

واکاوی تجربه انگیزش به زندگی در نوجوانان در معرض رفتارهای پرخطر: یک مطالعه پدیدارشناختی

تاریخ ارسال: ۵ اردیبهشت ۱۴۰۳

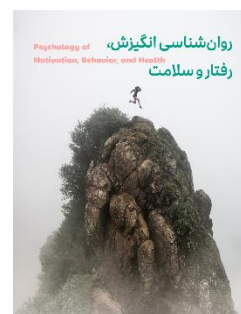
تاریخ بازنگری: ۹ خرداد ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۱ تیر ۱۴۰۳

تاریخ چاپ: ۱۳ تیر ۱۴۰۳

۱. شیما نظری: گروه روان‌سنجی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران
۲. علی دهقان*: گروه روان‌شناسی اجتماعی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: dehghan.ali@yahoo.com



چکیده

هدف پژوهش حاضر، واکاوی تجربه زیسته انگیزش به زندگی در نوجوانانی است که در معرض رفتارهای پرخطر قرار دارند. این مطالعه با رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۱ نوجوان (۱۵ تا ۱۸ ساله) ساکن شهر تهران بودند که به صورت هدفمند و با حداکثر تنوع انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه نیمه‌ساخت یافته بود که تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت. مصاحبه‌ها ضبط، پیاده‌سازی و با استفاده از نرم‌افزار NVivo نسخه ۱۲ به روش کدگذاری سه مرحله‌ای (باز، محوری، انتخابی) تحلیل شد. یافته‌ها در سه مقوله اصلی شامل: (۱) عوامل انگیزشی درونی (مانند معنابخشی به زندگی، امیدواری، احساس شایستگی)، (۲) عوامل بین‌فردی و اجتماعی (حمایت خانواده، رابطه با همسالان، نقش مربیان و نهادهای حمایتی) و (۳) موانع و تعارض‌های انگیزشی (تعارض هویتی، تجربه طردشدگی، فشار اجتماعی) طبقه‌بندی شدند. نقل‌قول‌های مشارکت‌کنندگان عمق و معنای این مقوله‌ها را برجسته کرد. نتایج نشان داد که انگیزش به زندگی در نوجوانان پرخطر، پدیده‌ای پیچیده و چندعاملی است که تحت تأثیر تعامل عوامل درونی و بیرونی شکل می‌گیرد. مداخلات روانی و اجتماعی باید همزمان به تقویت منابع درونی و بازسازی روابط حمایتی بپردازند تا از بروز یا تشدید رفتارهای پرخطر پیشگیری شود.

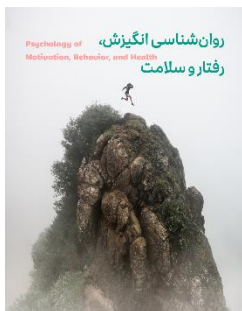
کلیدواژه‌گان: نوجوانان، رفتارهای پرخطر، انگیزش به زندگی، مطالعه پدیدارشناختی، عوامل محافظتی، تجربه زیسته

شیوه استناددهی: نظری، شیما، و دهقان، علی. (۱۴۰۳). واکاوی تجربه انگیزش به زندگی در نوجوانان در معرض رفتارهای پرخطر: یک مطالعه پدیدارشناختی. *روانشناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۲(۲)، ۱-۸.



۱۴۰۳ 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.

Exploring the Lived Experience of Life Motivation in Adolescents at Risk of High-Risk Behaviors: A Phenomenological Study



1. Shima Nazari: Department of Psychometrics, University of Isfahan, Isfahan, Iran
2. Ali Dehghan*: Department of Social Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

*Corresponding Author's Email: dehghan.ali@yahoo.com

Submit Date:

Revise Date:

Accept Date:

Publish Date:

Abstract

The aim of this study was to explore the lived experience of life motivation in adolescents at risk of high-risk behaviors. This research employed a qualitative design using a phenomenological approach. Participants included 21 adolescents (aged 15–18) from Tehran, selected through purposive sampling with maximum variation. Data were collected via semi-structured interviews until theoretical saturation was reached. Interviews were transcribed verbatim and analyzed using NVivo 12 through a three-stage coding process (open, axial, selective). The findings were categorized into three main themes: (1) Internal motivational factors (e.g., meaning in life, hopefulness, sense of competence); (2) Interpersonal and social factors (e.g., family support, peer relationships, role of educators and supportive institutions); and (3) Barriers and motivational conflicts (e.g., identity conflict, experiences of rejection, social comparison pressures). Participant quotations added richness and depth to each theme. The results indicated that life motivation in at-risk adolescents is a complex and multifaceted phenomenon influenced by both internal dispositions and external relationships. Effective psychosocial interventions should aim to simultaneously strengthen personal resources and rebuild supportive environments to prevent or mitigate high-risk behaviors.

Keywords: *Adolescents, High-Risk Behaviors, Life Motivation, Phenomenological Study, Protective Factors, Lived Experience*

How to cite: Nazari, Sh., & Dehghan, A. (2024). Exploring the Lived Experience of Life Motivation in Adolescents at Risk of High-Risk Behaviors: A Phenomenological Study. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 2(2), 1-8.



© 2024 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.

نوجوانی، دوره‌ای پیچیده و حساس در چرخه زندگی انسان است که با تحولات زیستی، شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه می‌شود. در این مرحله، فرد در تلاش برای کسب هویت فردی و اجتماعی، استقلال‌یابی و کشف معنا و هدف زندگی است. در عین حال، نوجوانان با چالش‌های متعدد روانی و محیطی روبه‌رو هستند که می‌تواند آن‌ها را در معرض رفتارهای پرخطر قرار دهد؛ رفتارهایی چون مصرف مواد، ترک تحصیل، پرخاشگری، خودزنی، فرار از خانه و افکار خودکشی که سلامت جسمی و روانی آنان را تهدید می‌کند (Steinberg, 2014). این وضعیت، توجه ویژه به سازوکارهایی چون انگیزش به زندگی را ضروری می‌سازد که می‌تواند عاملی محافظتی در برابر این نوع رفتارها باشد.

انگیزش به زندگی (Life Motivation) به مجموعه‌ای از گرایش‌های درونی و بیرونی فرد اطلاق می‌شود که او را به حفظ حیات، تلاش برای پیشرفت، معنا دادن به رنج‌ها، و حرکت به سوی اهدافی فردی و اجتماعی سوق می‌دهد (Ryan & Deci, 2000). این انگیزش، متأثر از عواملی چون حمایت اجتماعی، معنای زندگی، عزت‌نفس، هویت فردی و احساس شایستگی است (Frankl, 1985; Steger et al., 2006). به‌ویژه در شرایط بحرانی یا آسیب‌زا، انگیزش به زندگی می‌تواند به‌عنوان عاملی حیاتی در جلوگیری از سقوط روانی عمل کند.

مطالعات پیشین نشان داده‌اند که در میان نوجوانانی که در معرض رفتارهای پرخطر قرار دارند، سطح پایین‌تری از انگیزش به زندگی، امید و معنا یافت می‌شود. برای مثال، پژوهش انجام‌شده توسط Shek & Yu (۲۰۱۲) در میان نوجوانان پرخطر هنگام کنگی نشان داد که کاهش درک معنا و هدف زندگی، احتمال بروز رفتارهای آسیب‌زا را به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای افزایش می‌دهد. در پژوهش دیگری، وجود تجربه‌های معنابخش نظیر موفقیت‌های کوچک، رابطه‌های حمایت‌گر و هدف‌گذاری شفاف، انگیزش به زندگی را در نوجوانان افزایش داده و رفتارهای پرخطر را کاهش داده است (Bronk et al., 2009).

در این میان، یکی از دیدگاه‌های نظری مهم که در تبیین انگیزش به زندگی کاربرد دارد، نظریه «خودتعیین‌گری» (Self-Determination Theory) است. طبق این نظریه، سه نیاز اساسی یعنی خودمختاری، شایستگی و ارتباط، پایه‌های اصلی انگیزش درونی فرد را تشکیل می‌دهند (Ryan & Deci, 2000). زمانی که این نیازها در نوجوانان تأمین نشود، احتمال بروز احساس بی‌معنایی، بی‌هدفی و در نهایت رفتارهای پرخطر افزایش می‌یابد. در مقابل، پاسخ به این نیازها از طریق تقویت روابط اجتماعی، موفقیت‌های تحصیلی، و حمایت خانواده و معلمان، می‌تواند انگیزش به زندگی را تقویت کند (Deci & Ryan, 2012).

همچنین نظریه معنا (Logotherapy) و دیدگاه‌های ویکتور فرانکل نیز در بررسی انگیزش به زندگی اهمیت دارد. فرانکل (۱۹۸۵) معتقد بود که انسان‌ها حتی در شرایط بحرانی و بسیار دشوار، می‌توانند با یافتن معنا برای رنج‌های خود، انگیزه‌ای قوی برای ادامه زندگی پیدا کنند. این نظریه به‌ویژه در مواجهه با نوجوانانی که در محیط‌های پرتنش یا آسیب‌دیده رشد یافته‌اند، قابل‌توجه است. آنان در صورت یافتن معنا و هدفی فردی یا اجتماعی، می‌توانند از چرخه ناامیدی و آسیب‌رهایی یابند.

از منظر اجتماعی نیز محیط خانواده، مدرسه و همسالان تأثیر بسزایی بر سطح انگیزش نوجوان دارد. مطالعات متعددی نشان داده‌اند که نوجوانانی که از حمایت خانوادگی و عاطفی برخوردارند، سطح بالاتری از امید و انگیزه را تجربه می‌کنند و کمتر درگیر رفتارهای پرخطر می‌شوند (DuBois et al., 2002). در این زمینه، نقش حمایت‌های نهادی و اجتماعی از طریق مشاوره‌های روانی، آموزش مهارت‌های زندگی و برنامه‌های توانمندسازی، برجسته است (Catalano et al., 2004).

در ایران نیز به دلیل شرایط اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی خاص، برخی نوجوانان در معرض آسیب‌های متعددی قرار دارند که ممکن است آن‌ها را به سمت رفتارهای پرخطر سوق دهد. از یک سو فشار تحصیلی، مشکلات اقتصادی، تنش‌های خانوادگی و نبود فرصت‌های شغلی یا تفریحی، و از سوی دیگر، نبود برنامه‌های حمایتی کارآمد برای نوجوانان در معرض خطر، شرایط را برای تضعیف انگیزش به زندگی فراهم می‌کند (Ahmadi & Ghaffari, 2017). بنابراین، واکاوی تجربه زیسته این نوجوانان می‌تواند افق‌های تازه‌ای را برای مداخلات روانی، اجتماعی و آموزشی بگشاید. یکی از خلأهای پژوهشی موجود، کم‌توجهی به دیدگاه و تجربه درونی نوجوانانی است که خود با مسئله انگیزش و رفتارهای پرخطر درگیرند. اغلب پژوهش‌ها کمی، پیمایشی یا تحلیلی بوده و کمتر به ابعاد کیفی و معناشناختی زندگی نوجوانان پرداخته‌اند. در حالی که فهم دقیق تجربه زیسته آنان از انگیزش، تنها از طریق روش‌های کیفی و پدیدارشناختی امکان‌پذیر است. این شیوه پژوهش، به پژوهشگر اجازه می‌دهد تا فراتر از شاخص‌های عددی، به لایه‌های پنهان و معنادار تجربه فردی دست یابد.

با توجه به موارد فوق، پژوهش حاضر با رویکرد کیفی و روش پدیدارشناسی به دنبال واکاوی تجربه زیسته نوجوانانی است که در معرض رفتارهای پرخطر قرار دارند. هدف اصلی این پژوهش، شناسایی مؤلفه‌ها، شرایط و موانعی است که در شکل‌گیری یا تضعیف انگیزش به زندگی در این گروه تأثیرگذارند. امید است نتایج این پژوهش بتواند مبنای طراحی مداخلات پیشگیرانه و ارتقای در حوزه سلامت روان نوجوانان باشد.

روش‌شناسی

این پژوهش با رویکرد کیفی و با استفاده از روش پدیدارشناسی انجام شده است. هدف از این مطالعه، واکاوی تجربه زیسته انگیزش به زندگی در میان نوجوانانی است که در معرض رفتارهای پرخطر قرار دارند. مشارکت‌کنندگان شامل ۲۱ نوجوان ۱۵ تا ۱۸ ساله ساکن شهر تهران بودند که از طریق روش نمونه‌گیری هدفمند و با معیار حداکثر تنوع انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل: قرار داشتن در بازه سنی مشخص، داشتن سابقه یا نشانه‌هایی از رفتارهای پرخطر (نظیر مصرف مواد، رفتارهای پرخطرگرانه یا ترک تحصیل) و آمادگی برای شرکت در مصاحبه‌های عمیق بود. خروج از مطالعه در صورت عدم تمایل به ادامه همکاری یا فقدان انسجام در روایت تجربه‌ها در نظر گرفته شد.

داده‌ها از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساخت یافته جمع‌آوری شدند. برای این منظور، یک راهنمای مصاحبه با تمرکز بر تجربه زیسته نوجوانان از انگیزش به زندگی طراحی شد که سوالاتی مانند «در لحظاتی که احساس بی‌انگیزگی یا ناامیدی دارید، چه چیزی شما را به ادامه زندگی ترغیب می‌کند؟» و «چه عوامل یا افرادی در تقویت انگیزه زندگی در شما مؤثر بوده‌اند؟» را شامل می‌شد. مصاحبه‌ها به صورت حضوری، در مکانی امن و مورد توافق دو طرف انجام شد و میانگین مدت هر مصاحبه ۴۵ تا ۶۰ دقیقه بود. فرایند جمع‌آوری داده‌ها تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت؛ به طوری که پس از مصاحبه با ۲۱ نفر، داده‌های جدیدی حاصل نشد و مضامین قبلی تکرار شدند.

داده‌های جمع‌آوری شده به صورت کلمه به کلمه پیاده‌سازی و با استفاده از نرم‌افزار تحلیل کیفی NVivo نسخه ۱۲ تحلیل شدند. فرایند تحلیل داده‌ها با استفاده از روش کدگذاری سه مرحله‌ای شامل کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام گرفت. در مرحله اول، مفاهیم اولیه از دل مصاحبه‌ها استخراج شد. سپس این مفاهیم در قالب مقوله‌های فرعی و در نهایت در قالب مضامین اصلی طبقه‌بندی شدند. برای افزایش اعتبار پژوهش، از راهبردهایی مانند بازبینی کدها توسط دو پژوهشگر مستقل، بازگشت به شرکت‌کنندگان برای تأیید مضامین استخراج شده و یادداشت‌برداری حین مصاحبه‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

مقوله اول: عوامل انگیزشی درونی

معنابخشی به زندگی:

بسیاری از نوجوانان مورد مطالعه تلاش می‌کردند با یافتن معنا و هدف در زندگی، خود را از ناامیدی رها سازند. برخی هدف‌گذاری‌های بلندمدت مانند "پزشک شدن"، "خارج رفتن" یا "کمک به خانواده" را انگیزه ادامه زندگی می‌دانستند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «فکر می‌کنم اگر بتوانم به یه جایی برسم که پدر و مادرم افتخار کنن، ارزش زنده بودنمو پیدا کردم». مفاهیمی چون الهام‌گیری از تجربیات گذشته، تصویر ذهنی مثبت از آینده و احساس مفید بودن در این زیرمقوله برجسته بود.

پذیرش خود:

برخی نوجوانان به فرآیند پذیرش خود و کنار آمدن با ضعف‌های شخصیتی اشاره داشتند. برای مثال، یکی از آن‌ها گفت: «قبلاً از اینکه خجالتی‌ام خجالت می‌کشیدم! الان قبولش کردم و باهاش زندگی می‌کنم». مفاهیمی نظیر خوددوستی، تمرکز بر نقاط قوت و خودآگاهی بارها در گفته‌های آنان تکرار شد. پذیرش خود در آن‌ها به احساس آرامش و انگیزش برای رشد منجر شده بود.

احساس شایستگی:

تجربه موفقیت‌های هرچند کوچک، تأثیر قابل توجهی در احساس توانمندی نوجوانان داشت. مشارکت‌کننده‌ای بیان کرد: «وقتی تونستم برای اولین بار جلوی جمع حرف بزنم، حس کردم می‌تونم کارای دیگه رو هم انجام بدم». مقایسه خود با گذشته، دریافت فیدبک مثبت و باور به رشد فردی از عناصر محوری این زیرمقوله بودند.

امیدواری:

نوجوانان در معرض رفتارهای پرخطر، با وجود سختی‌های بسیار، نوعی امید به بهبود شرایط داشتند. یکی از آن‌ها گفت: «می‌دونم الان سخته، ولی ته دلم امید دارم یه روز همه چی بهتر میشه». آن‌ها به تغییر وضعیت، حمایت اطرافیان و حتی باورهای معنوی به‌عنوان منابع امید اشاره می‌کردند.

لذت‌های شخصی:

بخشی از مشارکت‌کنندگان به سرگرمی‌ها و فعالیت‌های شخصی به‌عنوان منبع انگیزش اشاره داشتند. یکی از آنان گفت: «وقتی آهنگ گوش می‌دم یا نقاشی می‌کشم، حس می‌کنم هنوز چیزایی هست که بهم انرژی میده». این لذت‌های کوچک در قالب مفاهیمی چون طبیعت‌گردی، نوشتن و حس آرامش در تنهایی گزارش شد.

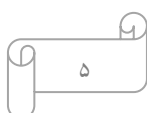
مقوله دوم: عوامل بین فردی و اجتماعی

حمایت خانواده:

وجود حمایت عاطفی از سوی خانواده در نوجوانان، نقش کلیدی در ایجاد انگیزش به زندگی ایفا کرده بود. یکی از نوجوانان گفت: «مامانم همیشه کنارمه، حتی وقتی خراب می‌کنم؛ همین باعث میشه هنوز بخوام تلاش کنم». مفاهیمی چون اعتماد پدر، امنیت در خانه و تشویق خانوادگی بارز بودند.

روابط همسالان:

نوجوانانی که تجربه روابط مثبت با همسالان داشتند، انگیزه بیشتری برای ادامه مسیر زندگی از خود نشان دادند. مشارکت‌کننده‌ای عنوان کرد: «رفیقام منو همین‌جوری که هستم قبول دارن، پیش اونا حس نمی‌کنم زیادی‌ام». تعلق به گروه، دوستی پایدار و اشتراک علایق، زمینه‌ساز حس ارزشمندی در آنان بود.



نقش مربیان و معلمان:

تعامل مثبت با معلمان و مشاوران مدرسه نیز به عنوان عاملی انگیزشی مطرح شد. یکی از دانش آموزان گفت: «معلم ادبیاتمون بهم گفت تو خاصی، از اون روز تصمیم گرفتم بیشتر تلاش کنم». تشویق و اعتمادسازی از سوی مربیان، حس دیده شدن و الگوبرداری را در نوجوانان تقویت می کرد. حمایت نهادهای اجتماعی:

دسترسی به خدمات حمایتی، مانند کلاس های مهارت زندگی یا مشاوره رایگان، از دیگر عوامل مؤثر بود. یکی از شرکت کنندگان گفت: «مشاوره بهم یاد داد چطور به خودم کمک کنم، انگار یکی دستمو گرفت از تاریکی کشید بیرون». این حمایت ها، موجب کاهش احساس تنهایی و افزایش توانایی مقابله شده بود.

تأیید اجتماعی:

برای بسیاری از نوجوانان، تجربه شنیده شدن و مورد توجه بودن از سوی اطرافیان، احساس ارزشمندی ایجاد کرده بود. به گفته یکی از آنها: «وقتی جایزه گرفتم، فهمیدم هنوزم می تونم بدرخشم». مفاهیمی چون دیده شدن در جمع و احترام اجتماعی در شکل گیری انگیزش نقش داشتند.

مقوله سوم: موانع و تعارض های انگیزشی

تعارض هویتی:

برخی نوجوانان دچار سردرگمی نسبت به نقش ها و انتظارات اجتماعی بودند. یکی از آنها با ناراحتی گفت: «نمی دونم کی ام... نه خودم رو می فهمم نه بقیه رو». این سردرگمی در تضاد ارزش ها، فشار برای هم رنگی و بحران معنا خود را نشان می داد.

تجربه طردشدگی:

نوجوانانی که طرد اجتماعی یا خانوادگی را تجربه کرده بودند، انگیزه کمتری برای زندگی ابراز می کردند. یکی از مشارکت کنندگان گفت: «احساس می کنم هیچ جا جای من نیست، همه منو پس می زنن». مفاهیمی مانند تنهایی مفرط، نادیده گرفته شدن و بی مهری در این زیرمقوله تکرار شد.

تجربه شکست و ناکامی:

شکست های مکرر در زمینه تحصیلی یا روابط بین فردی، انگیزه نوجوانان را به شدت تحت تأثیر قرار داده بود. یک نوجوان گفت: «هرچی تلاش می کنم، باز شکست می خورم... دیگه انگیزه ای نمونه». این تجربه ها، به احساس بی کفایتی و مقایسه منفی با دیگران منجر شده بود.

شرایط محیطی نامساعد:

شرایط نامطلوب اقتصادی و خانوادگی از مهم ترین موانع انگیزش بودند. یکی از شرکت کنندگان چنین شرح داد: «تو خونه دعوا زیاده، پول نداریم، اصلاً جایی برای نفس کشیدن نیست». عوامل محیطی چون فقر، تنش خانوادگی، و محله ناسالم بر احساس امید و امنیت تأثیر منفی داشتند.

فشار اجتماعی و مقایسه گری:

نوجوانان بارها به اثرات منفی فضای مجازی و فشارهای اجتماعی برای "بهتر بودن" اشاره کردند. مشارکت کنندهای اظهار داشت: «تو اینستاگرام همه خوشبختن، من حس می کنم عقب افتادم». مقایسه با دیگران، توقعات غیرواقعی و رقابت تحصیلی از جمله عوامل تضعیف کننده انگیزش بودند.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف واکاوی تجربه زیسته انگیزش به زندگی در نوجوانانی که در معرض رفتارهای پرخطر قرار دارند انجام شد. یافته‌های به‌دست‌آمده در قالب سه مقوله اصلی شامل «عوامل انگیزشی درونی»، «عوامل بین‌فردی و اجتماعی» و «موانع و تعارض‌های انگیزشی» طبقه‌بندی گردید. تحلیل داده‌ها نشان داد که انگیزش به زندگی در این نوجوانان نه تنها تحت تأثیر باورها و منابع درونی است، بلکه به شدت با کیفیت روابط بین‌فردی و شرایط محیطی آنان نیز مرتبط است.

نخستین مقوله یعنی «عوامل انگیزشی درونی» بیانگر آن بود که نوجوانان حتی در مواجهه با شرایط دشوار، از ظرفیت‌هایی درونی چون معنا بخشی به زندگی، پذیرش خود، احساس شایستگی، امیدواری و لذت‌های شخصی برای ادامه زندگی بهره می‌برند. این یافته با نظریه معنا درمانی ویکتور فرانکل (Frankl, 1985) همخوانی دارد که بر اهمیت یافتن معنا در زندگی حتی در شرایط دشوار تأکید دارد. همچنین، نظریه خودتعیین‌گری (Ryan & Deci, 2000) نیز بر این نکته تأکید دارد که درونی‌سازی انگیزش، به‌ویژه از طریق تأمین نیاز به شایستگی، خودمختاری و ارتباط، می‌تواند منجر به افزایش انگیزه درونی و مقاومت روانی شود. نوجوانانی که موفق به هدف‌گذاری و ایجاد تصویر ذهنی مثبت از آینده شده بودند، اغلب توانسته بودند حتی در مواجهه با محرومیت یا شکست، انگیزش خود را حفظ کنند؛ این امر در مطالعات Bronk و همکاران (۲۰۰۹) نیز گزارش شده است.

در مقوله دوم یعنی «عوامل بین‌فردی و اجتماعی»، نقش حیاتی حمایت‌های محیطی و روابط مؤثر در تقویت انگیزش نوجوانان مورد تأکید قرار گرفت. حمایت عاطفی والدین، رابطه گرم با معلمان، تعلق به گروه دوستان و برخورداری از خدمات نهادهای اجتماعی، همگی در کاهش ناامیدی و افزایش حس ارزشمندی مؤثر بوده‌اند. این یافته با مطالعات DuBois و همکاران (۲۰۰۲) همراستا است که نشان دادند حمایت اجتماعی بالا، به‌ویژه از سوی والدین و مربیان، با کاهش رفتارهای پرخطر در نوجوانان مرتبط است. همچنین مطالعه Shek & Yu (۲۰۱۲) در زمینه نوجوانان پرخطر آسیایی نشان داد که نوجوانانی که از روابط حمایتی برخوردار بودند، توان بیشتری برای معنا دادن به تجربیات خود و ایجاد انگیزش درونی داشتند. به‌طور خاص، رابطه مثبت با معلم به‌عنوان یک «شخص معنا بخش» در زندگی نوجوانان شناخته شد که این موضوع نیز در پژوهش Catalano و همکاران (۲۰۰۴) تأیید شده است.

مقوله سوم تحت عنوان «موانع و تعارض‌های انگیزشی» به عوامل بازدارنده‌ای اشاره داشت که انگیزش به زندگی را در این نوجوانان تضعیف می‌کرد. تعارض هویتی، تجربه طردشدگی، شکست‌های مکرر، شرایط محیطی ناسالم و فشارهای اجتماعی نظیر مقایسه‌گری در فضای مجازی، همگی از جمله عواملی بودند که در تحلیل داده‌ها بارها ظاهر شدند. در این زمینه، یافته‌ها با گزارش‌های Ahmadi & Ghaffari (۲۰۱۷) در زمینه تأثیر فقر، بی‌ثباتی خانوادگی و ناامنی اجتماعی بر سلامت روان نوجوانان ایرانی همخوانی دارد. همچنین مطالعه Steinberg (۲۰۱۴) نشان داده است که نوجوانان در فرآیند ساخت هویت و استقلال‌یابی، اگر در معرض تجربه طرد یا فشار مقایسه‌ای قرار گیرند، احتمال بیشتری دارد که انگیزش خود را از دست دهند و به سمت رفتارهای پرخطر سوق پیدا کنند. در این مطالعه نیز دیده شد که شبکه‌های اجتماعی در ایجاد احساس بی‌کفایتی و نارضایتی از خود، نقش منفی ایفا می‌کردند، موضوعی که در ادبیات پژوهش به‌ویژه در سال‌های اخیر به‌طور گسترده بررسی شده است (Steger et al., 2006).

ترکیب یافته‌ها نشان می‌دهد که انگیزش به زندگی در نوجوانان در معرض رفتارهای پرخطر، پدیده‌ای چندوجهی است که نه تنها از درون فرد ریشه می‌گیرد، بلکه به‌شدت با عوامل محیطی و اجتماعی گره خورده است. بر این اساس، هرگونه مداخله مؤثر در این حوزه باید رویکردی جامع، چندسطحی و تعاملی داشته باشد. فراهم کردن بسترهای حمایتی در خانواده، مدرسه و جامعه، در کنار تقویت منابع درونی چون امید، معنا، و شایستگی، می‌تواند زمینه را برای رشد انگیزش به زندگی در این نوجوانان فراهم آورد.

موازن اخلاقی

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

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

تعارض منافع

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

References

- Ahmadi, A., & Ghaffari, M. (2017). Youth risk behaviors and protective factors in Iranian context. *Iranian Journal of Psychiatry*, 12(4), 210–217.
- Bronk, K. C., Hill, P. L., Lapsley, D. K., Talib, T. L., & Finch, H. (2009). Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *The Journal of Positive Psychology*, 4(6), 500–510. <https://doi.org/10.1080/17439760903271439>
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J. A., Lonczak, H. S., & Hawkins, D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of positive youth development programs. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 98–124.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2012). Self-determination theory. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (Vol. 1, pp. 416–437). SAGE.
- DuBois, D. L., Holloway, B. E., Valentine, J. C., & Cooper, H. (2002). Effectiveness of mentoring programs for youth: A meta-analytic review. *American Journal of Community Psychology*, 30(2), 157–197.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning* (Rev. ed.). Washington Square Press.
- 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.
- Shek, D. T. L., & Yu, L. (2012). Adolescent developmental issues in Hong Kong: Relevance to positive youth development programs. *The Scientific World Journal*, 2012, Article ID 437378. <https://doi.org/10.1100/2012/437378>
- Steinberg, L. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>