش و احترام و مدارا کردن با مقاومت مراجع امکان می‌یابد
چهارم	جلسه بر محور دو سوگیرایی مراجع: چیزهای خوب و چیزهای نه چندان خوب در خصوص رفتار مرکز است، این کار فراهم کننده زمینه ای برای توسعه، گسترش و افزایش آگاهی از خطرات، از طریق سنجیدن هزینه‌ها و پاداش‌های رفتار فرد است.
پنجم	بر توانایی مراجع در ارزیابی و سنجش میزان خودکارآمدی برای تغییر تأکید دارد. تکنیک‌های مورد استفاده در این جلسه عبارتند از تمرين بارش ذهنی و حل مسئله به منظور ترسیم نمودار سود و زیان کوتاه مدت و بلند مدت قبل از تصمیم گیری ارزش‌ها: ارزش‌ها، استانداردها، کیفیت‌ها و ویژگی‌هایی هستند که به تعیین و برقراری هدف و جهت اهداف و فعالیت‌ها کمک می‌کنند. وقتی فردی ارزش‌ها را شناسایی کرد، این قدرت را دارد که فشار و نیروی قابل ملاحظه ای را اعمال و بر رفتار خویش تأثیر گذارد.
ششم	این بینش باعث افزایش رضایتمندی، انرژی، عزت نفس و متعاقب آن کاهش اضطراب به ویژه اضطراب‌های موقعیتی نظری اضطراب امتحان در مراجع خواهد شد، تکنیک‌های مورد استفاده در این جلسه تمرين ارزش‌ها است که شامل چهار مرحله است: مرحله اول شناسایی و علامت گذاری ارزش‌هایی که بیشترین اهمیت را برای آنان دارد، مرحله دوم انتخاب ۶ ارزش مهم و اصلی، مرحله سوم اولویت بندی این شش ارزش، مرحله چهارم تعاریف هر ارزش از نظر مراجع
هشتم	شناخت موقعیت‌های عامل بی انگیزگی، و شیوه‌های مقابله با آن، بازنگاری مشکل، کمک به مراجع در حل نگرانی‌ها و شیوه‌های مقابله با آن، قصد تغییر و خوشبینی

نتائج

گروه در گروههای آزمایش و کنترل در مرحله پیشآزمون از نظر نظمجویی شناختی و درگیری تحصیلی تفاوت معناداری نداشتند ($P=0.17$)، در مرحله پس آزمون از نظر هر دو متغیر $X^2 = 0.85$ ، ($P=0.40$). تفاوت معناداری، نداشتند ($P=0.08$)،

بنابراین می‌توان گفت که نمره نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی، آزمودنی‌ها در گروه آزمایش افزایش

نتایج یافته‌های توصیفی میانگین (انحراف معیار) در متغیر نظم‌جویی شناختی در مرحله‌ی پیش‌آزمون گروه آزمایش $51/22 \pm 5/72$ و گروه کنترل $42/87 \pm 5/40$ و در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش $59/12 \pm 5/75$ و گروه کنترل $6/41 \pm 6/24$ و در متغیر درگیری تحصیلی در مرحله پیش‌آزمون گروه آزمایش $89/53 \pm 5/75$ و گروه کنترل $51/31 \pm 5/75$ و در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش $68/46 \pm 5/96$ و گروه کنترل $82/74 \pm 5/75$ به دست آمد. براساس محاسبه آزمون خی دو بین این دو

هیجان در جدول ۲ نشان داده شده است. همان‌گونه که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، در متغیر نظم‌جویی شناختی هیجان، دو گروه در پس آزمون با نسبت $F=14/38$, $P<0.01$, در سطح 0.05 ، با هم تفاوت معناداری داشتند.

نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در متغیر درگیری تحصیلی در جدول ۳ نشان داده شده است ($P=0.002$).

جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف اسمیرنف استفاده شد، نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنف برای نظم‌جویی شناختی هیجان 0.21 و برای درگیری تحصیلی 0.29 به دست آمد که در سطح 0.05 معنادار نشد و حاکی از نرمال بودن توزیع متغیرهای پیش آزمون بود. نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در متغیر نظم‌جویی شناختی

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس در متغیر نظم‌جویی شناختی هیجان

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F	سطح معناداری
پیش آزمون	۶۹/۲۷	۱	۶۹/۲۷	۱/۱۳	۰/۲۱
گروه‌ها	۸۸۱/۴۹	۱	۸۸۱/۴۹	۱۴/۳۸	۰/۰۰۲
خطا	۱۶۵۵/۱۲	۲۷	۶۱/۳۰		

انگیزشی به دانشجویان گروه آزمایش، این گروه به طور معناداری بیشتر از گروه گواه به سؤالات آزمون حل مساله پاسخ داده‌اند. بنابراین آموزش مصاحبه انگیزشی بر درگیری تحصیلی دانشجویان تأثیر دارد ($P=0.002$).

همان‌گونه که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، در متغیر درگیری تحصیلی دو گروه در پس آزمون با نسبت $F=12/79$, $P<0.01$, در سطح 0.05 ، با هم تفاوت معناداری داشته‌اند، یعنی پس از ارائه جلسات آموزش مصاحبه

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس در متغیر درگیری تحصیلی

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F	سطح معناداری
پیش آزمون	۶۱/۸۵	۱	۶۱/۸۵	۱/۰۷	۰/۱۹
گروه‌ها	۷۸۱/۶۳	۱	۷۸۱/۶۳	۱۲/۷۹	۰/۰۰۲
خطا	۱۵۶۷/۲۹	۲۷	۵۹/۵۲		

یافته‌های پژوهش‌های پیشین که نشان دادند مصاحبه انگیزشی با یادگیری آموزشگاهی ارتباط دارد (۱۸) و موجب افزایش خودکارآمدی و خودپنداره دانش‌آموزان کم‌پیشرفت مدارس متوسطه (۱۵)، افزایش مهارت حل مسئله (۱۶) و کاهش اهمال‌کاری دانش‌آموزان (۱۷) می‌گردد، همسو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که در جلسات مداخله به دانشجویان کمک شد تا از

بحث پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر مصاحبه انگیزشی بر نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران در سال ۹۹-۱۳۹۸ انجام شد. نتایج نشان داد آموزش مصاحبه انگیزشی بر نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان تأثیر دارد. این یافته با نتایج

برای انجام آن تکلیف وجود نداشته باشد(۸). باورهای مرتبط با شایستگی تحصیلی، ارزش‌های تحصیلی و اهداف تحصیلی سازه‌های زیربنایی درگیری تحصیلی یا بی میلی در کلاس درس هستند(۹) و بر اساس نتایج این پژوهش با بهبود انگیزه دانشجویان درگیری تحصیلی آنان نیز افزایش یافت.

همچنین مطالعات نشان داده‌اند که تنظیم هیجانی مطلوب در فرآگیران با عملکرد خوب تحصیلی، مولد بودن، رفتار مناسب کلاسی رابطه مثبت دارد(۴). مؤلفه‌های سازگارانه تنظیم هیجان فرآیندهایی هستند که به افراد در افزایش، کاهش و یا حفظ مؤلفه‌های هیجانی، رفتاری و شناختی کمک می‌کند. دانشجویانی که از مهارت‌های شناختی تنظیم هیجانی برخوردار هستند، می‌توانند به خوبی هیجان‌ها منفی را کاهش دهند و یا مهار کنند و بین تنظیم هیجان با کاهش آسیب رساندن به خود و کاهش نشانه‌های افسردگی، اضطراب و استرس ارتباط معنادار وجود دارد(۳). موقعیت‌های تحصیلی نیز پر از کشاكش است که ممکن است تهدیدی برای بهزیستی هیجانی دانشجویان محسوب گردد. بنابراین برخورداری از مهارت تنظیم هیجان علاوه بر تأثیر کلی که می‌تواند بر بهبود کیفیت زندگی دانشجویان داشته باشد، در بهبود وضعیت تحصیلی و کاهش افت تحصیلی نیز می‌تواند سهم عمده‌ای داشته باشد.

این پژوهش با محدودیت‌هایی مواجه بود از جمله: حجم کم نمونه و این که نمونه پژوهش محدود به دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی تهران که دارای افت تحصیلی و مراجعه کننده به مرکز مشاوره دانشگاه بودند؛ بنابراین نمی‌توانیم ادعا کنیم که یافته‌های ما قابل تعمیم به سایر جوامع با زمینه‌های گوناگون است. انجام پژوهش‌های دیگر به خصوص در جوامع دیگر از جمله، دانش‌آموزان سایر مقاطع و دانشجویان پیشنهاد می‌شود. یافته‌های حاصل از خودگزارشی مقطعی است. هرچند، روش‌های خودگزارشی در کشف ارزش‌ها و نیازهای ادراک شده

ضرورت و احساس نیاز بیرونی به سمت تمایل درونی برای تغییر حرکت کنند و با استفاده از تکنیک‌های سبک همدلانه، گوش دادن انعکاسی، درک دقیق، پذیرش و احترام و مدارا کردن با مقاومت مراجع احساسات خود را مبنی بر تحت فشار و اجبار بودن برای تغییر را به هر شکلی برونو ریزی و تخلیه کنند (شفاف‌سازی احساسات). با آموزش این برنامه‌ی آموزشی، انگیزه فرد در انجام تکالیف تحصیلی و کسب پیامدهای مثبت و درگیری تحصیلی دانشجو افزایش می‌یابد و با نتایج تحقیق اشرف زاده و همکاران(۱۱) که تأثیر آموزش مهارت‌های تنظیم احساس را در جهت بهبود عملکرد تحصیلی فرآگیران نشان داد، همسو است.

همچنین در آموزش مصاحبه انگیزشی تلاش شد انگیزه‌های لازم برای کسب پیامدهای مثبت در دانشجویان ایجاد شود. همچنین در جریان مداخله دانشجویان با بهکارگیری تکنیک‌های ارائه شده از جمله شناسایی ارزش‌ها، نسبت به یادگیری برانگیخته شدند و بدین ترتیب توانستند بر رفتار خویش تأثیر گذاشته و آن را هدایت کنند و در مورد فرآیندهای تصمیم گیری، بینش به دست آورند. این بینش باعث افزایش رضایتمندی، انرژی، عزت نفس و متعاقب آن کاهش اضطراب به ویژه اضطراب‌های موقعیتی در محیط آموزشی در دانشجویان می‌شود(۲۰). بدین ترتیب با شناسایی ارزش‌ها و افزایش انگیزه در جلسات آموزشی موجب بهبود نظم‌جویی شناختی هیجان و درگیری تحصیلی دانشجویان شد.

یکی از مهمترین متغیرهای انگیزشی موثر در یادگیری و پیشرفت فرآگیران، درگیری فعال در محیط آموزشی است. با شناخت موقعیت‌های عامل بی‌انگیزگی و شیوه‌های مقابله با آن، بازشناسی مشکل، کمک به مراجع در حل نگرانی‌ها و شیوه‌های مقابله با آن، قصد تغییر و خوشبینی، سعی شد یادگیرنده طوری به تکلیف یا فعالیت متعهد شود که تمام اندیشه‌ی و منابع درونی خود را برای انجام آن بسیج کند و بتواند بر تکلیف پافشاری کند حتی اگر هیچ پاداش بیرونی

می‌برند و بدین ترتیب هیجانات خود را برای پاسخ متناسب به خواسته‌های محیطی به طور هشیار یا ناهشیار تعديل و تنظیم می‌کنند. آموزش مصاحبه انگیزشی سبب می‌شود که درگیری تحصیلی در دانشجویان افزایش یابد و آنان به قابلیت‌های خود اطمینان و تکالیف مشکل را به عنوان چالش در نظر می‌گیرند و اطمینان پیدا می‌کنند که می‌توانند موقعیت‌های تهدیدآمیز را تحت کنترل خود درآورند. چنین برداشتی نسبت به قابلیت‌ها، تنبیگ‌ها را کاهش داده و منجر به بهبود عملکرد تحصیلی در یادگیرندگان می‌گردد. همچنین مشاوران تحصیلی و روان‌شناسان تربیتی می‌توانند از این بسته آموزشی برای کمک به دانشجویان و مراجعان خود استفاده کنند.

قدر دانی

این پژوهش با مجوز دانشگاه علوم پزشکی تهران و دارای کد اخلاق REC. TEHRAN. 1398. 017. IR. از این دانشگاه است. از تمامی دانشجویان شرکت کننده که با شکایه، در این پژوهش همکاری کردند، قدردانی، می‌شود.

توجیهی پذیر هستند، اما همراه بودن مشاهدات رفتاری، عملکرد و پیامدهای انطباقی تبیین کامل‌تری از این ساختارها و شیوه عملکرد آن‌ها فراهم می‌نماید. از این‌رو، پژوهش‌های طولی و همچنین انکا به اطلاعات چندگانه که متغیرهای موردنظر را از چشم‌اندازی پویا‌تر مورد مطالعه قرار دهد، می‌تواند مفید واقع شود. همچنین عدم همسانی دو گروه از نظر مقیاس هوش، از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود.

نتیجہ گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که با آموزش مصاحبه انگیزشی به طور معنا داری درگیری تحصیلی و نظم جویی شناختی هیجان دانشجویان افزایش می‌یابد. پیشنهاد می‌شود از این برنامه‌ی آموزشی برای افرادی که با آموزش و یادگیری سروکار دارند استفاده شود. مدرسان می‌توانند با تأکید بر مصاحبه انگیزشی موجب افزایش نظم جویی شناختی یادگیرندگان گردند، با بهبود نظم جویی شناختی هیجان یادگیرندگان در برخورد با محركهای استرس‌زا، کارکردهای سازگارانه را بکار

منابع

1. Garnefski N, Koopman H, Kraaij V, Cate RT. Brief Report: Cognitive Emotion Regulation Strategies and Psychological Adjustment In Adolescents With A Chronic Disease. *J Adolesc.* 2009; 32(2): 449-454.
 2. Amstadter A. Emotion Regulation and Anxiety Disorders. *Journal of Anxiety Disorders.* 2017; 22(2): 211-221.
 3. Garnefski N, Kraaij V, Spinhoven P. Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation And Emotional Problems. *Personality and Individual Differences.* 2001; 30(8): 1311-1327.
 4. Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking Rumination. *Perspect Psychol Sci.* 2008; 3(5): 400-24.
 5. Aldao A, Nolen-Hoeksema S, Schweizer S. Emotion-Regulation Strategies Across Psychopathology: A Meta-Analytic Review. *Clin Psychol Rev.* 2010; 30(2): 217-37.
 6. Mitchell T, Zylowska L, Kollins S H. Mindfulness Meditation Training For Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Adulthood: Current Empirical Support, Treatment Overview, and Future Directions. *Cogn Behav Pract.* 2015; 22(2): 172-191.
 7. Tarver J, Daley D, Sayal K. Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd): An Updated Review of The Essential Facts. *Child Care Health Dev.* 2014; 40(6): 762-74.
 8. Moltafet GH, Taghavinia A, Evil A. [The Investigation of Relationship between Perception from Classroom and Academic Engagement with Mediator Role of Academic Motivation]. *Studies in Learning & Instruction.* 2020; 11(2): 115-134. [Persian]
 9. Hayat A, Esmi K, Rezaei R, Nabiee P. [The Relationship between Academic Emotions and Academic Performance of Medical Students of Shiraz University of Medical Sciences]. *Research in Medical*

- Education. 2017; 9 (4): 29-20. [Persian]
10. Richardson J, Long GL, Woodley A. Academic Engagement and Perception of Quality in Distance Education. Open Learning. 2003; 18(3): 223-244.
11. Ashrafzadeh S, Khezrimoghadam N, Manzari Tavakoli V. [Effectiveness of Motivational Interviewing on The Academic Self-Efficacy and Problem Solving of Female Students]. Journal of Psychoscience. 2017; 16(63): 413-428. [Persian]
12. Safaei Naeini K, Narimani M, Kazemi R, Musazadeh T. [The effectiveness of group motivational interviewing and emotion regulation training on reducing bullying behavior and burnout in adolescents using virtual social networks]. Educational Psychology. 2019; 15(51): 95-126. [Persian]
13. Webber KH, Tate DF, Quintiliani LM. Motivational Interviewing in Internet Groups: A Pilot Study for Weight Loss. J Am Diet Assoc. 2008; 108(6): 1029-32.
14. Jenaabadi H, ElsaZadeghan 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): 43-62. [Persian]
15. Hosseini S, Rezaei A, Kazemi S, Samani S. [The Effectiveness Of Motivational Interviewing On Academic Procrastination In Adolescents]. Psychological Models and Methods. 2020; 11(39): 81-94. [Persian]
16. Mehravar Gigloo Sh, Ojaghi Gigloo S. [The effectiveness of motivational interview on motivation, progress and well-being, cognitive psychology, students with learning disabilities]. Journal of Learning Disabilities. 2020; 10(1): 170-186. [Persian]
17. Hoemann K, Xu F, Barrett Lf. Emotion Words, Emotion Concepts, and Emotional Development In Children: A Constructionist Hypothesis. Dev Psychol. 2019; 55(9): 1830-1849.
18. Hasani J. [The Reliability and Validity of The Short Form Of The Cognitive Emotion Regulation Questionnaire]. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2011; 9(4): 229-240. [Persian]
19. Rabbani Z, Talepasand S, Rahimianboogar E, Mohammadifar M. [Relationship between Classroom Social Context and Academic Engagement: The Mediation Roles of Self-System Processes, Academic Motivation And Emotions]. Journal of Developmental Psychology. 2017; 14(53): 27-51. [Persian]
20. Hejazi E, Abedini Y. [Structural Model Relationship between Approach-Functional Objectives, Academic Engagement and Academic Achievement]. Journal of Psychology. 2009; 12(3): 332-348. [Persian]

An Investigation into Motivational Interview Training on Cognitive Regulation and Students' Academic Engagement

Sajjad Panahifar¹, Jila Maher Nouriani²

Sajjad Panahifar¹, Jila Maher Nouriani²

Abstract

Introduction: Motivational interview is a referential approach and guidance to enhance the internal motivation for change through discovery, identification, solving doubts, and bias. Cognitive regulation of academic excitement and conflict is related to motivation and is one of the problems of students with academic failure that can have negative and irreparable consequences for these students. This study endeavored to investigate the effectiveness of training of motivational interviewing training on cognitive-emotional ordering and academic engagement of students of Tehran University of Medical Sciences.

Methods: This study was a quasi-experimental, pre-test, post-test and control group. The population was all students of Tehran University of Medical Sciences in the academic year of 2019. Using randomized sampling method, 30 students were selected and randomly assigned to experimental (15 subjects) and control (15 persons) groups. Then, cognitive-emotional ordering questionnaires and educational conflict were used as a pre-test for both groups. Motivational interview training was applied to the experimental group in 6 sessions. At the end of the course, both groups completed the above questionnaires as a post-test. Data were analyzed using covariance analysis.

Results: The descriptive findings of the mean (standard deviation) for the cognitive regulation variable in the pre-test stage of the experimental group were 51.23 ± 5.72 , in the post-test was 75.12 ± 5.59 and for the academic engagement in the pretest stage of the experimental group was 75.33 ± 5.89 , and the posttest of the experimental group was 96.46 ± 5.68 ($P = 0.002$).

Conclusion: Regarding the effectiveness of motivational interview training, it is recommended to use the cognitive emotional order of students to improve their academic status.

Keywords: motivational interviewing, cognitive emotional or

Addresses:

¹. (✉) PhD student in psychology, lecturer at Imam Ali University, Tehran, Iran. Email:
s.panahi62@gmail.com

² PhD student in Family Counseling, Sanandaj Islamic Azad University, Sanandaj, Iran. Email:
zhila.maheri@gmail.com