

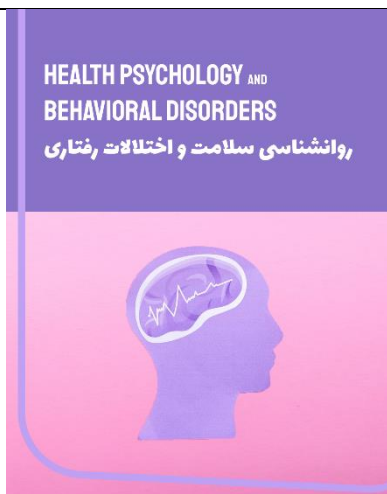
اثربخشی آموزش امنیت روان شناختی یکپارچه‌نگر بر بهزیستی روان شناختی نوجوانان پسر مبتلا به ناامنی روانی

تاریخ چاپ: ۱۴۰۵/۰۱/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۹/۲۵

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۶/۲۳



چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش امنیت روان شناختی یکپارچه‌نگر بر بهزیستی روان شناختی نوجوانان پسر دارای ناامنی روانی بود. پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه آزمایش و گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل نوجوانان پسر ۱۴ تا ۱۶ سال شهر اصفهان بود که ۶۰ نفر از آنان به روش در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارش شدند. گروه آزمایش در هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش امنیت روان شناختی یکپارچه‌نگر شرکت کرد و گروه کنترل در فهرست انتظار قرار گرفت. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه امنیت روان شناختی و مقیاس بهزیستی روان شناختی ریف بود. داده‌ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های تکراری تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های تکراری نشان داد اثر زمان، اثر گروه و تعامل زمان×گروه بر بهزیستی روان شناختی معنادار است ($p < 0.01$). همچنین نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی بیانگر افزایش معنادار بهزیستی روان شناختی در گروه آموزش امنیت روان شناختی در مراحل پس‌آزمون و پیگیری نسبت به گروه کنترل بود. آموزش امنیت روان شناختی یکپارچه‌نگر می‌تواند به‌عنوان مداخله‌ای مؤثر در ارتقای بهزیستی روان شناختی نوجوانان پسر مبتلا به ناامنی روانی مورد استفاده قرار گیرد.

کلیدواژگان: امنیت روان شناختی، بهزیستی روان شناختی، نوجوانان، ناامنی روانی

علیرضا فتاحی دولت آبادی^۱

۱. استادیار، گروه روانشناسی، واحد دولت آباد، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول:

Ar.fatahi@iauda.ac.ir

شیوه استناددهی: فتاحی دولت آبادی. (۱۴۰۵). اثربخشی آموزش امنیت روان شناختی یکپارچه‌نگر بر بهزیستی روان شناختی نوجوانان پسر مبتلا به ناامنی روانی. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۴(۱)، ۱-۱۴.

The Effectiveness of Integrative Psychological Security Training on Psychological Well-Being in Male Adolescents with Psychological Insecurity

Submit Date: 2025-09-14

Revise Date: 2025-12-16

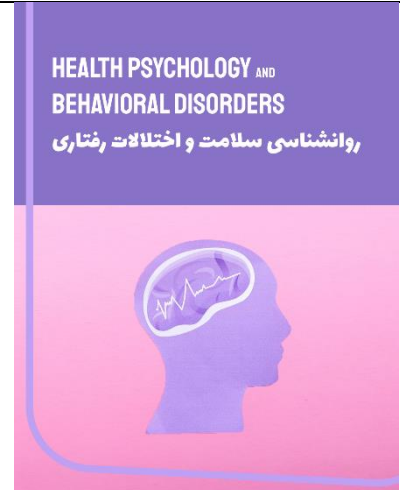
Accept Date: 2025-12-22

Publish Date: 2026-03-21

Abstract

This study aimed to examine the effectiveness of integrative psychological security training on the psychological well-being of male adolescents experiencing psychological insecurity. This study employed a quasi-experimental design with pretest, posttest, and follow-up stages, including an experimental and a control group. The statistical population consisted of male adolescents aged 14–16 years in Isfahan, from whom 60 participants with psychological insecurity were selected through convenience sampling and randomly assigned to the two groups. The experimental group participated in eight 90-minute sessions of integrative psychological security training, while the control group remained on a waiting list. Data were collected using the Psychological Security Questionnaire and Ryff's Psychological Well-Being Scale and analyzed using repeated-measures analysis of variance. The results of repeated-measures ANOVA revealed significant main effects of time and group, as well as a significant time $\times$ group interaction on psychological well-being ($p < 0.01$). Bonferroni post hoc comparisons indicated a significant increase in psychological well-being scores in the experimental group at posttest and follow-up compared with the control group. Integrative psychological security training appears to be an effective intervention for enhancing psychological well-being among male adolescents with psychological insecurity.

Keywords: *Psychological security, psychological well-being, adolescents, psychological insecurity*

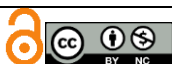


Alireza Fattahi Dolatabadi¹

1. Assistant Professor, Department of Psychology, DOL.C., Islamic Azad University, Isfahan, Iran

*Corresponding Author's Email:
Ar.fatahi@iauda.ac.ir

How to cite: Fattahi Dolatabadi, A.R. (2026). The Effectiveness of Integrative Psychological Security Training on Psychological Well-Being in Male Adolescents with Psychological Insecurity. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 4(1), 1-14.



مقدمه

دوران نوجوانی یکی از حساس‌ترین و در عین حال تعیین‌کننده‌ترین مراحل رشد انسان به شمار می‌رود که با تحولات گسترده زیستی، شناختی، هیجانی و اجتماعی همراه است. این دوره نه تنها گذار از کودکی به بزرگسالی محسوب می‌شود، بلکه بستری بنیادین برای شکل‌گیری هویت، خودپنداره، نظام ارزش‌ها و الگوهای پایدار سازگاری روان‌شناختی در آینده فرد فراهم می‌آورد. پژوهش‌های معاصر نشان می‌دهند که تجربه نوجوانی در شرایط نامطلوب روانی و اجتماعی می‌تواند پیامدهای بلندمدتی برای سلامت روان، روابط بین‌فردی و عملکرد تحصیلی و شغلی افراد به همراه داشته باشد (Mojoudi et al., 2018; Zinn et al., 2020). در این میان، مفهوم بهزیستی روان‌شناختی به‌عنوان شاخصی کلیدی از کیفیت تجربه زیسته نوجوانان، توجه فزاینده‌ای را در ادبیات روان‌شناسی رشد و سلامت روان به خود اختصاص داده است (Ryff & Singer, 1998; Zhang et al., 2024).

بهزیستی روان‌شناختی مفهومی چندبعدی است که فراتر از نبود نشانه‌های آسیب‌شناختی، به وجود کارکرد مثبت، رشد شخصی، معنا در زندگی، روابط مثبت با دیگران و احساس شایستگی در مدیریت زندگی اشاره دارد. مدل نظری ریف، بهزیستی روان‌شناختی را متشکل از شش مؤلفه پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی و تسلط بر محیط می‌داند (Ryff & Singer, 1998). مطالعات روان‌سنجی متعدد، اعتبار این مدل را در بافت‌های فرهنگی گوناگون از جمله جامعه نوجوانان تأیید کرده‌اند (Khani et al., 2012; Sefidi & Farzad, 2014). شواهد تجربی نشان می‌دهد نوجوانانی که از سطح بالاتری از بهزیستی روان‌شناختی برخوردارند، هیجانات مثبت بیشتری تجربه می‌کنند، سازگاری اجتماعی بهتری دارند و در مواجهه با فشارهای محیطی از راهبردهای مقابله‌ای کارآمدتری بهره می‌گیرند (Jouzi et al., 2015; Matud et al., 2019).

در مقابل، کاهش بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانی با افزایش خطر بروز مشکلات هیجانی، اضطراب، افسردگی، رفتارهای پرخطر و افت عملکرد تحصیلی همراه است (Mbithi et al., 2023; Williams et al., 2023). عوامل متعددی در تضعیف یا تقویت بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان نقش دارند که از جمله آن‌ها می‌توان به روابط خانوادگی، کیفیت تعامل با همسالان، شرایط اجتماعی، تجارب استرس‌زا و ویژگی‌های فردی اشاره کرد (Pollina-Pallet et al., 2021; Yousefi et al., 2011). یکی از متغیرهایی که در سال‌های اخیر به‌طور فزاینده‌ای به‌عنوان زیربنای تجربه سلامت روان مثبت در نوجوانان مورد توجه قرار گرفته، احساس امنیت روان‌شناختی است.

امنیت روان‌شناختی مفهومی است که به احساس ایمنی درونی، پذیرش، نبود تهدید روانی و امکان ابراز آزادانه افکار و هیجانات بدون ترس از طرد یا تنبیه اشاره دارد (Edmondson & Lei, 2014). در حوزه رشد نوجوانان، امنیت روان‌شناختی به این معناست که نوجوان بتواند خود را ارزشمند، شایسته و مورد حمایت ادراک کند و جهان پیرامون را فضایی قابل پیش‌بینی و نسبتاً امن بداند. مطالعات نشان داده‌اند که فقدان امنیت روان‌شناختی در نوجوانی با ناامنی هیجانی، خودپنداره منفی، اضطراب اجتماعی و کاهش بهزیستی روان‌شناختی ارتباط معناداری دارد (Feng et al., 2023; Martín Quintana et al., 2023).

پژوهش‌های تجربی اخیر حاکی از آن‌اند که ناامنی روان‌شناختی و هیجانی می‌تواند نقش واسطه‌ای یا پیش‌بینی‌کننده در بروز رفتارهای آسیب‌زا در نوجوانان ایفا کند. برای مثال، نی و همکاران نشان دادند که ناامنی هیجانی می‌تواند به‌طور معناداری رفتارهای خودآسیب‌رسان بدون قصد مرگ را در نوجوانان پیش‌بینی کند (Ni et al., 2024). همچنین اوهارا و همکاران بیان کردند که تعارضات والدینی و ساختارهای خانوادگی ناپایدار، امنیت هیجانی نوجوانان را تضعیف کرده و آن‌ها را در معرض مشکلات روان‌شناختی قرار می‌دهد (O'Hara et al., 2024). این یافته‌ها نشان می‌دهد که امنیت روان‌شناختی نه تنها یک متغیر محافظتی، بلکه عاملی بنیادین در شکل‌گیری مسیر سلامت روان نوجوانان است. در همین راستا، پژوهش‌های جمعیت‌محور نیز بر اهمیت امنیت روان‌شناختی در تجربه بهزیستی تأکید کرده‌اند. کای و همکاران نشان دادند که امنیت روان‌شناختی می‌تواند نقش میانجی و تعدیل‌کننده مهمی در رابطه میان شرایط عینی زندگی و بهزیستی ذهنی ایفا کند (Cai et al., 2024).

al., 2025). این نتایج با دیدگاه‌های نظری معاصر همسو است که امنیت روان‌شناختی را پیش‌شرط تجربه رضایت، معنا و رشد روان‌شناختی در مراحل مختلف زندگی، به‌ویژه نوجوانی، می‌دانند (Wiium et al., 2023).

با توجه به این اهمیت، طی دهه اخیر مداخلات متعددی با هدف ارتقای بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان طراحی و اجرا شده‌اند. آموزش تنظیم هیجان (Ahmadzadeh et al., 2022)، مداخلات مبتنی بر ذهن‌آگاهی (Bahraini et al., 2021)، آموزش تاب‌آوری (Ebrahimi & Esmaeili, 2022)، مدیریت شناختی-رفتاری استرس (Ghadiri Bahram Abadi & Mikail Moni, 2015) و مداخلات شناختی-رفتاری تنظیم هیجان (Esmaeili et al., 2014) از جمله رویکردهایی هستند که اثربخشی آن‌ها بر بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان گزارش شده است. همچنین بسته‌های آموزشی بومی‌شده نظیر آموزش هوش موفق (Baramkeh et al., 2024)، بسته بهبود مسئولیت‌پذیری (Mirzakhahloo et al., 2024) و بسته امید به زندگی مبتنی بر پذیرش و تعهد (Esmaeili Pour et al., 2025) تلاش کرده‌اند با رویکردی مهارت‌محور به ارتقای سلامت روان نوجوانان کمک کنند.

با وجود اثربخشی این مداخلات، بخش قابل توجهی از آن‌ها بر یک یا چند مؤلفه محدود (مانند هیجان، شناخت یا رفتار) تمرکز دارند و کمتر به امنیت روان‌شناختی به‌عنوان سازه‌ای یکپارچه و زیربنایی پرداخته‌اند. در حالی که شواهد نظری و تجربی نشان می‌دهد امنیت روان‌شناختی مفهومی چندوجهی است که ابعاد فردی، خانوادگی، اجتماعی، اخلاقی و معنایی را در بر می‌گیرد (Edmondson & Lei, 2014; Martín Quintana et al., 2023). از این منظر، مداخلاتی که بتوانند امنیت روان‌شناختی را به‌صورت یکپارچه تقویت کنند، ظرفیت بالاتری برای ارتقای پایدار بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان خواهند داشت.

در پاسخ به این خلأ، فتاحی دولت‌آبادی و همکاران اقدام به تدوین بسته آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر برای نوجوانان دارای ناامنی روانی کردند (Fatahi Dolatabadi et al., 2023). این بسته با تأکید بر پذیرش خود، روابط ایمن، معنا و هدفمندی، ظرفیت‌های اجتماعی و پایبندی اخلاقی، چارچوبی منسجم برای ارتقای امنیت روان‌شناختی فراهم می‌آورد. در پژوهشی دیگر، همین پژوهشگران اثربخشی این بسته را در مقایسه با آموزش ذهن‌آگاهی نوجوان‌محور بر بهزیستی روان‌شناختی و برخی سازه‌های مثبت دیگر بررسی کردند و نتایج امیدوارکننده‌ای گزارش دادند (Fattahi Dolat Abadi et al., 2023). با این حال، هنوز پژوهش‌های تجربی مستقل که به‌طور خاص اثربخشی آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر را بر بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان دارای ناامنی روانی بررسی کنند، محدود است.

از سوی دیگر، شرایط اجتماعی معاصر، فشارهای تحصیلی، تغییرات ساختار خانواده و افزایش تعاملات مجازی، نوجوانان را بیش از پیش در معرض تجربه ناامنی روان‌شناختی قرار داده است (Feng et al., 2023; Mbithi et al., 2023). این وضعیت ضرورت طراحی و ارزیابی مداخلات پیشگیرانه و توانمندساز مبتنی بر امنیت روان‌شناختی را دوچندان می‌سازد (Pradhan & Sahoo, 2023). بر این اساس، پرداختن به اثربخشی آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر نه‌تنها از منظر علمی، بلکه از دیدگاه کاربردی و سیاست‌گذاری سلامت روان نوجوانان نیز حائز اهمیت است.

بنابراین، با توجه به نقش محوری امنیت روان‌شناختی در سلامت روان و بهزیستی نوجوانان، خلأ پژوهشی موجود در زمینه مداخلات یکپارچه‌نگر مبتنی بر امنیت روان‌شناختی، و نیاز فزاینده جوامع به برنامه‌های آموزشی بومی و مبتنی بر شواهد، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر بر بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان پسر دارای ناامنی روانی انجام شد.

روش‌شناسی

روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه آزمایش و گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان مبتلا به ناامنی روانی در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. که به شکل در دسترس شصت دانش‌آموز پسر مبتلا به ناامنی روانی انتخاب شدند و به شکل تصادفی در گروه آزمایش و گواه گمارش شدند. در حالی که گروه کنترل در لیست انتظار قرار داشتند،

گروه آزمایش در معرض ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای محتوای آموزشی قرار گرفتند. ملاک‌های ورود به مطالعه حاضر شامل: سن بین ۱۴ تا ۱۸ سالگی، پسر بودن، متقاضی شرکت در دوره آموزشی بودن و داشتن رضایت والدین و ملاک‌های خروج عبارت بودند از: حضور همزمان در دوره‌های آموزشی روان شناختی دیگر، عدم انجام تکالیف و برهم زدن جو گروه آموزشی.

پرسشنامه امنیت روان‌شناختی: برای سنجش امنیت روانشناختی از پرسشنامه ۲۸ گویه‌ای زارع و امین پور (۱۳۹۰) استفاده شد با سوالاتی مانند (برای تأمین نیازهای خود احساس اضطراب می‌کنید؟. در مواجهه با امور مختلف زندگی احساس ناتوانی می‌کنید؟. توانایی خود را در اداره امور زندگی ضعیف ارزیابی می‌کنید؟. این پرسشنامه روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از کاملاً موافقم (۱) تا کاملاً مخالفم (۵) نمره گذاری می‌گردد. همسانی درونی این پرسشنامه به کمک آلفای کرونباخ بررسی و بالاتر از ۰/۸ گزارش شده است. روایی صوری و محتوایی آن مورد تایید متخصصین قرار گرفته است از سوال (۷-۱ و ۲۸-۱۴) نمره ۵ تا ۱ و (سؤال ۱۳-۸) نمره ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شود. نمره بالا در این پرسشنامه نشانه احساس امنیت روانی و نمره پایین نشانه عدم احساس امنیت روانی است. روایی سازه این پرسشنامه با تحلیل عامل تاییدی بررسی و تایید شده است. در پژوهش حاضر همسانی درونی آن ۰/۷۵ به دست آمد.

پرسشنامه بهزیستی روان شناختی: در این پژوهش از پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ۱۸ سوالی ریف (۱۹۸۰) استفاده شده است با سوالاتی مانند (به طور کلی احساس می‌کنم من مسئول زندگی کنونی ام هستم. هنگامی که جریان زندگی خود را مرور می‌کنم، از آنچه روی داده خشنود می‌شوم. حفظ روابط صمیمی برای من مشکل است و احساس ناکامی می‌کنم). مقیاس بهزیستی روان‌شناختی دارای شش خرده مقیاس پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط است. مجموع نمرات این شش عامل به عنوان نمره کل بهزیستی روانشناختی محاسبه می‌شود. این پرسشنامه ۱۸ سؤالی دارای شش بعد است (هر بعد ۳ سؤال) پاسخ هر سؤال بر روی یک طیف ۶ درجه است (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) مشخص می‌شود نمره‌گذاری سؤال‌های ۳ و ۴ و ۵ و ۹ و ۱۰ و ۱۳ و ۱۶ و ۱۷ با روش معکوس و بقیه با روش مستقیم انجام می‌شود نمره بالاتر بیانگر بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. در پژوهش سفیدی و فرزاد (۱۳۹۱) همسانی درونی آزمون به‌روش آلفای کرونباخ بین ۰/۶۵ تا ۰/۷۵ گزارش شده است. همچنین بیانی و همکاران (۱۳۸۷) روایی همگرای آن را از طریق بررسی همبستگی آن با شادمانی بررسی و تایید کرده اند. در این پژوهش مجدد همسانی درونی محاسبه و ۰/۷۵ به دست آمد.

پروتکل آموزش امنیت روان‌شناختی در این پژوهش به صورت یک برنامه گروهی ساختاریافته شامل هشت جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و برگرفته از الگوی فتاحی و همکاران (۱۴۰۲) اجرا شد که با هدف ارتقای احساس امنیت روانی و بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان طراحی گردید. جلسات با ایجاد فضای امن درمانی، آشنایی اعضا با یکدیگر، تبیین اهداف، قوانین گروه و معرفی مفهوم امنیت روان‌شناختی، عوامل مؤثر و موانع آن آغاز شد. سپس با تمرکز بر خودآگاهی، شناسایی نقاط قوت و ضعف، تأمل بر گذشته و حال، دریافت بازخورد از دیگران، پذیرش خود و تقویت عزت‌نفس ادامه یافت. در مراحل بعدی، ابعاد هویت‌یابی شامل «کیستم»، «چه دارم»، «چه می‌کنم» و «چه می‌خواهم» بررسی شد و آموزش ارزش‌یابی، تعیین ارزش‌های شخصی و تقویت مسئولیت‌پذیری مورد توجه قرار گرفت. همچنین نقش خانواده‌دوستی، پذیرش والدین، صرف زمان کیفی با خانواده و استفاده از راهبردهای مسئله‌محور برای مواجهه با تعارضات خانوادگی آموزش داده شد. در ادامه، اهمیت ارزش‌ها و اهداف معنوی در ایجاد امنیت روانی، معنایابی در زندگی و پیشگیری از رفتارهای پرخطر از طریق تمرین‌های هدفمند مورد تأکید قرار گرفت. جلسات بعدی به نقش حمایت‌های اجتماعی، مهارت حل مسئله در روابط بین‌فردی، مدیریت تعارض، تقویت رویکرد راه‌حل‌محور و بهبود مهارت‌های اجتماعی اختصاص یافت. همچنین راهبردهای سازگاران تنظیم هیجانات منفی مخرب روابط، بهبود مهارت‌های ارتباطی و مقابله با فشار همسالان آموزش داده شد. در نهایت، با تأکید بر نقش اخلاق، احترام به قوانین، تمرین فضائل اخلاقی و جلب حمایت اجتماعی، مسیر دستیابی به شادی پایدار و امنیت روان‌شناختی تقویت گردید.

به منظور اجرای این پژوهش پس از دریافت مجوزهای لازم از دانشگاه و آموزش و پرورش و انجام نمونه‌گیری بر اساس ملاک‌های ورود و خروج، گروه آزمایش و کنترل قبل و بعد و پس از ۴۵ روز از اتمام آموزش‌ها در معرض ارزیابی توسط پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی قرار

گرفتند. در حالی که که گروه کنترل در لیست انتظار بود گروه آزمایش هشت جلسه نود دقیقه‌ای آموزش‌ها را دریافت کرد. آموزش‌ها در محیط یک مرکز مشاوره و توسط محقق و تحت نظارت اساتید راهنما و مشاور انجام شد. جهت تحلیل داده‌ها و به منظور مقایسه نتایج دو گروه آزمایش و گواه ضمن رعایت پیش فرض‌های پژوهش، از تحلیل واریانس با اندازه‌های تکراری و آزمون‌های تعقیبی و نسخه ۲۶ نرم افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

در این قسمت یافته‌های توصیفی و استنباطی مربوط به متغیر بهزیستی روان شناختی در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری به تفکیک گروه آمده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیر بهزیستی روانشناختی گروه‌های پژوهش در سه مرحله زمانی

متغیر	زمان	گروه کنترل		گروه امنیت روانشناختی		گروه ذهن‌آگاهی نوجوان محور	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
بهزیستی روانشناختی	پیش‌آزمون	۵۹/۹۴	۹/۴۳	۵۹/۱۹	۱۸/۶۱	۵۹/۳۹	۱۲/۳۸
	پس‌آزمون	۵۸/۱۹	۱۰/۹۱	۸۲/۰۸	۶/۵۶	۶۹/۰۵	۹/۶۹
	پیگیری	۵۹/۳۷	۸/۶۶	۷۷/۱۹	۶/۳۰	۶۳/۳۹	۵/۹۰

چنان که در جدول (۱) مشاهده می‌شود، در متغیر بهزیستی روانشناختی، گروه آموزش امنیت روانشناختی نسبت به گروه کنترل تغییرات چشمگیری را در مرحله پس آزمون و پیگیری نشان داده اند.

بر اساس نتایج آزمون شاپیرو-ویلک، بهزیستی روانشناختی در هر سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، دارای توزیع نرمال ($p > 0.05$)، برابری واریانس خطا ($p > 0.05$) و برابری ماتریس واریانس-کوواریانس (از طریق آزمون ام باکس) ($p > 0.05$) بوده است. همچنین چنان که مشاهده می‌شود، آزمون ماکلی معنادار است. یعنی پیش فرض کرویت رعایت نشده است. در این مورد به دلیل عدم رعایت پیش فرض کرویت، نتایج برحسب آماره گرین‌هاوس-گیزر در جداول تحلیل نهایی ارائه شده است. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌های تکرار شده برای بهزیستی روانشناختی در جدول (۲) ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری تکرار شده (مکرر) برای بهزیستی روانشناختی

منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریب F	معناداری	مجذور سهمی اتا	توان آزمون
زمان	۳۱۸۵/۹۵	۱/۵	۲۱۲۳/۷۹	۱۶/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۲۲	۰/۹۹
درون گروهی	۳۵۶۶/۵۴	۳	۱۱۸۸/۷۵	۹/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۲۴	۰/۹۹
خطا (زمان)	۱۱۱۰۱/۵۶	۸۵/۵۱	۱۲۹/۸۳	-	-	-	-
گروه	۶۰۴۹/۹۶	۲	۳۰۲۴/۹۸	۱۷/۱۰	۰/۰۰۱	۰/۵۲	۱
بین گروهی	۸۶۶۷/۹۹	۴۹	۱۷۶/۹۰	-	-	-	-
خطا							

با توجه به عدم رعایت پیش فرض کرویت، چنان که در جدول فوق برای متغیر بهزیستی روانشناختی مشاهده می‌شود، در بخش اثر درون گروهی، عامل زمان ($F=16/36$ ، $df=1/5$ و $p < 0.01$) و تعامل زمان و گروه ($F=9/16$ ، $df=3$ و $p < 0.01$) نشان می‌دهد که در بهزیستی روانشناختی از نظر زمانی و تعامل زمان با گروه (دو گروه پژوهش) تفاوت معناداری ($p < 0.01$) وجود دارد. مجذور سهمی اتا برای عامل زمان برابر با ۰/۲۲ و توان آزمون برابر با ۰/۹۹ و برای عامل تعامل زمان با گروه برابر با ۰/۲۴ و توان آزمون برابر با ۰/۹۹ است. این نتیجه نشان

می‌دهد که برای عامل زمان و تعامل زمان و گروه به ترتیب ۲۲ و ۲۴ درصد تفاوت در بهزیستی روانشناختی مربوط به اعمال متغیر مستقل بوده که با ۱۰۰ درصد توان تایید شده است. همچنین چنان که در جدول ۴ در بخش اثر بین گروهی مشاهده می‌شود در بهزیستی روانشناختی، در عامل گروه تفاوت معناداری ($p < 0.01$) وجود دارد. مجذور سهمی آتا برای عامل گروه برابر با ۰/۵۲ و توان آزمون برابر با ۱ است. به این معنی که تحلیل واریانس انجام شده با ۱۰۰ درصد توان ۵۲ درصد تفاوت بین گروه آزمایش با گروه کنترل را در بهزیستی روانشناختی معنادار نشان داده است. در جدول ۳ نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه گروه آزمایش و گروه کنترل در بهزیستی روانشناختی ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی برای مقایسه زمان و گروه در بهزیستی روانشناختی

متغیر	ردیف	گروه مبنا	گروه مورد مقایسه	تفاوت میانگین‌ها	خطای استاندارد	معناداری
زمان	۱	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	-۱۰/۲۷	۲/۲۰	۰/۰۰۱
	۲	پیش‌آزمون	پیگیری	-۷/۱۵	۱/۹۴	۰/۰۰۲
	۳	پس‌آزمون	پیگیری	۳/۱۲	۱/۲۴	۰/۰۰۴
گروه	۴	گروه کنترل (گواه)	گروه امنیت روانشناختی	-۱۳/۶۵	۲/۲۶	۰/۰۰۱

چنان که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، در متغیر بهزیستی روانشناختی، بین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و با پیگیری و بین پس‌آزمون با پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به میانگین‌ها (جدول ۵) از مرحله پیش‌آزمون به مرحله پس‌آزمون بهزیستی روانشناختی افزایش، و از پس‌آزمون به پیگیری سطح بهزیستی روانشناختی کاهش داشته است. با توجه به نتایج ارائه شده در جداول ۲ تا ۵، سوال پژوهش مبنی بر این که آیا آموزش امنیت روانشناختی بر بهزیستی روانشناختی نوجوانان دارای ناامنی روانشناختی اثربخش است؟ به این صورت پاسخ داده می‌شود که آموزش امنیت روان شناختی نسبت به گروه کنترل اثربخشی بیشتری را بر افزایش بهزیستی روان شناختی نشان داده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر بر بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان پسر دارای ناامنی روانی انجام شد. نتایج تحلیل واریانس با اندازه‌گیری‌های تکراری نشان داد که اثر زمان، اثر گروه و تعامل زمان×گروه بر بهزیستی روان‌شناختی معنادار است؛ به‌گونه‌ای که نوجوانان گروه آزمایش در مراحل پس‌آزمون و پیگیری، بهبود معناداری در بهزیستی روان‌شناختی نسبت به گروه کنترل نشان دادند. این یافته بیانگر آن است که آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر توانسته است فراتر از تغییرات طبیعی زمان، نقش مؤثری در ارتقای کارکردهای مثبت روان‌شناختی نوجوانان ایفا کند. همچنین تداوم نسبی اثر در مرحله پیگیری حاکی از پایداری نسبی مداخله و درونی‌سازی مهارت‌های ارائه‌شده در دوره آموزشی است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که بهزیستی روان‌شناختی، بر اساس مدل ریف، حاصل تعامل پویای مؤلفه‌هایی همچون پذیرش خود، روابط مثبت، خودمختاری، هدفمندی، رشد شخصی و تسلط بر محیط است (Ryff & Singer, 1998). آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر با تمرکز هم‌زمان بر ابعاد فردی، بین‌فردی، خانوادگی، اجتماعی و اخلاقی، بستری فراهم می‌کند که در آن نوجوانان بتوانند نگرش مثبت‌تری نسبت به خود شکل دهند، احساس ارزشمندی و شایستگی را تجربه کنند و جهان پیرامون را محیطی امن‌تر و قابل پیش‌بینی‌تر ادراک نمایند. این فرآیند به‌طور مستقیم با مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی همپوشانی دارد و می‌تواند افزایش نمرات کلی بهزیستی را توضیح دهد (Khani et al., 2014; Zhang et al., 2024).

یافته‌های پژوهش حاضر با نتایج مطالعات پیشین در زمینه نقش امنیت روان‌شناختی و سازه‌های مرتبط با آن در سلامت روان نوجوانان همسو است. پژوهش‌های مبتنی بر ناامنی هیجانی نشان داده‌اند که ادراک ناامنی می‌تواند پیامدهای منفی متعددی از جمله کاهش خودپنداره، افزایش

اضطراب و افت بهزیستی روان‌شناختی به همراه داشته باشد (Feng et al., 2023; Ni et al., 2024). در مقابل، زمانی که نوجوانان از طریق مداخلات آموزشی یاد می‌گیرند احساس امنیت درونی، پذیرش و حمایت اجتماعی را تجربه کنند، مسیر رشد روان‌شناختی آن‌ها به سمت سازگاری و شکوفایی هدایت می‌شود (Martín Quintana et al., 2023). نتایج پژوهش حاضر این دیدگاه را تقویت می‌کند که امنیت روان‌شناختی نه تنها یک پیامد، بلکه یک سازه زیربنایی برای ارتقای بهزیستی است.

همچنین نتایج به دست آمده با مطالعاتی که بر نقش شرایط خانوادگی و بین فردی در امنیت روان‌شناختی نوجوانان تأکید دارند، همخوانی دارد. اوهارا و همکاران نشان دادند که تعارضات والدینی و بی‌ثباتی در ساختار خانواده، امنیت هیجانی نوجوانان را تضعیف می‌کند و زمینه‌ساز مشکلات روان‌شناختی می‌شود (O'Hara et al., 2024). آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر با پرداختن به مهارت‌های ارتباطی، حل تعارض و درک نقش خانواده و روابط حمایتی، می‌تواند اثرات منفی این عوامل را تعدیل کند و به نوجوانان کمک کند حتی در شرایط محیطی نامطلوب، احساس امنیت درونی خود را حفظ نمایند. این سازوکار می‌تواند یکی از دلایل افزایش بهزیستی روان‌شناختی در گروه آزمایش باشد. از منظر نظری، یافته‌های پژوهش حاضر با چارچوب‌های معاصر روان‌شناسی مثبت‌نگر و رشد مثبت نوجوانی همسو است. رویکرد رشد مثبت نوجوانی بر تقویت ظرفیت‌ها، شایستگی‌ها و منابع درونی نوجوانان تأکید دارد و امنیت روان‌شناختی را یکی از پیش‌شرط‌های اساسی این فرایند می‌داند (Wiium et al., 2023; Williams et al., 2023). زمانی که نوجوان احساس کند بدون ترس از قضاوت یا طرد می‌تواند خود واقعی‌اش را ابراز کند، زمینه برای رشد شخصی، هدفمندی و خودمختاری فراهم می‌شود؛ مؤلفه‌هایی که مستقیماً در بهزیستی روان‌شناختی نقش دارند (Matud et al., 2019).

یافته‌های این پژوهش همچنین با نتایج مداخلات روان‌شناختی دیگر که به‌طور غیرمستقیم امنیت روان‌شناختی یا مؤلفه‌های آن را هدف قرار داده‌اند، همراستا است. آموزش تنظیم هیجان (Ahmadzadeh et al., 2022)، درمان مبتنی بر ذهن‌آگاهی (Bahraini et al., 2021)، آموزش تاب‌آوری (Ebrahimi & Esmaili, 2022) و مدیریت شناختی-رفتاری استرس (Ghadiri Bahram Abadi & Mikail, 2015) همگی نشان داده‌اند که تقویت مهارت‌های درونی نوجوانان می‌تواند به بهبود بهزیستی روان‌شناختی منجر شود. با این حال، مزیت آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر در آن است که این مؤلفه‌ها را در قالب یک چارچوب منسجم و هماهنگ ارائه می‌دهد و از تمرکز صرف بر یک بعد خاص فراتر می‌رود (Fatahi Dolatabadi et al., 2023).

از سوی دیگر، نتایج پژوهش حاضر با مطالعاتی که بسته‌های آموزشی بومی برای نوجوانان طراحی کرده‌اند نیز همسو است. برای مثال، آموزش هوش موفق (Baramkeh et al., 2024)، بسته بهبود مسئولیت‌پذیری (Mirzakhahloo et al., 2024) و بسته امید به زندگی مبتنی بر پذیرش و تعهد (Esmaili Pour et al., 2025) همگی نشان داده‌اند که مداخلات ساختارمند و متناسب با نیازهای رشدی نوجوانان می‌توانند پیامدهای مثبتی بر سازه‌های سلامت روان داشته باشند. آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر نیز با توجه به بستر فرهنگی و نیازهای خاص نوجوانان دارای ناامنی روانی، توانسته است اثربخشی معناداری نشان دهد.

نکته قابل توجه دیگر، همسویی یافته‌های این پژوهش با شواهد جمعیت‌محور در زمینه نقش امنیت روان‌شناختی در بهزیستی است. پژوهش کای و همکاران نشان داد که امنیت روان‌شناختی می‌تواند نقش میانجی و تعدیل‌کننده مهمی در رابطه میان شرایط زندگی و بهزیستی ذهنی ایفا کند (Cai et al., 2025). این یافته نشان می‌دهد حتی در شرایطی که عوامل بیرونی چندان قابل کنترل نیستند، تقویت احساس امنیت روان‌شناختی می‌تواند مسیر تجربه بهزیستی را بهبود بخشد. نتایج پژوهش حاضر در سطح مداخله‌ای این ادعا را تأیید می‌کند و نشان می‌دهد آموزش هدفمند می‌تواند امنیت روان‌شناختی و در نتیجه بهزیستی را ارتقا دهد.

در مجموع، نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر می‌تواند به‌عنوان مداخله‌ای مؤثر برای بهبود بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان پسر دارای ناامنی روانی مورد استفاده قرار گیرد. این یافته‌ها نه تنها خلأ پژوهشی موجود در ادبیات مداخلات مبتنی بر

امنیت روان‌شناختی را تا حدی پر می‌کند، بلکه شواهدی کاربردی برای متخصصان حوزه سلامت روان نوجوانان فراهم می‌آورد (Mbithi et al., 2023; Pradhan & Sahoo, 2023).

پژوهش حاضر نیز همانند سایر مطالعات تجربی با محدودیت‌هایی همراه بود. از جمله می‌توان به استفاده از نمونه در دسترس و محدود بودن پژوهش به نوجوانان پسر اشاره کرد که تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد. همچنین استفاده از ابزارهای خودگزارشی ممکن است تحت تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی قرار گرفته باشد. افزون بر این، فاصله زمانی پیگیری نسبتاً کوتاه بود و امکان بررسی پایداری بلندمدت اثرات مداخله فراهم نشد.

پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده این مداخله را در نمونه‌های بزرگ‌تر، متنوع‌تر و شامل دختران نوجوان نیز اجرا کنند. بررسی اثربخشی آموزش امنیت روان‌شناختی در بازه‌های پیگیری طولانی‌تر و مقایسه آن با سایر رویکردهای مداخله‌ای می‌تواند به غنای ادبیات پژوهشی کمک کند. همچنین استفاده از روش‌های کیفی یا ترکیبی برای بررسی تجربه زیسته نوجوانان از فرایند آموزش می‌تواند بینش‌های عمیق‌تری فراهم آورد.

یافته‌های این پژوهش می‌تواند مبنایی برای طراحی برنامه‌های پیشگیرانه در مدارس و مراکز مشاوره باشد. توصیه می‌شود مشاوران مدرسه و متخصصان سلامت روان از آموزش امنیت روان‌شناختی یکپارچه‌نگر به عنوان بخشی از برنامه‌های ارتقای سلامت روان نوجوانان استفاده کنند. همچنین ادغام این آموزش‌ها در برنامه‌های آموزشی رسمی می‌تواند به تقویت بهزیستی روان‌شناختی و کاهش آسیب‌پذیری نوجوانان در برابر فشارهای روانی کمک کند.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازين اخلاقی

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

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافع وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت‌کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Adolescence represents a critical developmental period characterized by rapid biological, cognitive, emotional, and social changes. During this stage, individuals face increasing demands related to identity formation, autonomy, peer relationships, and academic responsibilities, all of which can substantially influence psychological well-being. Contemporary research emphasizes that psychological well-being in adolescence is not merely the absence of psychopathology but a multidimensional construct reflecting positive functioning, personal growth, purpose in life, autonomy, and effective engagement with one's environment (Ryff & Singer, 1998; Zhang et al., 2024). Empirical evidence suggests that adolescents with higher levels of psychological well-being demonstrate greater emotional regulation, adaptive coping strategies, and resilience in the face of stressors (Matud et al., 2019; Wiium et al., 2023).

However, a growing body of literature indicates that many adolescents experience psychological insecurity, manifested as persistent feelings of threat, self-doubt, emotional instability, and fear of rejection. Psychological insecurity has been linked to a wide range of maladaptive outcomes, including anxiety, depressive symptoms, impaired self-concept, and risky behaviors (Feng et al., 2023; Ni et al., 2024). Family-related stressors such as interparental conflict and unstable relational environments further exacerbate emotional insecurity and undermine adolescents' sense of safety and trust (O'Hara et al., 2024). These findings underscore the importance of addressing psychological insecurity as a central risk factor in adolescent mental health.

Psychological security refers to an individual's subjective sense of emotional safety, acceptance, and freedom from perceived interpersonal or intrapersonal threat. Within developmental and organizational psychology, psychological security has been identified as a foundational condition for healthy emotional expression, identity exploration, and well-being (Edmondson & Lei, 2014). Recent population-based studies have demonstrated that psychological security plays a mediating and moderating role in the relationship between external life conditions and subjective well-being, suggesting that individuals with higher perceived security are better able to maintain well-being even under adverse circumstances (Cai et al., 2025).

In adolescence, psychological security is closely intertwined with self-acceptance, perceived social support, and trust in interpersonal relationships. Longitudinal and cross-sectional studies have shown that insecurity during early adolescence predicts emotional dysregulation, non-suicidal self-injury, and reduced psychological well-being over time (Ni et al., 2024; Zinn et al., 2020). Conversely, adolescents who perceive themselves as emotionally secure tend to report higher self-esteem, resilience, and positive self-concept (Martín Quintana et al., 2023).

In response to these concerns, various psychological interventions have been developed to enhance adolescent well-being, including emotion regulation training (Ahmadzadeh et al., 2022), mindfulness-based interventions (Bahraini et al., 2021), resilience skills training (Ebrahimi & Esmaeili, 2022), and cognitive-behavioral stress management programs (Ghadiri Bahram Abadi & Mikail Moni, 2015). While these interventions have demonstrated effectiveness, many focus on isolated psychological processes rather than addressing psychological security as a comprehensive, integrative construct.

To address this gap, integrative psychological security training programs have been proposed, emphasizing self-acceptance, interpersonal safety, meaning-making, social responsibility, and ethical commitment. Preliminary studies have suggested that such integrative approaches may yield broader and more sustainable improvements in adolescent psychological functioning (Fatahi Dolatabadi et al., 2023; Fattahi Dolat Abadi et al., 2023). Nevertheless, empirical evidence examining the effectiveness of integrative psychological

security training specifically on psychological well-being among adolescents with psychological insecurity remains limited.

Accordingly, the present study aimed to evaluate the effectiveness of integrative psychological security training on psychological well-being in male adolescents experiencing psychological insecurity.

Methods and Materials

This study employed a quasi-experimental design with pretest, posttest, and follow-up measurements, including an experimental group and a control group. The statistical population consisted of male adolescents aged 14 to 16 years enrolled in secondary schools in Isfahan. Using convenience sampling, 60 adolescents identified as experiencing psychological insecurity were selected and randomly assigned to either the experimental group or the control group.

The experimental group participated in an integrative psychological security training program consisting of eight 90-minute group sessions. The training program focused on enhancing self-acceptance, emotional safety, interpersonal trust, meaning and purpose in life, social responsibility, and adaptive coping skills. The control group was placed on a waiting list and did not receive any intervention during the study period.

Psychological well-being was assessed at three time points—pretest, posttest, and follow-up—using a standardized psychological well-being questionnaire. Data were analyzed using repeated-measures analysis of variance to examine within-group and between-group differences over time. Assumptions of normality, homogeneity of variances, and sphericity were tested prior to conducting the main analyses.

Findings

Descriptive statistics indicated that the experimental and control groups had comparable levels of psychological well-being at the pretest stage. Following the intervention, the experimental group demonstrated a substantial increase in mean psychological well-being scores at the posttest, whereas the control group showed minimal change.

Repeated-measures analysis of variance revealed a significant main effect of time on psychological well-being, indicating overall changes across measurement occasions. A significant main effect of group was also observed, reflecting differences between the experimental and control groups. Importantly, the time $\times$ group interaction effect was statistically significant, demonstrating that changes in psychological well-being over time differed significantly between the two groups.

Post hoc comparisons using Bonferroni adjustment indicated that the experimental group showed a significant increase in psychological well-being from pretest to posttest, as well as from pretest to follow-up. Although a slight decline in well-being scores was observed between posttest and follow-up, the follow-up scores remained significantly higher than baseline levels. In contrast, no significant differences were observed across time points in the control group.

Effect size estimates suggested that a substantial proportion of variance in psychological well-being was attributable to the intervention, and statistical power values indicated a high likelihood of detecting true effects. These findings provide strong empirical support for the effectiveness of integrative psychological security training in enhancing psychological well-being among male adolescents with psychological insecurity.

Discussion and Conclusion

The findings of the present study demonstrate that integrative psychological security training is an effective intervention for improving psychological well-being in male adolescents experiencing psychological insecurity. The significant improvements observed in the experimental group across posttest and follow-up assessments indicate that the intervention not only produced immediate benefits but also contributed to relatively stable changes over time.

These results suggest that addressing psychological security as a multidimensional construct may offer advantages over interventions that target isolated psychological processes. By simultaneously focusing on self-

acceptance, emotional safety, interpersonal relationships, meaning-making, and social competence, integrative psychological security training appears to create a supportive framework that facilitates broader psychological growth and well-being.

The persistence of intervention effects at follow-up further indicates that adolescents were able to internalize and apply the skills acquired during training in their daily lives. This finding is particularly important given the developmental challenges of adolescence and the heightened vulnerability to psychological distress during this period.

From a practical perspective, the results highlight the potential value of incorporating integrative psychological security training into school-based mental health programs and counseling services. Such interventions may serve as effective preventive and promotive strategies, reducing psychological vulnerability and fostering adaptive functioning among adolescents.

In conclusion, integrative psychological security training represents a promising and evidence-based approach for enhancing psychological well-being in adolescents with psychological insecurity. Future research may further explore its long-term effectiveness, applicability to diverse populations, and integration with other mental health promotion initiatives.

فهرست منابع

References

- Ahmadzadeh, T., Sharifi, T., Ahmadi, R., & Ghodnifari, A. (2022). The effectiveness of emotion regulation training on communication skills, social adjustment, and emotional well-being of adolescent girls in Gachsaran with a two-month follow-up. *Ruyesh Psychology*, 11(1), 154-143. https://frooyesh.ir/browse.php?a_id=3263&slc_lang=en&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1
- Bahraini, Z., Rahai, F., & Nikmanesh, Z. (2021). The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on psychological well-being and positive and negative emotions in adolescent girls with body dysmorphic disorder. *Journal of Rehabilitation Research in Nursing*, 8(2), 64-79. <https://ijrn.ir/article-1-685-fa.html>
- Baramkeh, Z., Fadavi, M. S., & Yousefi, Z. (2024). Developing a successful intelligence training package aimed at reducing high-risk behaviors in adolescents. *Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 2(4), 101-114. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.2.4.11>
- Cai, H., Liu, H., & Gao, Y. (2025). New evidence on the relationship between income and subjective well-being: the mediating and moderating roles of psychological security. *BMC public health*, 25(1), 1148. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22286-2>
- Ebrahimi, S., & Esmaeili, M. (2022). The effectiveness of training resilience skills on psychological well-being and resilience of adolescents. *Scientific-Research Journal of Educational Studies*, 11(4), 439-417. https://pma.cfu.ac.ir/article_2722.html
- Edmondson, A. C., & Lei, Z. (2014). Psychological Safety: The History, Renaissance, and Future of an Interpersonal Construct. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1(1), 23-43. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-031413-091305>
- Esmaeili, L., Abadi Mohammad, R., Najafi Mohammad, R., Aqae, A., & Esmaeili, M. (2014). The effectiveness of cognitive-behavioral intervention for emotion regulation on psychological well-being of adolescent girls with epilepsy. *Behavioral Sciences Research*, 12(2), 194-204. <https://rbs.mui.ac.ir/article-1-372-fa.html>
- Esmaeili Pour, M., Yousofi, Z., & Farahadi, H. (2025). Development of a life hope package based on acceptance and commitment for adolescents exhibiting risky behavior. *Journal of Experimental and Cognitive Psychology*, 1-16. <https://quarterlyecp.com/index.php/ecp/article/view/270>
- Fatahi Dolatabadi, A., Atashpour, S. H., & Golparvar, M. (2023). Compilation of psychological security training package for teenagers with mental insecurity. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, 4(6), 161-168. <https://doi.org/10.61838/kman.jayps.4.6.16>
- Fattahi Dolat Abadi, A., Atashpour, S. H., & Golparvar, M. (2023). *Development of an integrated psychological security training package and comparison of its effectiveness with mindfulness-based adolescent training on psychological well-being, altruism, social adjustment, and self-compassion in adolescent boys* Islamic Azad University, Khorasgan Branch, Isfahan, Iran]. https://ethics.atu.ac.ir/article_17714.html

- Feng, J., Chen, J., Jia, L., & Liu, G. (2023). Peer victimization and adolescent problematic social media use: The mediating role of psychological insecurity and the moderating role of family support. *Addictive behaviors*, 144. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107721>
- Ghadiri Bahram Abadi, F., & Mikail Moni, F. (2015). The effectiveness of cognitive-behavioral stress management training on psychological well-being and school satisfaction in adolescent girls. *Armaghan Danesh*, 20(5), 433-443. <https://armaghanj.yums.ac.ir/article-1-946-fa.html>
- Jouzi, P., Ranjabari, M., Moradi, A., & Zarei, F. (2015). Comparison of positive affect, creativity, and psychological well-being in adolescence and middle age. *Psychology of Aging*, 1(3), 187-199. https://jap.razi.ac.ir/article_331.html
- Khani, M., Shahidi, S., Fattahabadi, J., & Mazaheri, M. A. (2014). Factor structure and psychometric properties of the short form (18-item) of the Ryff Psychological Well-Being Scale in male and female students. *Journal of Educational Psychology*, 8(32). <https://sid.ir/paper/518959/fa>
- Martín Quintana, J. C., Alemán Ramos, P. F., & Morales Almeida, P. (2023). The influence of perceived security in childhood on adult self-concept: The mediating role of resilience and self-esteem. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 11(17), 2435. <https://doi.org/10.3390/healthcare11172435>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. *International journal of environmental research and public health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- Mbithi, G., Mabrouk, A., Sarki, A., Odhiambo, R., Namuguzi, M., Dzombo, J. T., Atukwatse, J., Kabue, M., Mwangi, P., & Abubakar, A. (2023). Mental health and psychological well-being of Kenyan adolescents from Nairobi and the Coast regions in the context of COVID-19. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 17(1), 63. <https://doi.org/10.1186/s13034-023-00613-y>
- Mirzakhahloo, H., Yousofi, Z., & Manshi Gholam, R. (2024). Development of a responsibility improvement package for adolescents. *Psychological Dynamics in Mood Disorders*, 3(1), 74-85. <https://doi.org/10.61838/kman.pdmd.3.1.7>
- Mojoudi, M., Yousefi, Z., & Torkan, H. (2018). Prediction of adolescent depression based on adolescent stress, resilience, attachment styles, and family relationships in only-child and multiple-child groups. *Behavioral Sciences Research*, 16(2), 221-228. <https://maherpub.com/pdmd/article/view/123>
- Ni, X., Liang, Q., Liao, X., Wang, H., & Yu, C. (2024). How does emotional insecurity affect non-suicidal self-injury among Chinese early adolescents: a longitudinal study. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 18(1), 148. <https://doi.org/10.1186/s13034-024-00839-4>
- O'Hara, K. L., Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2024). Interparental conflict and adolescent emotional security across family structures. *Family Process*, 63(1), 265-283. <https://doi.org/10.1111/famp.12872>
- Pollina-Pallet, M., Artigues-Barbera, E., Tort-Nazare, G., Sol, J., Azlor, L., Nazare, Q., & Ortega-Bravo, M. (2021). Self-perception and self-acceptance are related to unhealthy weight control behaviors in Catalan adolescents: a cross-sectional study. *International journal of environmental research and public health*, 18(9), 4976. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094976>
- Pradhan, B., & Sahoo, M. (2023). Psychotherapies for the youth: Evolution, progress, and on way to eclecticism. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 19(1), 95-103. <https://doi.org/10.1177/09731342231179033>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). Resilience in adulthood and later life: Defining features and dynamic processes. In *Loran (Ed)*. <https://psycnet.apa.org/record/1998-08114-003>
- Sefidi, F., & Farzad, V. (2012). Validation of the Ryff Psychological Well-Being Scale in students of Qazvin University of Medical Sciences (2009). *Scientific Journal of Qazvin University of Medical Sciences*, 16(1), 65-71. <https://sid.ir/paper/392328/fa>
- Wiium, N., Ferrer-Wreder, L., Lansford, J. E., & Jensen, L. A. (2023). Editorial: Positive youth development, mental health, and psychological well-being in diverse youth. *Frontiers in psychology*, 14, 1152175. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1152175>
- Williams, R., Andreassi, S., Moselli, M., Fantini, F., Tanzilli, A., Linguardi, V., & Laghi, F. (2023). Relationship between executive functions, social cognition, and attachment state of mind in adolescence: An explorative study. *International journal of environmental research and public health*, 20(4), 2836. <https://doi.org/10.3390/ijerph20042836>
- Yousefi, Z., Abedi, M., Baghban, I., Eatemadi, O., & Abedi, A. (2011). Personal and situational variables, and career concerns: Predicting career adaptability in young adults. *The Spanish journal of psychology*, 14(1), 263-271. https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n1.23
- Zhang, W., Balloo, K., Hosein, A., & Medland, E. (2024). A scoping review of well-being measures: conceptualisation and scales for overall well-being. *BMC psychology*, 12(1), 585. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02074-0>

Zinn, M. E., Huntley, E. D., & Keating, D. P. (2020). Resilience in adolescence: Prospective Self moderates the association of early life adversity with externalizing problems. *Journal of adolescence*, 81, 61-72.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.04.004>