

## اثربخشی برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد

محسن شاکری‌نسب<sup>۱</sup>، حسین مهدیان<sup>۲</sup>، زهره قلعه‌نوی<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۱۱/۱۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۶/۰۸

### چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد بود. **روش:** این پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل همه دانش‌آموزان پسر پایه نهم در معرض خطر اعتیاد شهر بجنورد در سال ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود. با توجه به طراحی پژوهشی، نمونه‌ای به حجم ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی قرار گرفت و گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش مقیاس بسط‌یافته سنجش عینی وضعیت هویت خود و پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی بودند. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کواریانس چندمتغیره تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که بین گروه آزمایش و گروه کنترل در رابطه با میانگین نمرات متغیرهای هویت‌یابی و خودکارآمدی تفاوت معنی‌داری وجود داشت. آموزش تحول مثبت نوجوانی به طور معناداری منجر به کاهش هویت منفی و افزایش خودکارآمدی گروه آزمایش شد. **نتیجه‌گیری:** می‌توان از آموزش تحول مثبت نوجوانی در هویت‌یابی و خودکارآمدی دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد در مدارس استفاده نمود.

**کلیدواژه‌ها:** تحول مثبت نوجوانی، هویت‌یابی، خودکارآمدی، خطر اعتیاد

۱. نویسنده مسئول: دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد، بجنورد، ایران. پست

الکترونیک: shakerinasabmohsen@yahoo.com

۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد، بجنورد، ایران

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بجنورد، بجنورد، ایران

## مقدمه

از میان عوامل فردی و اجتماعی گوناگونی که می‌توانند سلامت افراد را مورد تهدید قرار دهند، می‌توان به مسئله وابستگی به مواد مخدر اشاره نمود، زیرا این مشکل با تاثیر بر زندگی فرد باعث بروز ناراحتی‌ها زیادی در بعد خانوادگی و اجتماعی گردیده و موجب دگرگونی‌های ساختاری در نظام اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و سیاسی می‌شود (شاکری‌نسب، قلعه‌نوی و خسروآبادی، ۱۳۹۴). مسئله وابستگی به مواد مخدر به‌عنوان یکی از گسترده‌ترین عوامل خطری است که همواره سلامت افراد را مورد تهدید قرار داده و به همین دلیل از آن به‌عنوان چهارمین بحران پس از فقر، افزایش جمعیت و محیط‌زیست یاد می‌کنند (صرامی، قربانی و مینویی، ۱۳۹۲). شواهد گویای آن است که یکی از دلایل مصرف مواد مخدر، در دسترس بودن آن است و با توجه به این که کشور ما ایران به دلیل هم‌جواری با کشورهای تولیدکننده مواد مخدر در معرض خطر بیشتری قرار دارد، توجه به این مسئله حائز اهمیت می‌باشد و نیازمند اقدامات پیشگیرانه بیشتری است، زیرا علی‌رغم تلاش‌های انجام گرفته هم‌چنان این کشور در وابستگی افراد به اعتیاد با مشکل روبرو است و در این میان در معرض خطر بیشتری قرار دارند (رضائی، ۱۳۹۲). تنزل سن مصرف مواد مخدر در جهان باعث شده تا جوانان و نوجوانان در معرض خطر بیشتری باشند (پیترز و مک‌ماهون، ۲۰۰۹؛ به نقل از بهره‌بر، احدی و آقاییوسفی، ۱۳۹۷). هر چند شواهد رسمی از اعتیاد به مواد مخدر در جامعه نوجوانان ایرانی در دست نیست، اما شواهد پژوهشی در زمینه پیش‌بینی شیوع وابستگی به مصرف مواد مخدر در نوجوانان نشان‌دهنده شیوع فزاینده این مشکل در جامعه دانش‌آموزان است. به طوری که، شیخ و کاشی (۱۳۹۴) شیوع وابستگی به مصرف مواد مخدر نوجوانان پنج استان تهران، قم، خوزستان، مازندران و کرمانشاه را در پسران ۵/۲۵ درصد و در دختران ۳/۷۵ گزارش نمودند. نریمانی، رجب‌پور، احمدی، یاقوتی‌زرگر و رستم‌اوغلی (۱۳۹۵) نیز میزان شیوع مصرف مواد مخدر را در نوجوانان سمنانی ۷/۸ درصد در هر دو جنس اعلام کرده‌اند.

با توجه به اینکه به نظر می‌رسد خصوصیات روان‌شناختی و اجتماعی مختلفی در گرایش نوجوانان به برخی از رفتارهای پرخطر از جمله اعتیاد نقش دارند، در این تحقیق به مسئله هویت‌یابی<sup>۱</sup> و خودکارآمدی<sup>۲</sup> پرداخته شده است، زیرا جستجوی هویت در نوجوانان به این دلیل که جنبه اساسی و درونی هر شخص را شامل می‌گردد و می‌تواند او را در ایجاد، تداوم و یکپارچگی زندگی یاری دهد، می‌تواند بر تکامل و تثبیت شخصیت نوجوانان بسیار موثر باشد (احمدی، تقی‌پور، خدابخشی کولایی، ۱۳۸۹). با استناد به مبانی نظری پژوهش می‌توان این‌گونه عنوان داشت که شکل‌گیری هویت از مهارت‌ها، جهان‌بینی و همانندسازی‌های کودکی تشکیل یافته که کلیتی منسجم و یگانه را به وجود می‌آورد و حاصل آن فراخوانی احساس تداوم گذشته و جهت‌گیری به سوی آینده است (آقاگدی و اعتمادی، ۱۳۹۱). در حقیقت، هویت‌یابی پیش‌نیاز رشد بهینه شخصی فرد است و در شکل‌گیری شخصیت موفق افراد نقش اساسی دارد. به طوری که، اریکسون<sup>۳</sup> هویت‌یابی را از تکالیف اساسی این دوره می‌داند (برک<sup>۴</sup>، ۱۳۸۴). همچنین، برونسکی<sup>۵</sup> (۱۹۸۹) معتقد است که در فرایند هویت‌یابی یا شکل‌گیری هویت نوجوانان سه سبک هویتی اطلاعاتی، هنجاری و آشفته مطرح است. نوجوانان با سبک هویت اطلاعاتی، از راه جستجو و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود احساس هویت می‌نمایند و با خوداکتشافی، خودمختاری، استقلال، قضاوت و نیاز بالا برای شناخت مشخص می‌گردند (رحیمی‌نژاد، برجعلی‌لو، یزدانی ورزنده، فراهانی و امانی، ۱۳۹۷). در مقابل، نوجوانان با سبک هویت هنجاری، با استانداردهای مرجع قدرت هماهنگ می‌شوند و نسبت به داده‌های تهدیدکننده باورهای خودانعطاف‌ناپذیر داشته و به شدت در حفظ ارزش‌های درونی‌شده خود تلاش می‌کنند (برزنسکی، سیکوج، دوریس و سوینیز<sup>۶</sup>، ۲۰۱۱). نوجوانان دارای سبک هویت آشفته نیز از مواجهه با تعارضات اجتناب نموده و از راهبردهای هیجان‌مدار استفاده می‌نمایند و گرایش به خلق روان‌رنجور دارند (لوئیکس، لنز، اسمیت و گوسنز<sup>۷</sup>، ۲۰۱۰).

1. identification
2. self-efficacy
3. Erikson
4. Berk

5. Berzonsky
6. Cieciuch, Duriez & Soenens
7. Luyckx, Lens, Smits & Goossens

این بدان معنی است که شکل‌گیری موفق هویت فردی در ایام نوجوانی می‌تواند ضمن تقویت توانمندی‌های شناختی و اجتماعی به تثبیت شخصیت مثبت فرد کمک‌شایانی نماید (صادقی، تاجیک‌زاده و مهرابی‌زاده هنرمند، ۱۳۹۳). در حقیقت، کسب هویت موفق می‌تواند نقش پیشگیرانه‌ای در گرایش به مصرف مواد مخدر داشته باشد. به طوری که، کشوری محبوب (۱۳۹۷) در پژوهشی به نقش هویت‌یابی در آمادگی به اعتیاد اشاره نموده و هویت‌یابی را با اعتیادپذیری نوجوانان مرتبط دانسته است. همچنین، بکوایت، بست، ساویس، هاسلام و باتیش<sup>۱</sup> (۲۰۱۹) نیز به نقش هویت‌یابی اجتماعی موفق در عدم وابستگی نوجوانان به مصرف مواد مخدر اشاره کرده‌اند.

برخورداری نوجوانان از احساس خودکارآمدی نیز می‌تواند ضمن کمک به هویت‌یابی، بر توانمندی روان‌شناختی آن‌ها بیفزاید. به طوری که، چنانی و روزمن (۱۳۹۴) به همبستگی مثبت خودکارآمدی و هویت‌یابی دانش‌آموزان اشاره نمودند. کرپلمن، اریکت و استیفن<sup>۲</sup> (۲۰۰۸) نیز در پژوهش خود احساس خودکارآمدی را با هویت‌جویی نوجوانان مرتبط دانسته‌اند. خودکارآمدی به‌عنوان برخورداری از توانایی زاینده‌های شناخته می‌شود که به موجب آن افراد مهارت‌های خود را سازمان داده و به کسب موفقیت در تکالیف نائل می‌گردند (سومرز و سومرز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲). بندورا<sup>۴</sup> (۱۹۹۷) معتقد است که خودکارآمدی: ۱- توانمندی فرد در انجام عملی خاص است که به او در کنار آمدن با موقعیت‌های ویژه کمک می‌نماید، ۲- شامل قضاوت‌هایی است که افراد در رابطه با توانایی‌های خود در اتخاذ عملکرد مورد استفاده قرار می‌دهند، ۳- می‌توانند میانجی شناختی یک عمل خاص باشند، و ۴- بر اساس احساس تفکر و عملکرد انسان‌ها متفاوت هستند (سلیمانی فر و شعبانی، ۱۳۹۲). احساس خودکارآمدی به اعتماد کلی فرد به توانایی گذر از دامنه وسیعی از خواسته‌ها یا موقعیت‌های جدید اشاره دارد و بر پایه و اساس روشن شدن لیاقت و قابلیت فرد در جهت کنار آمدن با بسیاری از موقعیت‌های تنش‌زا معطوف است (شوارز و شولز<sup>۵</sup>؛ به نقل از جعفری شیرازی، ۱۳۹۱). برخورداری از خودکارآمدی در

1. Beckwith, Best, Savic, Haslam & Bathish  
2. Kerpelman, Eryigit & Stephens

3. Sommers & Sommers  
4. Bandura  
5. Schwarz & Scholz

دوران نوجوانی می تواند به شکل گیری شخصیت مثبت بیانجامد و ضمن ارتقای سطح توانمندی های اجتماعی به تثبیت شخصیت نوجوان کمک نماید (شمس زاده و امیریان، ۱۳۹۶).

در خصوص این که آیا می توان به کسب هویت یابی مثبت و خود کارآمدی موفق کمک نمود، شواهد گویای آن است که خود کارآمدی و هویت یابی می توانند تحت تاثیر آموزش تقویت گردند (حسین آباد، نجفی و رضایی، ۱۳۹۷؛ کاتالانو، اسکینر، آلواردو، کاپونگو و ریولی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). یکی از روش هایی که به نظر می رسد ممکن است بتواند به کسب هویت یابی موفق نوجوانان کمک کند و خود کارآمدی آنان را ارتقا بخشد، برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی<sup>۲</sup> است. این برنامه روشی است که با تاکید بر یکپارچه نمودن باورهای نظری و یافته های علمی چهارچوبی منسجم را در خصوص انعطاف رشد نوجوانان به وجود آورده که بر اساس آن به نوجوانان به عنوان منبعی برای رشد نگریسته می شود (بابایی، رضایی و اکبری بلوطبندگان، ۱۳۹۶). در واقع، این روش با ارائه آموزش های مثبت موجب ارتقای مهارت، نیرومندی اراده و تقویت نقش ها و فعالیت های نوجوانان در محیط اجتماع می گردد و می تواند از این طریق بر توانمندی های فردی، اجتماعی و روان شناختی نوجوانان بیفزاید (بونل<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۶). تحول مثبت نوجوانی زیرشاخه ای از روان شناسی مثبت نگر است که به شکل نظری و استراتژی های کاربردی، مؤلفه های روان شناسی مثبت را در برنامه های عملی جای داده و نوجوانان را با به کارگیری سرمایه های تحولی (جامعه، مدرسه و خانواده) به بزرگسالی مطلوب می رساند (لرنر و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۷).

بررسی پیشینه پژوهش نشان می دهد که آموزش تحول مثبت نوجوانی با هدف حمایت از نوجوانان در جهت دست یافتن به احساس صلاحیت، می تواند موجب ارتقای توانمندی های آنان گردد. به طوری که، پژوهش حسین آباد، نجفی و رضایی (۱۳۹۸) نشان

1. Catalano, Skinner, Alvarado, Kapungu & Reavley  
2. training program of positive youth development

3. Bonell  
4. Lerner

داد که برنامه تحول مثبت نوجوانی باعث افزایش مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی یعنی پذیرش خود، تسلط بر محیط، رابطه مثبت با دیگران، زندگی هدفمند، رشد شخصی و خودمختاری گردید. پژوهش حسین آباد و همکاران (۱۳۹۷) نیز نشان داد که برنامه تحول مثبت نوجوانی بر رضایت از زندگی و خودکارآمدپنداری نوجوانان موثر است. همچنین، پژوهش سپهوند (۱۳۹۵) نشان داد که برنامه تحول مثبت نوجوانی باعث کاهش رفتار پرخطر و عدم گرایش به مواد مخدر گردید و بر هویت‌یابی و مؤلفه‌های تاثیر مثبتی داشت. پژوهش کیانی (۱۳۹۴) نیز نشان داد برنامه تحول مثبت نوجوانی بر خودتنظیمی ارادی، هویت‌یابی و شایستگی اجتماعی نوجوانان تاثیر گذار است. همچنین، نتایج پژوهش واید و اوریح<sup>۱</sup> (۲۰۲۰) نیز حاکی از آن بود که برنامه تحول مثبت نوجوانی می‌تواند موجب ارتقای توانمندی‌های نوجوانان و کسب مهارت‌های اجتماعی آنان گردد. زو و شک<sup>۲</sup> (۲۰۲۰) نیز در تحقیقی که بر روی دانش‌آموزان دبیرستانی انجام دادند نشان دادند که برنامه تحول مثبت نوجوانی می‌تواند به افزایش توانمندی‌های روان‌شناختی، درک خصوصیات شخصیتی مثبت و هویت خود و کاهش خلق منفی بیانجامد. کاتالانو و همکاران (۲۰۱۹) نیز در تحقیقی نشان دادند که برنامه تحول مثبت نوجوانی می‌تواند توانمندی نوجوانان را افزایش داده و در استقلال‌یابی آنان موثر باشد. تحقیق سیوکنل، پاور، اریکسن و گلینگز<sup>۳</sup> (۲۰۱۷) نشان داد که برنامه تحول مثبت نوجوانی می‌تواند موجب ارتقای توانمندی‌های روان‌شناختی نوجوانان گردد.

نوجوانان در معرض خطر بیشتری برای اعتیاد هستند و مداخلات روان‌شناختی می‌تواند نقش پیشگیرانه‌ای در این زمینه داشته باشند. با توجه به این که بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد تاکنون تحقیقی که به تعیین تاثیر برنامه تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد پرداخته باشد، انجام نگرفته است و تمامی تحقیقات انجام شده در این حوزه به تاثیر این برنامه به دیگر توانمندی‌های اجتماعی و روان‌شناختی در نوجوانان عادی پرداخته‌اند، این تحقیق می‌تواند در نوع خود جدید و

نوآورانه باشد. همچنین، بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که خودکارآمدی به‌عنوان زیرمقیاس سایر متغیرها مورد بررسی قرار گرفته و به صورت خاص به این مقوله پرداخته نشده است و این موضوع به عنوان یک خلا پژوهشی در تحقیق حاضر مدنظر قرار گرفته شده که این پژوهش را خاص و نوآورانه می‌نماید. بنابراین، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال بود که آیا برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد موثر است؟

## روش

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این تحقیق شامل دانش‌آموزان پسر پایه نهم متوسطه اول شهر بجنورد دارای والدین وابسته به مواد بود. از بین این جامعه، ۳۰ نفر از این دانش‌آموزان با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و به صورت تصادفی به دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل تقسیم شدند، زیرا در پژوهش‌هایی از نوع آزمایشی و علی-مقایسه‌ای، حجم نمونه حداقل ۱۵ نفر در هر گروه توصیه می‌شود (دلاور، ۱۳۹۸). ملاک‌های ورود به پژوهش در این تحقیق شامل دانش‌آموزان دارای والد وابسته به مواد (یک یا هر دو والد)، شرکت داوطلبانه در پژوهش و عدم شرکت هم‌زمان در پژوهش دیگر یا عدم دریافت روش آموزشی هم‌زمان بود. داده‌ها با استفاده از روش تحلیل کواریانس چندمتغیره در نرم‌افزار اسپاس-۲۵ تجزیه و تحلیل شدند.

## ابزار

۱- مقیاس بسط‌یافته سنجش عینی وضعیت هویت خود<sup>۱</sup>: این ابزار یک مقیاس ۶۴ سوالی است که بر اساس نظریه اریکسون توسط بنیون و آدامز<sup>۲</sup> (۱۹۸۶) تهیه و تدوین شده است. شکل‌گیری هویت در این ابزار بر اساس جنبه‌های ایدئولوژیکی و شخصی مورد سنجش قرار می‌گیرد و مقیاس‌هایی همچون هویت آشفته، هویت زود شکل گرفته، هویت به

تعویق افتاده و هویت پیشرفته را به خود اختصاص داده است. هر سؤال این پرسش‌نامه بر روی یک مقیاس لیکرت شش درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌گردد. این ابزار در دامنه سنی بین ۱۵ تا ۳۰ سال مورد استفاده است. آلفای کرونباخ این ابزار در بیست مطالعه ۰/۶۶ و دامنه‌ی تغییرات آن بین ۰/۳۰ تا ۰/۹۰ است. همچنین، این مقیاس از نظر روایی ملاکی، محتوا و سازه تایید شده است (بنیون و آدامز، ۱۹۸۶). در ایران، حاجلو، شریف و واحدی (۱۳۹۱) آلفای کرونباخ برای هویت به تعویق افتاده، هویت شکل گرفته، هویت آشفته و هویت پیشرفته را به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۰، ۰/۸۹ و ۰/۷۱ گزارش داده‌اند.

۲- پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی<sup>۱</sup>: این ابزار بر اساس نظریه شناختی اجتماعی بندورا و به منظور سنجش خودکارآمدی عمومی نوجوانان توسط موریس<sup>۲</sup> (۲۰۰۱) ساخته شد. این ابزار یک مقیاس خودگزارشی ۲۴ سوالی است که خودکارآمدی عمومی نوجوانان را مورد سنجش قرار می‌دهد و دارای یک نمره کلی و چند نمره خرده‌مقیاس است. نمره‌گذاری هر سوال این پرسش‌نامه بر روی یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای، از نمره ۱ تا ۵ است. سوالات ۱، ۱۳، ۸، ۹، ۳ و ۱۵ از راست به چپ امتیازشان افزایش می‌یابد و مابقی ماده‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌گردد. پایایی این مقیاس توسط موریس (۲۰۰۱) ۰/۷۹ به دست آمده است. در ایران، سرمد، حجازی و بازرگان (۱۳۹۰) آلفای کرونباخ ۰/۸۵ را برای این مقیاس به دست آورده‌اند.

## روش اجرا

روند اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از تکمیل پرسش‌نامه‌های فوق توسط هر دو گروه آزمایش و کنترل به عنوان پیش‌آزمون، گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه به صورت جلسات هفتگی ۹۰ دقیقه‌ای تحت برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی مطابق بسته آموزشی کیانی (۱۳۹۴) قرار گرفت که متناسب با فرهنگ ایران طراحی شده و روایی و پایایی آن بر اساس نظر متخصصان و اجرای آزمایشی برنامه توسط کیانی (۱۳۹۴) مورد



تایید قرار گرفته است. در این تحقیق، گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. در نهایت، پس از اتمام مداخله بر روی گروه آزمایش، از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. با احترام به حقوق آزمودنی و رعایت اخلاق حرفه‌ای پژوهش، این پژوهش با اخذ رضایت آگاهانه و محرمانه ماندن داده‌ها صورت پذیرفت. در ادامه، شرح مختصری از بسته آموزشی مورد استفاده در پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

**جدول ۱: شرح مختصر جلسات آموزش تحول مثبت نوجوانی مطابق بسته آموزشی کیانی (۱۳۹۴)**

جلسه	محتوای جلسات
اول	تعریف نوجوانی و بلوغ و آشنایی با خصوصیات روانی و جسمانی نوجوانی، بیان ویژگی‌ها و تغییرات رفتاری و شناختی دوره، معرفی برنامه‌های تحول مثبت نوجوانی و بیان قوانین گروه.
دوم	تعریف جامعه‌پذیری و هویت‌یابی و عوامل موثر بر آن و بررسی عوامل مرتبط با هویت‌یابی و جامعه‌پذیری و استقلال‌یابی.
سوم	آموزش خودآگاهی در قالب فعالیت‌های عملی، مفهوم هویت، دین‌پذیری و همپوشی این دو مفهوم، شناسایی آموخته‌های معنوی و اجتماعی در قالب فعالیت‌های عملی، آشنایی با ویژگی‌های انسان‌های خودشکوفا و رابطه معنویت و احترام به خود، رابطه هویت و ارزیابی‌های انسانی، آشنایی با معنای زندگی در قالب فعالیت عملی، شناسایی معنای زندگی در قالب فعالیت‌های عملی و آموزش روش‌های معنا دادن به زندگی در قالب فعالیت‌های عملی.
چهارم	تعریف برنامه‌ریزی در زندگی و انتخاب هدف، ضرورت انتخاب هدف و برنامه‌ریزی در زندگی و اصول تدین برنامه‌ریزی به صورت عملی.
پنجم	آشنایی با تفکر و اهمیت تفکر و تعقل در زندگی، شناسایی انواع تفکر، ارائه تعریف تفکر خلاق و حل مسئله و عناصر آن، مراحل تفکر خلاق و حل مسئله.
ششم	آشنایی با اندیشه نقادانه و شیوه تفکر نقاد، بیان اصول و مراحل ایجاد و پیدایش تفکر نقادانه بدون بی‌احترامی به افراد، راه‌های تقویت تفکر نقادانه و نحوه استفاده از فنون تفکر نقادانه به صورت عملی.
هفتم	تعریف سلامت سبک زندگی ارتقادهنده سلامتی، اراده، ساختار تفکر مثبت و روان‌شناسی مثبت با تاکید بر مؤلفه‌های سلامت، آموزش ارتقای مولفه‌های سلامت در زندگی شخصی و اتخاذ سبک ارتقادهنده سلامتی.

**جدول ۱: شرح مختصر جلسات آموزش تحول مثبت نوجوانی مطابق بسته آموزشی کیانی (۱۳۹۴)**

جلسه	محتوای جلسات
هشتم	آشنایی با مفهوم همدلی، شیوه‌های شناخت رفتارهای همدلانه و پذیرش اجتماعی مثبت از طریق توسل بر رفتارهای همدلانه و کاربرد مثبت آن در زندگی اجتماعی. آشنایی با اشتباهات رایج در ابراز رفتار همدلانه و عوامل موثر بر رفتار همدلانه.
نهم	تعریف رفتار متقابل، آشنایی با مهارت‌های برقراری روابط بین‌فردی موثر، آشنایی با نقش‌های کودک، بالغ و والد در رفتار متقابل جهت ایجاد رفتارهای موثر ارتباطی و اتخاذ پذیرش مثبت اجتماعی در حفظ هویت فردی و آشنایی با انواع رفتار متقابل.
دهم	تعریف حرمت خود یا احترام به خود و تفاوت‌های آن با اعتماد به نفس و نقش آن در هویت‌یابی موفق. آشنایی با منابع حرمت خود، عوامل موثر بر آن و نقش آن در کسب هویت موفق و خودپنداره مثبت.
یازدهم	تعریف خودنظم‌جویی و نقش آن در خودکارآمدی، آموزش شناخت جنبه‌های خودنظم‌جویی، آموزش یافتن انگیزه‌های درونی و بیرونی رفتار، آموزش عملی خودنظم‌جویی و نقش آن در خودکارآمدی.
دوازدهم	تعریف خودکارآمدی، روش‌های رسیدن به خودکارآمدی و نقش آن در هویت‌یابی، آشنایی با خودکارآمدی و عوامل موثر بر آن.

**یافته‌ها**

در مجموع ۳۰ نفر از دانش‌آموزان پایه نهم متوسطه اول شهر بجنورد که پس از بررسی‌های انجام‌شده به‌عنوان دانش‌آموزان در معرض خطر شناخته شدند، در دو گروه آزمایش و کنترل مورد بررسی قرار گرفتند که میانگین سنی شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش ۱۵/۶ سال و در گروه کنترل ۱۵/۸ سال بود. توزیع فراوانی متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه در دو موقعیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون نیز در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی متغیرها به تفکیک گروه‌ها در دو موقعیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون

متغیرها	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
	کنترل	آزمایش	کنترل	آزمایش
هویت‌یابی کلی	۲۳۳/۲۰	۲۲/۱۹	۲۳۱/۹۳	۳۷/۵۶
هویت آشفته	۵۵/۴۶	۱۲/۰۱	۵۳/۸۶	۱۰/۹۹
هویت زود شکل‌گرفته	۵۸/۹۳	۱۲/۱۱	۵۹/۰۶	۸/۰۵
هویت به تعویق افتاده	۵۷/۰۰	۱۰/۲۶	۵۵/۹۳	۱۴/۴۸
هویت پیشرفته	۶۱/۸۰	۱۲/۸۳	۶۲/۵۳	۱۲/۴۰
خودکارآمدی کلی	۷۹/۶۶	۱۴/۶۳	۷۷/۴۶	۸/۴۱
خودکارآمدی اجتماعی	۲۸/۴۶	۵/۸۵	۲۹/۰۰	۴/۰۷
خودکارآمدی تحصیلی	۲۷/۴۶	۵/۷۹	۲۶/۲۶	۴/۷۱
خودکارآمدی هیجانی	۲۳/۷۳	۴/۵۱	۲۲/۲۰	۳/۱۶

همان‌گونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین نمره کل هویت‌یابی افراد گروه آزمایش در موقعیت پیش‌آزمون ۲۳۱/۹۳ و در موقعیت پس‌آزمون ۱۷۵/۲۲ بود، اما همین میانگین در افراد گروه کنترل در مرحله پیش‌آزمون ۲۳۲/۲۰ و در مرحله پس‌آزمون ۲۳۸/۲۰ بود. میانگین نمره کل خودکارآمدی افراد گروه آزمایش در موقعیت پیش‌آزمون ۷۷/۴۶ و در موقعیت پس‌آزمون ۹۴/۲۶ است، اما همین میانگین در افراد گروه کنترل در مرحله پیش‌آزمون ۷۹/۶۶ و در مرحله پس‌آزمون ۷۹/۲۰ است. همچنین، میانگین و انحراف استاندارد مؤلفه‌های هر یک از متغیرهای هویت‌یابی و خودکارآمدی در جدول فوق در دو موقعیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون آورده شده است. لازم به ذکر است نمره هویت‌یابی نشان‌دهنده هویت منفی است.

قبل از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، برای رعایت پیش‌فرض نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد که نتایج نشان داد میزان ضریب سطح معناداری در این آزمون برای هر یک از متغیرهای هویت‌یابی و

خودکارآمدی در موقعیت پیش‌آزمون و پس‌آزمون بیشتر از ۰/۰۵ است و در نتیجه می‌توان بیان کرد نرمال بودن توزیع متغیرها مورد تایید قرار گرفت. همچنین، پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها به وسیله آزمون لوین مورد بررسی قرار گرفت و نتایج نشان داد میزان سطح معناداری در این آزمون جهت بررسی همگنی واریانس‌ها برای هر یک از متغیرهای پژوهش بیشتر از ۰/۰۵ بود و در نتیجه می‌توان بیان کرد که واریانس گروه‌ها از تجانس برخوردار بود.

نتایج آزمون لامبدای ویلکز ( $F=27/03$ ,  $\eta^2=0/32$ , ارزش،  $p<0/001$ ) نشان داد که اثر متغیر گروه معنادار است. به عبارت دیگر، این آزمون نشان داد که بین گروه کنترل و آزمایش در حداقل یکی از متغیرهای هویت‌یابی و خودکارآمدی تفاوت معنی‌داری وجود دارد. بر همین اساس و به منظور بررسی دقیق این تفاوت‌ها، اثرات درمان بر هریک از متغیرها مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جداول ۳ و ۴ قابل مشاهده است.

**جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی تفاوت‌ها در رابطه با نمره‌های هویت‌یابی دانش‌آموزان**

متغیر	گروه	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذورات
هویت‌یابی	مدل اصلاحی	۳۳۷۳۳/۳۰	۵	۶۷۴۶/۶۵	۷/۸۴	*۰/۰۰۱	۰/۶۲
هویت آشفته		۹۹/۱۵	۱	۹۹/۱۵	۰/۱۲	۰/۷۴	۰/۰۱
هویت زود شکل گرفته		۱۷۸۱/۷۱	۱	۱۷۸۱/۷۱	۲/۰۷	۰/۱۶	۰/۰۸
هویت به تعویق افتاده		۷/۴۸	۱	۷/۴۸	۰/۰۱	۰/۹۳	۰/۰۰۱
هویت پیشرفته		۷۴۴/۶۱	۱	۷۴۴/۶۱	۰/۷۷	۰/۳۶	۰/۰۴
گروه‌بندی		۲۹۸۶۶/۲۲	۱	۲۹۸۶۶/۲۲	۳۴/۷۳	*۰/۰۰۱	۰/۵۹

\*  $p<0/001$

با توجه به نتایج جدول ۳، می‌توان بیان کرد که برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی توانسته منجر به ایجاد تفاوت معنی‌دار در میانگین نمرات مولفه‌های هویت‌یابی در مرحله پس‌آزمون بین گروه آزمایش و کنترل شود ( $p<0/05$ ). همچنین، با توجه به اندازه اثر متغیرهای فوق می‌توان بیان کرد ۵۹ درصد از تغییرات متغیر هویت‌یابی به وسیله عضویت

گروهی تبیین شد. نتایج تفاوت بین دو گروه برای بررسی اثرات درمان بر هریک از مولفه‌های خودکارآمدی دانش‌آموزان در جدول ۴ قابل مشاهده است.

**جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس برای بررسی تفاوت‌ها در نمره‌های خودکارآمدی دانش‌آموزان**

متغیر	گروه	مجموع مجزورات آزادی	درجه	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	مجزور اتا
خودکارآمدی	مدل اصلاحی	۴۰۴۵/۰۰	۱	۱۰۱۱/۲۵	۱۴/۸۶	*۰/۰۰۱	۰/۷۰
خودکارآمدی اجتماعی		۲۳۲/۰۷	۱	۲۳۲/۰۷	۳/۴۱	۰/۰۸	۰/۱۲
خودکارآمدی تحصیلی		۱۹۹/۱۵	۱	۱۹۹/۱۵	۲/۹۳	۰/۱۰	۰/۱۱
خودکارآمدی هیجانی		۱۴۹/۶۳	۱	۱۴۹/۶۳	۲/۲۰	۰/۱۵	۰/۰۸
گروه‌بندی		۱۸۱۲/۳۵	۱	۱۸۱۲/۳۵	۲۶/۶۴	*۰/۰۰۱	۰/۵۲

\*  $p < 0.001$

با توجه به نتایج جدول ۴ می‌توان بیان کرد آموزش برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی توانسته منجر به ایجاد تفاوت معنی‌دار در میانگین نمرات مولفه‌های خودکارآمدی در مرحله پس‌آزمون بین گروه آزمایش و کنترل شود ( $p < 0.05$ ). همچنین، با توجه به اندازه اثر متغیرهای فوق می‌توان بیان کرد که ۵۲ درصد از تغییرات متغیر خودکارآمدی به وسیله عضویت گروهی تبیین شد. برای بررسی تفاوت‌ها بین میانگین نمرات هویت‌یابی و خودکارآمدی در دو گروه، میانگین نمرات تعدیل‌یافته گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر متغیرهای وابسته مذکور با یکدیگر مقایسه شدند که نتایج آن در جدول ۵ قابل مشاهده است.

**جدول ۵: میانگین نمرات تعدیل‌یافته هویت‌یابی و خودکارآمدی در گروه‌های آزمایش و کنترل**

متغیر وابسته	گروه آزمایش	گروه کنترل
هویت‌یابی	۲۳۷/۹۶	۱۷۵/۵۱
خودکارآمدی	۷۸/۳۶	۹۵/۱۱

همان‌طور که جدول ۵ نشان می‌دهد، میانگین نمرات تعدیل‌یافته هویت‌یابی در گروه آزمایش به طور معناداری از گروه کنترل کمتر و میانگین نمرات تعدیل‌یافته خودکارآمدی در گروه آزمایش به طور معناداری از گروه کنترل بیشتر است. به عبارت دیگر، آموزش

تحول مثبت نوجوانی موجب کاهش هویت منفی و افزایش خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد شد.

## بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر تعیین تاثیر برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی در دانش‌آموزان در معرض خطر اعتیاد بود. یافته‌ها نشان داد که آموزش تحول مثبت نوجوانی توانست تفاوت معنی‌داری را در میانگین نمرات متغیرهای هویت‌یابی و خودکارآمدی در مرحله پس‌آزمون ایجاد نماید و این بدان معنی است که این برنامه اصلاحی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی دانش‌آموزان موثر بوده است. یافته‌های این تحقیق با پژوهش‌های حسین‌آباد و همکاران (۱۳۹۸)؛ حسین‌آباد و همکاران (۱۳۹۷)؛ سپهوند (۱۳۹۵)؛ کیانی (۱۳۹۴)؛ واید و اوریچ (۲۰۲۰)؛ زو و شک (۲۰۲۰)؛ کاتالانو و همکاران (۲۰۱۹) و سیوکنل و همکاران (۲۰۱۷) همسو است. پیشنهاد پژوهش بیانگر آن است که این برنامه آموزشی بر هویت‌یابی و خودکارآمدی دانش‌آموزان تاثیر مثبت یا واسطه‌ای دارد. به طوری که، فرا تحلیل سیوکنل و همکاران (۲۰۱۷) نشان‌دهنده آن است که برنامه تحول مثبت نوجوانی بر ادراک خود و مولفه‌های آن همچون خودکارآمدی در ۲۱ درصد مواقع تاثیر مثبت معنادار داشت. پژوهش کاتالانو و همکاران (۲۰۱۹) نیز نشان داد که ۶۰ درصد از برنامه‌های اجرایی تحول مثبت نوجوانی توانست بر توانمندی‌های فردی و روان‌شناختی نوجوانان کمک نماید و شاخص‌های سلامت آنان را ارتقا دهد که در برخی از این مطالعات، خودکارآمدی نیز به عنوان متغیر واسطه‌ای مورد بررسی قرار گرفته است. پژوهش حسین‌آباد و همکاران (۱۳۹۸) نیز گویای آن است که برنامه تحول مثبت نوجوانی بر مولفه‌های پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری و استقلال‌یابی تاثیر مثبت داشت و می‌تواند به ارتقای آن‌ها کمک نماید. زو و شک (۲۰۲۰) نیز بهره‌گیری از تاثیرات مثبت این برنامه را بر سازگاری نوجوانان به اثبات رساندند و نشان دادند که این برنامه قادر است زمینه پیامدهای مختلف رشدی همچون استقلال‌جویی و هویت‌یابی را فراهم آورد. تحقیق سپهوند (۱۳۹۵) نیز نشان داد که این برنامه قادر است از طریق تاثیرگذاری بر خودآگاهی بر هویت‌یابی و مولفه‌های آن تاثیر مثبتی داشته باشد.

با توجه به اینکه هویت مفهومی منفرد و مجزا ندارد و می‌تواند جنبه‌های متعددی را شامل گردد، فرآیند تثبیت آن خط سیر و چارچوب زمانی متفاوتی را به خود اختصاص می‌دهد، اما چیزی که در این رابطه مهم است این موضوع است که در دوران نوجوانی بخش اعظمی از هویت شکل می‌گیرد و آموزش می‌تواند بر اتخاذ هویت منسجم و شکل‌گیری شخصیت کامل کمک کند (بابایی و همکاران، ۱۳۹۶). بر همین اساس، با توجه به اینکه سازه‌های اساسی روان‌شناسی مثبت که در برنامه تحول مثبت نوجوانی لحاظ گردیده است، می‌تواند به نوجوانان در شناخت بهتر خود کمک نماید و موجب تقویت خودآگاهی، امید، عزت‌نفس، خوش‌بینی و خودکارآمدی گردد، قادر به تقویت هویت‌یابی موفق است (سپهوند، ۱۳۹۵). این روش با ارائه آموزش‌های مثبت موجب ارتقای مهارت، نیرومندی اراده و تقویت نقش‌ها و فعالیت‌های نوجوانان در محیط اجتماع می‌گردد و می‌تواند از این طریق بر توانمندی‌های فردی، اجتماعی و روان‌شناختی نوجوانان بیفزاید (بونل و همکاران، ۲۰۱۶). به همین دلیل، این برنامه قادر است شرایطی را فراهم سازد تا نوجوانان هدفمند و با سلامت افزون‌تر این مرحله را طی نموده و هویت مستحکمی را در خود شکل دهند (زو و شک، ۲۰۲۰). این برنامه به شکل نظری و راهبردهای کاربردی، مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت را در برنامه‌های عملی نوجوانان جای داده و به آنان در رسیدن به بزرگسالی مطلوب کمک می‌نماید و اتخاذ همین توانمندی‌های مثبت که در ارتقای احساس ارزشمندی و رفتار اجتماعی پسندیده نقش دارد، منجر به شکل‌گیری هویت موفق در نوجوانان می‌گردد (لرنر و همکاران، ۲۰۱۷). همچنین، با توجه به اینکه خودکارآمدی توانمندی فرد در انجام عملی خاص است که او را قادر می‌سازد تا در کنار آمدن با موقعیت‌های ویژه موفق باشد، بر اساس احساس تفکر و عملکرد انسان‌ها متفاوت است و تقویت آن می‌تواند به کاهش مشکلات کمک کند (بندورا، ۱۹۷۷)؛ به نقل از سلیمانی‌فر و شعبانی، ۱۳۹۲). بنابراین، افزایش آگاهی در خصوص نقاط قوت و ضعف خود و توانمندی در اتخاذ روابط مثبت و سازنده با دیگران می‌تواند موجب هدفمندی در زندگی گردد و در افزایش خودکارآمدی و رسیدن به سطوح بالای عملکرد روانی و

احساس مدیریت بر ابعاد زندگی موثر باشد که این مهم به مدد برنامه‌های تحول مثبت نوجوانی به دست می‌آید (لرنر و همکاران، ۲۰۱۳).

در مجموع، با استناد به موارد فوق به نظر می‌رسد عاملی که باعث گردید دانش‌آموزان گروه آموزش در خصوص هویت‌یابی و خودکارآمدی به توانمندی بیشتری دست یابند، آموزش‌های تحول مثبت نوجوانی بود که مبتنی بر رشد روانی و اصول روان‌شناسی مثبت تدوین گردیده و با اثرگذاری بر افزایش شناخت موجب افزایش خودآگاهی نوجوانان در خصوص شناخت بهتر خود و جامعه و استقلال فردی می‌شود و بدین طریق ضمن تقویت خودکارآمدی به هویت‌یابی آنان کمک نموده است. همچنین، این برنامه با محور قرار دادن دین‌پذیری به شناخت معنای زندگی کمک نموده و آموخته‌های معنوی و اجتماعی در قالب فعالیت‌های عملی منجر به افزایش خودکارآمدی و نهایتاً کسب هویت موفق شده است. بر همین اساس، واضح است که دست‌یابی به هویت موفق و احساس کارآمدی بالا قادر به اصلاح نگرش می‌گردد و می‌تواند بر توانمندی نوجوانان در معرض خطر نسبت به مصرف مواد مخدر بیفزاید.

در خصوص محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدودیت در نمونه‌گیری اشاره داشت، زیرا این پژوهش تنها دانش‌آموزان پسر پایه نهم در معرض خطر را مورد مطالعه قرار داده است. همچنین، عدم پیگیری نتایج از دیگر محدودیت‌های این تحقیق است. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی نمونه بزرگ‌تر و جنسیت مونث نیز مورد بررسی قرار گیرد. همچنین، پیشنهاد می‌شود جهت بررسی تاثیر این آموزش، دوره‌های پیگیری نیز مدنظر قرار گیرد. در مجموع، بر اساس یافته‌های این تحقیق پیشنهاد می‌شود برنامه تحول مثبت نوجوانی به‌عنوان یک روش آموزشی موثر در افزایش توانمندی‌های فردی و اجتماعی دانش‌آموزان مورد استفاده قرار گیرد و در بحث پیشگیری از اعتیاد توسط مشاوران و کارشناسان پیشگیری مدارس به اجرا درآید.



## منابع

- آقاگدی، پریسا و اعتمادی، احمد (۱۳۹۱). بررسی اثربخشی آموزش نظریه انتخاب و کنترل گلاسر بر تحول الگوی هویت نوجوانی. *نشریه مطالعات روان‌شناختی دانشگاه الزهراء*، ۸(۴)، ۳۳-۵۵.
- احمدی، فرید؛ تقی‌پور، ابراهیم و خدابخشی کولایی، آناهیتا (۱۳۸۹). مقایسه سبک‌های هویت‌یابی نوجوانان با یا بدون سوء مصرف مواد. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۴(۱۳)، ۳۹-۵۰.
- بابایی، جلال؛ رضایی، محمدعلی و اکبری بلوطبنگان، افضل (۱۳۹۶). پیش‌بینی نگرش به مواد مخدر بر اساس مولفه‌های تحول مثبت نوجوانی و رضایت از زندگی در نوجوانان. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۱(۴۳)، ۱۲۷-۱۴۴.
- برک، لورا (۱۳۸۲). *روان‌شناسی رشد (از نوجوانی تا پایان زندگی)*. ترجمه سید محمدی، یحیی. جلد دوم. تهران: انتشارات ارسباران.
- بهره‌بر، سعاده؛ احدی، حسن و آقاییوسفی، علیرضا (۱۳۹۷). اثربخشی آموزش تنظیم هیجان و مقابله درمان‌گری بر خلق و نگرش به مواد مخدر نوجوانان در معرض خطر سوء مصرف مواد. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۲(۴۹)، ۷۱-۹۸.
- جعفری شیرازی، فائزه (۱۳۹۱). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر بالا بردن خودکارآمدی زنان سرپرست خانوار شهرداری شهر تهران. *مجله پژوهشنامه زنان، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی*، ۳(۲)، ۴۷-۷۰.
- چنایی، شهرام و روزمن، قاسم (۱۳۹۴). بررسی رابطه انگیزه پیشرفت، خودکارآمدی و سبک‌های هویت با بهزیستی روان‌شناختی دانش‌آموزان مقطع متوسطه منطقه شاورور. اولین کنفرانس روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شادگان.
- حاجلو، نادر؛ رضایی، شریف و واحدی، شهرام (۱۳۹۱). همبسته‌های هویت‌یابی فردی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان اردبیل. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۲(۱)، ۳۸-۲۱.
- حسین‌آباد، ناهید؛ نجفی، محمود و رضایی، علی محمد (۱۳۹۷). اثربخشی برنامه آموزشی تحول مثبت نوجوانی بر رضایت از زندگی و خودکارآمدپنداری در نوجوانان. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۷(۷)، ۹۳۶-۹۲۷.
- حسین‌آباد، ناهید؛ نجفی، محمود؛ رضایی، علی محمد (۱۳۹۸). اثربخشی برنامه آموزشی تحول مثبت نوجوانی بر مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان. *مطالعات روان‌شناسی بالینی*، ۹(۳۵)، ۲۲۳-۲۳۹.

- دلاور، علی (۱۳۹۸). روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی. تهران: نشر ویرایش.
- رحیمی‌نژاد، عباس؛ برجعلی‌لو، سمیه؛ یزدانی‌ورزنده، محمدجواد؛ فراهانی، حجت‌الله و امانی، حبیب. (۱۳۹۱). اثر سبک‌های هویت بر افسردگی، اضطراب و افسردگی دانشجویان؛ نقش واسطه تعهد هویت. نشریه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۲(۹)، ۱۶-۱.
- رضائی، هما (۱۳۹۲). تدوین و اجرای الگوی تغییر‌نگرش نسبت به مصرف مواد مبتنی بر مولفه‌های هوش هیجانی و فلسفه برای کودکان در نوجوانان دختر دبیرستانی شهر تهران. پایان‌نامه دکتری، چاپ نشده، دانشگاه علامه طباطبائی.
- سپهوند، سارا (۱۳۹۵). بررسی اثربخشی برنامه تغییر‌زندگی در تحول مثبت جوانی بر کاهش رفتار پرخطر و گرایش به مواد و هویت‌یابی در نوجوانان دبیرستانی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، چاپ نشده، دانشگاه تهران.
- سرمد، زهره؛ حجازی، الهه و بازرگان، عباس (۱۳۹۰). روش تحقیق در علوم رفتاری. تهران: انتشارات آگاه.
- سلیمانی‌فر، امید و شعبانی، فرزانه (۱۳۹۲). رابطه بین خودکارآمدی و انگیزه پیشرفت با سازگاری تحصیلی دانشجویان کارشناسی سال اول دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی، ۱۰(۱۷)، ۸۲-۱۰۴.
- شاکری‌نسب، محسن؛ قلعه‌نوی، زهره و خسروآبادی، احسان (۱۳۹۴). درمان‌های روان‌شناختی در اعتیاد. بجنورد: انتشارات ارزینه.
- شمس‌زاده؛ فاطمه و امیریان، مژگان (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای خودکارآمدی در رابطه ویژگی‌های شخصیتی با مهارت اجتماعی. مجله روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۸(۲۷)، ۱۴-۱.
- شیخ، محمود و کاشی، علی (۱۳۹۴). بررسی میزان شیوع مصرف مواد مخدر در دانش‌آموزان ایرانی و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مرتبط با الگوی مصرف این مواد. مجله مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱۴(۳۰)، ۲۸-۱۴.
- صادقی، راضیه؛ تاجیک‌زاده، فخری و مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز (۱۳۹۳). رابطه ویژگی‌های شخصیتی با سبک‌های هویت در دانشجویان. مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ۲(۲۲)، ۲۱۷-۲۰۶.
- صرامی، حمید؛ قربانی، مجید و مینوئی، محمود (۱۳۹۲). بررسی چهار دهه تحقیقات شیوع‌شناسی اعتیاد در ایران. فصلنامه اعتیاد‌پژوهی، ۷(۲۶)، ۲۹-۵۲.

کشوری محبوب، فاطمه (۱۳۹۷). رابطه بین آمادگی به اعتیاد با سخت‌رویی و سبک‌های هویت‌یابی در نوجوانان. سومین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش، تهران: مرکز آموزش و پژوهش.

کیانی، مسعود (۱۳۹۴). طراحی برنامه آموزش تحول مثبت نوجوانی و اثربخشی آن بر خودتنظیمی، هویت‌یابی و شایستگی اجتماعی نوجوانان. پایان‌نامه دکتری، چاپ نشده، دانشگاه تهران.

نریمانی، محمد؛ رجب‌پور، مجتبی؛ احمدی، عذرا؛ یاقوتی‌زرگر، حسن و رستم‌اوغلی، زهرا (۱۳۹۵). بررسی میزان شیوع و عوامل مرتبط با سوء مصرف مواد در بین دانش‌آموزان متوسطه شهر سمنان. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۵(۴)، ۱۴۵-۱۳۲.

## References

- Beckwith, M., Best, D., Savic, M., Haslam, C., & Bathish, R. (2019). Social Identity Mapping in Addiction Recovery (SIM-AR): extension and application of a visual method. *Addiction Research & Theory*, 27(6), 462-471.
- Bennion, L., & Adams, G.R. (1986). A revision of the extended version of the objective measure of ego identity status instrument for use with late adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 1(2), 183-198.
- Berzonsky, M. D., Cieciuch, J., Duriez, B., & Soenens, B. (2011). The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 295-299.
- Bonell, C., Hinds, K., Dickson, K., Thomas, J., Fletcher, A., Murphy, S., ... & Campbell, R. (2016). What is positive youth development and how might it reduce substance use and violence? A systematic review and synthesis of theoretical literature. *BMC Public Health*, 16(1), 135-140.
- Catalano, R. F., Skinner, M. L., Alvarado, G., Kapungu, C., & Reavley, N. (2019). Positive youth development programs in low-and middle-income countries: a conceptual framework and systematic review of efficacy. *Journal of Adolescent Health*, 65(1), 15-31.
- Ciocanel, O., Power, K., Eriksen, A., & Gillings, K. (2017). Effectiveness of positive youth development interventions: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(3), 483-504.
- Kerpelman, J. L., Eryigit, S., & Stephens, C. J. (2008). African American adolescents' future education orientation: Associations with self-efficacy, ethnic identity, and perceived parental support. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(8), 997-1008.
- Lerner, R. M., Wang, J., Hershberg, R. M., Buckingham, M. H., Harris, E. M., Tirrell, J. M., ... & Lerner, J. V. (2017). *Positive youth development*

- among minority youth: A relational developmental systems model*. In Handbook on positive development of minority children and youth (pp. 5-17). Springer, Cham.
- Lerner, R. M., Agans, J. P., Arbeit, M. R., Chase, P. A., Weiner, M. B., Schmid, K. L., & Warren, A. E. A. (2013). *Resilience and positive youth development: A relational developmental systems model*. In Handbook of resilience in children (pp. 293-308). Springer, Boston, MA.
- Luyckx, K., Lens, W., Smits, I., & Goossens, L. (2010). Time perspective and identity formation: Short-term longitudinal dynamics in college students. *International Journal of Behavioral Development*, 34(3), 238-247.
- Muris, P. (2001). A Brief Questionnaire for measuring self – efficacy in youth. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145-149.
- Sommers, J., & Sommers, R. (2012). *Counselling and Psychotherapy Theories in Context and Practice*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc, Hoboken.
- Waid, J., & Uhrich, M. (2020). A scoping review of the theory and practice of positive youth development. *The British Journal of Social Work*, 50(1), 5-24.
- Zhu, X., & Shek, D. T. (2020). Impact of a Positive Youth Development Program on Junior High School Students in Mainland China: A Pioneer Study. *Children and Youth Services Review*, 114, 105022.