

# تحلیل راهبردهای انگیزشی برای کاهش رفتارهای پرخطر جنسی در نوجوانان: یک مطالعه کیفی

تاریخ ارسال: ۶ مرداد ۱۴۰۳

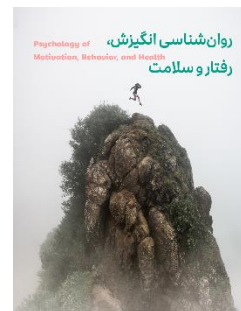
تاریخ بازنگری: ۱۱ شهریور ۱۴۰۳

تاریخ پذیرش: ۲ مهر ۱۴۰۳

تاریخ چاپ: ۱۲ مهر ۱۴۰۳

۱. سیدحسن موسوی: گروه روانشناسی رشد، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران
۲. الهام یوسفی: گروه روانشناسی رشد، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران
۳. علیرضا شریعتی: گروه مشاوره شغلی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

\* ایمیل نویسنده مسئول: elham.yousefi96@gmail.com



## چکیده

هدف پژوهش حاضر شناسایی و تحلیل راهبردهای انگیزشی مؤثر در کاهش رفتارهای پرخطر جنسی در میان نوجوانان شهر تهران است. این مطالعه به شیوه کیفی و با بهره‌گیری از رویکرد تحلیل محتوای قراردادی انجام شد. مشارکت‌کنندگان شامل ۱۹ نوجوان ۱۵ تا ۱۸ ساله ساکن تهران بودند که با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها، مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته بود و جمع‌آوری داده‌ها تا مرحله اشباع نظری ادامه یافت. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo و تحلیل مضمون بررسی شدند. تحلیل داده‌ها منجر به شناسایی سه مقوله اصلی شامل: «انگیزه‌های فردی برای خودمراقبتی»، «نقش خانواده در شکل‌گیری انگیزه‌ها»، و «نقش عوامل اجتماعی و فرهنگی» شد. هر کدام از این مقوله‌ها دارای چندین زیرمقوله بودند که مفاهیمی چون آگاهی از پیامدها، خودکارآمدی، تجربه‌های منفی، حمایت والدین، فشار همسالان و تأثیر رسانه‌ها را در بر می‌گرفتند. یافته‌ها نشان دادند که انگیزش درونی، حمایت عاطفی خانواده و آموزش‌های مؤثر نقش کلیدی در ارتقاء رفتارهای ایمن جنسی نوجوانان دارند. راهبردهای انگیزشی چندسطحی می‌توانند با ارتقاء آگاهی، تقویت خودکارآمدی و حمایت اجتماعی، نقش مؤثری در پیشگیری از رفتارهای پرخطر جنسی نوجوانان ایفا کنند. طراحی مداخلات جامع با مشارکت خانواده، مدرسه و رسانه پیشنهاد می‌شود.

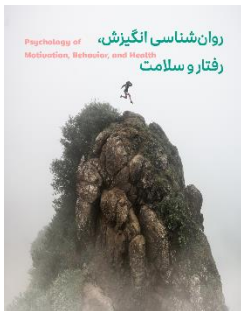
**کلیدواژه‌گان:** نوجوانان، انگیزش، رفتارهای پرخطر جنسی، خودکارآمدی، آموزش جنسی، خانواده

**شیوه استناددهی:** موسوی، سیدحسن، یوسفی، الهام، و شریعتی، علیرضا. (۱۴۰۳). تحلیل راهبردهای انگیزشی برای کاهش رفتارهای پرخطر جنسی در نوجوانان: یک مطالعه کیفی. *روانشناسی انگیزش، رفتار و سلامت*، ۲(۳)، 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.

# Analyzing Motivational Strategies for Reducing Risky Sexual Behaviors in Adolescents: A Qualitative Study



1. Seyed Hassan Mousavi: Department of Developmental Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
2. Elham Yousefi\*: Department of Developmental Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran
3. Alireza Shariati: Department of Career Counseling, Kharazmi University, Tehran, Iran

\*Corresponding Author's Email: elham.yousefi96@gmail.com

Submit Date: 27 July 2024

Revise Date: 1 September 2024

Accept Date: 23 September 2024

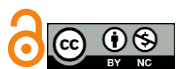
Publish Date: 3 October 2024

## Abstract

This study aimed to identify and analyze motivational strategies effective in reducing risky sexual behaviors among adolescents in Tehran. This research employed a qualitative design using conventional content analysis. Nineteen adolescents aged 15 to 18 from Tehran were selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured interviews and continued until theoretical saturation. NVivo software was used to assist in thematic data analysis. The analysis revealed three main categories: "Individual Motivations for Self-Care," "Family's Role in Shaping Motivation," and "Social and Cultural Influences." Each category encompassed several subcategories such as awareness of consequences, sexual self-efficacy, past negative experiences, parental support, peer pressure, and media impact. The findings emphasized the importance of intrinsic motivation, emotional family support, and effective education in promoting safe sexual behavior among adolescents. Multilevel motivational strategies can play a significant role in preventing risky sexual behaviors in adolescents by enhancing awareness, building self-efficacy, and providing social support. It is recommended to design comprehensive interventions involving families, schools, and media platforms.

**Keywords:** *Adolescents, Motivation, Risky Sexual Behaviors, Self-Efficacy, Sex Education, Family*

**How to cite:** Mousavi, S. H., Yousefi, E., & Shariati, A. (2024). Analyzing Motivational Strategies for Reducing Risky Sexual Behaviors in Adolescents: A Qualitative Study. *Psychology of Motivation, Behavior, and Health*, 2(3), 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.

دوره نوجوانی به عنوان مرحله‌ای بحرانی در رشد انسان، با تحولات گسترده‌ای در ابعاد جسمانی، روان‌شناختی، شناختی و اجتماعی همراه است که فرد را در معرض انتخاب‌ها و چالش‌های جدیدی قرار می‌دهد. یکی از حوزه‌هایی که در این دوره حساس به ویژه اهمیت می‌یابد، حوزه رفتارهای جنسی و چگونگی مواجهه نوجوانان با محرک‌ها و موقعیت‌های مرتبط با آن است. رفتارهای پرخطر جنسی، به مجموعه‌ای از کنش‌ها اطلاق می‌شود که بدون آگاهی، محافظت و مسئولیت‌پذیری صورت می‌گیرند و می‌توانند به پیامدهایی چون ابتلا به بیماری‌های مقاربتی، بارداری ناخواسته، آسیب‌های روانی و اجتماعی، و اختلال در مسیر تحصیلی و شغلی منجر شوند (Hall et al., 2016).

مطالعات متعددی تأکید دارند که نوجوانان به دلیل ناپختگی در تصمیم‌گیری، هیجان‌مداری، تأثیرپذیری از گروه همسالان و فقدان آموزش‌های صحیح جنسی، بیش از دیگر گروه‌های سنی در معرض رفتارهای پرخطر جنسی قرار دارند (Lanza & Rhoades, 2013). بر همین اساس، شناسایی عوامل مؤثر بر انگیزش نوجوانان برای انتخاب رفتارهای جنسی ایمن، و نیز تدوین راهبردهایی برای تقویت این انگیزه، ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است. در ادبیات روان‌شناسی انگیزشی، انگیزه به عنوان نیرویی درونی تعریف می‌شود که جهت، شدت و تداوم رفتار را تعیین می‌کند (Deci & Ryan, 2000). از این منظر، تقویت انگیزش نوجوان برای اتخاذ تصمیمات مسئولانه در زمینه روابط جنسی، می‌تواند عامل کلیدی در پیشگیری از رفتارهای پرخطر باشد.

یکی از نظریه‌های کلیدی در این زمینه، نظریه خودتعیین‌گری (Self-Determination Theory) است که میان انگیزه‌های درونی و بیرونی تمایز قائل می‌شود. طبق این نظریه، زمانی که نوجوانان احساس کنند که رفتارشان ناشی از انتخاب آزاد و درونی خودشان است، بیشتر احتمال دارد که رفتارهای سالم‌تری اتخاذ کنند (Ryan & Deci, 2002). بنابراین، راهبردهای آموزشی و تربیتی مؤثر باید بر پرورش انگیزه‌های درونی نوجوانان برای خودمراقبتی و انتخاب سبک زندگی سالم تمرکز کنند، نه فقط هشدارهای بیرونی یا تنبیه‌های اجتماعی.

تحقیقات پیشین نشان داده‌اند که عوامل متعددی در انگیزش نوجوانان برای پرهیز از رفتارهای پرخطر جنسی نقش دارند؛ از جمله: آگاهی از پیامدهای منفی رفتار، باورهای دینی و اخلاقی، حمایت خانوادگی، مهارت‌های مقابله با فشار همسالان، خودکارآمدی جنسی و تجربه‌های منفی پیشین (DiClemente et al., 2001; Kirby, 2002). برای مثال، در مطالعه‌ای که توسط Borawski و همکاران (۲۰۰۳) انجام شد، نشان داده شد که نوجوانانی که مهارت‌های ارتباطی و تصمیم‌گیری بهتری دارند، کمتر درگیر رفتارهای جنسی پرخطر می‌شوند. همچنین، رابطه مثبت بین حمایت خانواده و رفتار جنسی سالم نیز بارها مورد تأیید قرار گرفته است (Resnick et al., 1997).

نقش خانواده در این میان بسیار حیاتی است. خانواده‌هایی که با فرزندان خود گفت‌وگوی باز و صادقانه درباره مسائل جنسی دارند، نه تنها منبع اطلاعاتی معتبر برای نوجوان محسوب می‌شوند، بلکه با ایجاد حس امنیت روانی و حمایت عاطفی، نوجوان را در مواجهه با چالش‌های بیرونی توانمند می‌سازند (Aspy et al., 2007). در مقابل، نوجوانانی که از چنین ارتباطی محروم‌اند، معمولاً اطلاعات خود را از منابعی همچون همسالان یا فضای مجازی کسب می‌کنند که غالباً دارای محتوای نادرست یا گمراه‌کننده هستند (Brown et al., 2006).

علاوه بر خانواده، مدرسه و نظام آموزشی نیز در شکل‌دهی به انگیزش نوجوانان نقش اساسی دارند. در بسیاری از کشورها، آموزش رسمی و علمی درباره سلامت جنسی به عنوان بخشی از برنامه درسی مورد توجه قرار گرفته است. این آموزش‌ها نه تنها اطلاعات دقیق و علمی ارائه می‌دهند، بلکه با ارتقاء سواد جنسی نوجوانان، مهارت‌های زندگی، خودآگاهی، توانایی نه گفتن و تشخیص موقعیت‌های پرخطر را نیز تقویت می‌کنند (Kirby, 2007).

2002). با این حال، در بسیاری از جوامع از جمله ایران، همچنان آموزش جنسی با تابو، مقاومت‌های فرهنگی، و عدم سیاست‌گذاری مناسب مواجه است که زمینه را برای گسترش رفتارهای پرخطر در نوجوانان فراهم می‌سازد (Mohammadi et al., 2006).

از سوی دیگر، فضای مجازی و رسانه‌ها نیز به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل بیرونی مؤثر بر رفتار نوجوانان مطرح‌اند. رسانه‌ها، به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی، به دلیل در دسترس بودن گسترده، تصاویر اغواکننده و اطلاعات نادرست، در بسیاری از موارد موجب تغییر در نگرش و انگیزش نوجوانان نسبت به روابط جنسی می‌شوند (Peter & Valkenburg, 2008). این امر به‌ویژه در میان نوجوانانی که فاقد مهارت‌های تفکر انتقادی و فیلترهای اخلاقی قوی هستند، نگران‌کننده‌تر است.

نقش گروه همسالان نیز در انگیزش رفتاری نوجوانان بسیار قابل توجه است. نوجوانان معمولاً برای پذیرفته شدن در گروه، مورد تأیید قرار گرفتن یا رقابت با دوستان، ممکن است وارد رفتارهایی شوند که در شرایط دیگر هرگز آن را انتخاب نمی‌کردند (Prinstein & Dodge, 2008). فشار همسالان می‌تواند انگیزش بیرونی قوی برای انجام رفتارهای پرخطر جنسی ایجاد کند، مگر آنکه نوجوان از مهارت‌ها و انگیزه‌های درونی کافی برای مقاومت در برابر این فشار برخوردار باشد.

با در نظر گرفتن مجموعه عوامل فوق، ضروری است که در طراحی مداخلات پیشگیرانه، رویکردی چندسطحی و ترکیبی اتخاذ شود؛ به گونه‌ای که هم عوامل درونی (مانند خودآگاهی، ارزش‌های اخلاقی، برنامه‌ریزی برای آینده)، و هم عوامل بیرونی (مانند خانواده، مدرسه، رسانه‌ها و فرهنگ عمومی) به شکل هماهنگ مورد توجه قرار گیرند. پژوهش حاضر با رویکردی کیفی و بر اساس مصاحبه با نوجوانان تهرانی، در پی آن است که با تحلیل عمیق تجربه‌ها و باورهای آنان، راهبردهای انگیزشی مؤثر برای کاهش رفتارهای پرخطر جنسی را شناسایی و طبقه‌بندی کند. هدف این مطالعه، شناسایی و تحلیل مؤلفه‌های انگیزشی مؤثر در کاهش رفتارهای پرخطر جنسی نوجوانان بر اساس تجارب زیسته آن‌هاست تا بتوان از یافته‌ها در طراحی سیاست‌ها و برنامه‌های آموزشی، تربیتی و مشاوره‌ای بهره برد.

## روش‌شناسی

در این پژوهش از روش تحقیق کیفی با رویکرد تحلیل محتوای قراردادی استفاده شده است. هدف اصلی، شناسایی و تحلیل راهبردهای انگیزشی مؤثر بر کاهش رفتارهای پرخطر جنسی در نوجوانان است. این رویکرد به پژوهشگر امکان می‌دهد تا با تمرکز بر دیدگاه‌ها، تجربیات و روایت‌های شرکت‌کنندگان، به درکی عمیق از راهبردهای انگیزشی دست یابد.

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ ساله‌ای بود که تجربه یا آگاهی نسبت به رفتارهای پرخطر جنسی داشته و در مناطق مختلف شهر تهران سکونت داشتند. نمونه‌گیری به روش هدفمند و با در نظر گرفتن معیارهای ورود شامل توانایی بیان تجربیات شخصی، رضایت آگاهانه برای شرکت در مصاحبه، و تنوع در جنسیت، وضعیت تحصیلی و خانوادگی انجام گرفت. تعداد شرکت‌کنندگان نهایی پس از رسیدن به اشباع نظری، ۱۹ نفر تعیین شد.

داده‌های این پژوهش از طریق مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته جمع‌آوری گردید. راهنمای مصاحبه شامل سؤالات باز در زمینه انگیزش برای خودمراقبتی، تأثیر عوامل فردی، خانوادگی و اجتماعی، و تجربه راهبردهای پیشگیری بود. هر مصاحبه بین ۴۵ تا ۷۵ دقیقه به طول انجامید و پس از کسب رضایت کتبی از مشارکت‌کنندگان، با رعایت اصول اخلاقی ضبط و سپس وادوسی شد.

تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار NVivo و به روش تحلیل محتوای قراردادی انجام گرفت. پس از پیاده‌سازی مصاحبه‌ها، کدگذاری اولیه صورت گرفت و مفاهیم اولیه استخراج شد. سپس کدهای مشابه در دسته‌های مفهومی گروه‌بندی گردیدند و در نهایت، مقوله‌های اصلی استخراج شد. تحلیل‌ها به صورت هم‌زمان با فرایند مصاحبه انجام گرفت و تا رسیدن به اشباع نظری ادامه یافت.

## یافته‌ها

مقوله اول: انگیزه‌های فردی برای خودمراقبتی

یکی از زیرمقوله‌های مهم در این حوزه، آگاهی از پیامدهای رفتارهای پرخطر بود. شرکت‌کنندگان بیان کردند که اطلاعات‌شان درباره پیامدهای بیماری‌های مقاربتی، بارداری ناخواسته و تبعات اجتماعی چنین رفتارهایی، انگیزه قوی برای خودداری از آن‌ها فراهم کرده است. یکی از نوجوانان گفت: «راستش من همیشه از ایدز می‌ترسیدم، چون به بار توی مدرسه فیلمی نشون دادن درباره‌ش، خیلی تاثیر گذاشت.» این آگاهی سبب افزایش سطح احتیاط و خودکنترلی در رفتارها شده بود.

در تقویت خودکارآمدی جنسی، نوجوانان به توانایی‌های خود در «نه گفتن»، تصمیم‌گیری مستقل و مقاومت در برابر فشار همسالان اشاره داشتند. یکی از مصاحبه‌شوندگان اظهار کرد: «بعضی وقتا رفیقام می‌خوان بکشونم تو کارای بد، ولی من به خودم می‌گم که باید آینده‌مو بسازم، نه این که خرابش کنم.»

زیرمقوله تأثیر تجارب گذشته نیز نقش مؤثری در تقویت رفتارهای ایمن داشت. برخی از نوجوانان با اشاره به تجربه‌های منفی خود یا دیگران، از پشیمانی و احساس گناه ناشی از آن صحبت کردند. برای مثال، یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «یکی از دوستانم تو رابطه‌ای بود که بعدش خیلی ضربه خورد، از اون موقع من خیلی محتاط شدم.»

در رابطه با درونی‌سازی ارزش‌های اخلاقی، باورهای مذهبی و اخلاقی نقش کلیدی ایفا می‌کرد. نوجوانان تأکید داشتند که این ارزش‌ها همچون یک سپر در برابر رفتارهای پرخطر عمل می‌کند. یکی از آن‌ها گفت: «من همیشه مادرم می‌گفت بدن حرمت داره، همین حرفش همیشه تو ذهنمه.» در اهداف تحصیلی و شغلی نیز نوجوانان بیان داشتند که داشتن برنامه برای آینده، آن‌ها را از درگیر شدن در روابط پرخطر دور نگه می‌دارد. به گفته یکی از آن‌ها: «من می‌خوام پزشکی بخونم. نمی‌خوام چیزی باشه که باعث بشه از هدفم دور بشم.»

زیرمقوله تنظیم هیجانات و انگیزه‌های لحظه‌ای نشان داد که توانایی در مدیریت هیجانات، به نوجوانان کمک می‌کند تا از تصمیمات آنی و بدون فکر خودداری کنند. یک شرکت‌کننده گفت: «بعضی وقتا وسوسه می‌شی ولی باید بتونی احساساتو کنترل کنی.»

در نهایت، رشد هویت فردی به عنوان انگیزه‌ای درونی برای انتخاب رفتارهای سالم شناخته شد. نوجوانان تمایل داشتند تصویری مثبت و مستقل از خود بسازند. یکی گفت: «من نمی‌خوام کسی ازم فکر بدی بکنه. می‌خوام نشون بدم می‌تونم خودمو کنترل کنم.»

مقوله دوم: نقش خانواده در شکل‌گیری انگیزه‌ها

در زیرمقوله ارتباط حمایتی والدین، نوجوانان به اهمیت داشتن فضایی امن و غیرقضاوتی در خانواده برای صحبت در مورد مسائل جنسی اشاره کردند. یکی از آن‌ها گفت: «مامانم همیشه جوری باهام حرف می‌زنه که احساس امنیت می‌کنم. می‌دونم هرچی بگم دعوا نمی‌کنه.»

الگوهای تربیتی مناسب نیز تأثیر زیادی در شکل‌گیری رفتارهای مسئولانه داشتند. نوجوانان به نظارت انعطاف‌پذیر والدین، تشویق به گفت‌وگوی آزاد، و پذیرش عواطف خود اشاره کردند. یکی بیان داشت: «بابام هیچ‌وقت به زور چیزی رو تحمیل نمی‌کنه. بیشتر باهام حرف می‌زنه تا بفهمم چرا باید به کاریو نکنم.»

در آموزش جنسی خانواده‌محور، برخی از نوجوانان گفته بودند که والدین‌شان اطلاعات صحیح و علمی درباره بلوغ و خطرات جنسی در اختیارشان گذاشته‌اند. یک نوجوان گفت: «مادرم خودش درباره جلوگیری از بیماری توضیح داد، این باعث شد جدی بگیرم.»

سرمایه عاطفی در خانواده نیز نقش مهمی داشت. نوجوانانی که احساس تعلق، محبت و حمایت در خانواده دریافت کرده بودند، بیشتر احساس ارزشمندی می‌کردند و در نتیجه کمتر به دنبال روابط پرخطر می‌رفتند. یکی از آن‌ها گفت: «وقتی بدونی به نفر تو خانواده همیشه پشتت، کمتر دنبال تأیید بقیه می‌ری.»

در نقش خانواده در شکل‌گیری نگرش‌ها، نوجوانان به تأثیر باورهای والدین و الگوسازی از آن‌ها اشاره داشتند. برای نمونه: «پدرم همیشه به مادرم احترام می‌ذاره، این باعث شده منم بدونم رابطه یعنی چی و چه‌جوری باید رفتار کرد.»

مقوله سوم: نقش عوامل اجتماعی و فرهنگی

در گروه همسالان و تأثیرات اجتماعی، بسیاری از نوجوانان به فشار برای هم‌قدمی با دیگران و ترس از طرد شدن اشاره کردند. یکی از آن‌ها گفت: «بعضی وقتا فقط واسه اینکه از جمع جا نمونی، می‌خوای کاری کنی که بهش اعتقادی نداری.»

در نقش رسانه‌ها و فضای مجازی، نوجوانان به اثر منفی محتواهای جنسی موجود در فضای مجازی و سریال‌ها اشاره کردند. برخی گفتند که این تصاویر باعث القای تصویری غیرواقعی از روابط جنسی شده است. یک شرکت‌کننده اظهار داشت: «تو اینستاگرام فقط رابطه رو نشون می‌دن، نه عواقبش رو.»

در دسترسی به منابع آموزشی خارج از خانواده، نوجوانان تجربه‌هایی از حضور در کارگاه‌ها یا دریافت اطلاعات از مشاوران مدرسه بیان کردند. یکی گفت: «تو مدرسه به بار کارگاه گذاشتن درباره بلوغ، خیلی خوب بود. اطلاعاتی داد که هیچ‌جا نگفته بودن.»

در سیاست‌های فرهنگی و آموزشی جامعه، شرکت‌کنندگان به ضعف در برنامه‌های آموزشی رسمی و تابو بودن مباحث جنسی در مدارس اشاره کردند. به گفته یکی از آن‌ها: «تو مدرسه فقط درباره زیست‌شناسی حرف می‌زنن، کسی نمیاد درباره رابطه یا احساسات حرف بزنه.»

## بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که راهبردهای انگیزشی مؤثر برای کاهش رفتارهای پرخطر جنسی در نوجوانان را می‌توان در سه محور اصلی طبقه‌بندی کرد: انگیزه‌های فردی برای خودمراقبتی، نقش خانواده در شکل‌گیری انگیزه‌ها، و نقش عوامل اجتماعی و فرهنگی. این عوامل از طریق مفاهیمی چون آگاهی از پیامدهای رفتار، خودکارآمدی، تجربه‌های منفی گذشته، حمایت والدین، الگوهای تربیتی مناسب، فشار همسالان، و تأثیر رسانه‌ها بر نگرش و تصمیم‌گیری نوجوانان، در قالب کدهای باز شناسایی شدند. هر یک از این مقوله‌ها دارای اثر تقویتی یا بازدارنده در رفتارهای جنسی نوجوانان بودند و بر ساختار انگیزشی آنان تأثیر بسزایی داشتند.

در محور اول، انگیزه‌های درونی مانند خودکارآمدی، اهداف تحصیلی، و درونی‌سازی ارزش‌های اخلاقی نقش کلیدی در خودمراقبتی نوجوانان ایفا می‌کردند. یافته‌های این بخش همسو با نظریه خودتعیین‌گری است که بیان می‌دارد انگیزش درونی نقش مؤثری در اتخاذ رفتارهای سلامت‌محور دارد (Deci & Ryan, 2000). نوجوانانی که توانایی نه گفتن به پیشنهادهای پرخطر را داشتند، به دلیل سطح بالای خودکارآمدی، تمایل بیشتری به انتخاب‌های ایمن از خود نشان دادند. همچنین مطالعه‌ای از DiClemente و همکاران (۲۰۰۱) تأیید می‌کند که نوجوانان دارای خودکنترلی بالا و نگرش مثبت نسبت به آینده، کمتر درگیر رفتارهای جنسی پرخطر می‌شوند. این یافته همچنین با نتایج پژوهش Lanza و Rhoades (۲۰۱۳) همسوست که نشان داد نوجوانان با اهداف تحصیلی مشخص، تمایل کمتری به درگیری در رفتارهای پرخطر دارند.

نقش تجربه‌های منفی گذشته نیز به عنوان عامل انگیزشی مؤثر در این مطالعه شناخته شد. نوجوانانی که تجربه پیامدهای منفی روابط جنسی پرخطر را داشتند (چه در خود و چه در دیگران)، بیشتر گرایش به خودمراقبتی نشان دادند. این مسئله را می‌توان با یافته‌های Brown و همکاران (۲۰۰۶) مقایسه کرد که در آن، مشاهده عواقب منفی روابط پرخطر در اطرافیان، نوعی هشدار عملی برای سایر نوجوانان تلقی می‌شد.

در محور دوم، خانواده نقش برجسته‌ای در ایجاد انگیزه برای رفتارهای جنسی سالم ایفا می‌کند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که نوجوانانی که در محیط خانواده احساس امنیت، ارتباط عاطفی، و گفت‌وگوی آزاد داشتند، دارای انگیزه بیشتری برای مراقبت از خود بودند. این یافته با مطالعات Aspy و همکاران (۲۰۰۷) همخوانی دارد که تأکید می‌کنند ارتباط مؤثر بین والد و فرزند، پیش‌بینی‌کننده مهمی در کاهش رفتارهای پرخطر است. در پژوهش حاضر، الگوهای تربیتی مثبت، نظارت بدون اجبار، و آموزش‌های جنسی خانواده‌محور، به‌ویژه در خانواده‌های پذیرنده، تأثیر چشمگیری بر انگیزش نوجوانان داشت. مطالعه‌ای مشابه توسط Resnick و همکاران (۱۹۹۷) نیز نشان داد که حمایت والدین از نوجوانان در مواجهه با چالش‌های اجتماعی، موجب کاهش تمایل آن‌ها به درگیری در رفتارهای جنسی پرخطر می‌شود.

نکته قابل توجه دیگر، نقش سرمایه عاطفی خانواده در شکل‌گیری هویت و عزت نفس نوجوانان بود. نوجوانانی که مورد محبت و حمایت والدین قرار گرفته بودند، کمتر برای جلب تأیید دیگران به روابط پرخطر روی می‌آوردند. در واقع، همان‌گونه که Ryan و Deci (۲۰۰۲) مطرح می‌کنند، احساس تعلق و پذیرش از سوی افراد معنادار در زندگی فرد، یکی از نیازهای بنیادین برای انگیزش درونی و رفتارهای پایدار است.

در محور سوم، یافته‌ها نشان داد که عوامل اجتماعی و فرهنگی نیز نقش دوگانه‌ای در شکل‌گیری انگیزش نوجوانان دارند. از یک سو، گروه همسالان می‌تواند در قالب حمایت اجتماعی مثبت، به تقویت رفتارهای ایمن کمک کنند؛ و از سوی دیگر، فشار گروهی برای همگامی با هنجارهای پرخطر، عامل تهدیدکننده‌ای برای انگیزش سالم نوجوانان است. مطالعه Dodge و Prinstein (۲۰۰۸) نیز بر این نکته تأکید دارد که همسالان می‌توانند هم نقش حمایت‌کننده و هم نقش آسیب‌زا ایفا کنند؛ بستگی به نوع رابطه و نظام ارزشی حاکم دارد.

همچنین، تأثیر رسانه‌ها و فضای مجازی، به عنوان منبع اطلاعات و الگوی رفتاری، در نتایج این پژوهش بارز بود. نوجوانانی که تحت تأثیر محتوای جنسی در شبکه‌های اجتماعی و رسانه‌های سرگرمی قرار داشتند، دچار تغییر در نگرش، تحریک هیجانی و کاهش انگیزه برای رفتارهای کنترل‌شده می‌شدند. این مسئله با یافته‌های Peter و Valkenburg (۲۰۰۸) هم‌راستا است که نشان دادند مواجهه مکرر با محتوای جنسی می‌تواند نگرش نوجوانان را به سمت عادی‌سازی رفتارهای پرخطر سوق دهد.

در مقابل، دسترسی به منابع آموزشی غیررسمی همچون کارگاه‌ها، مشاوران و کتابچه‌های آموزشی، در افزایش انگیزش آگاهانه نوجوانان مؤثر بود. این یافته‌ها همسو با مطالعات Kirby (۲۰۰۲) است که در آن آموزش جامع جنسی با ارتقاء دانش، مهارت و نگرش نوجوانان، رفتارهای جنسی مسئولانه‌تری را در پی داشت.

در نهایت، یافته‌ها نشان داد که غیبت برنامه‌های رسمی آموزش جنسی در مدارس و تابو بودن موضوع، از عوامل بازدارنده در شکل‌گیری انگیزش ایمن در نوجوانان هستند. مطالعه Mohammadi و همکاران (۲۰۰۶) نیز بیانگر آن است که در ایران، نبود آموزش‌های ساختارمند و علمی درباره سلامت جنسی، نوجوانان را در معرض اطلاعات نادرست و تصمیمات پرخطر قرار می‌دهد.

## 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، هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

## References

- Aspy, C. B., Vesely, S. K., Oman, R. F., Rodine, S., Marshall, L., & McLeroy, K. (2007). Parental communication and youth sexual behaviour. *Journal of Adolescence*, 30(3), 449–466.
- Borawski, E. A., Trapl, E. S., Lovegreen, L. D., Colabianchi, N., & Block, T. (2003). Effectiveness of abstinence-only intervention in middle school teens. *American Journal of Health Behavior*, 29(5), 423–434.
- Brown, J. D., Halpern, C. T., & L'Engle, K. L. (2006). Mass media as a sexual super peer for early maturing girls. *Journal of Adolescent Health*, 36(5), 420–427.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- DiClemente, R. J., Wingood, G. M., Crosby, R. A., Sionean, C., Cobb, B. K., Harrington, K., ... & Oh, M. K. (2001). Parental monitoring: Association with adolescents' risk behaviors. *Pediatrics*, 107(6), 1363–1368.
- Hall, K. S., Moreau, C., & Trussell, J. (2016). Determinants of and disparities in reproductive health service use among adolescent and young adult women in the United States. *Journal of Adolescent Health*, 59(3), 248–256.
- Kirby, D. (2002). The impact of schools and school programs upon adolescent sexual behavior. *Journal of Sex Research*, 39(1), 27–33.
- Lanza, S. T., & Rhoades, B. L. (2013). Latent class analysis of risky sexual behavior in adolescents: A comparison of methods. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 41(9), 1437–1447.
- Mohammadi, M. R., Mohammad, K., Farahani, F. K. A., Alikhani, S., Zare, M., & Tehrani, F. R. (2006). Reproductive knowledge, attitudes and behavior among adolescent males in Tehran, Iran. *International Family Planning Perspectives*, 32(1), 35–44.
- Peter, J., & Valkenburg, P. M. (2008). Adolescents' exposure to sexually explicit Internet material and sexual satisfaction: A longitudinal study. *Human Communication Research*, 34(2), 187–207.
- Prinstein, M. J., & Dodge, K. A. (2008). *Understanding peer influence in children and adolescents*. The Guilford Press.