مقاله پژوهشی

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

سجاد پناهی‌فر*، ژیلا ماهری نوریانی

چکیده

مقدمه: مصاحبه انگیزشی روشی مراجعه محور به منظور افزایش انگیزه درونی برای تغییر دوسوگرایی 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 ۹۹-۱۳۹۸ 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 پیش آزمون گروه آزمایش ۵/۷۲±۵۱/۲۳ و پس آزمون ۵/۵۹±۷۵/۱۲). (P=۰/۰۰۲, F=۱۴/۳۸) و در متغیر درگیری تحصیلی در مرحله‌ی پیش آزمون گروه آزمایش ۳۳/۸۹±۷۵/۵ و پس آزمون گروه آزمایش ۵/۶۸±۹۶/۴۶ 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 چالش‌زا سرو کار دارد. در این میان هیجان‌ها و چگونگی نظم‌جویی به آن‌ها نقش مهمی در فرایند سازش یافتگی دارند. نظم‌جویی هیجان شامل ایجاد پاسخ‌های هیجانی جدید یا تغییر آنها در خلال فرایندهای نظم‌جویانه است(۱). نظم‌جویی هیجان باعث کاهش، حفظ و یا افزایش یک هیجان می‌شوند(۲)، هم‌چنین نظم‌جویی هیجان عاملی

* **نویسنده مسؤول:** سجاد پناهی‌فر، دانشجوی دکترای روانشناسی، مدرس دانشگاه امام علی(ع)، تهران، ایران.s.panahi62@gmail.com

ژیلا ماهری نوریانی، دانشجوی دکترای مشاوره خانواده ،دانشگاه آزاد اسلامی سنندج، سنندج، ایران. (zhila.maheri@gmail.com)

تاریخ دریافت مقاله: ۴۰۰/۳/۳۱، تاریخ اصلاحیه: ۴۰۰/۶/۱۰، تاریخ پذیرش: ۴۰۰/۷/۴

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

کلیدی و تعیین‌کننده در بهزیستی روانی و کارکرد اثربخش است(۳). توانایی نظم‌جویی هیجان در سازگاری با رویدادهای تنش‌زای زندگی نقش اساسی ایفا می‌کند(٤)، ازاین طریق فرد هیجانات خود را برای پاسخ متناسب به خواسته‌های محیطی به طور هشیار یا ناهشیار تعدیل و تنظیم می‌کند(٥). راهبردهای نظم‌دهی شناختی هیجان، فرآیندهای شناختی هستند که افراد برای مدیریت اطلاعات هیجان‌آور و برانگیزاننده به کار می‌گیرند؛ بنابراین، افکار و شناخت در توانایی مدیریت، نظم‌جویی و کنترل احساسات و هیجان‌ها بعد از تجربه‌ی یک رویداد تنیدگی‌زا 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(٦) 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 انفعالی، 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 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، کنجکاوی، 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(١٤)، افزایش مهارت حل مسأله(۱۱)، کاهش اهمال‌کاری(۱۵) و افزایش انگیزه پیشرفت(١٦) 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 معدود و احتمالاً نارسایی 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

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

سال تحصیلی ۱۳۹۸-۹۹ 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 به‌طور 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 محرمانه 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 (IBM,NY,USA) استفاده شد. در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

مقیاس نظم‌جویی شناختی هیجان (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire): برای سنجش تنظیم 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، تمرکز مجدد مثبت، تمرکز 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") نمره گذاری می‌شود. نمره هر راهبرد می‌تواند بین ٤ تا ۲۰ و نمره کل بین ۳٦ تا ۱۸۰ قرار بگیرد. اعتبار مقیاس توسط سازندگان مقیاس به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ گزارش و روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی تأیید شده است(۳). در ایران این پرسشنامه هنجاریابی و دامنه آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌ها۰/۷٦ تا ۰/۹۲ 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(٤ ماده) و عاملیت (۵ ماده) است. ماده‌ها با مقیاس لیکرت ۷ درجه ای از کاملاً مخالفم= ۱ تا کاملاً موافقم=۷ نمره‌گذاری شده است. حداکثر نمره در این پرسشنامه ۱۵٤ و حداقل ۲۲ به‌دست می‌آید. اعتبار این مقیاس به روش همبستگی درونی محاسبه و ضرایب آلفای کرونباخ مؤلفه‌های بالا به ترتیب ۹٤٪، ۸۸٪، ۷۸٪ و ۸۲٪ گزارش شده است. روایی به روش تحلیل عاملی اکتشافی تأیید شده است(۲۰). در ایران اعتبار مؤلفه‌های بالا به ترتیب مؤلفه ۸٦٪، ۸۸٪، ۸۱٪ و ۷۸٪ به دست آمد و روایی با روش

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

تحلیل عاملی تأییدی بررسی و تأیید شده است(۱۹).

-آموزش مصاحبه انگیزشی:

خلاصه محتوای جلسات آموزشی مصاحبه انگیزشی در جدول ۱ آمده است.

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 انگیزش
دوم	آموزش فرایند و مراحل تغییر: این جلسه به دانشجویان کمک می‌کند تا از ضرورت و احساس نیاز بیرونی به سمت تمایل 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 سوگرایی مراجع: چیزهای خوب و چیزهای نه چندان خوب در خصوص رفتار متمرکز 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 تمرین بارش ذهنی و حل مسأله به منظور ترسیم نمودار سود و زیان کوتاه مدت و بلند مدت قبل از تصمیم گیری
ششم	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.
هفتم	این بینش باعث افزایش رضایتمندی، انرژی، عزت نفس و متعاقب آن کاهش اضطراب به ویژه اضطراب‌های موقعیتی نظیر اضطراب امتحان در مراجع خواهد شد، تکنیک‌های مورد استفاده در این جلسه تمرین ارزش‌ها است که شامل چهار مرحله است: مرحله اول شناسایی و علامت گذاری ارزش‌هایی که بیش‌ترین اهمیت را برای آنان دارد، مرحله دوم انتخاب ٦ ارزش مهم و اصلی، مرحله سوم اولویت بندی این شش ارزش، مرحله چهارم تعاریف هر ارزش از نظر مراجع
هشتم	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

نتایج

نتایج یافته‌های توصیفی میانگین (انحراف معیار) در متغیر نظم‌جویی شناختی در مرحله‌ی پیش‌آزمون گروه آزمایش ۵۱/۲۳±۵/۷۲ و گروه کنترل ۵۰/۸۷±۵/٤۲ و در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش ۷۵/۱۲±۵/۵۹ و گروه کنترل ٥١/٣٤±٦/٠٤ و در متغیر درگیری تحصیلی در مرحله‌ی پیش‌آزمون گروه آزمایش ۷۵/۳۳±۵/۸۹ و گروه کنترل ۷۵/۳۱±۵/۵۱ و در مرحله پس‌آزمون گروه آزمایش ۹٦/٤٦±۵/٦٨ و گروه کنترل ۷۵/۷٤±۵/۸۲ به دست آمد. براساس محاسبه آزمون خی دو بین این دو گروه در گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون از نظر نظم‌جویی شناختی و درگیری تحصیلی تفاوت معناداری نداشتند (P=۰/۱۷، X^2=۰/۸۵). در مرحله پس آزمون از نظر هر دو متغیر تفاوت معناداری داشتند (P= ۰/۰۰۸).

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

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

داشته است.

جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف اسمیرنف استفاده شد، نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنف برای نظم‌جویی شناختی هیجان ۰/۲۱ و برای درگیری تحصیلی۰/۲۹ به دست آمد که در سطح P< ۰/۰۵ معنادار نشد و حاکی از نرمال بودن توزیع متغیرهای پیش آزمون بود. نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در متغیر نظم‌جویی شناختی 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=۱٤/۳۸، در سطح P<۰/۰۱، با هم تفاوت معناداری داشتند.

نتایج تحلیل کواریانس گروه‌های آزمایشی و گواه در متغیر درگیری تحصیلی در جدول ۳ نشان داده شده است (P= ۰/۰۰۲).

جدول ۲: نتایج تحلیل کواریانس در متغیر نظم‌جویی شناختی هیجان

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F	سطح معنا داری
پیش آزمون	٦۹/۲۷	۱	٦۹/۲۷	۱/۱۳	۰/۲۱
گروه‌ها	۸۸۱/٤۹	۱	۸۸۱/٤۹	۱٤/۳۸	۰/۰۰۲
خطا	۱٦٥٥/۱۲	۲۷	٦۱/۳۰		

همان‌گونه که در جدول ۳ ملاحظه می‌شود، در متغیر درگیری تحصیلی دو گروه در پس آزمون با نسبت F= ۱۲/۷۹، در سطح P<۰/۰۱، باهم تفاوت معناداری داشته‌اند، یعنی پس از ارائه جلسات آموزش مصاحبه 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= /۰۰۲)).

جدول ۳: نتایج تحلیل کواریانس در متغیر درگیری تحصیلی

منابع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورها	نسبت F	سطح معنا داری
پیش آزمون	٦۱/۸٥	۱	٦۱/۸٥	۱/۰۷	۰/۱۹
گروه‌ها	۷۸۱/٦۳	۱	۷۸۱/٦۳	۱۲/۷۹	۰/۰۰۲
خطا	۱٥٦۷/۲۹	۲۷	٥۹/٥۲		

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 یافته‌های پژوهش‌های پیشین که نشان دادند مصاحبه انگیزشی با یادگیری آموزشگاهی ارتباط دارد(۱۸) و موجب افزایش خودکارآمدی و خودپنداره دانش‌آموزان کم‌پیشرفت مدارس متوسطه(۱٥)، افزایش مهارت حل مسأله(۱٦) و کاهش اهمال‌کاری دانش‌آموزان(۱۷) می‌گردد، هم‌سو است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که در جلسات مداخله به دانشجویان کمک شد تا از

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

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 برون‌ریزی 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 فراگیران 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 فراگیران، 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 انرژی و منابع درونی خود را برای انجام آن بسیج کند و بتواند بر تکلیف پافشاری کند حتی اگر هیچ پاداش بیرونی 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 فراگیران با عملکرد خوب تحصیلی، مولد بودن، رفتار مناسب کلاسی رابطه مثبت دارد(٤). 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 کشاکش 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 مراکز مشاوره دانشگاه بودند؛ بنابراین نمی‌توانیم ادعا کنیم که یافته‌های ما قابل‌تعمیم به سایر جوامع با زمینه‌های گوناگون است. انجام پژوهش‌های دیگر به‌خصوص 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 ادراک‌شده

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

توجیه‌پذیر هستند، اما همراه بودن مشاهدات رفتاری، عملکرد و پیامدهای انطباقی تبیین کامل‌تری از این ساختارها و شیوهٔ عملکرد آن‌ها فراهم می‌نماید. ازاین‌رو، پژوهش‌های طولی و همچنین اتکا 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.

نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که با آموزش مصاحبه انگیزشی به طور معنا داری درگیری تحصیلی و نظم‌جویی 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 نظم‌جویی شناختی یادگیرندگان گردند، با بهبود نظم‌جویی شناختی هیجان یادگیرندگان در برخورد با محرک‌های استرس زا، کارکردهای سازگارانه را بکار می‌برند و بدین ترتیب هیجانات خود را برای پاسخ متناسب به خواسته‌های محیطی به طور هشیار یا ناهشیار تعدیل 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، تنیدگی‌ها 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.

قدردانی

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

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

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

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]

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]

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

Sajjad Panahifar[1], Jila Maheri Nouriani[2]

Sajjad Panahifar[1], Jila Maheri Nouriani[2]

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

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-11-15]