

مقاله اصلی

اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال کاری تحصیلی و میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین در نوجوانان

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۷/۰۲ - تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۵/۲۵

خلاصه

مقدمه: امروزه اعتیاد به بازی‌های آنلاین یکی از اصلی‌ترین تهدیدهای سلامت روان نوجوانان است. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بین اهمال کاری تحصیلی نوجوانان و میزان اعتیاد آنان به بازی‌های آنلاین رابطه تنگاتنگی وجود دارد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اهمال کاری و میزان اعتیاد به بازی‌های آنلاین در نوجوانان انجام شد.

روش کار: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان مقاطع متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود. از بین این افراد تعداد ۳۰ نفر به روش هدفمند و با توجه به ملاکهای ورود انتخاب شدند و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گروه کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه اهمال کاری تحصیلی سولومون-رابنلوم و مقیاس اعتیاد به بازی‌های آنلاین بود. گروه مداخله برنامه مصاحبه انگیزشی را در ۵ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای دریافت کرد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار **SPSS-26** و آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره با رعایت مفروضه‌های آماری انجام شد.

نتایج: یافته‌های حاصل از آزمون کوواریانس چند متغیره نشان داد که بین مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل در ترکیبی از متغیرهای اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد به بازی‌های آنلاین تفاوت معناداری وجود دارد ($F=45/72$ و $P<0/05$). همچنین نتایج آزمون تعقیبی بن‌فرونی نشان داد که میانگین گروه دریافت‌کننده مصاحبه انگیزشی هم در متغیر اهمال کاری تحصیلی و هم در متغیر اعتیاد به بازی‌های آنلاین از میانگین گروه کنترل به‌طور معناداری کوچکتر است.

نتیجه‌گیری: می‌توان مصاحبه انگیزشی را مداخله‌ای مناسب برای کاهش اهمال کاری تحصیلی و اعتیاد نوجوانان به بازی‌های آنلاین در نظر گرفت.

کلمات کلیدی: مصاحبه انگیزشی، اهمال کاری تحصیلی، اعتیاد به بازی‌های آنلاین

کیمیا شگری^۱

حسین انتظاری^{۲*}

مونا خالدنژاد^۳

شادی ساکت قلب لنگرودی^۴

نسیم صمدی فرد^۵

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشگاه

محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

^۲ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد

رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران (نویسنده

مسئول)

^۳ دکترای تخصصی روانشناسی سلامت، گروه روانشناسی،

واحد کرج، دانشگاه آزاد اسلامی، کرج، ایران

^۴ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی،

واحد چالوس، دانشگاه آزاد اسلامی، چالوس، ایران

^۵ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشگاه

محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

Email:

hosseintezari68@gmail.com

مقدمه

دوران نوجوانی را دوره گذر از مرحله کودکی به بزرگسالی مطرح کرده‌اند (۱)، طول این دوره زندگی در حدود ده سال (یازده تا بیست و دو سالگی) است (۲). این دوران با تغییرات اجتماعی، شناختی و فیزیکی همراه است و با توجه به تغییرات اساسی بیولوژیکی، روانی و اجتماعی، در ارتباط با، خانواده، مدرسه و همسالان خود دچار چالش و کشمکش می‌شوند (۳ و ۴). نوجوانی در مقایسه با بزرگسالی دوره حساسی برای آسیب‌پذیری نسبت به اعتیاد محسوب می‌شود (۵). در حال حاضر شیوع فزاینده بازی‌های آنلاین در بین کودکان و نوجوانان نگرانی‌هایی را برانگیخته است (۶). پژوهش‌ها نشان داده است که استفاده بیش از حد از بازی‌های آنلاین در دوره نوجوانی به شدت بالا است (۷-۱۰). اگرچه پلتفرم‌های بازی آنلاین باعث ایجاد سرگرمی، تعامل اجتماعی و کاهش استرس می‌شوند (۱۱)، با این حال ریسک اعتیاد را به دنبال دارند. در واقع بازی‌های آنلاین یکی از فعالیت‌های سرگرم‌کننده قانونی در سراسر دنیا محسوب می‌شود (۱۲)، با این حال نگرانی‌های فزاینده وجود دارد که تعداد زیادی از کاربران بازی‌های آنلاین در حال معتاد شدن به آن هستند (۱۳-۱۵). هرچند در ویراست پنجم راهنمای تشخیصی آماری اختلالات روانی (DSM-5)، اعتیاد به بازی‌های آنلاین، به عنوان یک تشخیص موقت باقی مانده است (۱۶)، در یازدهمین ویراست طبقه‌بندی بین‌المللی بیماری‌ها (ICD-11)، اعتیاد به بازی‌های آنلاین تحت عنوان اختلال بازی طبقه‌بندی شده است (۱۷). مطابق ICD-11 برای اینکه فرد تشخیص این اختلال را دریافت کند، رفتار گیمینگ باید به اندازه‌ای شدید باشد که باعث اختلال معنادار در جنبه‌های فردی، خانوادگی، اجتماعی، تحصیلی یا شغلی و دیگر جنبه‌های زندگی فرد به شود و این اختلال حداقل ۱۲ ماه طول بکشد (۱۸). این اختلال اغلب بین ۱۲ تا ۱۸ سالگی شروع می‌شود (۱۹). یافته‌های جمعیت‌شناسی شیوع جهانی اختلال بازی را بین ۳/۰۵ تا ۴/۶ درصد برآورد می‌کند (۲۰) اما این آمار در آسیا ۱۳ درصد است (۲۱). اعتیاد به بازی‌های آنلاین، یعنی وابستگی جسمی و روانی شدید به بازی‌های

آنلاین به طوری که اگر میل به بازی کردن ارضا نشود، باعث بروز هیجانات منفی در فرد خواهد شد (۲۲). اعتیاد به بازی آنلاین، در واقع یک حالت روانی و سواسی-اجباری یا وابستگی غیرقابل کنترل است که در میان نوجوانان رخ می‌دهد (۲۳). خوگیری به بازی‌های آنلاین با افزایش سطوح دوپامین در ناحیه دورسال استریاتوم ایجاد می‌شود، با تحریک شدن مسیر پاداش دوپامینی فرد انگیزه پیدا می‌کند که بیشتر بازی کند (۲۴). این بازی‌ها طراحی شده‌اند تا با مسلط تر شدن و غلبه گیمرها بر چالش‌های بازی، حس لذت آنی و موفقیت را القا کنند (۲۵). در این حین سیستم پاداش مغز درگیر می‌شود و به فرد حس کارآمدی و تسلط می‌دهد که در نتیجه به بازی کردن و سواسی-جبری و از دست دادن کنترل روی زمان بازی کردن می‌انجامد (۲۶). اعتیاد به بازی‌های آنلاین، سلامت جسمی و روانی فرد، زندگی اجتماعی و پیشرفت تحصیلی نوجوان را به خطر می‌اندازد (۲۷) و می‌تواند برای نوجوانان دامنه‌ای از مشکلات روانی-زیستی شامل پیشرفت تحصیلی ضعیف، مشکلات خواب و تغذیه، گرایش به خشونت فیزیکی و افزایش سطوح اضطراب و افسردگی را به دنبال داشته باشد (۱۵). مهم‌ترین پیامد اعتیاد به بازی‌های آنلاین به لحاظ اجتماعی، مشکلاتی از قبیل از دست دادن روابط، فرصت‌های تحصیلی و شغلی هستند (۲۸-۲۹).

امروزه اثر منفی گیمینگ افراطی بر موفقیت تحصیلی به خوبی شناخته شده است (۳۰). اعتیاد به بازی‌های آنلاین، بی تفاوتی به سایر فعالیت‌ها و احساس ناراحتی در هنگام بازی نکردن را به دنبال دارد (۳۱). کاربران بازی‌های آنلاین در معرض فراموش کردن سایر کارهای خود در حین بازی کردن هستند (۲۷). علاقه به بازی‌های آنلاین باعث می‌شود که زمان از دست فرد خارج شود و فرد همه چیز را برای آن لذت لحظه‌ای، فراموش کند (۳۲). بسیاری از گیمرها نوجوان زمان زیادی از وقت مفید خود را به این کار اختصاص می‌دهند و آن را به فعالیت‌های مهم روزانه خود ترجیح می‌دهند (۲۸). در واقع پژوهشگران اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان را با اعتیاد آنان به

آسیب‌های کارکردی که بازی‌های آنلاین ممکن است بر روی زندگی افراد درگیر داشته باشد، سیر فزاینده استفاده از آنها همچنان ادامه دارد (۴۶).

مطالعات اولیه نشان داده‌اند که می‌توان از مصاحبه انگیزشی در درمان اعتیاد به بازی‌های آنلاین استفاده کرد و نشان داده است که مصاحبه انگیزشی بر بهبود بهزیستی دانش‌آموزان دارای اعتیاد به بازی‌های آنلاین مؤثر است (۴۷). مصاحبه انگیزشی یک رویکرد مشاوره‌ای شواهد مدار برای درمان اعتیاد و مسائل مربوط به سبک زندگی ناسالم به شمار می‌رود (۴۸). مصاحبه انگیزشی در آغاز برای درمان اعتیاد به مواد طراحی شد، اما بعدها برای طیف وسیعی از معضلات سبک زندگی و سلامت (مانند کم‌حرکی) به کار گرفته شد. این روش همچنین توانسته است به عنوان مداخله‌ای مؤثر، ضمن کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان، وضعیت انگیزشی آنان را نیز بهبود بخشد (۴۹). مصاحبه انگیزشی بر پایه رویکرد مراجع محور کارل راجرز نسبت به روان‌درمانی است. بر اساس نظر وی، همدلی صحیح به اندازه ملایمت متعادل و صداقت در ایجاد محیطی ایده آل برای خود ارزیابی و تغییر لازم و ضروری است. همدلی صحیح همان طوری که به وسیله راجرز تعریف شده است، شامل گوش دادن انعکاسی به منظور روشن سازی، توضیح و تقویت تجارب و معانی و ارزشهای بیمار است. روش درمانگر در تعیین پیامدهای درمان، مثبت یا منفی، اهمیت دارد. به دنبال این، میلر و رولنیک مداخله‌ای را تحت عنوان مصاحبه انگیزشی ابداع کردند که تلاشی را در راستای افزایش خودکارآمدی و کنترل فرد برای تغییر رفتاری انجام میداد و از سبک گوش دادن تعاملی و همدلانه برای افزایش انگیزش استفاده می‌کرد که بر اختلاف بین اهداف شخصی و رفتار کنونی تاکید ویژه دارد (۵۰). مصاحبه انگیزشی را همچنین می‌توان یک تکنیک نسبتاً جدید شناختی-رفتاری در نظر گرفت که به مراجعان کمک می‌کند تا با استفاده از آن رفتارهایی را که ممکن است باعث ایجاد مشکل برای آنها شود شناسایی و تغییر دهند (۵۱). در این روش هدف کشف

بازی‌های آنلاین مرتبط می‌دانند. آنها معتقدند اعتیاد به بازی‌های آنلاین را کاهش زمان یادگیری را در پی دارد (۳۳). ساری یعنی هرچقدر دانش‌آموزان بیشتر درگیر بازی‌های آنلاین باشند، پیشرفت تحصیلی آنها نیز پایین‌تر خواهد بود (۳۴ و ۳۵). اهمال‌کاری، تمایل به تعلل در شروع و انجام کارهای مهم و به تعویق انداختن عمدی انجام یک عمل با علم به پیامدهای منفی آن است (۳۶). اهمال‌کاری عادت بی‌فایده به شکل به تأخیر انداختن کارها به خاطر ترس از شکست یا بی‌نقص نبودن کار، انجام می‌شود تا به فرد احساس ایمنی بدهد (۳۶). گسترده‌ترین شکل اهمال‌کاری همان اهمال‌کاری تحصیلی در میان دانش‌آموزان است که در سال‌های اخیر مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته (۳۷). شیوع اهمال‌کاری تحصیلی مشکل‌آفرین میان دانش‌آموزان را حداقل ۷۰ تا ۹۰ درصد تخمین زدند و اهمال‌کاری حاد دانش‌آموزان را ۲۳ تا ۳۰ درصد تخمین زده‌اند (۳۸). یافته‌های محققان نشان می‌دهد که اهمال‌کاری در عرصه تحصیل دارای تبعات منفی بسیاری از جمله، از دست دادن زمان، افزایش استرس، کسب نمرات پایین، کاهش سلامت فرد، کاهش یادگیری در درازمدت و کاهش اعتماد به نفس است (۳۹). اهمال‌کاری دلایل مختلفی دارد، در مطالعه‌ای نشان داده شد که احساس ناتوانی، فقدان انگیزه، کمال‌گرایی و ضعف در مدیریت زمان از علل اهمال‌کاری محسوب می‌شود (۴۰). اهمال‌کاری به نوعی یک مکانیزم برای مقابله با اضطراب شروع یا تکمیل یک فعالیت است که فرد خود را برای انجام آن آماده نمی‌بیند (۴۱). پژوهش‌های انجام شده در این زمینه نشان می‌دهند که افراد اهمال‌کار، انگیزه موفقیت کمتری دارند (۴۳-۴۴) به علاوه پژوهشگران به این نکته دست یافته‌اند که شکست و ناکامی در زمینه تحصیل می‌تواند در شکل‌گیری اعتیاد به بازی‌های آنلاین نقش داشته باشد (۴۴). در واقع دانش‌آموزان برای کاهش استرس تحصیلی‌شان از بازی‌های آنلاین استفاده می‌کنند. به دیگر سخن، در اینجا بازی آنلاین به عنوان راهبردی برای تغییر خلق و فرار مجازی از بی‌حوصلگی و بی‌انگیزگی به کار گرفته می‌شود (۴۵). علی‌رغم مشکلات روانی- اجتماعی و

گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به پژوهش تشخیص وجود اختلال اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی را شامل می‌شدند. به منظور رعایت اصول اخلاقی، در ابتدا پیش از اخذ فرم رضایت آگاهانه، توضیحاتی درباره فرآیندهای درمان و پژوهش به آزمودنی‌ها داده شد و تصریح شد که آنها در هر مرحله از پژوهش می‌توانند با اختیار خود به همکاری با محققان پایان دهند. همچنین به آنها اطمینان داده شد که مطالب بازگو شده در جلسات درمان و نتایج پرسشنامه‌ها محرمانه بوده، در اختیار هیچ شخص یا سازمانی قرار نمی‌گیرد و بدون ذکر نام مراجعان تحلیل خواهد شد. شرکت‌کنندگان به‌طور تصادفی در یکی از گروه‌های مداخله یا کنترل گاشته شدند و گروه مداخله، جلسات مصاحبه انگیزشی دریافت کردند. از پرسشنامه اعتیاد به بازی‌های آنلاین وانگ و چانگ و مقیاس اهمال‌کاری تحصیلی سولومون و رابلمون به منظور اندازه‌گیری پیش‌آزمون و پس‌آزمون اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS-26 و از طریق آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تحلیل قرار گرفت.

پرسشنامه اعتیاد به بازیهای آنلاین: این پرسشنامه توسط وانگ و چانگ ساخته شد (۵۶). این ابزار دارای ۲۰ ماده است که هر ماده روی یک مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت (به ندرت = ۱، گاهیگاهی = ۲، مکرراً = ۳، اغلب = ۴، همیشه = ۵) نمره‌گذاری می‌شود. نمره فرد در اعتیاد به بازی‌های آنلاین از جمع نمرات کل ماده‌ها به دست می‌آید. طیف نمرات حاصل از این پرسشنامه بین ۲۰ تا ۱۰۰ است و نمره بالاتر تمایل بیشتر به بازی‌های آنلاین را نشان می‌دهد. نمرات بین ۲۰ تا ۴۹ کاربران متوسط بازی‌های آنلاین را معرفی می‌کند که برخی از مواقع وقت زیادی را صرف بازی می‌کنند؛ اما در استفاده از بازی بر خود کنترل دارند؛ نمرات ۵۰ تا ۷۹ افرادی را نشان می‌دهد که برخی اوقات در استفاده از بازی دچار مشکل می‌شوند؛ نمرات ۸۰ تا ۱۰۰ بیانگر افرادی است که استفاده بیش از حد از بازی، مشکلات جدی در

تعارضات، تشویق مراجعان برای بیان دلایل تغییر و استدلال در مورد لزوم تغییر است (۵۲). مصاحبه انگیزشی شبیه سایر سبک‌های مواجهه مستقیم نیست، اما به هر حال مواجهه یکی از اهداف مصاحبه انگیزشی است. در مصاحبه انگیزشی هدف این است که مراجع از مسئولیت خودش برای تغییر رفتار مشکل دار آگاه تر شود و در نهایت خودش را برای تغییر متعهد کند (۵۱). مصاحبه انگیزشی یک مداخله روانشناسی رهنمودی است که برای شناسایی و حل تفاوت بین رفتار مطلوب و رفتار واقعی و افزایش انگیزش برای تسهیل تغییرات رفتاری مورد استفاده قرار گرفته است (۵۲). رولنیک، میلر و بوتلر (۵۳) روح مصاحبه انگیزشی را شامل سه ویژگی کلیدی دانسته‌اند: ۱- مشارکت با مراجع ۲- فراخوانی تغییر ۳- خودگردانی و استقلال مراجعان. و اساسی‌ترین فنون مصاحبه انگیزشی عبارتند از: سوال‌های باز پاسخ، تایید کردن‌ها، گوش دادن انعکاسی، خلاصه‌سازی و فراخوانی اظهارات خودانگیزشی (۵۴). برنامه مصاحبه انگیزشی سه مشکل رفتاری را آماج مداخله قرار می‌دهد: ۱. بی‌حوصلگی و مشکلات انگیزشی، ۲. اهمال‌کاری و اضطراب آزمون و ۳. اضطراب اجتماعی (۵۵). با توجه به گسترده‌گی روزافزون اعتیاد نوجوانان به بازی‌های آنلاین و تأثیر آن بر اهمال‌کاری تحصیلی آنان و همچنین شواهد موجود مذکور برای ارتباط عوامل انگیزشی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری، اثربخشی احتمالی مصاحبه انگیزشی بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین و نیز اثربخشی آن بر اهمال‌کاری تحصیلی، ضروری است تا اثربخشی آن در یک طرح نیمه‌آزمایشی کنترل شده آزمون شود.

روش کار

روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان مقاطع متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش ناحیه ۲ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود. از بین این افراد تعداد ۳۰ نفر به روش هدفمند و با توجه به ملاک‌های ورود انتخاب شدند و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گروه کنترل (هر

که در این جلسه به کار بسته می‌شود به افزایش آگاهی مراجعان راجع به مقدار و نوع و دفعات رفتار نامطلوب و کمیت و کیفیت دیگر رفتارها مربوط است.

سوم // ابعاد مثبت و منفی رفتار نامطلوب // در این جلسه مراجعان جنبه‌های مثبت و منفی رفتارهای خود را شناسایی می‌کنند. نظریه تعادل تصمیم‌گیری جانیس و مان اظهار می‌دارد که تصمیم‌گیری، فرایند سنجیدن شناختی جنبه‌های مثبت و منفی تغییر است. یعنی دانش‌آموزان با ارزیابی جنبه‌های مثبت و منفی رفتار نامطلوب خود، و مشاهده جنبه‌های مثبت رفتار مطلوب برای تغییر رفتار انگیزه پیدا می‌کنند.

چهارم / شناسایی ارزش‌ها و باز ارزیابی خود // در این جلسه مراجعان ارزشهای خود را در زندگی شناسایی می‌کنند و با باز ارزیابی خود، چگونگی تعارض این ارزش‌ها را با رفتارهای خود بررسی می‌کنند.

پنجم // سوسه و اعتماد به نفس و تعیین هدف و سنجش پایانی // تمرکز این جلسه بر کمک به شرکت‌کنندگان برای شناسایی موقعیت‌هایی است که بیشترین سوسه را برای انجام رفتار مشکل‌دار در آن‌ها ایجاد می‌کند و به آنان یاری می‌رساند تا اعتماد به نفس خودشان را برای خودداری از تخطی از برنامه در چنین موقعیت‌هایی ارزیابی و در عین حال افزایش دهند. یکی دیگر از اهداف این جلسه این است که شرکت‌کننده خود را به تغییر رفتار متعهد

زندگی آنان ایجاد کرده است. این افراد باید تأثیر بازی را در زندگی خویش دریابند و به دنبال راهکارهایی برای رفع مشکل خود باشند. به طور کلی، نمره بالای ۵۳، نشان‌دهنده اعتیاد به بازی‌های آنلاین است. وانگ و چانگ ضریب آلفای کرونباخ را برای این ابزار ۰/۹ گزارش دادند به منظور بررسی روایی همگرا، همبستگی بین نمره‌های این پرسشنامه و پرسشنامه اعتیاد به اینترنت را محاسبه کردند و همبستگی بالایی ($r=0.71$) را بین دو ابزار گزارش دادند (۵۷). همچنین وانگ، عبدالحمید و ساندرز ویژگی‌های روانسنجی این پرسشنامه را تأیید کردند (۵۸). موسیوند، عزیزی و فولادوند میزان آلفای کرونباخ این مقیاس را ۰/۸۲ گزارش کردند (۵۹).

مقیاس اهمال کاری تحصیلی

پرسشنامه حاضر توسط سولومون و راتبلوم برای اندازه‌گیری اهمال کاری تحصیلی در سه حوزه آماده کردن تکلیف، آمادگی برای امتحان و آمادگی برای تهیه پروژه‌ها طراحی شد که شامل ۲۷ گویه است. در پژوهش فاتحی و همکاران ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۱ بوده است. جوکار و دلورپور برای تعیین روایی این مقیاس از روش تحلیل عاملی و همبستگی گویه با نمره کل استفاده کردند. شهبازیان خونیق و همکاران ضریب آلفای کرونباخ را برای هر سه مؤلفه به ترتیب ۰/۵۹، ۰/۶۸ و ۰/۵۸ به دست آوردند (نقل از شهبازیان خونیق (۶۰)).

خلاصه برنامه مصاحبه انگیزشی (۶۱)

جلسه // مولفه‌های درمانی // تمرین / محتوا
اول // آشنای ی و معارفه و افزایش آگاهی و مراحل تغییر // در این جلسه مراجعان با مدل مصاحبه انگیزشی و مدل مراحل تغییر آشنا می‌شوند و تمرین تعیین مرحله را انجام می‌دهند تا مرحله خود را تعیین کنند.
دوم // احساسات و بررسی تاثیر مراقبت نکردن از خود // هدف از این جلسه افزایش دانش فرد درباره خود و رفتار مشکل دار است. راهبرد یک روز زندگی

در این پژوهش ۷۵ درصد آزمودنی‌ها پسر و ۲۵ درصد دختر بودند. شرکت‌کنندگان دوره متوسطه دوم (۵۸ درصد) و شرکت‌کنندگان دوره متوسطه اول (۴۲ درصد) بودند. همچنین جدول ۱ میانگین و انحراف معیار اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی گروه‌های مصاحبه انگیزشی و کنترل را قبل و بعد از اجرای مداخله نشان می‌دهد.

سازد. در بخش دوم جلسه از شرکت‌کننده خواسته می‌شود تا هدفی در زمینه کنترل رفتار مشکل‌دار تعیین کند و طرحی برای رسیدن به آن فراهم آورد.

یافته‌ها

جدول ۱۱. میانگین و انحراف معیار گروه‌ها

اهمال‌کاری تحصیلی				اعتیاد به بازی‌های آنلاین				متغیر وابسته
پس آزمون		پیش آزمون		پس آزمون		پیش آزمون		متغیر مستقل
انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
۴/۵	۳۱	۳	۵۸	۷	۸۷	۵	۱۳۲	گروه مصاحبه انگیزشی
۳	۵۶	۳	۵۴	۵	۱۳۳	۴/۴	۱۳۷	گروه کنترل

پیش‌آزمون دو گروه با استفاده از تحلیل واریانس یک راهه، بررسی خطی بودن رابطه بین متغیرها با استفاده از نمودار پراکنندگی، فرض همگنی ماتریس کواریانس با استفاده از آزمون ام-باکس و همگنی واریانس‌ها با استفاده از آزمون لوین انجام و تأیید شد.

برای بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان، از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری استفاده شد. به این منظور مفروضه‌های تحلیل کواریانس چند متغیری شناسایی نرمال بودن توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف و آزمون شاپیرو-ویلک، پیش فرض عدم وجود تفاوت معنی‌دار در

جدول ۲. نتایج آزمون کواریانس چندمتغیره

اثر	آزمونها	مقادیر	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذوراتا
گروه	اثر پیلایی	۰/۷۶	۳۶/۸۱	۱	۶۱	۰/۰۱	۰/۶۴
	لامبدای ویلکز	۰/۳۵	۴۵/۷۲	۱	۶۱	۰/۰۱	۰/۶۴
	اثر هتلینگ	۴/۴۲	۳۶/۸۱	۱	۶۱	۰/۰۱	۰/۶۴
	بزرگترین ریشه روی	۴/۴۲	۳۶/۸۱	۱	۶۱	۰/۰۱	۰/۶۴

منظور بررسی این مسئله که در کدام متغیرها تفاوت معنادار است و این تفاوت در چه جهتی قرار دارد، از آزمون تعقیبی بن‌فرونی استفاده شد. که نتایج آن در جدول ۳ نشان داده شده است.

همان‌طور که در جدول ۲ مشاهده می‌گردد سطح معنی‌داری آماره مرتبط، آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری یعنی لامبدای ویلک، معنادار است ($p < 0/05$). بنابراین بین متغیرهای مستقل در ترکیب دو متغیر وابسته اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان تفاوتی معنادار وجود دارد. به

جدول ۳. نتایج آزمون بن‌فرونی

متغیر	مقایسه گروه	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	معناداری
اعتیاد به بازی‌های آنلاین	مصاحبه انگیزشی - کنترل	-۱۵/۵۲	۳/۹۰	۰/۰۱
اهمال‌کاری تحصیلی	مصاحبه انگیزشی - کنترل	-۴/۷۸	۶/۶۱	۰/۰۱

این در حالی است که آن‌ها ممکن است استراتژی‌های شناختی لازم برای مواجهه با آنها را نداشته باشند که این خود احتمال رفتارهای اجتنابی و اهمال‌کاری را در فرد زیادتیر می‌کند دانش‌آموزان برای کاهش استرس تحصیلی‌شان از بازی‌های آنلاین استفاده می‌کنند (۶۳). در واقع، این حقیقت که رابطه‌ای قوی بین استراتژی‌های انطباقی فرد و ارزیابی فرد موقعیت را ترسناک و کنترل ناشدنی ارزیابی کرده و برعکس در استراتژی‌های رویکردمدار فرد از موقعیت وجود دارد، مدت زمان زیادی است که پذیرفته شده است. در استراتژی‌های اجتنابی، ارزیابی فرد از موقعیت چالش برانگیز ولی کنترل شدنی است؛ بنابراین زمانی که فرد نمی‌تواند موقعیت را کنترل شدنی و چالش برانگیز تصور کند، به تدریج جرات روبرو شدن با آن را از دست می‌دهد و آسیب رسیدن به بهزیستی روانی او از جمله ناامیدی و درماندگی نیز وجود دارد. خود این ناامیدی از موقعیت و فعالیت‌های مرتبط با آن کناره‌گیری می‌کند و نه تنها احتمال شکست‌های پیاپی بلکه می‌تواند سبب تشدید کناره‌گیری و انجام رفتارها و واکنش‌های اجتنابی مختلف مانند اهمال‌کاری و به تعویق انداختن فعالیت‌ها در فرد شود؛ بنابراین مصاحبه انگیزشی از طریق افزایش انگیزش درونی و آمادگی فرد برای تغییر، افزایش مشارکت فعال‌تر، ماندگاری و پایداری بیشتر به برنامه درمانی، تقویت رفتار مثبت، افزایش

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که طبق آزمون تعقیبی بن‌فرونی در متغیر اعتیاد به بازی‌های آنلاین میانگین گروه دریافت‌کننده برنامه مصاحبه انگیزشی از میانگین گروه کنترل به‌طور معناداری کوچکتر است. همچنین اهمال‌کاری تحصیلی در گروه مصاحبه انگیزشی در مقایسه با گروه کنترل به‌طور معناداری کوچکتر است. پس مصاحبه انگیزشی هم بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین و هم بر اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان تأثیر معناداری دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مصاحبه انگیزشی بر اعتیاد به بازی‌های آنلاین و اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان انجام شد. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که مصاحبه انگیزشی بر کاهش اعتیاد نوجوانان به بازی‌های آنلاین اثربخش است. این یافته با نتایج تحقیقات قبلی همگرایی دارد (۴۷ و ۵۵). یافته‌ها همچنین نشان دادند که این روش درمانی بر روی بر اهمال‌کاری تحصیلی نوجوانان نیز بهبودی معناداری ایجاد می‌کند. این یافته نیز با نتایج پژوهش پیشین همگرایی دارد (۴۷ و ۶۲).

در تبیین دلایل تأثیر این اثر می‌توان گفت دانش‌آموزان با منابع استرس‌زای تحصیلی مختلفی در دوران تحصیل خود روبرو می‌شوند شکست و ناکامی در زمینه تحصیل می‌تواند در شکل‌گیری اعتیاد به بازی‌های آنلاین نقش داشته باشد. (۴۴)؛

طریق نوشتن اهدافی قابل حصول (۵۲) می‌تواند بر اهمال‌کاری منبعث از کمال‌گرایی غلبه کرده و با ایجاد انگیزش فراوان در فرد باعث تداوم رفتار مطلوب و هدف در فرد شده و از این راه زمینه غلبه بر اهمال‌کاری را در فرد به وجود می‌آورد.

مانند هر پژوهش دیگری، مطالعه حاضر نیز با محدودیت‌هایی روبرو بوده است. نبود دوره پیگیری برای سنجش میزان پایداری اثرات، یکی از این محدودیت‌ها است. از دیگر محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به تنها استفاده از ابزارهای خود-گزارش‌دهی که ممکن است سوگیری تایید اجتماعی و نشان دادن تصویر مورد پسند محققان از خود را در پی داشته باشد. پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده در این زمینه با داشتن دوره پیگیری بلندمدت، به کارگرفتن ابزارهای سنجش عینی‌تر و عمیق‌تر و نیز استفاده از دیگر متغیرهای دخیل در این فرآیند، خلأها و محدودیت‌های پژوهش حاضر را پر کنند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان این مقاله مراتب سپاسگزاری خود را از شرکت کنندگان و کسانی که آنها را در انجام این تحقیق یاری کردند و همچنین اساتید محترم و همکاران عزیز، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

این مطالعه فاقد تضاد منافع می‌باشد.

نگرانی در مورد رفتار نابهنجار به‌طور غیرمستقیم و بدون فشار و اجبار، مشارکت در تنظیم برنامه کار، بررسی سود و زیان تغییر، تعیین ارزش‌ها، افزایش تضاد بین ارزش‌ها و رفتار و اهداف، ارزیابی و تقویت اطمینان به تغییر و حمایت از خودکارآمدی و تاکید بر حس خودمختاری و آزادی عمل می‌تواند اثرات موثرتری در کاهش اهمال‌کاری داشته باشد (۶۱) مصاحبه انگیزشی می‌تواند در افزایش انگیزش فرد برای رسیدن به اهدافش نقش داشته باشد (۶۴). از آنجا که یکی از دلایل اهمال‌کاری، فقدان انگیزه است (۶۵) و با توجه به اینکه مصاحبه انگیزشی بر انگیزه افراد برای تغییر رفتارشان تاکید می‌کند، به نظر می‌رسد مصاحبه انگیزشی روش موثر در کاهش اهمال‌کاری تحصیلی دانش‌آموزان است. مصاحبه انگیزشی در وهله اول با آگاه کردن مراجع از رفتارهای اهمال‌کارانه خود و پیامدهای نامطلوب آن‌ها بر فرایند زندگی روزمره و سلامت روانشناختی فرد و در وهله دوم با نمایان کردن جنبه‌های مثبت رفتار مطلوب و مورد هدف توان انگیزشی قوی را در فرد اهمال‌کار برای تغییر رفتار ایجاد کرده و باعث کاهش احساس بی‌زاری و دوری از تکلیف در فرد می‌شود. همچنین مداخله مصاحبه انگیزشی با بالا بردن اعتمادبه‌نفس در افراد بر اضطراب‌ها و ترس آن‌ها از جمله ترس از شکست که از دلایل بنیادی اهمال‌کاری تحصیلی است غلبه کند. به‌علاوه مصاحبه انگیزشی با ترغیب فرد برای متعهد کردن خود به تغییر رفتار از

References

1. Brown BB, Prinstein MJ. Encyclopedia of adolescence: Academic Press; 2011.
2. Afsar F, Aghaei A, Nouri A, Almasi M. A comparison of the psychological characteristics of adolescence and drawing its profile according to specialists and parents in Isfahan City (Iran). *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2012; 46: p. 2232-2236.

3. Hamidi F, Hosseini ZM. The relationship between irrational beliefs and social, emotional and educational adjustment among junior students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2010; 5: p. 1631-1636.
4. Li D, Zhang W, Li X, Zhen S, Wang Y. Stressful life events and problematic Internet use by adolescent females and males: A mediated moderation model. *Computers in Human Behavior*. 2010; 26 (5): p. 1199-1207. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0747563210000713>
5. Tsitsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., et al. Internet use and misuse: A multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *European Journal of Pediatrics*. (2009). 168(6), 655e665.
6. Long, J., Bhad, R., Potenza, M. N., Orsolini, L., Phan, V., Kanabar, M., & Achab, S. Public health approaches and policy changes after the inclusion of gaming disorder in ICD-11: Global needs. *BJPsych International*. (2022). 19(3). 63–66.
7. Strittmatter E, Kaess M, Parzer P, et al. Pathological internet use among adolescents: comparing gamers and non-gamers. *Psychiatry Res*. 2015;228(1):128-135.
8. Lindenberg K, Halasy K, Szász-Janocha C, Wartberg L. A phenotype classification of internet use disorder in a large-scale high-school study. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(4):E733.
9. Thomasius R. Mediensucht 2020—Gaming und social media in zeiten von corona: DAK-Längsschnittstudie: Befragung Von Kindern, Jugendlichen (12-17 Jahre) Und Deren Eltern. Accessed September 3, 2020. <https://www.dak.de/dak/bundesthemen/computerspielsucht-2296282.html#/>
10. Wartberg L, Kriston L, Kammerl R, Petersen KU, Thomasius R. Prevalence of pathological internet use in a representative German sample of adolescents: results of a latent profile analysis. *Psychopathology*. 2015;48(1):25-30.
11. Bowman, N. D., Rieger, D., & Lin, J. H. T. Social video gaming and well-being. *Current Opinion in Psychology*. (2022). 45, 101316.
12. Martinez, L., Gimenes, M., & Lambert, E. Entertainment video games for academic learning: A systematic review. *Journal of Educational Computing Research*. (2022). 60(5), 1083–1109.
13. Pallavicini, F., Pepe, A., & Mantovani, F. The effects of playing video games on stress, anxiety, depression, loneliness, and gaming disorder during the early stages of the COVID-19 pandemic: PRISMA systematic review. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking* (2022). 25(6). 334–354.
14. Putra, P. Y., Fithriyah, I., & Zahra, Z. Internet addiction and online gaming disorder in children and adolescents during COVID-19 pandemic: A systematic review. *Psychiatry Investigation*. (2023). 20(3), 196.
15. Chen, K. H., Oliffe, J. L., & Kelly, M. T. Internet Gaming Disorder: An Emergent Health Issue for Men. *American Journal of Men's Health*. (2018)., 12(4), 1151–1159.
16. American Psychiatric Association D, American Psychiatric Association D. Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5: American psychiatric association Washington, DC; 2013.

17. World Health Organization International classification of diseases, 11th revision (ICD-11) (2020). Retrieved 28 September, 2020 from <https://www.who.int/classifications/icd/en/>.
18. World Health Organization. International statistical classification of diseases and related health problems (11th Revision) (2018). <https://icd.who.int/browse11/l-m/en>.
19. Gentile, D. A., Bailey, K., Bavelier, D., Brockmyer, J. F., Cash, H., Coyne, S. M., Doan, A., Grant, D. S., Green, C. S., & Griffiths, M. Internet gaming disorder in children and adolescents. *Pediatrics*. (2017). 140(Supplement_2), S81–S85.
20. Fam JY. Prevalence of internet gaming disorder in adolescents: a meta-analysis across three decades. *Scand J Psychol*. 2018;59(5):524-531.
21. Keya, F. D., Rahman, M. M., Nur, M. T., & Pasa, M. K. (2020). Parenting and child's (five years to eighteen years) digital game addiction: A qualitative study in North-Western part of Bangladesh. *Computers in Human Behavior Reports*, 2, 100031.
22. Novrialdy, E., & Atyarizal, R. Online game addiction in adolescent: What should school counselor do? *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. (2019). 7(3), 97.
23. Prasetiawan, H., Barida, M., Handaka, I. B., Widyastuti, D. A., & Agungbudiprabowo. Counselor Strategies to Reduce Online Gaming Addiction through Creative Cognitive Behavior Counseling. *Pegem Journal of Education and Instruction*. (2023). 13(02).
24. Pat F. Bass, I. I. I. Gaming addiction: When going online goes off-kilter. *Contemporary Pediatrics*. (2015). 32(11). 16–21.
25. Groening, C., & Binnewies, C. (2019). Achievement unlocked!-The impact of digital achievements as a gamification element on motivation and performance. *Computers in Human Behavior*, 97, 151–166.
26. Billieux, J., Flayelle, M., Rumpf, H. J., & Stein, D. J. (2019). High involvement versus pathological involvement in video games: A crucial distinction for ensuring the validity and utility of gaming disorder. *Current Addiction Reports*, 6, 323–330.
27. Vaccaro, A.G., & Potenza, M.N. Diagnostic and classification considerations regarding gaming disorder: Neurocognitive and neurobiological features. *Frontiers in Psychiatry*. (2019). 10, 405.
28. Wichstrom, L., Stenseng, F., Belsky, J., Von Soest, T., & Hygen, B.W. Symptoms of internet gaming disorder in youth: predictors and comorbidity. *Journal of Abnormal Child Psychology*. (2019). 47(1), 71-83.
29. Zajac, K., Ginley, M. K., Chang, R., & Petry, N. M. Treatments for Internet gaming disorder and Internet addiction: A systematic review. *Psychology of addictive behaviors: journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*. (2017). 31(8), 979–994.
30. Farillon, L. M. F., Farillon, K. S. F., & Farillon, E. F. Computer games addiction and class performance of selected Philippine senior high school students. *Utamax: Journal of Ultimate Research and Trends in Education*. (2022). 4(3), 186–201.

31. Jannah, N., Mudjiran, M., & Nirwana, H. Hubungan kecanduan game dengan motivasi belajar siswa dan implikasinya terhadap Bimbingan dan Konseling. *Konselor*. (2015). 4(4), 200–207.
32. King, D. L., Delfabbro, P. H., Griffiths, M. D., & Gradisar, M. Cognitivebehavioral approaches to outpatient treatment of Internet addiction in children and adolescents. *Journal of Clinical Psychology*. (2012). 68(11), 1185–1195.
33. Sari, F. S., Kartina, I., Kusumawati, H. N., & Sulisetyawati, S. D. Cognitive Behaviour Therapy Reduce Online Gaming Addiction in the Senior High School Students. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*. (2020). 10(3). 365-372.
34. Nuhan, M. Y. G. Hubungan intensitas bermain game online dengan prestasi belajar siswa kelas IV sekolah dasar negeri Jarakan kabupaten Bantul Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. (2016). 6(5). 494–501.
35. Klingsieck KB. Procrastination. *European Psychologist*. 2013. <https://econtent.hogrefe.com/doi/full/10.1027/1016-9040/a000138>
36. Tuckman, dkk. Academic Procrastination: Their Rationalizations and Web-Course Performance. Paper presentation at the American Psychological. 2002.
37. Mullen A. The role of psychological flexibility in procrastination: University of Louisiana at Lafayette; 2014. <https://search.proquest.com/openview/c2b2bb2c70a5a0c4d4445d4350018cb7/1?pq-origsite=gscolar&cbl=18750&diss=y>
38. Balkis M, Duru E. Prevalence of academic procrastination behavior among preservice teachers, and its relationships with demographics and individual preferences. *Journal of Theory and Practice in Education*. 2009; 5 (1): p. 18-32.
39. Hoover E. Tomorrow, I Love Ya! *Chronicle of Higher Education*. 2005; 52 (16): P. 30-33.
40. Grunschel, C., Schwinger, M., Steinmayr, R., & Fries, S. Effects of using motivational regulation strategies on students' academic procrastination, academic performance, and well-being. *Learning and individual differences*. (2016). 49. 162-170.
41. Flore et al. 2016. Bedtime Procrastination: A Behavioral Perspective on SInsufficiency. *Computers in Human Behavior* 64: 6576.
42. Howell AJ, Watson DC. Procrastination: Associations with achievement goal orientation and learning strategies. *Personality and Individual Differences*. 2007; 43 (1): p. 167-178.
43. Balkis M. Academic procrastination, academic life satisfaction and academic achievement: The mediation role of rational beliefs about studying. *Journal of Cognitive & Behavioral Psychotherapies*. 2013; 13(1): P. 57-74.
44. Hawi, N. S., Samaha, M., & Griffiths, M. D. Internet gaming disorder in Lebanon: Relationships with age, sleep habits, and academic achievement. *Journal of Behavioral Addictions*. (2018). 7(1). 70–78.

45. Pawlikowski, M., Nader, I.W., Burger, C., Stieger, S., & Brand, M. Pathological Internet use- It is a multidimensional and not a unidimensional construct. *Addiction Research & Theory*. (2018). 22(2). 166-175.
46. Duman H, Ozkara BY. The impact of social identity on online game addiction: the mediating role of the fear of missing out (FoMO) and the moderating role of the need to belong. *Current Psychology*. (2021). 40(9). 4571-4580.
47. Afriwilda, M. T., & Mulawarman, M. The effectiveness of motivational interviewing counselling to improve psychological well-being on students with online game addiction tendency. *Islamic Guidance and Counselling Journal*. (2021). 4(1), 106–115.
48. Miller, WR., Rollnick, S. *Motivational interviewing: Preparing people for change*. 2nd ed. New York: Guilford.(2002).
49. Geravand H, Salimi H, Hosseini A, and Sabzian S. The effect of motivational interviewing on academic procrastination in students of high school in Bukan city. *Quarterly journal of social work*. 2022; 11 (1); 5- 17.
50. DiLillo, V., Siegfried, NJ., Smith West, D. Incorporating motivational interviewing into behavioral obesity treatment, *Cogn Behav Practi*. (2003). 10: 120-130.
51. Bundy C. Changing behaviour: Using motivational interviewing techniques. *Journal of the Royal Society of Medicine*. 2004; 97 (Suppl 44): 43.
52. Hudec JC. *Individual counseling to promote physical activity*. 1999.
52. Miller W, Rollnick S. *Motivational interviewing: Preparing people for change 2002 2nd ed*. New York.NY Guilford Press.
53. Rollnick S, Miller WR, Butler C. *Motivational interviewing in health care: Helping patients change behavior: Guilford Press; 2008*.
54. Sheldon LA. Using motivational interviewing to help your students. *Thought & Action*. 2010: 153.
55. Lindenberg K, Kindt S, Szasz C. Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy–Based Intervention in Preventing Gaming Disorder and Unspecified Internet Use Disorder in Adolescents A Cluster Randomized Clinical Trial. *JAMA Network Open*. 2022;5(2):e2148995.
56. Whang LS, Chang GY. Psychological analysis of online game users. *Proc Hum Comput Interact*. (2002). 2(2), 81-90.
57. Zandipayam A, Davoudi I, Mehrabizadeh M. Normalization and Examining Psychometric Properties of Online Game Addiction Inventory-Persian Version . *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. (2016). 21(4). 351-361. (In Persian)
58. Wang X, Abdelhamid M, Sanders GL. Exploring the effects of psychological ownership, gaming motivations, and primary/secondary control on online game addiction. *Decision Support Systems*. (2021). 144, 113512.

59. Moosivand M, Azizi S, Fooladvand S. Modeling Online Gaming Addiction Based on Communication Skills and Feelings of Loneliness with the Mediating Role of Adjustment among Adolescents during the Covid-19 Epidemic. *Psychological Achievements*. (2023). 30(1). 105-120. (In Persian)
60. Shabaziyankhonigh A, Mesrabadi J, Farid, A. The role of academic procrastination and loneliness in students' academic burnout. *Rooyesh*. (2019). 7(10). 183-198.
61. Jenaabadi H, Elsa Zadeghan 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): p. 43-62. [Persian]
62. Jalali, S., & Pursarifi, H. Effect of group motivational interview on students' educational negligence, 6th Congress of Iranian Psychological Association, Tehran, Psychology Association of Iran. (2017).
63. Kwok, C., Leung, P. Y., Poon, K. Y., & Fung, X. C. The effects of internet gaming and social media use on physical activity, sleep, quality of life, and academic performance among university students in Hong Kong: A preliminary study. *Asian Journal of Social Health and Behavior*. (2021). 4(1). 36-44.
64. Pritchard, L., Phelan, S., McKillop, A., & Andersen, J. Child, parent, and clinician experiences with a child-driven goal setting approach in paediatric rehabilitation. *Disability and Rehabilitation*. (2022). 44(7), 1042-1049.
65. Pouyan G, Forouzandeh E. Effectiveness of motivational interviews on procrastination of male adolescents in Isfahan Secondary School. 2nd National Conference on Sustainable Development in Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Studies, Tehran, Soroush Hekmat Mortazavi Islamic Studies and Research Center, Mehr Arvand Higher Education Institute, Center for Sustainable Development Strategies, 2016. [Persian]

*Original Article***the effectiveness of Motivational Interview on educational procrastination and online game addiction of adolescents**

Received: 24/09/2023 - Accepted: 05/08/2024

Kimia Shokri¹
Hossein Entezari^{2*}
Mona Khalednejad³
Shadi Saketghalb Langeroodi⁴
Nasim Samadifard⁵

¹ Master's degree of clinical psychology, Department of Psychology, Mohagheg Ardabili University, Ardabil, Iran

² M.A student of clinical psychology, Department of clinical psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran
(Corresponding Author)

³ PhD of health psychology, Department of psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj, Iran

⁴ Master's Degree of clinical psychology, Department of clinical psychology, Chalous branch, Islamic Azad University, Chalous, Iran

⁵ Master's degree of clinical psychology, Department of Psychology, Mohagheg Ardabili University, Ardabil, Iran

Email:
hosseinentezari68@gmail.com

Abstract

Introduction: online game addiction today is one of the main threats to teenagers mental health. Research has shown that there is a high correlation between educational procrastination and online game addiction. The present study was conducted with the aim of investigating the effectiveness of Motivational Interview on educational procrastination and online game addiction of adolescents.

Methods: The research method was semi-experimental with a "pre-test, post-test" design and with a control group. The statistical population of the study included all high school students from Tehran's the 2th district of department of Education in 2024. Among these adolescents, 30 people were selected in a purposeful way and according to the entry criteria, and they were randomly assigned to the experimental group and the control group (15 people in each group). Research tools included Solomon's Educational Procrastination Questionnaire and Online Game Addiction Index. The experimental group received the Motivational Interview program in 5 60-minute sessions. Data analysis was done using SPSS-26 software and Multiple Analysis of Covariance test, after considering statistical assumptions.

Results: The results of the multivariate covariance test showed that there is a significant difference between the Motivational Interview group and the control group in a combination of variables of educational procrastination and online game addiction ($F=45/72$ and $P<0/5$). Also, the results of Bonferoni's post hoc test showed that the average of the group receiving the Motivational Interview program is significantly less than the average of the control group in both the variable of educational procrastination and online game addiction ($P<0/05$).

Conclusion: According to the results of the research, it can be said that the Motivational Interview can be an effective treatment for educational procrastination and online game addiction of adolescents.

Keywords: Educational procrastination, Online game addiction, Motivational Interview.