

Predicting Harmful Behavioral Patterns Based on Positive Psychological States in Male Students

Saeed Yousefi

Article Info	Abstract
Article type: Science Article Received: 2025/10/24 Accepted: 2025/11/29	Due to extensive changes and high structural vulnerability, adolescence is a time of behavioral disorders (including internalized and externalized) that have adverse effects on students' academic and social performance. The present study aimed to predict behavioral disorders in male high school students based on the components of positive psychological states (based on the positive psychology approach) in order to explain the role of these components as protective factors. This study is applied in terms of purpose and descriptive in terms of methodology. The statistical population included all male high school students in Mashhad District 2 in the academic year 1403-1404 (about 2500 people), of whom 320 were selected using convenience sampling. The research tools included the Positive Psychological States Questionnaire (Rajaei et al, 2012) and the Achenbach Child Behavior Inventory (1991). The data were analyzed using Pearson's correlation coefficient and multiple regression analysis in a simultaneous manner. The results of Pearson's correlation coefficient showed that behavioral problems have an inverse and significant correlation with all components of positive psychological states (trust in God, conscientiousness, life satisfaction, positive mood and happiness, sociability and appreciation). The results of multiple regression analysis showed that among the positive psychological components, only the variables of conscientiousness, appreciation, and sociability have a significant and negative contribution in predicting students' behavioral disorders. The highest predictive power belonged to conscientiousness, sociability, and gratitude, respectively. The results confirm that positive psychological states, especially the components related to behavioral self-regulation (conscientiousness), interpersonal skills (sociability), and cognitive reorganization (appreciation), act as a defensive shield and buffer against the occurrence of behavioral problems. These components reduce the inherent vulnerability of adolescents by strengthening the brain's executive functions, creating strong social support networks, and shifting attention from deficiencies to assets. It is suggested that targeted educational interventions in schools be designed and implemented to strengthen these positive components in order to effectively reduce the incidence of risky behaviors..
Keywords	Positive Psychological States, Behavioral Disorders, Conscientiousness, Sociability, Behavioral Problems

Publisher: Shiraz University

Corresponding Author: Saeed Yousefi

Email: saeedyousefi1994@ut.ac.ir

1. PhD Student in Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Tehran, Tehran, Iran (Corresponding Author). **DOI:** 10.22099/EBD.2026.8663

Extended Abstract

Introduction

Adolescence is a sensitive and decisive stage of human development during which significant biological, cognitive, social, and emotional changes occur. Due to its structural vulnerability, this period provides a fertile ground for the emergence of behavioral disorders, including internalizing problems (such as anxiety, depression, and social withdrawal) and externalizing problems (such as aggression, rule-breaking, and antisocial behaviors). National and international studies indicate that a considerable proportion of adolescents struggle with behavioral problems, which in turn lead to consequences such as academic decline, weakened social relationships, difficulties in adaptation, and increased engagement in risky behaviors.

In recent years, the positive psychology approach has attempted to shift attention from deficits and problems toward individuals' internal strengths—such as positive emotions, optimism, conscientiousness, gratitude, and social skills—which can act as protective shields against behavioral difficulties. Evidence suggests that enhancing positive psychological states in adolescents can significantly increase resilience, emotion regulation, social competence, and reduce behavioral problems. Despite the significance of this topic, very few studies in Iran have investigated the predictive role of positive psychological states in adolescents' behavioral disorders.

Accordingly, the present study aims to determine whether components of positive psychological states can predict harmful behavioral patterns among male high school students and to identify which components play the most protective role against maladaptive and risk-taking behaviors.

Methodology

This study is applied in nature and uses a descriptive–correlational methodology. The target population comprised all male secondary-school students (grades 10–12) in District 2 of Mashhad during the 2023–2024 academic year, estimated at approximately 2,500 individuals. Based on Morgan's table, a sample size of 320 students was selected using convenience sampling. To ensure

socioeconomic diversity, three schools—one advantaged, one semi-advantaged, and one disadvantaged—were included, and questionnaires were completed online.

The research instruments included the Positive Psychological States Questionnaire (Rajaei et al., 2012), consisting of 15 components, and the Achenbach Child Behavior Checklist (CBCL) (Achenbach, 1991), which measures behavioral problems. Data analysis first involved descriptive statistics (mean, standard deviation) and subsequently inferential statistics including Pearson correlation and multiple regression analysis. All regression assumptions—normality, multicollinearity, and independence of errors—were checked and confirmed.

In this study, the total score of behavioral problems was entered into the analyses, and subcomponents were not separated in order to examine the overall predictive power. The reliability of the instruments was satisfactory: Cronbach's alpha for the positive psychological states questionnaire was 0.85, and for the CBCL it was 0.88. Overall, the methodology enabled an accurate examination of the relationship between positive psychological states and behavioral problems.

Findings

The findings showed that all components of positive psychological states—including trust in God, conscientiousness, life satisfaction, positive mood, gratitude, and sociability—had significant negative correlations with behavioral problems. In other words, higher levels of these positive states were associated with lower levels of problematic behaviors.

The regression analysis indicated that three variables—**conscientiousness, sociability, and gratitude**—were significant predictors of students' behavioral problems. Conscientiousness had the strongest predictive power, indicating that students with higher self-regulation, planning skills, and responsibility engage less frequently in impulsive or antisocial behaviors.

Sociability ranked next in predictive strength. Sociability is associated with skills such as empathy, constructive communication, and the formation of supportive social networks—factors that significantly reduce behavioral difficulties.

Gratitude also meaningfully predicted behavioral problems; by shifting attention from deficiencies to strengths, it contributes to cognitive emotion regulation and reduced rumination, which in turn lowers maladaptive behaviors.

Conversely, trust in God, life satisfaction, and positive mood, despite their negative correlations with behavioral problems, did not significantly predict behaviors in the regression model.

Discussion and Conclusion

The findings confirm that positive psychological states serve as important protective factors in reducing harmful behaviors during adolescence. Conscientiousness strengthens executive functions—such as response inhibition, planning, and sustained attention—enabling adolescents to regulate impulsive reactions. Sociability fosters belongingness, supportive peer relationships, and empathy, reducing adolescents' emotional and social vulnerability. Gratitude, through cognitive reappraisal, lowers stress, anxiety, and negative emotions by shifting attention toward positive aspects of life.

These results align with the "vulnerability–stress model," suggesting that stronger

cognitive–emotional protective factors reduce the impact of external stressors on maladaptive behavioral outcomes.

Schools can play a vital role in enhancing positive psychological components. Programs that teach social skills, gratitude exercises, executive functioning strategies, and positive psychological interventions can effectively reduce behavioral difficulties.

Despite the valuable contributions of this study, limitations remain—such as the all-male sample, the single geographic setting, and the correlational design that does not confirm causality. Future studies should implement experimental or longitudinal designs, include more diverse samples, and evaluate the long-term effects of positive psychological interventions.

Overall, strengthening positive psychological states can serve as an effective preventive approach for reducing risky behaviors and promoting adolescents' mental health.

Keywords

Positive psychological states, behavioral disorders, conscientiousness, sociability, behavioral problems



پیش‌بینی الگوهای رفتاری آسیب‌زا بر مبنای حالات روان‌شناختی مثبت در دانش‌آموزان

پسر

سعید یوسفی^۱ ID

چکیده	اطلاعات مقاله
دوره نوجوانی به دلیل تحولات گسترده و آسیب‌پذیری ساختاری بالا، زمینه‌ساز بروز اختلالات رفتاری (شامل درونی‌سازی شده و برونی‌سازی شده) است که تأثیرات نامطلوبی بر عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان می‌گذارد. این پژوهش باهدف پیش‌بینی اختلال‌های رفتاری در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم بر اساس مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت (بر اساس رویکرد روان‌شناسی مثبت نگر) انجام گرفت تا نقش این مؤلفه‌ها به‌عنوان عوامل محافظتی تبیین شود. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم ناحیه ۲ مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ (حدود ۲۵۰۰ نفر) بود که از میان آن‌ها ۳۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسش‌نامه حالات روان‌شناختی مثبت (Rajaei et al, 2012) و سیاهه رفتاری کودک Achenbach (۱۹۹۱) بود. داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه هم‌زمان مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که مشکلات رفتاری باتمام مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت (توکل به خدا، وظیفه‌شناسی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمانی، اجتماعی بودن و قدردانی کردن) دارای همبستگی معکوس و معنادار است. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که از میان مؤلفه‌های روان‌شناختی مثبت، تنها متغیرهای وظیفه‌شناسی، قدردانی کردن، اجتماعی بودن دارای سهم معنادار و منفی در پیش‌بینی اختلال‌های رفتاری دانش‌آموزان هستند. بالاترین قدرت پیش‌بینی به ترتیب متعلق به وظیفه‌شناسی، اجتماعی بودن و قدردانی کردن بود. نتایج تأیید می‌کنند که حالات روان‌شناختی مثبت، به‌ویژه مؤلفه‌های مربوط به خودتنظیمی رفتاری (وظیفه‌شناسی)، مهارت‌های بین فردی (اجتماعی بودن) و باز تنظیم شناختی (قدردانی کردن)، به‌عنوان سپر دفاعی و بافر در برابر بروز مشکلات رفتاری عمل می‌کنند. این مؤلفه‌ها با تقویت عملکردهای اجرایی مغز، ایجاد شبکه‌های حمایت اجتماعی قوی و تغییر توجه از نقصان‌ها به داشته‌ها، آسیب‌پذیری ذاتی نوجوانان را کاهش می‌دهند. پیشنهاد می‌شود مداخلات آموزشی هدفمند در مدارس جهت تقویت این مؤلفه‌های مثبت طراحی و اجرا شود تا بروز رفتارهای پرخطر به‌طور مؤثری کاهش یابد.	نوع مقاله: مقاله علمی تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۸/۰۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۰۸
حالات روان‌شناختی مثبت، اختلال‌های رفتاری، وظیفه‌شناسی، اجتماعی بودن، مشکلات رفتاری	کلیدواژه‌ها

ناشر: دانشگاه شیراز

ایمیل: saeedyousefi1994@ut.ac.ir

* نویسنده مسئول: سعید یوسفی

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنایی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه تهران، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

DOI: 10.22099/EBD.2026.8663

مقدمه

دوره نوجوانی نه یک توقف بلکه یک نقطه عطف رشدی است که به دلیل سرعت و گستردگی تحولات چندجانبه، در زمره حساس‌ترین مراحل عمر قرار می‌گیرد (Mastroji et al, 2024). این مقطع، نوجوان را با فشارهای روان‌شناختی شدید درونی و بیرونی مواجه می‌سازد (Zoe & Shak, 2020) چراکه هماهنگ‌سازی دگرگونی‌های اساسی در ابعاد جسمی، شناختی و روانی-اجتماعی (Rajboyona, 2022)؛ فرآیندی پیچیده است. در این دوره، فرد فعالانه در حال شکل‌دهی به ساختار هویتی خود است و تلاش می‌کند با پایه‌ریزی نظام ارزشی و فکری تازه، به یک استقلال و انسجام هویتی دست یابد (Abitov et al, 2019). باوجود این اهمیت، نوجوانی به دلیل آسیب‌پذیری ساختاری بالا، زمینه‌ای مناسب برای بروز مشکلات سلامت روان و اختلالات رفتاری فراهم می‌کند (Shari'i, 2022). علت اصلی این شکنندگی، نارس بودن نسبی فرآیندهای عالی مغز، به‌ویژه در حوزه کنترل شناختی و تنظیم هیجان است (Donati et al, 2021)؛ این ضعف، به‌طور مستقیم به افزایش رفتارهای هیجان‌طلبان و مخاطره‌آمیز دامن می‌زند (Beers et al, 2021)؛ درنتیجه، نه‌تنها شیوع اختلالات روانی در این سنین بالاست بلکه اختلال‌های رفتاری و سلوک نیز به شکلی بارز خود را نشان می‌دهند (Leib et al, 2024; Sacco et al, 2021).

اختلال‌های رفتاری به مجموعه‌ای از الگوهای پایدار هیجانی و رفتاری گفته می‌شود که با انتظارات متناسب با سن، فرهنگ و زمینه اجتماعی فرد، به‌ویژه در موقعیت‌های ساختاریافته مانند مدرسه، تفاوتی معنادار دارند (Lu et al, 2018). این تفاوت‌ها معمولاً به بروز مشکلات قابل توجه در سازگاری اجتماعی و فرصت‌های یادگیری منجر می‌شوند و می‌توانند روند رشد تحصیلی و شخصی فرد را با اختلال مواجه سازند. اختلال‌های رفتاری ازجمله شایع‌ترین مشکلات دوران نوجوانی به‌شمار می‌روند (Lee et al, 2022) و پیامدهایی نامطلوب بر عملکرد تحصیلی، کیفیت روابط اجتماعی، سازگاری فردی و نظم محیط یادگیری برجای می‌گذارند (Mitchell et al, 2019). نتایج پژوهش‌های گوناگون نشان می‌دهد که شیوع این اختلال‌ها در میان کودکان و نوجوانان، به‌ویژه در کشورهای درحال توسعه، قابل توجه بوده و در حدود ۱۲ تا ۲۹ درصد گزارش شده است (Coy et al, 2021; Philip et al, 2018).

این مشکلات را می‌توان به‌طور عمده در دودسته کلی طبقه‌بندی کرد: مشکلات درونی سازی شده (مانند گوشه‌گیری، اضطراب و افسردگی) که از هیجانات فرد نشست می‌گیرند و مشکلات برونی‌سازی شده (مانند پرخاشگری، کج‌خلقی و رفتارهای ضداجتماعی) که بیشتر تحت تأثیر عوامل محیطی قرار دارند (Raimondo et al, 2024). عوامل متعددی در بروز این اختلالات نقش دارند؛ ازجمله مهم‌ترین آن‌ها می‌توان به مسائل اقتصادی و فقر (Hosokawa and Katsura, 2018)؛ عملکرد نامطلوب خانواده (Liu et al, 2021)؛ ضعف در روابط بین فردی (Trach et al, 2018) و سبک‌های نامناسب فرزند پروری (مانند روش‌های استبدادی یا فقدان محبت کافی) اشاره کرد (Leon-del-Barco et al, 2019). شیوع بالای این اختلالات که نمونه‌های رایج آن شامل اختلال نقص توجه-بیش‌فعالی، اختلال سلوک و اختلال نافرمانی مقابله‌ای است (Chan et al, 2008)؛ پیامدهایی بسیار سنگین برای نوجوانان به دنبال دارد. مهم‌ترین این پیامدها، از دست دادن فرصت‌های آموزشی و تربیتی به دلیل مواردی مانند تعلیق یا اخراج از مدرسه است (Rios et al, 2018) که صدمات فردی و اجتماعی گسترده‌ای را در پی خواهد داشت.

در سال‌های اخیر و در پاسخ به ضرورت پیشگیری و کاهش اختلال‌های رفتاری در دوره نوجوانی، توجه پژوهشگران به‌جای تمرکز صرف بر عوامل خطر، به‌سوی شناسایی و تقویت عوامل محافظتی معطوف شده است. در این میان، حالات و مؤلفه‌های روان‌شناختی مثبت به‌عنوان یکی از مهم‌ترین و اثرگذارترین عوامل حمایت‌کننده شناخته شده‌اند (Van Zyl et al., 2024). روان‌شناسی مثبت نگر که نخستین بار در دهه ۱۹۹۰ توسط سلینگمن مطرح شد، رویکردی نظام‌مند و مبتنی بر شواهد است که

هدف آن، پرورش و تقویت احساسات، باورها و رفتارهای مثبت و درنهایت، ارتقای بهزیستی روان‌شناختی افراد است (Hendricks et al, 2021; Carr et al. 2021). این رویکرد اکنون به‌عنوان یکی از رویکردهای کلیدی و کاربردی در پیشگیری و مداخله در حوزه آسیب‌های روان‌شناختی و مشکلات رفتاری شناخته می‌شود (Trom and Brook, 2022; Duncan et al. 2021). روان‌شناسی مثبت نگر بر این پیش‌فرض استوار است که تمرکز صرف بر کاهش نشانه‌ها و اختلال‌ها کافی نیست بلکه رشد و تقویت ظرفیت‌های مثبت درونی همچون امید، خوش‌بینی، هیجانات سازنده و معنا جویی می‌تواند به‌طور مستقیم به افزایش رفتارهای سازگاران، عملکرد تحصیلی مطلوب و روابط اجتماعی سالم منجر شود (Allen et al. 2021)؛ در حوزه آموزش و محیط‌های مدرسه‌ای، این رویکرد جایگاهی ویژه دارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که پرورش مؤلفه‌های مثبت روان‌شناختی در دانش‌آموزان می‌تواند حس تعلق به مدرسه، عزت‌نفس، تاب‌آوری، انگیزش درونی و کیفیت تعاملات اجتماعی آنان را به شکل چشمگیری ارتقا دهد (Allen et al. 2021). ازاین‌رو، روان‌شناسی مثبت نه‌تنها ابزاری برای مقابله با مشکلات رفتاری به‌شمار می‌رود بلکه می‌تواند به‌عنوان بستری برای رشد همه‌جانبه و شکوفایی توانمندی‌های نوجوانان مورد استفاده قرار گیرد. پژوهش‌هایی متعدد نقش حالات روان‌شناختی مثبت را در درک و تبیین رفتارهای سازگاران در محیط‌های آموزشی تأیید کرده‌اند. به‌عنوان نمونه، Al-Jarf (۲۰۲۲) نشان داد که رابطه‌ای معنادار میان هیجانات مثبت، احساس ارزشمندی و خودکارآمدی و کاهش رفتارهای پرخطرانه و افزایش کنترل هیجانی در دانش‌آموزان وجود دارد. هم‌چنین، Tejada-Gallardo et al (۲۰۲۰). گزارش کردند که مؤلفه‌های مثبت‌نگر مانند شکرگزاری و خوش‌بینی با بهزیستی روانی بالاتر و کاهش شاخص‌های پریشانی رفتاری نظیر اضطراب، افسردگی، انزوا و ناسازگاری اجتماعی در محیط مدرسه مرتبط‌اند. افزون بر این، یافته‌های پژوهش Lee (۲۰۲۰) حاکی از آن است که حالات روان‌شناختی مثبت، از طریق افزایش هوش هیجانی و مهارت‌های تنظیم هیجان، رابطه‌ای مستقیم با کاهش بروز رفتارهای مقابله‌ای، تکانشی و نافرمانی در دانش‌آموزان دارای اختلالات هیجانی - رفتاری دارد. به‌بیان‌دیگر، سنجش و تبیین نگرش‌های مثبت و توانمندسازی روانی در این گروه از دانش‌آموزان، می‌تواند به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده‌ای برای سطح سلامت روان و الگوی رفتار اجتماعی آنان عمل کند.

جامعه نوجوانان ایرانی، امروز نه در آستانه بلکه در متن یک بحران گسترده رفتاری و روانی قرار دارد. این قشر حیاتی از جامعه، در نتیجه تلاقی بی‌سابقه فشارهای رشدی، اجتماعی و اقتصادی، با افزایش نگران‌کننده اختلالات رفتاری و مخاطرات اجتماعی روبه‌روست. تداوم این روند، نه‌تنها سلامت روان نسل آینده را تهدید می‌کند بلکه می‌تواند ثبات اجتماعی و امنیت ملی را نیز با مخاطره جدی مواجه سازد. شواهد علمی نشان می‌دهد که حالات روان‌شناختی مثبت می‌توانند به‌مثابه یک سپر دفاعی فرهنگی و روانی عمل کرده و نوجوانان را در برابر بروز و تشدید مشکلات رفتاری محافظت کنند (Seligman & Adler, 2021; Carr et al., 2021). باین‌حال، ادبیات علمی داخلی در زمینه سنجش، مدل‌سازی و تبیین نقش پیش‌بین حالات روان‌شناختی مثبت در درک و مقابله با آسیب‌های رفتاری دانش‌آموزان ایرانی با یک خلأ پژوهشی جدی و اساسی روبه‌روست. به‌طور خاص، مطالعات همبستگی و پیش‌بینی کننده که تلاش کنند تا مدل بروز الگوهای رفتاری آسیب‌زا را بر مبنای حالات روان‌شناختی مثبت تبیین کنند، محدود و انگشت‌شمار هستند. پر کردن این شکاف، دیگر یک انتخاب علمی یا دانشگاهی نیست، بلکه ضرورتی ملی به‌شمار می‌آید. لذا، این پژوهش باهدف پیش‌بینی الگوهای رفتاری آسیب‌زا (درونی‌سازی شده و برونی‌سازی شده) بر اساس مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت در دانش‌آموزان پسر انجام شده است.

جامعه نوجوانان ایرانی، امروز نه در آستانه بلکه در متن یک بحران گسترده رفتاری و روانی قرار دارد. این قشر حیاتی از جامعه، در نتیجه تلاقی بی‌سابقه فشارهای رشدی، اجتماعی و اقتصادی، با افزایش نگران‌کننده اختلالات رفتاری و مخاطرات اجتماعی روبه‌روست (Sarraf et al., 2018). تداوم این روند، نه‌تنها سلامت روان نسل آینده را تهدید می‌کند بلکه می‌تواند ثبات

اجتماعی و امنیت ملی را نیز با مخاطره جدی مواجه سازد. در رویارویی با چنین چالشی، تکیه صرف بر الگوهای روان‌شناختی وارداتی که با بافت فرهنگی، اجتماعی و ارزشی جامعه ایرانی همخوانی ندارند، راه‌حلی ناکارآمد خواهد بود. شواهد علمی نشان می‌دهد که حالات روان‌شناختی مثبت می‌توانند به‌مثابه یک سپر دفاعی فرهنگی و روانی عمل کرده و نوجوانان را در برابر بروز و تشدید مشکلات رفتاری محافظت کنند. با این حال، ادبیات علمی داخلی در زمینه شناخت عمیق، سنجش بومی و تبیین نقش پیش‌بینی‌شده حالات روان‌شناختی مثبت در مقابله با آسیب‌های رفتاری، با یک خلأ پژوهشی جدی و اساسی روبه‌روست. پر کردن این شکاف، دیگر یک انتخاب علمی یا دانشگاهی نیست، بلکه ضرورتی ملی به‌شمار می‌آید. لذا این پژوهش باهدف پیش‌بینی اختلال‌های رفتاری بر اساس مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت انجام‌شده است.

روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش‌شناسی، توصیفی از نوع همبستگی است. هدف اصلی آن بررسی و پیش‌بینی مشکلات رفتاری بر اساس متغیرهای مثبت روان‌شناختی در محیط آموزشی بود. نتایج این مطالعه می‌تواند به مسئولان و متخصصان آموزشی کمک کند تا برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات هدفمندتری برای ارتقای سلامت روان و بهبود سازگاری رفتاری دانش‌آموزان طراحی کنند.

جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه دوم ناحیه ۲ آموزش و پرورش مشهد در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که بر اساس گزارش رسمی اداره آموزش و پرورش، حدود ۲۵۰۰ نفر برآورد شده است. حجم نمونه با استفاده از جدول مورگان ۳۲۰ نفر تعیین شد. به دلیل عدم امکان دسترسی کامل به کل جامعه، روش نمونه‌گیری به‌صورت در دسترس انجام شد. برای افزایش تنوع اجتماعی - اقتصادی نمونه، ناحیه آموزشی به سه منطقه برخوردار، نیمه برخوردار و کم‌برخوردار تقسیم شد و از هر منطقه یک مدرسه به‌صورت در دسترس انتخاب شد. پس از دریافت مجوزهای لازم، لینک پرسش‌نامه در گروه‌های کلاسی نرم‌افزار شاد قرار داده شد و دانش‌آموزان با رضایت خود پرسش‌نامه را به‌صورت آنلاین تکمیل کردند. در این پژوهش، برای تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی (میانگین، انحراف معیار و فراوانی‌ها) و آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. در تحلیل مربوط به مشکلات رفتاری، تنها نمره کل اختلال رفتاری در نظر گرفته شد و مؤلفه‌های جداگانه این متغیر وارد تحلیل نشدند. این تصمیم بر اساس هدف پژوهش، یعنی بررسی پیش‌بینی‌پذیری کلیت مشکلات رفتاری بر پایه حالات روان‌شناختی مثبت، اتخاذ شد.

پرسش‌نامه حالات روان‌شناختی مثبت: Rajaee et al (۲۰۱۲) تدوین شده است. این ابزار شامل ۹۶ گویه است که در مجموع ۱۵ حالت روان‌شناختی مثبت را موردسنجش قرار می‌دهد. نحوه نمره‌گذاری پرسش‌نامه بر اساس مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۱ تا ۵ تنظیم شده است؛ به‌گونه‌ای که گزینه «کاملاً مخالفم» نمره ۱ و گزینه «کاملاً موافقم» نمره ۵ را دریافت می‌کند. برخی از گویه‌ها به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. روایی (اعتبار) این پرسش‌نامه توسط جمعی از اساتید و متخصصان حوزه روان‌شناسی مثبت‌گرا موردبررسی و تأیید قرار گرفته است. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS انجام گرفت و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۵ به دست آمد که بیانگر پایایی مطلوب و قابل قبول ابزار است. پرسش‌نامه سیاهه رفتاری کودک: (CBCL) در این پژوهش برای ارزیابی مشکلات رفتاری نوجوانان از سیاهه رفتاری کودک (CBCL) استفاده شد. این ابزار برای گروه سنی ۶ تا ۱۸ سال طراحی شده و نخستین بار توسط Achenbach (۱۹۹۱) باهدف سنجش الگوهای رفتاری و هیجانی کودکان تدوین شده است. تکمیل این سیاهه معمولاً توسط والدین یا افرادی انجام می‌شود

که مسئولیت مراقبت و سرپرستی کودک را بر عهده‌دارند و او را در محیط‌های خانوادگی یا شبه خانوادگی به‌خوبی می‌شناسند. پاسخ‌دهندگان باید بر اساس رفتار کودک در شش ماه گذشته به سؤالات پاسخ دهند. این ابزار شامل سه بخش اصلی است: اطلاعات جمعیت شناختی، مقیاس‌های مربوط به شایستگی و کنش‌وری سازشی و مقیاس‌های مبتنی بر تجربه و DSM نحوه امتیازدهی بر اساس یک طیف سه‌گزینه‌ای است که به‌صورت ۰ = نادرست، ۱ = تا حدی درست یا گاهی صادق و ۲ = کاملاً درست یا اغلب صادق، نمره‌گذاری می‌شود. در این پژوهش از بخش مبتنی بر تجربه سیاهه استفاده شد که شامل هشت خرده مقیاس در سه حیطه است: مشکلات درونی سازی شامل اضطراب/افسردگی، گوشه‌گیری/انزوا و شکایت‌های جسمانی؛ مشکلات کلی شامل مسائل توجهی، فکری و اجتماعی؛ و مشکلات برونی سازی شامل قانون‌شکنی و رفتار پرخاشگرانه. سیاهه رفتاری آخنباخ از معتبرترین ابزارهای بین‌المللی در حوزه سنجش مشکلات رفتاری کودکان به‌شمار می‌آید. ضرایب پایایی این ابزار در مطالعات گوناگون بسیار مطلوب گزارش شده است؛ به‌گونه‌ای که Achenbach & Reskoller (۲۰۰۷) به نقل از Hosseinzadeh Maleki et al (۲۰۱۳)، ضرایب کلی اعتبار را بین ۰/۹۴ تا ۰/۹۷ اعلام کرده‌اند. هم‌چنین، ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های سندرمی در پژوهش‌های داخلی بین ۰/۶۷ - ۰/۸۸ گزارش شده است (Khairieh, Shairi & Rasoulzadeh, 2009). در این پژوهش نیز میزان آلفای کرونباخ برای کل سیاهه برابر با ۰/۸۸۵ و پایایی باز آزمایی آن ۰/۹۳۰ به دست آمد که نشان‌دهنده انسجام درونی و ثبات زمانی مطلوب ابزار است.

ویژگی‌های جمعیت شناختی

میانگین سنی دانش‌آموزان مشارکت‌کننده ۱۶/۷ سال با انحراف معیار سن معادل ۰/۹۲ گزارش شد. توزیع نمونه بر اساس پایه تحصیلی به این صورت بود: ۲۳/۴ درصد در پایه دهم، ۳۴/۴ درصد در پایه یازدهم و ۴۲/۲ درصد در پایه دوازدهم قرار داشتند. هم‌چنین، بر اساس وضعیت اقتصادی-اجتماعی مدارس (که مبنای طبقه‌بندی بود)، ۲۸/۱ درصد از مدارس برخوردار، ۳۷/۵ درصد از مدارس نیمه برخوردار و ۳۴/۴ درصد از مدارس غیر برخوردار انتخاب شدند. ترکیب نمونه از نظر رشته تحصیلی شامل ۴۵/۶ درصد دانش‌آموزان رشته علوم تجربی، ۳۲/۸ درصد رشته ریاضی و فیزیک و ۲۱/۶ درصد رشته ادبیات و علوم انسانی بود. این جزئیات، تنوع و نمایندگی نمونه را دربرگیرنده متغیرهای کلیدی جمعیت شناختی نشان می‌دهد.

یافته‌های پژوهش

در جدول یک میانگین نمرات مشارکت‌کنندگان را در متغیرهای توکل به خدا (۱۸/۳)، وظیفه‌شناسی (۲۰/۸)، رضایت از زندگی (۲۲/۸۴)، خلق مثبت و شادمانی (۲۱/۴۲)، قدردانی کردن (۲۱/۵۸)، اجتماعی بودن (۱۵/۴۵) و مشکلات رفتاری (۱۰/۱۸) نشان می‌دهد.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
توکل به خدا	۱۸/۳	۲/۱۷	۱۰/۰	۲۵/۰
وظیفه‌شناسی	۲۰/۸	۲/۴۶	۱۳/۰	۲۵/۰
رضایت از زندگی	۲۲/۸۴	۳/۴۱	۱۴/۰	۳۵/۰
خلق مثبت و شادمانی	۲۱/۴۲	۲/۸۶	۱۰/۰	۳۰/۰

قدردانی کردن	۲۱/۵۸	۲/۷۲	۱۰/۰	۳۰/۰
اجتماعی بودن	۱۵/۴۵	۲/۴۸	۵/۰	۲۰/۰
مشکلات رفتاری	۱۰/۱۸	۸/۲۹	۰/۰	۴۷/۰

پیش از ارائه تحلیل‌های آمار استنباطی شامل آزمون‌های پارامتریک مانند ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون خطی به بررسی پیش‌فرض‌های آن‌ها (مفروضه نرمال بودن توزیع متغیرها، استقلال خطاها و خطی بودن رابطه دو متغیر) پرداخته شده است. نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. سنجش پیش‌فرض‌های رگرسیون خطی

متغیر	نرمال بودن		خطی بودن		استقلال خطاها
	K-S	Sig	VIF	Tolerance	Durbin-Watson
توکل به خدا	۰/۱۳۶	۰/۰۱	۱/۱۹	۰/۸۲۶	۲/۶۲
وظیفه‌شناسی	۰/۱۰۴	۰/۰۱	۱/۲۵	۰/۸۰۰	
رضایت از زندگی	۰/۱۱۲	۰/۰۱	۱/۵۵	۰/۶۴۲	
خلق مثبت و شادمانی	۰/۱۱۶	۰/۰۱	۱/۶۵	۰/۶۰۶	
قدردانی کردن	۰/۱۲۱	۰/۰۱	۱/۵۷	۰/۶۳۳	
اجتماعی بودن	۰/۱۵۱	۰/۰۱	۱/۵۳	۰/۶۵۳	

با توجه به نتایج جدول ۲ می‌توان دریافت مقدار آزمون کلموگروف - اسمیرنوف بیشتر از ۰/۰۵ است لذا نرمال بودن توزیع داده‌ها تأیید می‌شود. هم‌چنین، برای سنجش هم خطی بودن رابطه از آزمون تورم واریانس با در نظر گرفتن میزان تحمل داده‌ها استفاده شد مفروضه هم خطی چندگانه نیز در ردیف‌های مربوط به (VIF) و (Tolerance) بررسی شدند و در نتیجه همبستگی چندگانه خطی بین متغیرهای مستقل یافت نشد (مقادیر Tolerance ۰/۱ یا کمتر و مقادیر VIF بزرگ‌تر از ۱۰ نشان‌دهنده هم خطی چندگانه است). توجه به برقراری پیش‌فرض‌ها جهت بررسی روابط بین متغیرها و پیش‌بینی مشکلات رفتاری بر اساس مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت از آزمون رگرسیون خطی به شیوه هم‌زمان استفاده شد.

جدول ۳. ضرایب همبستگی بین مشکلات رفتاری و متغیرهای پیش‌بین

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. مشکلات رفتاری	۱						
۲. توکل به خدا	۰/۲۱۳**	۱					
۳. وظیفه‌شناسی	۰/۳۰۵**	۰/۲۲۴**	۱				
۴. رضایت از زندگی	۰/۲۰۱**	۰/۳۶۴**	۰/۳۰۳**	۱			
۵. خلق مثبت و شادمانی	۰/۱۸۹**	۰/۲۴۷**	۰/۳۱۸**	۰/۴۸۲**	۱		

۶. اجتماعی بودن	**۰/۳۱۳	**۰/۱۶۲	**۰/۲۹۹	**۰/۴۱۶	**۰/۵۱۹	۱
۷. قدردانی کردن	**۰/۲۱۰	**۰/۲۹۲	**۰/۳۹۸	**۰/۴۴۵	**۰/۴۶۸	۱

**p<0/01, p<0/05

نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که مشکلات رفتاری با مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت (توکل به خدا، وظیفه‌شناسی، رضایت از زندگی، خلق مثبت و شادمانی، اجتماعی بودن و قدردانی کردن) همبستگی معکوس دارد. جدول چهار خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون را نشان می‌دهد.

جدول ۴. ضرایب رگرسیون استاندارد شده و استاندارد نشده متغیرهای مدل

مدل	متغیر	B	SE	Beta	T	Sig
	مقدار ثابت	۲۲/۳۴۹	۵/۴۷۳		۴/۸۴	۰/۰۰۱
	توکل به خدا	۰/۸۷	۰/۲۳۸	۰/۲۳	۰/۳۶۸	۰/۷۱۳
	وظیفه‌شناسی	-۰/۶۸۸	۰/۲۱۴	-۰/۲۰۴	-۳/۲۱۶	۰/۰۰۱
۱	رضایت از زندگی	۰/۱۱۱	۰/۱۷۳	۰/۴۵	۰/۶۴۲	۰/۵۲۲
	خلق مثبت و شادمانی	۰/۳۲۸	۰/۲۱۲	۰/۱۱۳	۱/۵۴۹	۰/۱۲۳
	قدردانی کردن	-۰/۳۸۴	۰/۲۱۸	-۰/۲۵۸	-۰/۸۴۴	۰/۰۰۱
	اجتماعی بودن	-۰/۴۵۶	۰/۲۳۵	-۰/۳۰۶	-۱/۵۱۲	۰/۰۰۱

بر اساس داده‌های جدول ۴، بیشترین مقدار بتا برای وظیفه‌شناسی برابر $-۰/۶۸۸$ و کمترین مقدار بتا برای توکل به خدا $۰/۸۷$ است. این مقدار نشان می‌دهد مؤلفه وظیفه‌شناسی سهمی بیشتر و مؤلفه توکل به خدا سهمی کمتر در پیش‌بینی اختلال‌های رفتاری دانش‌آموزان دارد؛ به بیان دیگر می‌توان گفت وظیفه‌شناسی، قدردانی و اجتماعی بودن سهم بیشتری در معادله داشته و قدرت پیش‌بینی متغیر ملاک را دارند اما متغیرهای توکل به خدا رضایت از زندگی و خلق مثبت و شادمانی با سطح معناداری بزرگ‌تر از $۰/۰۵$ سهم معناداری در معادله ندارند و حذف می‌شوند.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش باهدف پیش‌بینی مشکلات رفتاری بر اساس مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت در دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول انجام شد. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که برخی از مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت با مشکلات رفتاری دانش‌آموزان رابطه‌ای معکوس و معنادار دارند. به بیان دیگر، هرچه میزان حالات روان‌شناختی مثبت در دانش‌آموزان بالاتر باشد، احتمال

بروز رفتارهای مشکل‌آفرین کمتر خواهد بود. این یافته‌ها با نتایج پژوهش‌های Li & Zeng (۲۰۲۵)؛ Avi et al (۲۰۱۱) و Laakso, Fagerlund & Lagerstrom (۲۰۲۵) همسو است.

در تبیین این یافته‌ها، ضروری است تأکید کنیم که مؤلفه‌های حالات روان‌شناختی مثبت، نه صرفاً به‌عنوان هیجانات گذرا و ناپایدار، بلکه ساختارهای عمیق و پایداری در ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری عمل می‌کنند. این ساختارها با فعال‌سازی محوری سیستم‌های پاداش مغزی و تنظیم‌کننده‌های مؤثر استرس، نقشی تعیین‌کننده و محوری در مسیر بهینه تحول و افزایش چشمگیر انطباق‌پذیری نوجوان ایفا می‌کنند. وظیفه‌شناسی که یکی از ابعاد پنج‌گانه شخصیت است، شامل گرایش‌هایی چون خودتنظیمی، هدفمندی، سازمان‌دهی و تعهد است. از نظر علمی، افراد با وظیفه‌شناسی بالا، دارای عملکردهای اجرایی قوی‌تری هستند (Kohle & Orhan, 2025)؛ این عملکردها که در قشر پیش‌پیشانی پردازش می‌شوند، شامل بازداری پاسخ، برنامه‌ریزی و توجه پایدار هستند. تقویت بازداری پاسخ به نوجوان کمک می‌کند تا در موقعیت‌های تحریک‌آمیز (مانند پیشنهادات مصرف مواد یا پرخاشگری)، توانایی توقف و تأمل پیش از اقدام تکانشی را داشته باشد. این مکانیسم مستقیماً با کاهش تکانش‌گری و رفتارهای ضداجتماعی مرتبط است. همچنین، وظیفه‌شناسی بالا با تلاش مستمر و عملکرد تحصیلی بهتر پیوند دارد که حس کفایت شخصی و هویت مثبت را تقویت کرده و نیاز به جبران شکست‌ها از طریق رفتارهای انحرافی یا اختلال‌آفرین را کاهش می‌دهد (Sarman & Chieftji, 2024).

اجتماعی بودن و مهارت‌های بین‌فردی، توانایی فرد برای ایجاد و حفظ روابط مثبت، همدلی و انطباق‌پذیری اجتماعی را شامل می‌شود. از دیدگاه نظریه دل‌بستگی، نوجوانانی که در برقراری روابط اجتماعی موفق عمل می‌کنند، شبکه‌های قوی‌تر از حمایت اجتماعی ایجاد می‌کنند (Trialt et al, 2024). دل‌بستگی‌های ایمن و روابط حمایت‌کننده، با فعال‌سازی سیستم‌های اکسی‌توسین در مغز، احساس تعلق و امنیت را تقویت کرده و اثرات مخرب استرس‌های محیطی را تعدیل می‌کنند (Gander et al, 2022). حمایت اجتماعی به‌عنوان یک بافر روانی-اجتماعی عمل کرده و احتمال پناه بردن به رفتارهای پرخطر برای مدیریت هیجانات منفی را کاهش می‌دهد. از سوی دیگر، مهارت‌های اجتماعی بالا با افزایش ظرفیت همدلی شناختی و هیجانی همراه است. همدلی که در ساختارهای مغزی مرتبط با آینه‌ای پردازش می‌شود، مبنای اصلی قضاوت اخلاقی پیشرفته و کاهش احتمال رفتارهای بزهکارانه و تجاوز به حقوق دیگران است (Liu et al, 2022). قدردانی یک جهت‌گیری شناختی-هیجانی است که شامل آگاهی و سپاسگزاری بابت جنبه‌های مثبت زندگی و منابع بیرونی است. مکانیسم علمی قدردانی شامل باز تنظیم شناختی است که به نوجوان کمک می‌کند تا توجه خود را از نقصان‌ها به سمت داشته‌ها تغییر دهد. این باز تنظیم که بر فعالیت‌های ناحیه قشر جلوی مغز میانی تأثیر می‌گذارد، از نشخوار فکری منفی و تفکر فاجعه‌آمیز جلوگیری می‌کند. این مکانیسم به‌طور مستقیم در کاهش آسیب‌پذیری نسبت به افسردگی و اضطراب نقش دارد که اغلب زمینه‌ساز رفتارهای ناسازگارانه هستند همچنین، قدردانی باعث افزایش معنایابی در رنج و تقویت تاب‌آوری می‌شود که هسته اصلی توانایی انطباق مثبت در برابر ناملایمات است (Hendricks et al, 2020).

باورهای معنوی و توکل به خدا شامل داشتن نظام معنایی قوی، احساس ارتباط با یک نیروی والاتر و استفاده از ایمان به‌عنوان منبع قدرت و آرامش است. این اعتقادات، یک استراتژی مؤثر مواجهه با استرس مبتنی بر مذهب را در اختیار نوجوان قرار می‌دهد توکل به خدا و پذیرش تقدیر (از نوع سازنده)، به نوجوان کمک می‌کند تا عدم قطعیت‌ها و رنج‌ها را بهتر تحمل کند که این امر منجر به کاهش نیاز به مکانیسم‌های دفاعی ناکارآمد مانند مصرف مواد یا پرخاشگری می‌شود. همچنین، نظام‌های اعتقادی، چارچوب‌های هنجاری و اخلاقی محکمی را فراهم می‌کنند که نظارت درونی بر رفتار را تقویت کرده و به‌عنوان یک

عامل بازدارنده قوی در برابر بزهکاری و رفتارهای ضداجتماعی عمل می‌کند. پژوهش‌های عصب‌شناختی نیز نشان داده‌اند که فعالیت‌های مذهبی با کاهش فعالیت آمیگدال (مرکز ترس و هیجان منفی) مرتبط است (Mira et al, 2018).

درمجموع، نتایج این پژوهش بر پایه مدل آسیب‌پذیری-استرس استوار است. در این مدل، حالات روان‌شناختی مثبت به‌عنوان یک بافر شناختی-هیجانی عمل می‌کنند که آسیب‌پذیری ذاتی نوجوان را در برابر عوامل استرس‌زای محیطی خنثی می‌سازند. دانش‌آموزانی که از سطوح بالاتری از خودتنظیمی، حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و چارچوب اخلاقی (برگرفته از مؤلفه‌های مثبت) برخوردارند، تجهیزات روان‌شناختی لازم برای پردازش سازگاران چالش‌ها و پرهیز از رفتارهای ناسازگارانه را در اختیاردارند. پیشنهاد کاربردی نهایی، طراحی و اجرای برنامه‌های مداخله‌ای در مدارس (مانند آموزش مهارت‌های اجتماعی، تمرینات قدردانی و تقویت عملکرد اجرایی از طریق فعالیت‌های هدفمند) است تا این مؤلفه‌ها به‌طور نظام‌مند در دوره حساس نوجوانی تقویت شوند و درنتیجه، بروز مشکلات رفتاری به‌طور مؤثری کاهش یابد. این رویکرد، نه‌تنها بر درمان اختلالات بلکه بر تقویت پتانسیل‌های انسانی برای شکوفایی تمرکز دارد.

درحالی‌که پژوهش‌های متعددی نشان می‌دهند حالات روان‌شناختی مثبت می‌توانند از بروز رفتارهای ناسازگارانه جلوگیری کنند، این مطالعه محدودیت‌هایی داشت که باید در تفسیر نتایج در نظر گرفته شود. نخست اینکه نمونه‌گیری تنها از دانش‌آموزان پسر شهر مشهد انجام شد؛ بنابراین نمی‌توان نتایج را به تمام دانش‌آموزان کشور تعمیم داد. دوم اینکه روش پژوهش همبستگی بود و به همین دلیل امکان نتیجه‌گیری قطعی درباره رابطه‌های علی وجود نداشت. افزون بر این، کنترل کامل عوامل زمینه‌ای مانند شرایط خانوادگی، اجتماعی و اقتصادی نیز ممکن نبود. با توجه به این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده از طرح‌های آزمایشی یا شبه آزمایشی استفاده کنند تا مشخص شود تقویت حالات روان‌شناختی مثبت دقیقاً چگونه و تا چه حد می‌تواند مشکلات رفتاری را کاهش دهد. همچنین، لازم است نمونه‌های متنوع‌تری از نظر جنسیت و مناطق جغرافیایی انتخاب شوند تا نتایج قابلیت تعمیمی بیشتر پیدا کنند. یافته‌های این پژوهش نشان داد که تقویت مؤلفه‌هایی مانند مهارت‌های اجتماعی، حس قدردانی و وظیفه‌شناسی می‌تواند مانند یک سپر محافظ عمل کند و نوجوانان را در برابر رفتارهای پرخطر ایمن‌تر سازد. ازاین‌رو، توصیه می‌شود برنامه‌های آموزشی ساده، کاربردی و ساختارمند برای دانش‌آموزان طراحی شود تا این مهارت‌ها به‌صورت هدفمند در آن‌ها پرورش یابد. مشارکت فعال والدین و معلمان نیز بسیار مهم است زیرا بیشترین اثربخشی زمانی حاصل می‌شود که مدرسه و خانواده در یک مسیر واحد به تقویت این ویژگی‌ها کمک کنند. تقویت این مؤلفه‌های مثبت درنهایت به نوجوانان کمک می‌کند هیجانات خود را بهتر مدیریت کنند، تصمیم‌های سنجیده‌تری بگیرند و کمتر درگیر رفتارهای آسیب‌زا شوند.

References

- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human resource development quarterly*, 22(2), 127-152.
- Achenbach, T., and Resqualor, L. (2007). *Achenbach Assessment System Guide*. (Quoted by Hosseinzadeh Maleki et al., 2013).
- Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the child behaviour check-list/4-18 and 1991 profile*. (No Title).
- Abitov, I., Mikhailova, M., & Gorodetskaya, I. (2019). Interrelation between character traits and coping behavior in adolescence. *ARPHA Proceedings*, 1, 1639-1649.
- Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the child behavior checklist/4-18 and 1991 profile*. University of Vermont Department of Psychiatry.

- Achenbach, T. M., & Rescorla, L. (2007). Achenbach system of empirically based assessment (ASEBA) manual. ASEBA.
- Allen, J. G., Romate, J., & Rajkumar, E. (2021). Mindfulness-based positive psychology interventions: A systematic review. *BMC Psychology*, 9(1), 1–18. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00546-6>
- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human Resource Development Quarterly*, 22(2), 127–152.
- Beeres, D. T., Andersson, F., Vossen, H. G., & Galanti, M. R. (2021). Social media and mental health among early adolescents in Sweden: A longitudinal study with 2-year follow-up (KUPOL study). *Journal of Adolescent Health*, 68(5), 953–960.
- Bradshaw, C. P., Waasdorp, T. E., & Leaf, P. J. (2012). Effects of school-wide positive behavioral interventions and supports on child behavior problems. *Pediatrics*, 130(5), e1136–e1145. <https://doi.org/10.1542/peds.2012-0243>
- Carr, A., Cullen, K., Keeney, C., Canning, C., Mooney, O., Chinseallaigh, E., & O'Dowd, A. (2021). Effectiveness of positive psychology interventions: A systematic review and meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology*, 16(6), 749–769.
- Chan, Y. F., Dennis, M. L., & Funk, R. R. (2008). Prevalence and comorbidity of major internalizing and externalizing problems among adolescents and adults presenting to substance abuse treatment. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 34(1), 14–24.
- Cui, Y., Li, F., Leckman, J. F., Guo, L., Ke, X., Liu, J., ... & Li, Y. (2021). The prevalence of behavioral and emotional problems among Chinese school children and adolescents aged 6–16: A national survey. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 30(2), 233–241.
- Donati, G., Meaburn, E., & Dumontheil, I. (2021). Internalising and externalising in early adolescence predict later executive function, not the other way around: A cross-lagged panel analysis. *Cognition and Emotion*, 35(5), 986–998.
- Duncan, A. R., Jaini, P. A., & Hellman, C. M. (2021). Positive psychology and hope as lifestyle medicine modalities in the therapeutic encounter: A narrative review. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 15(1), 6–13.
- Foka, S., Hadfield, K., Pluess, M., & Mareschal, I. (2021). Promoting well-being in refugee children: An exploratory controlled trial of a positive psychology intervention delivered in Greek refugee camps. *Development and Psychopathology*, 33(1), 87–95.
- Gander, M., Karabatsiakos, A., Nuderscher, K., Bernheim, D., Doyen-Waldecker, C., & Buchheim, A. (2022). Secure attachment representation in adolescence buffers heart-rate reactivity in response to attachment-related stressors. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 806987. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.806987>
- Hendriks, T., Schotanus-Dijkstra, M., Hassankhan, A., De Jong, J., & Bohlmeijer, E. (2020). The efficacy of multi-component positive psychology interventions: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Happiness Studies*, 21(1), 357–390.
- Hendriks, T., Schotanus-Dijkstra, M., Graafsma, T., Bohlmeijer, E., & De Jong, J. (2021). Positive emotions as a potential mediator of a multi-component positive psychology intervention aimed at increasing mental well-being and resilience. *International Journal of Applied Positive Psychology*, 6(1), 1–21.
- Hosokawa, R., & Katsura, T. (2018). Effect of socioeconomic status on behavioral problems from preschool to early elementary school: A Japanese longitudinal study. *PLoS ONE*, 13(5), e0197961.
- Kehle, L., & Urhahne, D. (2025). Testing the CONIC model: The interplay of conscientiousness and interest in predicting academic effort. *Learning and Instruction*, 95, 102050.
- Kheyreh, F., Shairi, M., & Rasoulzadeh Tabatabaei, S. (2009). Investigating the psychometric properties of the Achenbach Child Behavior Inventory (CBCL) in a sample of Iranian children. *Journal of Psychology*, 13(3), 245–260. (Persian source; formatted separately below)

- Laakso, M., Fagerlund, Å., & Lagerström, M. (2025). Increasing student well-being through a positive psychology intervention: Changes in salivary cortisol, depression, psychological well-being, and hope. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 17(1), e12616.
- Li, F., Cui, Y., Li, Y., Guo, L., Ke, X., Liu, J., ... & Leckman, J. F. (2022). Prevalence of mental disorders in school children and adolescents in China: Diagnostic data from detailed clinical assessments of 17,524 individuals. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(1), 34–46.
- Li, K., & Zheng, Y. (2025). Convergence and divergence in adolescent- and parent-reported daily parental positive reinforcement: Dynamic links with adolescent emotional and behavioral problems. *Developmental Psychology*. (Advance online publication)
- Liu, Q., Jiang, M., Li, S., & Yang, Y. (2021). Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence: A nonrecursive analysis from a two-year longitudinal study. *Medicine*, 100(4), e24334.
- Lo, J. C., Lee, S. M., Lee, X. K., Sasmita, K., Chee, N. I., Tandi, J., ... & Chee, M. W. (2018). Sustained benefits of delaying school start time on adolescent sleep and well-being. *Sleep*, 41(6), zsy052.
- Leeb, R. T., Danielson, M. L., Claussen, A. H., Robinson, L. R., Lebrun-Harris, L. A., Ghandour, R., ... & Brown, J. (2024). Trends in mental, behavioral, and developmental disorders among children and adolescents in the US, 2016–2021. *Preventing Chronic Disease*, 21, E96.
- León-del-Barco, B., Mendo-Lázaro, S., Polo-Del-Río, M. I., & López-Ramos, V. M. (2019). Parental psychological control and emotional and behavioral disorders among Spanish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 507.
- Li, C. (2020). A positive psychology perspective on Chinese EFL students' trait emotional intelligence, foreign language enjoyment and EFL learning achievement. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 41(3), 246–263.
- Liu, Q., Zhou, Y., Xie, X., Xue, Q., Zhu, K., Wan, Z., ... & Song, R. (2021). The prevalence of behavioral problems among school-aged children in home quarantine during the COVID-19 pandemic in China. *Journal of Affective Disorders*, 279, 412–416.
- Mastorci, F., Lazzeri, M. F. L., Vassalle, C., & Pingitore, A. (2024). The transition from childhood to adolescence: Between health and vulnerability. *Children*, 11(8), 989.
- Mira, A., Bretón-López, J., Enrique, Á., Castilla, D., García-Palacios, A., Baños, R., & Botella, C. (2018). Exploring the incorporation of a positive psychology component in a cognitive behavioral internet-based program for depressive symptoms: Results throughout the intervention process. *Frontiers in Psychology*, 9, 2360.
- Mitchell, B. S., Kern, L., & Conroy, M. A. (2019). Supporting students with emotional or behavioral disorders: State of the field. *Behavioral Disorders*, 44(2), 70–84.
- Philipp, J., Zeiler, M., Waldherr, K., Truttmann, S., Dür, W., Karwautz, A. F., & Wagner, G. (2018). Prevalence of emotional and behavioral problems and subthreshold psychiatric disorders in Austrian adolescents and the need for prevention. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 53(12), 1325–1337.
- Rajabboyevna, Q. O. (2022, April). Features of adolescence and its peculiarities. In *Next Scientists Conferences* (pp. 28–31).
- Rajaei, A. R., Khojenezhad, G. R., Javanmard, J., & Abdollahpour, M. (2016). The relation between positive psychological states and coping styles. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18(1), 5–12.
- Raimundo, R., Oliveira, S., Roberto, M. S., & Marques-Pinto, A. (2024). Effects of a social-emotional learning intervention on social-emotional competencies and behavioral problems in elementary students amid COVID-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(9), 1223.
- Reaves, S., McMahon, S. D., Duffy, S. N., & Ruiz, L. (2018). The test of time: A meta-analytic review of the relation between school climate and problem behavior. *Aggression and Violent Behavior*, 39, 100–108.

- Ruiter, M. (1967). Children's behavior questionnaire for completion by teachers. *Journal of Child Psychology* .
- Sharai, E. (2022). Navigating the turbulent adolescence stage: The role of parental presence and absence in Bulilima and Mangwe Districts, Zimbabwe. *American Interdisciplinary Journal of Business and Economics*, 9(4), 31–43.
- Sarraf, Nasrin; Mohammadi, Mohammadreza; Ahmadi, Nester; Khaleghi, Ali; Gharibi, Sudabeh; Azhapour, Hafez, Puri, Talifdari, Puri (2018) Prevalence of psychiatric disorders in children and adolescents in the central regions of Qazvin in 2016-2017 (national study). *Scientific Journal of Qazvin University of Medical Sciences*, 22(6), 167-176.
- Tejada-Gallardo, C., Blasco-Belled, A., Torrelles-Nadal, C., & Alsinet, C. (2020). Effects of school-based multicomponent positive psychology interventions on well-being and distress in adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(10), 1943–1960.
- Therriault, D., Lemelin, J. P., Toupin, J., & Déry, M. (2024). Peer attachment in adolescence: What are the individual and relational associated factors? *Social Development*, 33(4), e12762.
- Trach, J., Lee, M., & Hymel, S. (2018). A social-ecological approach to addressing emotional and behavioral problems in schools: Focusing on group processes and social dynamics. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 26(1), 11–20.
- Trom, P., & Burke, J. (2022). Positive psychology intervention (PPI) coaching: An experimental application of coaching to improve the effectiveness of a gratitude intervention. *Coaching: An International Journal of Theory, Research and Practice*, 15(1), 131–142.
- Sacco, R., Camilleri, N., Eberhardt, J., Umla-Runge, K., & Newbury-Birch, D. (2024). A systematic review and meta-analysis on the prevalence of mental disorders among children and adolescents in Europe. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(9), 2877–2894.
- Sarman, A., & Çiftci, N. (2024). Relationship between social media addiction and appearance-related social media consciousness in Turkish adolescents. *Journal of Pediatric Nursing*, 76, 99–105.
- van Zyl, L. E., Gaffaney, J., van der Vaart, L., Dik, B. J., & Donaldson, S. I. (2024). The critiques and criticisms of positive psychology: A systematic review. *The Journal of Positive Psychology*, 19(2), 206–235.
- 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.

