

تحلیل مضمون ادراک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس

تاریخ ارسال: ۱۵ اردیبهشت ۱۴۰۳

تاریخ بازنگری: ۹ خرداد ۱۴۰۳

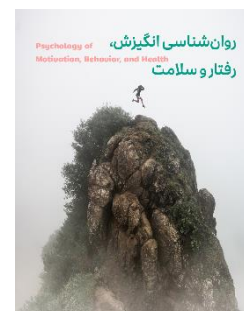
تاریخ پذیرش: ۱ تیر ۱۴۰۳

تاریخ چاپ: ۱۳ تیر ۱۴۰۳

۱. مینا قاسمی: گروه مشاوره توانبخشی، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، تهران، ایران

۲. مهدی فرزانه: گروه روان‌شناسی مثبت‌گرا، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: mehdi.farzaneh75@gmail.com



چکیده

هدف پژوهش حاضر، تحلیل مضمون ادراک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس و شناسایی عوامل درونی، بیرونی و زمینه‌ای مؤثر بر مشارکت آنان در این برنامه‌هاست. این پژوهش با رویکرد کیفی و روش تحلیل مضمون انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۱۹ دانش آموز دوره متوسطه از مدارس شهر تهران بودند که به صورت هدفمند انتخاب شدند. داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه ساختاریافته گردآوری شده و تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار NVivo ۱۰ استفاده شد و فرآیند کدگذاری شامل استخراج مفاهیم اولیه، شناسایی زیرمضامین و ادغام آن‌ها در قالب مقوله‌های اصلی بود. اعتبارسنجی داده‌ها از طریق بازبینی اعضا و تحلیل توسط چند پژوهشگر انجام شد. تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی سه مقوله اصلی شد: (۱) انگیزش درونی نسبت به برنامه‌ها، (۲) انگیزش بیرونی و فشارهای محیطی، و (۳) عوامل زمینه‌ای تقویت یا تضعیف انگیزش. هر مقوله دارای چندین زیرمقوله مانند حس رشد فردی، ترس از برچسب خوردگی، کیفیت اجرای برنامه‌ها و زبان قابل فهم بود. مشارکت‌کنندگان زمانی انگیزه بیشتری برای حضور فعال در برنامه‌ها داشتند که محیط امن، محتوا متناسب، تعامل مثبت و احترام متقابل در جلسات وجود داشت. درک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان، پدیده‌ای چندبعدی و وابسته به عوامل فردی، اجتماعی و ساختاری است. طراحی برنامه‌های مؤثر نیازمند توجه به نیازهای روان‌شناختی، تجربه زیسته، و فضای فرهنگی مدرسه است.

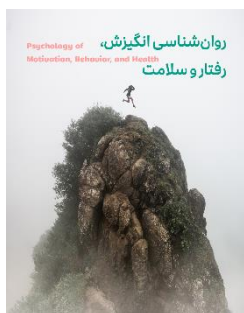
کلیدواژه‌گان: ادراک انگیزشی، سلامت روان، مدارس، دانش آموزان، تحلیل مضمون، انگیزش درونی و بیرونی

شیوه استناددهی: قاسمی، مینا، و فرزانه، مهدی. (۱۴۰۲). تحلیل مضمون ادراک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس. *روانشناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۱(۲)، ۸-۱.



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

A Thematic Analysis of Students' Motivational Perceptions Toward School-Based Mental Health Programs



1. Mina Ghasemi: Department of Rehabilitation Counseling, University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran
2. Mehdi Farzaneh*: Department of Positive Psychology, University of Shiraz, Shiraz, Iran

*Corresponding Author's Email: mehdi.farzaneh75@gmail.com

Submit Date: 24 April 2024

Revise Date: 29 May 2024

Accept Date: 21 June 2024

Publish Date: 3 July 2024

Abstract

The aim of this study was to explore students' motivational perceptions of school-based mental health programs and to identify internal, external, and contextual factors influencing their participation. This research employed a qualitative design using thematic analysis. Nineteen high school students from Tehran were selected through purposive sampling. Data were collected via semi-structured interviews and continued until theoretical saturation was reached. The data were analyzed using NVivo software through a process of initial coding, theme development, and categorization into main themes. Credibility was ensured through member checking and multiple-coder verification. Thematic analysis revealed three main categories: (1) intrinsic motivation toward programs, (2) extrinsic motivation and environmental pressures, and (3) contextual factors enhancing or weakening motivation. Each category included subthemes such as personal growth, fear of stigma, program implementation quality, and understandable language. Participants reported greater motivation when programs offered psychological safety, relevant content, respectful interaction, and peer support. Students' motivational perception of mental health programs is a multifaceted construct influenced by psychological, social, and institutional variables. Effective program design should address students' psychological needs, lived experiences, and school culture.

Keywords: *Motivational perception, mental health, schools, students, thematic analysis, intrinsic and extrinsic motivation*

How to cite: Ghasemi, M., & Farzaneh, M. (2023). A Thematic Analysis of Students' Motivational Perceptions Toward School-Based Mental Health Programs. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 1(2), 1-8.



© 2023 the authors. This is an open access article under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0) License.

در دهه‌های اخیر، افزایش نگرانی‌ها پیرامون سلامت روان کودکان و نوجوانان، توجه بسیاری از سیاست‌گذاران، مربیان، روان‌شناسان و والدین را به خود جلب کرده است. با توجه به شیوع روزافزون اختلالات روانی در میان دانش‌آموزان، از جمله اضطراب، افسردگی، مشکلات رفتاری و کاهش تاب‌آوری، مدارس به‌عنوان محیطی کلیدی برای مداخله زودهنگام و ارتقای سلامت روان در نظر گرفته شده‌اند (Weare & Nind, 2011). مدارس نه تنها بستری برای آموزش مهارت‌های شناختی هستند، بلکه نقشی بنیادین در شکل‌دهی به مهارت‌های اجتماعی، هیجانی و رفتاری دانش‌آموزان ایفا می‌کنند (Greenberg et al., 2017). در این میان، برنامه‌های سلامت روان مدرسه محور به‌عنوان مداخلاتی جامع و ساختاریافته طراحی شده‌اند تا با ارائه آموزش‌هایی در حوزه خودآگاهی، تنظیم هیجان، حل مسئله و مقابله با استرس، به ارتقای بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان کمک کنند (Durlak et al., 2011).

با وجود تأکید پژوهش‌ها بر اثربخشی این برنامه‌ها، یکی از چالش‌های جدی، میزان مشارکت و انگیزش دانش‌آموزان در این برنامه‌هاست. بسیاری از برنامه‌های سلامت روان مدرسه محور بدون در نظر گرفتن سطح درگیری انگیزشی دانش‌آموزان طراحی می‌شوند، در حالی که پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که ادراک و انگیزه دانش‌آموزان نسبت به محتوای آموزشی، تأثیر مستقیمی بر اثربخشی برنامه‌ها دارد (Eccles & Wigfield, 2020). انگیزش تحصیلی به‌طور عام و انگیزش برای شرکت در برنامه‌های سلامت روان به‌طور خاص، متأثر از عوامل درونی مانند علاقه، خودکارآمدی و احساس معناداری، و همچنین عوامل بیرونی نظیر انتظارات والدین، تشویق معلمان و فرهنگ مدرسه است (Ryan & Deci, 2000).

در این میان، نظریه خود تعیین‌گری (Self-Determination Theory) ارائه‌شده توسط دسی و رایان (Deci & Ryan, 1985) یکی از چارچوب‌های مفهومی برجسته برای درک انگیزش دانش‌آموزان در حوزه‌های آموزشی و روان‌شناختی محسوب می‌شود. این نظریه تأکید می‌کند که برای ارتقای انگیزش درونی، سه نیاز روان‌شناختی اساسی باید تأمین شود: نیاز به خودمختاری، نیاز به شایستگی و نیاز به ارتباط. در صورتی که برنامه‌های سلامت روان بتوانند این نیازها را برآورده کنند، احتمالاً دانش‌آموزان با علاقه و انگیزه بیشتری در آنها مشارکت خواهند کرد (Niemiec & Ryan, 2009). برعکس، اگر احساس اجبار، قضاوت یا نادیده گرفته شدن در فرآیند آموزشی غالب باشد، انگیزش بیرونی یا حتی بی‌انگیزگی جایگزین انگیزش درونی خواهد شد (Reeve, 2012).

همچنین، متون پژوهشی به اهمیت درک دانش‌آموزان از محتوای برنامه‌ها و میزان همخوانی آن با نیازها و تجربیات شخصی‌شان اشاره کرده‌اند. زمانی که محتوای برنامه‌های سلامت روان با چالش‌های واقعی زندگی نوجوانان هم‌راستا باشد، درگیری شناختی و هیجانی آنان افزایش یافته و احتمال تداوم مشارکت و تعمیق آموخته‌ها به سایر موقعیت‌ها بالا می‌رود (O'Reilly et al., 2018). با این حال، گزارش‌هایی وجود دارد که برخی دانش‌آموزان این برنامه‌ها را تکراری، خشک یا غیرکاربردی می‌دانند، به‌ویژه زمانی که روش‌های تدریس نامناسب، زمان‌بندی نامطلوب یا فضای آموزشی غیردوستانه باشد (Kidger et al., 2010). در چنین شرایطی، حتی برنامه‌هایی با محتوای غنی نیز ممکن است نتوانند درگیری انگیزشی کافی ایجاد کنند.

از سوی دیگر، درک انگیزشی دانش‌آموزان تحت تأثیر عوامل فرهنگی، اجتماعی و ساختاری خاص هر جامعه است. در کشورهایی مانند ایران، که سلامت روان هنوز با انگ اجتماعی همراه است، میزان مشارکت داوطلبانه دانش‌آموزان در برنامه‌های سلامت روان می‌تواند با چالش‌های جدی روبه‌رو شود. نگرانی از برجسب‌خوردن، قضاوت همسالان، یا بی‌اعتمادی نسبت به محرمانگی جلسات، همگی می‌توانند مانع از درگیری فعال

دانش آموزان شوند (Hosseinkhani et al., 2022). بنابراین، ضروری است که در طراحی و اجرای برنامه‌های سلامت روان، به تجارب زیسته و ادراک‌های انگیزشی دانش آموزان توجه ویژه‌ای شود.

پژوهش‌های کیفی در این زمینه می‌توانند شکاف موجود در فهم عمیق از تجربه‌های انگیزشی دانش آموزان را پر کنند. برخلاف رویکردهای کمی که بیشتر به سنجش نمره‌ها و نتایج تمرکز دارند، پژوهش‌های کیفی می‌توانند لایه‌های پنهان انگیزش، احساسات، نگرش‌ها و برداشت‌های ذهنی دانش آموزان را آشکار سازند (Braun & Clarke, 2006). در واقع، تحلیل مضمون به‌عنوان یکی از روش‌های برجسته کیفی، امکان استخراج الگوهای معنایی از روایت‌های شرکت‌کنندگان را فراهم می‌سازد و می‌تواند به طراحان برنامه‌های آموزشی بینش‌های مهمی برای بهبود کیفیت اجرا و افزایش مشارکت دانش آموزان ارائه دهد.

با توجه به نکات فوق، هدف اصلی پژوهش حاضر، تحلیل مضمون ادراک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس است. این پژوهش تلاش دارد با بهره‌گیری از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته و تحلیل کیفی مضمون، ابعاد گوناگون انگیزش درونی، انگیزش بیرونی و عوامل زمینه‌ای مؤثر بر مشارکت دانش آموزان را شناسایی و طبقه‌بندی نماید. با تبیین این ابعاد، می‌توان راهکارهایی برای طراحی برنامه‌هایی ارائه کرد که با نیازهای واقعی دانش آموزان همخوانی داشته باشند، درک و همدلی را ارتقا دهند، و در نهایت به بهبود سلامت روانی دانش آموزان در محیط‌های آموزشی کمک کنند.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر یک مطالعه کیفی با رویکرد تحلیل مضمون است که با هدف شناسایی و تحلیل درک انگیزشی دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس انجام شده است. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان مقطع متوسطه در شهر تهران بود. روش نمونه‌گیری به‌صورت هدفمند (Purposeful Sampling) انجام گرفت و معیار ورود به مطالعه، تجربه حضور در حداقل یکی از برنامه‌های سلامت روان مدرسه بود. تعداد شرکت‌کنندگان ۱۹ نفر بود و روند نمونه‌گیری تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. داده‌های این پژوهش از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری شد. پرسش‌های مصاحبه با هدف استخراج تجربیات، برداشت‌ها و انگیزه‌های دانش آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان طراحی شده بود. مدت زمان هر مصاحبه بین ۳۰ تا ۵۰ دقیقه متغیر بود. تمامی مصاحبه‌ها با رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان ضبط، پیاده‌سازی و برای تحلیل آماده‌سازی شد. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل مضمون (Thematic Analysis) و به کمک نرم‌افزار Nvivo انجام گرفت. فرآیند تحلیل شامل کدگذاری اولیه، شناسایی مضامین پایه، بازبینی و تلفیق مضامین، و در نهایت استخراج مضامین اصلی بود. اعتبار یافته‌ها از طریق بازبینی اعضا (Member Checking) و مشارکت چندتحلیل‌گر در مراحل کدگذاری افزایش یافت. پژوهشگر تلاش نمود با رعایت ملاک‌های اعتبار در پژوهش کیفی از جمله قابلیت تأیید، انتقال‌پذیری، اتکاپذیری و درک‌پذیری، کیفیت یافته‌ها را تضمین کند.

یافته‌ها

مقوله اول: انگیزش درونی نسبت به برنامه‌ها

حس رشد فردی و خودشناسی

دانش‌آموزان در خلال برنامه‌های سلامت روان، فرصتی برای بازنگری درونی و شناخت ابعاد ناشناخته شخصیت خود پیدا کرده بودند. برخی از آن‌ها به درک تازه‌ای از هیجانات، نقاط ضعف و چالش‌های روانی خود دست یافته بودند. یکی از دانش‌آموزان بیان کرد: «تازه فهمیدم که چرا بعضی وقت‌ها بی‌دلیل عصبانی می‌شم. قبلاً فقط سرکوب می‌کردم، ولی حالا می‌فهمم از کجا میاد.»

احساس ارزشمندی و احترام

شرکت‌کنندگان از تجربه احترام و ارزشمندی در این برنامه‌ها سخن گفتند. آن‌ها احساس می‌کردند که دیده و شنیده می‌شوند و معلمان یا مشاوران بدون قضاوت با آنان برخورد می‌کنند. یکی از مصاحبه‌شوندگان گفت: «مشاور هیچ‌وقت قضاوت‌م نکرد. حتی وقتی اشتباه می‌کردم، با احترام بهم جواب می‌داد.»

تجربه آرامش ذهنی

بسیاری از دانش‌آموزان برنامه‌های سلامت روان را با کاهش اضطراب، افزایش احساس امنیت روانی و تجربه ذهن آگاهی مرتبط می‌دانستند. تمرین‌هایی مانند تنفس عمیق یا نوشتن احساسات به آنان کمک کرده بود. یکی از شرکت‌کنندگان اظهار داشت: «هر وقت جلسات تموم می‌شد، حس سبکی می‌کردم، انگار بار از دوشم برداشته شده بود.»

دسترسی به حمایت عاطفی

دانش‌آموزان از تجربه فضاهای امن برای ابراز احساسات و دریافت همدلی از سوی همسالان و مشاوران سخن گفتند. این تجربه به آنان کمک کرده بود احساس تنهایی کمتری داشته باشند. یکی از آن‌ها گفت: «برای اولین بار حرفایی زدم که هیچ‌کس نمی‌دونست. مشاور فقط گوش داد، همین برام خیلی مهم بود.»

انگیزه درونی برای یادگیری مهارت‌های زندگی

برخی از مشارکت‌کنندگان بیان کردند که محتوای جلسات، آن‌ها را به یادگیری مهارت‌هایی مانند خودتنظیمی، حل مسئله و کنترل هیجان علاقه‌مند کرده است. «فکر نمی‌کردم بشه با چند تا تمرین ساده، عصبانیتو کنترل کرد. الان تمرینا رو خودم تو خونه انجام می‌دم.»

رهایی از قضاوت بیرونی

آزادی در بیان احساسات بدون ترس از ارزیابی یا نمره‌دهی، از عوامل تقویت‌کننده انگیزش درونی بود. یکی از دانش‌آموزان گفت: «این‌جا مثل کلاس ریاضی نبود که نمره بگیرم. می‌تونستم اشتباه کنم، بدون اینکه کسی مسخره‌م کنه.»

مقوله دوم: انگیزش بیرونی و فشارهای محیطی

انتظارات والدین و معلمان

برخی از دانش‌آموزان به اجبار والدین یا معلمان در شرکت در برنامه‌ها اشاره کردند. آنان برنامه را بیشتر به عنوان وظیفه می‌دیدند تا علاقه شخصی. «مامانم گفت باید بری، شاید حالت بهتر بشه. خودم اولش میلی نداشتم.»

ترس از برچسب‌خوردگی

ترس از قضاوت دیگران یکی از موانع انگیزشی مهم بود. برخی دانش‌آموزان نگران بودند که حضور در جلسات سلامت روان، آنان را در معرض انگ روانی قرار دهد. یکی از آن‌ها عنوان کرد: «نمی‌خواستم کسی بفهمه رفتم جلسه. فکر می‌کنن مشکل دارم.»

پاداش‌ها و مشوق‌ها

در برخی مدارس، ارائه امتیاز، گواهی شرکت یا تشویق معلم، نقش مهمی در ترغیب دانش آموزان برای حضور در برنامه داشت. «معلم گفت اگر شرکت کنیم، نمره انضباط بهتر می گیریم. برای همین که بیشتر بچه ها او مدن.»

مقایسه با دیگران

تجربه مقایسه با همسالان در جلسات گروهی برای برخی دانش آموزان منبع اضطراب یا انگیزش بیرونی بود. یکی از شرکت کنندگان گفت: «همیشه دنبال این بودم که از بقیه بهتر حرف بزنم، چون فکر می کردم اون وقت مشاور بیشتر بهم توجه می کنه.»

الزامات مدرسه ای و مقررات

برخی دانش آموزان از ساختار خشک و الزامات حضور اجباری گلایه داشتند. «اگه نمی رفتی، مدیر مدرسه دعوات می کرد. اصلاً آزادی نداشتیم که خودمون انتخاب کنیم.»

مقوله سوم: عوامل زمینه ای تقویت یا تضعیف انگیزش

کیفیت اجرای برنامه ها

تخصص مشاور، نحوه تعامل، و محتوای کاربردی از عواملی بودند که به شدت در انگیزش دانش آموزان تأثیر داشتند. «یه بار مشاور عوض شد، اصلاً دیگه دلم نمی خواست برم. آدم خشکی بود، با ما صمیمی نمی شد.»

همسالان و فضای گروهی

همدلی گروهی، تشویق دوستان و حس تعلق جمعی، از عوامل مهمی بود که در ایجاد تجربه مثبت نقش داشت. «وقتی دیدم دوستانم هم میان، احساس راحتی بیشتری داشتم. تنها نبودم.»

تناسب محتوا با نیازهای دانش آموزان

دانش آموزان زمانی انگیزه بیشتری نشان می دادند که مباحث مطرح شده مرتبط با تجربیات واقعی و نیازهای آنها بود. «وقتی درباره استرس امتحان حرف می زدن، کامل گوش می دادم چون دقیقاً مشکل همونه.»

زمان بندی و مدیریت اجرا

برنامه هایی که در زمان های نامناسب یا طولانی اجرا می شد، منجر به خستگی و کاهش انگیزش می گردید. «جلسه ها رو گذاشته بودن وسط امتحان، اصلاً تمرکز نداشتیم.»

نگرش عمومی مدرسه به سلامت روان

فرهنگ مدرسه و میزان حمایت مدیریت، نقش تعیین کننده ای در نگاه دانش آموزان به برنامه ها داشت. «مدیر مدرسه خودش می اومد جلسات، همین نشون می داد براش مهمه.»

زبان و بیان قابل فهم

بیان ساده، استفاده از مثال های ملموس و پرهیز از اصطلاحات پیچیده، در افزایش درک و انگیزش مؤثر بود. «اگه با کلمات سخت حرف می زدن، نمی فهمیدیم چی می گن. ولی این مشاور خیلی ساده توضیح می داد.»

دسترسی به منابع تکمیلی

امکاناتی مانند کتابچه ها، فیلم های آموزشی و مشاوره های تکمیلی پس از جلسات، در پایداری انگیزش مؤثر بودند. «یه جزوه دادن که تمرینای آرام سازی داشت، هنوزم ازش استفاده می کنم.»

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که ادراک انگیزشی دانش‌آموزان نسبت به برنامه‌های سلامت روان در مدارس را می‌توان در سه مقوله اصلی طبقه‌بندی کرد: «انگیزش درونی نسبت به برنامه‌ها»، «انگیزش بیرونی و فشارهای محیطی»، و «عوامل زمینه‌ای تقویت یا تضعیف انگیزش». این سه مقوله، ابعاد مختلفی از انگیزش دانش‌آموزان را در تعامل با برنامه‌های سلامت روانی مدرسه‌محور نمایان می‌سازند و بر ضرورت طراحی مداخلاتی مبتنی بر نیازهای روان‌شناختی، بافت فرهنگی، و ساختار اجتماعی تأکید دارند.

نخست، مقوله «انگیزش درونی نسبت به برنامه‌ها» بر عواملی چون تجربه رشد فردی، احساس ارزشمندی، آرامش روانی، انگیزه برای یادگیری مهارت‌های زندگی و رهایی از قضاوت بیرونی تأکید داشت. یافته‌ها نشان دادند که دانش‌آموزان زمانی به صورت خودانگیخته در برنامه‌ها مشارکت می‌کنند که محتوای برنامه با نیازهای روان‌شناختی آن‌ها همخوانی داشته باشد و فضاهای آموزشی، امنیت هیجانی و احترام به هویت فردی را تضمین کنند. این یافته‌ها با اصول نظریه خودتعیین‌گری (SDT) هم‌راستا هستند که معتقد است پاسخ به نیازهای بنیادین خودمختاری، شایستگی و ارتباط، انگیزش درونی را ارتقا می‌دهد (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2000). پژوهش Ryan و Niemiec (۲۰۰۹) نیز نشان داده است که دانش‌آموزانی که در محیط‌های حمایتی مشارکت می‌کنند، تمایل بیشتری به درگیری عاطفی و شناختی در فعالیت‌ها دارند و نتایج پایدارتری تجربه می‌کنند.

یافته‌های مربوط به زیرمقوله «احساس ارزشمندی و احترام» با پژوهش Greenberg et al (۲۰۱۷) قابل مقایسه است که در آن بیان شد رابطه مثبت بین معلم و دانش‌آموز، ادراک مثبت دانش‌آموز از خود و انگیزش درونی برای یادگیری را افزایش می‌دهد. همچنین زیرمقوله «تجربه آرامش ذهنی» با گزارش Durlak et al (۲۰۱۱) همخوان است که در آن تأکید شده برنامه‌های ارتقاء سلامت روان باعث کاهش اضطراب و بهبود تنظیم هیجانی دانش‌آموزان می‌شوند.

در مقوله دوم، یعنی «انگیزش بیرونی و فشارهای محیطی»، عواملی همچون اجبار والدین و معلمان، ترس از برچسب‌خوردگی، مشوق‌های بیرونی، مقایسه با دیگران، و الزامات ساختاری مدارس شناسایی شدند. این یافته‌ها نشان دادند که در بسیاری از موارد، انگیزش شرکت دانش‌آموزان در برنامه‌های سلامت روان، نه از علاقه درونی بلکه از فشارهای بیرونی ناشی می‌شود. در این شرایط، انگیزش از نوع بیرونی و ناپایدار بوده و ممکن است به مقاومت یا اجتناب از مشارکت منجر شود. مطالعات پیشین نیز به این نکته اشاره دارند که فشارهای بیرونی، به‌ویژه در نوجوانان، منجر به انگیزش کنترل‌شده و کاهش پایایی یادگیری می‌شود (Reeve, 2012).

ترس از برچسب‌خوردگی نیز یکی از موانع مهم مشارکت دانش‌آموزان در برنامه‌های سلامت روان بود. این یافته با نتایج پژوهش Hosseinkhani et al (۲۰۲۲) همسوست که نشان دادند در جامعه ایرانی، نگرش‌های منفی و انگ اجتماعی نسبت به دریافت خدمات روانی در بین نوجوانان رایج است و این مسئله مانعی جدی برای مشارکت داوطلبانه در مداخلات روان‌شناختی محسوب می‌شود.

زیرمقوله «پاداش‌ها و مشوق‌ها» نیز مؤید یافته‌های Eccles & Wigfield (۲۰۲۰) است که بیان می‌کنند مشوق‌های بیرونی اگرچه در کوتاه‌مدت می‌توانند موجب افزایش مشارکت شوند، اما در بلندمدت موجب تضعیف انگیزش درونی خواهند شد. همچنین یافته‌های مرتبط با مقایسه اجتماعی و رقابت در گروه‌ها با دیدگاه‌های کلاسیک Festinger در زمینه مقایسه اجتماعی قابل تطبیق است.

مقوله سوم یعنی «عوامل زمینه‌ای تقویت یا تضعیف انگیزش» نشان داد که عواملی همچون کیفیت اجرای برنامه‌ها، تعامل گروهی، تناسب محتوا با نیازها، زمان‌بندی مناسب، نگرش مدرسه، زبان قابل فهم و دسترسی به منابع مکمل، در شکل‌گیری انگیزش تأثیر دارند. این یافته‌ها بیانگر آن است

که انگیزش دانش آموزان یک پدیده پویا و وابسته به بستر اجتماعی-آموزشی است. اگرچه نیازهای فردی اهمیت دارند، اما محیط اجرایی و تعاملات درون مدرسه‌ای نقش کلیدی در فعال‌سازی یا سرکوب انگیزش ایفا می‌کنند.

در این راستا، پژوهش O'Reilly et al. (۲۰۱۸) تأکید کرده است که برنامه‌هایی مؤثرتر هستند که با زندگی روزمره دانش آموزان ارتباط مستقیم داشته باشند و به مسائل واقعی آن‌ها پاسخ دهند. همچنین، Kidger et al. (۲۰۱۰) نشان دادند که مشارکت کارکنان مدرسه، به‌ویژه مدیران و معلمان، در اجرای برنامه‌های سلامت روان، انگیزش و اعتماد دانش آموزان را به‌طور معناداری افزایش می‌دهد.

یافته‌های این پژوهش همچنین نقش زبان ساده و مثال‌های ملموس را در ایجاد درک بهتر و مشارکت فعال نشان دادند. این امر با توصیه‌های Braun & Clarke (۲۰۰۶) در مورد طراحی مداخلات روانی با زبان قابل فهم برای نوجوانان هم‌راستا است. همچنین تأکید دانش آموزان بر منابع تکمیلی نظیر جزوه، ویدئو و جلسات مشاوره‌ای، نشان از اهمیت تقویت یادگیری غیررسمی و فردی در کنار مداخلات گروهی دارد.

در مجموع، یافته‌های این پژوهش تأیید می‌کنند که برنامه‌های سلامت روانی در مدارس، در صورتی اثربخش خواهند بود که نه تنها محتوای آن‌ها مناسب باشد، بلکه به‌لحاظ انگیزشی، بستر امن، معنادار، انعطاف‌پذیر و مبتنی بر ارتباط متقابل ایجاد کنند. انگیزش درونی دانش آموزان، کلید مشارکت فعال، یادگیری عمیق و تعمیم یافته‌ها به زندگی روزمره است و باید در طراحی هرگونه برنامه آموزشی و روانی محور قرار گیرد.

موازین اخلاقی

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

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

References

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Eccles, J. S., & Wigfield, A. (2020). From expectancy-value theory to situated expectancy-value theory: A developmental, social cognitive, and sociocultural perspective on motivation. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101859. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101859>
- Greenberg, M. T., Domitrovich, C. E., Weissberg, R. P., & Durlak, J. A. (2017). Social and emotional learning as a public health approach to education. *The Future of Children*, 27(1), 13–32. <https://doi.org/10.1353/foc.2017.0001>
- Hosseinkhani, Z., Khademi, M., & Shariati, M. (2022). Adolescents' perceptions of mental health and help-seeking behaviors in Iranian schools: A qualitative study. *BMC Public Health*, 22(1), 389. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12654-7>

- Kidger, J., Gunnell, D., Biddle, L., Campbell, R., & Donovan, J. (2010). Part and parcel of teaching? Secondary school staff's views on supporting student emotional health and well-being. *British Educational Research Journal*, 36(6), 919–935. <https://doi.org/10.1080/01411920903249308>
- Niemiec, C. P., & Ryan, R. M. (2009). Autonomy, competence, and relatedness in the classroom: Applying self-determination theory to educational practice. *Theory and Research in Education*, 7(2), 133–144. <https://doi.org/10.1177/1477878509104318>
- O'Reilly, M., Svirydzienka, N., Adams, S., & Dogra, N. (2018). Review of mental health promotion interventions in schools. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(7), 647–662. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1530-1>
- Reeve, J. (2012). A self-determination theory perspective on student engagement. In S. L. Christenson, A. L. Reschly, & C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 149–172). Springer.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Weare, K., & Nind, M. (2011). Mental health promotion and problem prevention in schools: What does the evidence say? *Health Promotion International*, 26(suppl_1), i29–i69. <https://doi.org/10.1093/heapro/dar075>