فصلنامه علمی اعتیاد پژوهی، سال هفدهم، شماره شصت و نهم، ص۲۱۶-۲۰۱، پاییز ۱۴۰۲
Scientific Quarterly of Research on Addiction, Vol. 17, No. 69, P 201-216, Autumn 2023

مقاله پژوهشی
Research Article

اثربخشی آموزش گروهی مثبت‌نگری بر تغییر نگرش به مواد مخدر در نوجوانان پسر در معرض خطر

پروانه خفتان[۱]، منصوره بهرامی[۲]، مصطفی اقلیما[۳]، نازنین کریمی نصر[۴]

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۱۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۱۰/۰۵

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی مثبت‌نگری بر تغییر نگرش به مواد مخدر در نوجوانان پسر در معرض خطر انجام شد. **روش:** مطالعه حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی نوجوانان پسر در معرض خطر ساکن مناطق حاشیه شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۰ بود. از این بین، ۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. شرکت‌کنندگان هر دو گروه پرسشنامه نگرش‌سنج مواد مخدر را در پیش‌آزمون و پس‌آزمون تکمیل کردند. آموزش گروهی مثبت‌نگری در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای با فراوانی یک جلسه در هفته بر روی گروه آزمایش اجرا شد. داده‌ها با روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری تجزیه و تحلیل شدند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد آموزش گروهی مثبت‌نگری بر مؤلفه‌های نگرش به مواد مخدر (اثرات، خطرات، و مصرف مواد) تأثیر مثبت داشت و باعث کاهش نگرش مثبت به مواد مخدر در بین شرکت‌کنندگان گروه آزمایش شد. **نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان از آموزش مثبت‌نگری به‌عنوان شیوه‌ی مؤثری برای کاهش نگرش مثبت نسبت به مواد مخدر در نوجوانان در معرض خطر استفاده نمود. بنابراین، پیشنهاد می‌شود آموزش مثبت‌نگری در لیست برنامه‌های پیشگیری اولیه از اختلال مصرف مواد در مدارس، دانشگاه‌ها، و مراکز آموزشی قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: آموزش، مثبت‌نگری، نگرش به مواد مخدر، نوجوانان

۱. نویسنده مسئول: کارشناس ارشد، گروه مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران.
پست الکترونیک:pkhftan2015@ gmail.com
۲. کارشناس ارشد، گروه پژوهش علوم اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.
۳. استادیار، گروه مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، تهران، ایران .
۴. کارشناس ارشد، گروه روان‌شناسی بالینی و تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، تهران، ایران.

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

مقدمه

نوجوانی مهم‌ترین و پرچالش‌ترین دورهٔ زندگی هر فردی است که با تغییرات سریع جسمانی، روانی، اجتماعی و فرهنگی همراه است (کوس و گریفیث[1]، ۲۰۱۷). نوجوان در دوره نوجوانی میل به خطرپذیری بیشتری دارد و به دلیل تغییر و تحولات جسمی و روان‌شناختی بلوغ، بیشتر از سایر دوره‌های زندگی در معرض آسیب‌های اجتماعی قرار دارد (ساوولاینن، سیرولا، کاکینن و اوکسانن[2]، ۲۰۱۹). تغییرات گسترده دوران نوجوانی می‌تواند برای نوجوان مشکلات فراوانی ازجمله گرایش به سمت اختلال مصرف مواد را به همراه داشته باشد (کرمی، ۱۳۹۷). مصرف مواد مخدر در میان نوجوانان و جوانان، از مسائل بسیار شایع در سراسر جهان است که سلامت فرد و جامعه را تهدید می‌کند و با پیامدهای منفی فردی و اجتماعی همچون هدر رفتن بخش مهمی از سرمایه کشور، تضعیف نیروهای کار توانمند، گسترش فساد، سرقت و خشونت همراه است (وینگ لو، یئونگ و تام[3]، ۲۰۲۰). افزایش گرایش نوجوانان و جوانان به مواد بسیار نگران‌کننده است؛ زیرا بیشتر افرادی که مصرف مواد را در سال‌های نوجوانی و جوانی آغاز می‌کنند، به مصرف آن در سال‌های آینده نیز ادامه می‌دهند (سارافینو، ۱۳۹۹). طبق آمارهای موجود ۱۴/۴۸ درصد از نوجوانان کشور در حال حاضر حداقل یکی از انواع مواد مخدر موجود را مصرف می‌کنند (احقر، ۱۳۹۴). هم‌اکنون جوانان و نوجوانان، به‌عنوان آسیب‌دیده‌ترین قشر در حوزه اختلال مصرف مواد شناخته می‌شوند (پیترز و مک ماهون[4]، ۲۰۰۹).

اختلال مصرف مواد یک بیماری مزمن و عصبی است که در اثر عوامل ژنتیکی، فیزیولوژیک و اجتماعی رشد و بروز پیدا می‌کند؛ وجه مشخصه‌ی این بیماری اختلال در کنترل عملی و یا احساس اجبار در انجام یک عمل مشخص، با وجود آگاهی نسبت به عواقب خطرناک آن است (تومبز و اسبورن[5]، ۲۰۱۹). بر اساس آخرین گزارش منتشر شده از سوی دفتر مبارزه با مواد مخدر، مصرف‌کنندگان مواد مخدر حدود ۲۵۵ میلیون نفر تخمین زده شده که در سنین ۱۵تا ۶۴ سال قرار دارند (دفتر جهانی مبارزه با مواد مخدر،

1. Kuss & Griths
2. Savolainen, Sirola, Kaakinen & Oksanen
3. Wing Lo, Yeung & Tam
4. Peters & McMahon
5. Thombs & Osborn

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

۲۰۱۷). بر اســاس گزارش مرکز مطالعات ســنجش میزان تحمل بیماری، در ســال ۲۰۱۵ حدود ۱۷ میلیون سـال زندگی سـالم از افراد مصـرف‌کننده مواد مخدر به علت اختلالات جسـمی و روحی به هدر رفته اسـت (عنایت و غفاری، ۱۳۹۸). اختلال مصـرف مواد سـالانه حدود ۳۵۰ هزار نفر را به کام مرگ می‌کشاند و باعث ازهم‌پاشیدگی خانواده‌ها و بدبختی هزاران نفر از افرادی می‌شود که تجربه‌ی مصرف مواد مخدر را هرگز نداشته‌اند (گزارش جهانی مواد مخدر، ۲۰۱۹). اختلال مصــرف مواد از طریق اثرات مخرب خود بر ســلامت افراد، هزینه‌های اجتماعی و اقتصـادی گزافی را به جوامع تحمیل می‌کند؛ هرچه در سـنین پایین‌تری افراد را درگیر نماید، این تحمیل هزینه‌ها می‌تواند بیشتر و جبران‌ناپذیرتر باشد و حتی گروه ســنی ۱۵ تا ۲۹ ســال میزان بالایی از مرگ‌های زودرس را تجربه می‌کنند (میرزایی علویجه، نصیرزاده، اسلامی، شریفی راد و حسن زاده، ۱۳۹۲).

یکی از دلایل عمده مشـکل اختلال مصـرف مواد، خطر هنجار شـدن مصـرف مواد و نگرش مثبت به مواد مخدر و آثار آن اســت (زاهدی اصــل و لطفی، ۱۳۹۱). نگرش‌ها تعیین‌کننده رفتار هسـتند، به آن شـکل می‌دهند و آن را هدایت می‌کنند و انگیزه‌های تازه در فرد ایجاد می‌کنند؛ به‌گونه‌ای که نیازها را برآورده و به گرایش‌های افراد جهت می‌دهد و با تغییر دادن نگرش‌های افراد می‌توان رفتار آن‌ها را تغییر داد (خدادادی و جایروند، ۱۳۹۶). نگرش به‌صــورت مســتقیم و غیرمســتقیم بر رفتارهای اعتیادی تأثیر می‌گذارد. به همین دلیل، با تغییر نگرش‌های مثبت افراد و تقویت نگرش‌های منفی آنان نســبت به مواد می‌توان از تمایل به اختلال مصـرف مواد و تداوم آن پیشـگیری نمود (دنهارت و مورفی[1]، ۲۰۱۳). یکی از مهم‌ترین راه‌های پیشـگیرانه متمرکز بر فرد در گرایش به اختلال مصـرف مواد در نوجوانان تغییر نگرش‌های مثبت آنان به مواد مخدر هست و تغییر نگرش نوجوانان ارتباط مثبت، مستقیم و معنادار با پیشگیری از اختلال مصرف مواد دارد (محمدی جلالی فراهانی، کرمی، رسولی، رسولی و فضلی، ۱۳۹۳؛ ممیز، گلشنی و طالبیان، ۱۴۰۰). امروزه در کشــورهای پیشــرفته برنامه‌های آموزشــی متنوعی برای پیشــگیری و تغییر در نگرش نوجوانان صورت می‌گیرد. این برنامه‌های علمی- آموزشی برای پیشگیری از مصرف مواد

1. Dennhardt & Murphy

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

مخدر در بین نوجوانان و برای استفاده در مدارس و مراکز فرهنگی- اجتماعی برنامه‌ریزی شده است. موضوعات برنامه‌ها نیز گسترده و شامل داستان‌ها، آوازها، فعالیت‌های مربوط به اجرای نقش‌های هنری، بحث‌های گروهی بین معلم و نوجوان، پوسترها و ... می‌باشند. اهداف این برنامه‌ها نیز شامل افزایش عزت‌نفس، افزایش مهارت‌های حل مسئله و مقاومت در برابر اغوا شدن برای مصرف مواد هستند (بستامی، دالوندی، خانکه، بستامی و پاشایی ثابت، ۱۳۹۵).

یکی از روش‌های نوین در تغییر نگرش ناکارآمد در افراد بهره‌مندی از مداخلات مثبت‌نگر است. روش آموزش مثبت‌نگری[1] یکی از روش‌های برگرفته از موج سوم روان‌درمانی و مؤثر در بهبود ویژگی‌های روان‌شناختی است که بر شناسایی و پرورش نقاط قوت و توانمندی‌ها با هدف ارتقای سلامت تأکید دارد (مورلی[2]، ۲۰۱۵). این روش با تأکید بر ایجاد و گسترش هیجان‌های مثبت به دنبال ایجاد سپری در برابر اختلال‌های روانی و ایجاد و افزایش ویژگی‌های روان‌شناختی مثبت می‌باشد (بخت[3]، ۲۰۱۷). افراد مثبت‌نگر با بهره‌گیری از راهبردهای مسئله‌محور با تنش‌ها و استرس روانی به‌صورت بهتر و کارآمدتر مقابله می‌نمایند و در اغلب اوقات شادتر و سالم‌تر هستند (رومو-گونزالز[4] و همکاران، ۲۰۱۳). نتایج پژوهش‌های مختلف، بر اثربخشی مداخلات مثبت‌نگری در حوزه تغییر نگرش ناکارآمد تأکید دارند. طهماسبی (۱۳۹۹) در پژوهشی نشان داد آموزش مثبت‌نگری بر کاهش نگرش ناکارآمد، بهبود جهت‌گیری زندگی و بهبود مهارت‌های ارتباطی دختران مؤثر می‌باشد. قطبی نژاد بهرآسمانی و حسنی راد (۱۳۹۹) نشان دادند مداخلات مثبت‌نگر گروهی، باعث تقویت نگرش معنوی زنان می‌شود. جباری، شهیدی و موتابی (۱۳۹۳)، رحیمی (۱۳۹۴) و برخوری، رفاهی و فرحبخش(۱۳۸۸) به این نتیجه رسیدند که مداخلات مثبت‌نگر باعث کاهش نگرش‌های ناکارآمد می‌شود. کاظمی و خوش‌روش (۱۳۹۷) به این نتیجه رسیدند که آموزش روان‌شناسی مثبت‌نگر بر کاهش نگرش به مواد و افزایش کیفیت زندگی معتادان وابسته به شیشه مؤثر می‌باشد. پیرنیا و

1. positivism training
2. Morley
3. Bekhet
4. Romo-Gonzalez

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

همکاران (۱۳۹۵) در مطالعه‌ای مطرح کردند مداخله مثبت‌نگر در کاهش نگرش بیماران تحت درمان با متادون نسبت به مصرف مواد مؤثر است.

با توجه به نقش نوجوانان در توسعه پایدار کشور، آسیب‌پذیر بودن نوجوانان در برابر اختلال مصرف مواد، گسترش اختلال مصرف مواد در بین نوجوانان و پایین آمدن سن مصرف مواد، نقش مهم نگرش منفی به مواد در محافظت کردن فرد در گرایش به مصرف مواد و با توجه به نتایج تحقیقات ذکر شده و مؤثر بودن مداخلات مثبت‌نگر در زمینهٔ کاهش نگرش‌های ناکارآمد و کمبود پژوهشی در خصوص اثربخشی مداخلات مثبت‌نگری بر تغییر نگرش مثبت نسبت به مواد مخدر در گروه نوجوانان در معرض خطر، این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی مثبت‌نگری بر تغییر نگرش به مواد مخدر در نوجوانان پسر در معرض خطر انجام شد.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی نوجوانان در معرض خطر اختلال مصرف مواد مخدر و ساکن مناطق حاشیه شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۰ بودند. منظور از نوجوان در معرض خطر، نوجوانی با داشتن حداقل دو ملاک از ملاک‌هایی مانند؛ حضور والد مصرف‌کننده مواد در خانه، تجربه شکست تحصیلی و عاطفی در نوجوان، داشتن خانواده آشفته، داشتن نگرش مثبت نسبت به مصرف مواد و سیگار، تمایل به ارتباط با همسالان مشکل‌دار از جمله مصرف‌کنندگان مواد و ضعف در مهارت‌های زندگی بود. برای شناسایی نوجوانان در معرض خطر ساکن حاشیه شهر از مدرسه‌ها، پایگاه خدمات اجتماعی و سازمان‌های مردم‌نهاد فعال در محله که از نوجوانان محله شناخت دارند، استفاده شد. برای تعیین حجم نمونه، دلاور (۱۳۹۹) قاعده‌ای را پیشنهاد کرده‌اند که طبق آن برای پژوهش‌های آزمایشی و شبه‌آزمایشی، تعداد ۱۵ نفر برای هریک از گروه‌های آزمایشی و کنترل پیشنهاد شده است. براین اساس، نمونه‌ای به حجم ۳۰ نفر (۱۵ نفر برای هر گروه) به روش نمونه‌گیری در دسترس و با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شدند. ملاک ورود به

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

پژوهش کسب نمره بالای ۱۰۰ در پرسشنامه نگرش سنج مواد مخدر، رضایت‌مندی برای شرکت در پژوهش و عدم دریافت درمان همزمان با مداخله پژوهش و ملاک خروج از پژوهش، عدم مشارکت منظم در جلسات، غیبت بیش از دو جلسه و مصرف داروهای روان‌پزشکی بود. در این مطالعه، اصول اخلاقی پژوهش شامل رازداری و حفظ حریم خصوصی اشخاص رعایت شد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیری در نرم‌افزار اس‌پی‌اس‌اس تحلیل شدند.

ابزار

۱- پرسش‌نامه نگرش‌سنج مواد مخدر[1]: این پرسشنامه دارای ۴۰ سؤال است که توسط دلاور و همکاران (۱۳۸۳) طراحی شده است و بر روی طیف پنج درجه‌ای لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) تکمیل می‌گردد. بیشترین نمره این مقیاس ۲۰۰ و کمترین آن ۴۰ می‌باشد که هر چه نمرات بالاتر باشد نشان‌دهنده نگرش مثبت نسبت به مصرف مواد است. این پرسشنامه دارای سه خرده مقیاس نگرش نسبت به اثرات استفاده از مواد مخدر (۲۱ سؤال)، نگرش نسبت به خطرات استفاده از مواد مخدر (۹ سؤال) و نگرش نسبت به مصرف مواد مخدر (۱۰ سؤال) است. اعتبار[2] پرسشنامه برای هر یک از مقیاس‌ها توسط دلاور و همکاران (۱۳۸۳) به شیوه بازآزمایی و آلفای کرونباخ محاسبه شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس اثرات استفاده از مواد مخدر ۰/۹۰، تمایل به مصرف مواد مخدر ۰/۹۱ و خطرات استفاده از مواد مخدر برابر ۰/۹۱ بود که بیانگر آن است، پرسشنامه از ضریب همگونی درونی خوبی برخوردار است و همین‌طور، ضریب اعتبار محاسبه شده از طریق بازآزمایی برای خرده مقیاس اثرات استفاده از مواد مخدر۰/۸۴، تمایل به مصرف مواد مخدر۰/۸۶ و خطرات استفاده از مواد مخدر برابر ۰/۸۵ است که بیانگر آن است، پرسشنامه از پایایی و ثبات در طول زمان برخوردار است. در پژوهش حاضر، آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۱ به دست آمد.

1. Opium Attitude Questionnaire
2. Reliability

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

روش اجرا

در این مطالعه، جلسات آموزش گروهی مثبت‌نگری به صورت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای مبتنی بر پروتکل سلیگمن، رشید و پارکز[1] (۲۰۰۶) و با فراوانی یک جلسه در هفته انجام شد. همچنین اجرای آزمون‌های تحقیق، قبل از شروع مداخله (پیش آزمون) و بعد از اتمام جلسات آموزشی (پس آزمون) اجرا شد. خلاصه جلسات آموزشی مثبت‌نگری در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: خلاصه جلسات آموزش مثبت نگری

جلسه‌ها	هدف	محتوا	تکلیف
اول	آماده‌سازی	معارفه و مصاحبه، بیان قوانین و اهداف جلسات و اجرای پیش‌آزمون	شناسایی نقاط قوت و ضعف خود
دوم	شناسایی توانمندی‌های شخصی	بررسی تکلیف جلسه قبل، بحث پیرامون راه‌های خودشناسی، احترام به خود و حرمت خود، بحث گروهی	یادداشت نقاط قوت خود از دید اطرافیان
سوم	بازسازی شناختی	بحث گروهی در مورد جایگزینی افکار منطقی و مثبت به‌جای افکار غیرمنطقی و منفی	تلاش برای جایگزینی افکار منطقی و مثبت به‌جای افکار منفی در طول هفته و ثبت آن
چهارم	آموزش مثبت‌نگری	بحث پیرامون کشف ویژگی‌های مثبت و اجرای فعالیت گروهی	ثبت تجارت مثبت خود در طول هفته
پنجم	افزایش افکار و خودگویی‌های مثبت	بحث در ارتباط با تمرکز بر نقاط خود و توجه به نقاط مثبت دیگران و انجام کار گروهی در این رابطه	شناسایی سه فکر منفی در خود و سه فکر مثبت متضاد آن
ششم	افزایش امید و هدف‌گذاری	بحث در مورد حیطه‌های مختلف زندگی و تعیین اهداف هر حیطه زندگی و شناسایی موانع رسیدن به اهداف و شیوه‌ی برطرف کردن	نوشتن یک یا دو هدف زندگی خود و بررسی موانع رسیدن به آن و شیوه‌ی برطرف کردن آن
هفتم	معرفی مفهوم عزت‌نفس و خودکارآمدی	بحث پیرامون راهبردهای ارتقای عزت‌نفس، خودکارآمدی و راهبردهای کنار آمدن مثبت (مثل حل‌مسئله و کسب مهارت)	به‌کارگیری راهکارهای افزایش خودکارآمدی و عزت‌نفس
هشتم	مروری بر مطالب ارائه شده و جمع‌بندی	بحث پیرامون خلاصه‌ای از مباحث جلسات به اعضا، تشکر از آنان و تعیین زمان مراجعه برای تکمیل پس‌آزمون	

1. Seligman, Rashid & Parks

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

یافته‌ها

گروه نمونه شامل ۳۰ نفر از نوجوانان در دامنه سنی ۱۴ تا ۱۸ سال بود. میانگین و انحراف معیار سن گروه آزمایش (۱۵/۳±۲/۰۸) و گروه کنترل (۱۴/۰۷±۳/۰۲) بود. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک دو گروه آزمایش و کنترل

متغیرها		پیش آزمون		پس‌آزمون	
	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
نگرش به اثرات استفاده از مواد مخدر	آزمایش	۸۲/۱۲	۴/۸۰	۶۱/۱۴	۳/۳۰
	کنترل	۷۵/۰۳	۹/۵۸	۷۳/۰۸	۸/۴۸
نگرش به خطرات استفاده از مواد مخدر	آزمایش	۳۱/۰۱	۳/۶	۱۷/۱۳	۴/۰۲
	کنترل	۲۷/ ۰۲	۴/۴۹	۲۶/۰۹	۳/۸۷
نگرش به مصرف مواد مخدر	آزمایش	۲۵/۳۰	۷/۰۲	۱۶	۵/۵۸
	کنترل	۲۳/۱۰	۹/۶۷	۲۴/۰۲	۹/۱۶
نگرش به مواد مخدر	آزمایش	۱۳۸/۴۳	۱۱/۰۸	۹۴/۲۷	۹/۰۶
	کنترل	۱۲۵/۱۵	۱۰/۸۹	۱۲۳/۱۹	۱۰/۷۶

مندرجات جدول ۲ نشان می‌دهد که بین دو گروه پژوهش در متغیرهای پژوهش در مرحلهٔ پیش‌آزمون تفاوت معناداری وجود ندارد اما در مرحله پس‌آزمون، میانگین گروه آزمایش در متغیرهای پژوهش تغییرات محسوسی داشته است. برای تحلیل نتایج اصلی از آزمون تحلیل کوواریانس استفاده شد. قبل از اجرای تحلیل کوواریانس، پیش‌فرض‌ها مورد بررسی قرار گرفتند. یکی از مفروضه‌های آزمون تحلیل کوواریانس، نرمال‌بودن توزیع داده‌هاست. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنف حاکی از آن بود که نمرات متغیر نگرش به مواد مخدر دارای توزیع نرمال بودند (p>۰/۰۵). همچنین هیچ کدام از مولفه‌های نگرش به مواد مخدر در آزمون لوین معنادار نبودند (p>۰/۰۵)؛ لذا می‌توان گفت که همگنی واریانس‌ها برقرار بود. نتایج غیرمعنادار آزمون ام‌باکس برای متغیرهای پژوهش، تأییدکننده همگنی واریانس-کوواریانس بود (P>۰/۰۵). در ادامه پس از کنترل اثر پیش‌آزمون جهت مقایسه گروه‌های آزمایش و کنترل بر طبق نمره‌های پس‌آزمون، در

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

تعیین اثربخشـــی آموزش گروهی مثبت‌نگری بر تغییر نگرش به مواد مخدر در نوجوانان پسـر در معرض خطر از تحلیل کوواریانس چندمتغیری اسـتفاده شـده اسـت. نتایج مرحله پس‌آزمون در جدول ۳ آمده است.

جدول۳: بررسی کوواریانس چندمتغیره پس‌آزمون متغیرهای پژوهش در گروه‌های آزمایش و کنترل

نوع آزمون	مقدار	آماره F	درجه آزادی	سطح معناداری	مجذور اتا	توان آزمون
اثر پیلایی	۰/۷۳۱	۲۰/۴	۲۳/۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳۱	۱
لامبدای ویلکز	۰/۲۶۹	۲۰/۸۴	۲۳/۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳۱	۱
اثر هتلینگ	۲/۷۱	۲۰/۸۴	۲۳/۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳۱	۱
بزرگترین ریشه روی	۲/۷۱	۲۰/۸۴	۲۳/۳	۰/۰۰۱	۰/۷۳۱	۱

همان‌طوری که در جدول ۳ مشـــاهده می‌گردد نتایج آزمون لامبدای ویکلز به‌عنوان رایج‌ترین آزمون نشـــان داد که بین نمره آزمایش و کنترل حداقل دریکی از ســـه خرده مقیاس متغیر نگرش به مواد مخدر تفاوت معناداری در مرحله پس‌آزمون وجود داشـــت و ۷۳ درصد تغییرات مربوط به عضویت گروهی بود. در ادامه برای بررسی دقیق این تفاوت‌ها نتایج بررسی کوواریانس در نمره‌های پس‌آزمون سه خرد مقیاس نگرش به مواد مخدر در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ٤: تحلیل کوواریانس برای مقایسه دو گروه در سه خرده مقیاس نگرش به مواد مخدر

متغیر	میانگین مجذورات	درجه آزادی	آماره F	معناداری	مجذور اتا	توان آماری
نگرش به اثرات استفاده از مواد	۹۹۱/۴۵	۱	۴۰/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۶۲۱	۱
نگرش به خطرات استفاده از مواد	۱۳۴۵/۸۵	۱	۴۱/۷۲	۰/۰۰۱	۰/۶۲۵	۱
نگرش به مصرف مواد مخدر	۳۰/۰۲	۱	۶/۵۴	۰/۰۱۷	۰/۲۰۷	۰/۶۹۱

همان طوری که در جدول ۴ مشـــاهده می‌گردد، در خرده مقیاس‌های نگرش به مواد مخدر بین دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد؛ به طوری که گروه آزمایش در تمامی مؤلفه‌های نگرش به مواد مخدر نمرات کمتری را نسبت به گروه کنترل کســـب کرده بودند. به عبارت دیگر، جلســـات گروهی آموزش مثبت نگری بر کاهش نگرش مثبت به مواد مخدر در نوجوانان پسر در معرض خطر مؤثر بوده است.

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر باهدف تعیین اثربخشی آموزش مثبت‌نگری گروهی بر تغییر نگرش به مواد مخدر در نوجوانان پسر در معرض خطر انجام شد. نتایج حاصل از یافته‌ها نشان داد آموزش مثبت‌نگری گروهی بر کاهش نگرش مثبت به مواد مخدر در این گروه از نوجوانان تأثیر دارد. یافته‌های پژوهش حاضر به‌نوعی با یافته‌های کادام، سینها، نیمکار، ماتچسوالا و دی سوآسا[1] (۲۰۱۷)، فورد[2] و همکاران (۲۰۱۵)، لیوبومیرسکی و لایوس[3] (۲۰۱۳)، موسی‌پور، بیگی، کیوانفر و نایب دربان (۱۴۰۱) و کاظمی و خوش‌روش (۱۳۹۷) که نشـــان دادند مداخلات مبتنی بر روان‌درمانی مثبت‌گرا، اثرات مثبتی بر بهبود مشـــکلات مرتبط با مواد دارند، همخوانی دارد.

نگرش مثبت به مواد ازجمله عوامل خطرساز مصرف مواد است. نتایج تحقیقات نشان داده بین شروع مصرف مواد و نگرش‌های افراد درباره مواد، ارتباط وجود دارد. نگرش‌های مثبت درباره مصرف مواد باعث می‌شود زمان شروع مصرف مواد تسریع شود. از مهم‌ترین استراتژی‌ها در پیشگیری از اعتیـــاد تغییـــر نگـــرش‌هـــای مثبـــت و تثبیت نگرش‌های منفی نسبت به مصـرف مواد مخدر اسـت؛ نگرش یعنی باورهای فرد در مورد نتیجه و عاقبت هر کار و ارزشـــی که فرد برای این نتیجه قائل اســـت. نگرش‌ها دلایل منطقی بروز رفتارهای خاص هر فرد می‌باشند. عوامل بسیاری مانند سطح دانش و اطلاعات فرد، خودکارآمدی، تنظیم هیجان، هدفمندی، استرس و اضطراب، حل‌مسئله، مکانیسم‌های مقابله‌ای و رضایت از زندگی بر نگرش افراد تأثیر دارند. افرادی که نسبت به مواد مخدر، نگرش‌ها و باورهای مثبت دارند احتمال مصـرف و اعتیادشـان بیشـتر از کسـانی اسـت که نگرش منفی یا خنثی دارند (باقری، ۱۳۹۲).

امروزه تمرکز مداخلات مرتبط با اختلال مصرف مواد به سمت افزایش خودکارآمدی و انســجام روانی ســوق پیدا کرده اســت. ازاین‌رو، مداخلات مثبت‌نگری با افزایش انگیزه برای مقابله کارآمد ذهنی در مواجهه با اختلال مصـــرف مواد اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند

1. Kadam, Sinha, Nimkar, Matcheswalla & De Sousa
2. Ford
3. Lyubomirsky & Layous

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

(موسی پور و همکاران، ۱۴۰۱). روان‌شناسی مثبت به‌جای تمرکز بر آسیب‌شناسی، بر این عقیده است که با تأکید بر مقاومت درونی، مکانیسم‌های مقابله‌ای و مثبت‌اندیشی می‌توان به انسان‌ها کمک کرد تا با شرایط زندگی پیچیده، دشوار و استرس‌آمیز و با فقدان‌ها و دردها سازگار شوند و از آن‌ها نجات یابند و میزان سرسختی در آن‌ها افزایش یابد. امروزه توجهی روزافزون به تحول در مدل‌های روان‌درمانی و پرداختن به جنبه‌های روان‌شناختی مثبت انسان می‌شود و ارائه مداخلات روان‌شناختی مانند آموزش مثبت‌نگری برای مدیریت هیجانات، تقویت هیجان‌های مثبت و کاهش رفتارهای آسیب‌زا به خود و دیگران ضروری است (سلیگمن، ۲۰۱۹). آموزش مثبت‌نگری با کاهش نشانگان منفی و ایجاد هیجانات مثبت، توانمندی‌های منش و معنا موجب کاهش آسیب‌پذیری می‌شود. در آموزش مثبت‌نگر فرد یاد می‌گیرد چطور شادتر، امیدوارتر، خوش‌بین‌تر، کوشاتر و سرزنده‌تر باشند تا هم خود از زندگی لذت ببرند و هم اطرافیان را در استفاده از بزرگ‌ترین موهبت هستی (زندگی) بهره‌مند سازند (هانسون[1]، ۲۰۱۹). افراد مثبت‌نگر در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا از خود ثبات و اطمینان نشان می‌دهند و تمایل دارند در مورد آینده، احتمالات مثبت را در نظر بگیرند و بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار برای مواجهه با مشکلات استفاده نمایند (مهرآفرید، خاکپور، جاجرمی و علیزاده موسوی، ۱۳۹۴). مطابق دیدگاه مثبت‌نگر، هیجان‌های مثبت و توانمندی‌ها از بهترین عوامل جلوگیری از آسیب‌های روانی هستند. پژوهشگران حوزه پیشگیری اعتقاد دارند، پیشگیری تأکید بر ساختن توانمندی‌ها و نه اصلاح ضعف‌هاست؛ بنابراین توانمندی‌های انسان، محافظی در برابر بیماری‌های روانی است (سلیگمن و چیکزنت میهالی[2]، ۲۰۱۴). آموزش مثبت‌نگری از طریق افزایش هیجان‌های مثبت، افکار و رفتارهای مثبت باعث کاهش افسردگی، افزایش شادکامی، احساس بهزیستی و کاهش نگرش‌های ناکارآمد می‌شود (سرجنت و مارجیت[3]، ۲۰۱۴). مداخلات مثبت‌نگر نه‌تنها باعث کاهش نگرش‌های ناکارآمد می‌شود، بلکه میزان بهزیستی

1. Hanson
2. Csikszentmihalyi
3. Sergeant & Mongrain.

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

را نیز افزایش می‌دهد؛ بنابراین می‌توان آن‌ها را برای کاهش مشکلات روان‌شناختی و پیشگیری از اختلال مصرف مواد و ارتقای کیفیت زندگی به کاربرد.

آموزش مثبت‌نگری به نوجوانان در معرض خطر کمک می‌کند تا از طریق اندیشیدن در مورد افکار خود، علاوه بر تقویت خوش‌بینی به الطاف پروردگار و توکل به او، با شناسایی نقاط قوت و توانمندی خویش، بتوانند امیدواری بیشتری به دست آورند و بر این اساس، چشم‌انداز خوش‌بینانه‌تری از آینده خود داشته باشند و احساس کارآمدی آن‌ها افزایش یابد. از سویی دیدن آینده‌ای روشن می‌تواند قدرت تحمل مشکلات را در نوجوانان افزایش داده و تلاش آن‌ها را برای دست‌یابی به اهداف، مضاعف نماید. افرادی که تحت تأثیر مداخلات مثبت‌نگر قرار می‌گیرند، با تنیدگی روانی بهتر کنار می‌آیند. همچنین به صورت فعال از رویدادهای تنش‌زای زندگی پرهیز می‌کنند، شبکه‌های حمایت اجتماعی بهتری را پیرامون خود می‌سازند، سبک‌های زیستی سالم‌تری دارند، نسبت به مصرف مواد نگرش منفی‌تری دارند و به دنبال الگوهای رفتاری مناسب هستند. به‌طورکلی افراد مثبت‌نگر با بهره‌گیری از راهبردهای مسئله‌محور با تنش‌ها و استرس‌های روانی به‌صورت کارآمدتر مقابله می‌نمایند و در اغلب اوقات شادتر و سالم‌تر هستند (دهناشی لاطان و ستاری، ۱۳۹۹).

نتایج پژوهش کنونی نشان داد آموزش مثبت‌نگری توانسته است در کاهش نگرش مثبت به مواد مخدر در نوجوانان در معرض خطر موثر باشد. در تبیین این یافته می‌توان به نتایج پژوهش نیک منش و زندوکیلی (۱۳۹۴) و موسوی، دشت بزرگی، حیدرئی، پاشا و برنا (۱۴۰۰) اشاره نمود که بیان کردند، آموزش مثبت‌نگری برای افراد به ویژه کودکان و نوجوانان به منظور تقویت و بهبود ارتباط مثبت با دیگران، ترویج احساسات مثبت، رفتار مثبت، شناخت و ادراک مثبت، بالا بردن بهزیستی افراد، تغییر نگرش، افزایش عزت‌نفس و درمان برخی اختلالات روان‌شناختی بسیار مفید و سودمند است. مثبت‌نگری به فرد کمک می‌کند که بتواند تغییرات مفیدی در رفتار، نگرش، گفتار و زندگی خود ایجاد کند. مداخلات روان‌شناسی مثبت با ترویج افکار و احساسات مثبت، رفتارهای مثبت، شناخت و ادراک مثبت باعث بهبود زندگی و کاهش نگرش مثبت به اختلال مصرف مواد می‌شود.

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

در مورد محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به مواردی همچون تعداد محدود آزمودنی‌ها و فقدان دوره پیگیری به علت درگیری چند نفر از آزمودنی‌ها به بیماری کووید -۱۹ اشاره کرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود این پژوهش در حجم نمونه بزرگ‌تر و با دارا بودن دوره پیگیری و در گروه‌های مختلف نوجوانان انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود آموزش مثبت‌نگری به‌عنوان یک سرفصل آموزشی در مدارس یا کانون‌های فرهنگی، تفریحی و آموزشی و در مناطق آسیب‌پذیر اجتماعی آموزش داده شود. این آموزش می‌تواند صرفاً در غالب کلاس‌های آموزشی نباشد بلکه به صورت بازی‌هایی با محتوای آموزشی طراحی و ارائه گردد.

منابع

احقر، قدسی (۱۳۹۴). *طرح ملی بررسی میزان شیوع مصرف مواد مخدر و روان گردان‌ها در دانش آموزان دوره متوسطه دوم و هنرستان‌های استان‌های کشور*. دفتر تحقیقات و آموزش ستاد مبارزه با مواد مخدر ریاست جمهوری.

باقری، حسین (۱۳۹۲). *اثر بخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر تغییر نگرش نسبت به سوء مصرف مواد در بین دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان بجنورد*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد توانبخشی، دانشگاه آزاد اسلامی قوچان.

برخوری، حمید؛ رفاهی، ژاله و فرحبخش، کیومرث (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت‌اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت، عزت‌نفس و شادکامی دانش‌آموزان پسر پایه اول دبیرستان شهر جیرفت. *رهیافتی نو در مدیریت آموزشی*، ۵(۲)، ۱۳۱-۱۴۴.

بستامی، علیرضا؛ دالوندی، اصغر؛ خانکه، حمیدرضا؛ بستامی، معصومه و پاشایی ثابت، فاطمه (۱۳۹۵). بررسی تاثیر آموزش مهارت‌های تاب‌آوری بر تغییر نگرش نسبت به مواد مخدر در دانش‌آموزان مقطع راهنمایی شهر خرم آباد. *پژوهش توانبخشی در پرستاری*، ۲(۳)، ۴۰-۴۸.

پیرنیا، بیژن؛ منصور، ستاره؛ حاج صادقی، زهرا؛ رحمانی، سهیلا؛ پیرخائفی، علیرضا و سلیمانی، علی اکبر (۱۳۹۵). مقایسه اثربخشی الگوهای درمان فراشناختی و مثبت‌گرا بر شاخص ولع مصرف در مردان معتاد به داروهای محرک. *سلامت جامعه*، ۱۰(۲)، ۴۲-۵۱.

جباری، مهسا؛ شهیدی، شهریار و موتابی، فرشته (۱۳۹۳). اثربخشی مداخله مثبت‌نگر گروهی در کاهش نگرش‌های ناکارآمد و افزایش میزان شادکامی دختران نوجوان. *روان شناسی بالینی*، ۶(۲)، ۶۵-۷۴.

سال هفدهم، شماره ۶۹، پاییز ۱۴۰۲
Vol. 17, No. 69, Autumn 2023

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

خدادادی، طاهره و جایروند، حمداله (۱۳۹۶). *تعیین رابطه بین سرمایه اجتماعی با گرایش به اعتیاد در دانش‌آموزان پسر متوسطه شهرستان دره شهر*. هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی، تهران، شرکت همایشگران مهر اشراق.

دلاور، علی (۱۳۹۹). *روش تحقیق در روان‌شناسی و علوم تربیتی*. تهران: انتشارات ویرایش.

دلاور، علی؛ علیزاده، ابراهیم و رضایی، علی محمد (۱۳۸۳). ساخت و استانداردسازی آزمون نگرش‌سنج به مواد مخدر و تعیین رابطه بیان مؤلفه‌های فردی و خانوادگی با آن برای دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر تهران. *تعلیم و تربیت*، ۷۹(۲۰)، ۵۱-۷۶.

دهناشی لاطان، تاجماه و ستاری، مریم (۱۳۹۹). اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر بر نگرش‌های ناکارآمد دانش‌آموزان دختر دارای اختلال اضطراب فراگیر. *توانمند سازی کودکان استثنایی*، ۱۱(۳)، ۶۳-۷۵.

رحیمی، سحر (۱۳۹۴). *اثربخشی مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا بر نگرش‌های ناکارآمد و تاب‌آوری بیماران زن مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس شهر کرمانشاه*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه علامه طباطبائی.

زاهدی اصل، محمد و لطفی، شوش (۱۳۹۱). بررسی عوامل موثر بر شکل گیری نگرش جوانان (۲۹تا ۱۸) به مواد اعتیادآور. *فصلنامه علوم اجتماعی*، ۵۸(۳)، ۳۳-۵۸.

سارافینو، ادوارد پ (۱۳۹۹). *روان شناسی سلامت*. ترجمه فروغ شفیعی، اله میرزایی، حسن افتخار اردبیلی، غلامرضا گرمارودی، سید علی احمدی ابهری، علی منتظری مقدم، پریوش قوامیان، ابوالقاسم جزایری، سید مهدی نورایی، ابوالحسن ندیم. تهران : رشد. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، ۱۹۴۰).

طهماسبی، مریم (۱۳۹۹). *اثربخشی مثبت‌اندیشی بر کاهش نگرش ناکارآمد، جهت گیری زندگی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره گرایش دانشگاه محقق اردبیلی.

عنایت، حلیمه و غفاری، داریوش (۱۳۹۸). مطالعه پدیدارشناسانه بسترهای اعتیاد به مواد مخدر در زنان. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۱۳(۵)، ۳۲-۵۰.

قطبی نژادبهرآسمانی، اورانوس و حسنی راد مرجان (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی روان درمانگری مثبت‌نگر گروهی و روان نمایشگری بر افزایش نگرش معنوی در زنان مبتلا به درد مزمن. *مجله روان شناسی*، ۲۴(۱)، ۹۰-۷۵.

کاظمی، معصومه و خوش روش، وحید (۱۳۹۷). *تاثیر آموزش روانشناسی مثبت‌نگر بر نگرش به مواد و کیفیت زندگی معتادان وابسته به شیشه کلینیک‌های منطقه دو کرج*. ششمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی، روانشناسی و مشاوره ایران.

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

کرمی، امیر (۱۳۹۷). بررسی تاثیر افکار خودآیند منفی و عزت‌نفس بر استعداد اعتیاد در دانش‌آموزان پسر. *مجله رویش روان‌شناسی*، ۷(۷)، ۵۱-۶۱.

محمدی جلالی فراهانی، مجتبی؛ کرمی، حمیدرضا؛ رسولی، ندا؛ رسولی، مجید و فضلی، مهدی (۱۳۹۳). بررسی عوامل موثر در گرایش دانش‌آموزان دوره متوسطه به سوءمصرف مواد مخدر و راه‌های پیشگیری از آن. *فصلنامه علمی مطالعات مبارزه با مواد مخدر*، ۶(۲۰۲۱)، ۶۳-۷۸.

ممیز، احمدرضا؛ گلشنی، علیرضا و طالبیان، محمد حسن (۱۴۰۰). نقش سیاست‌گذاری آموزشی در تغییر آگاهی و نگرش (درک خطر) نوجوانان و جوانان در پیشگیری از اعتیاد به مواد مخدر. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۵(۶۱)، ۱۱۹-۱۴۹.

موسوی، سیده مریم؛ دشت بزرگی، زهرا؛ حیدرئی، علیرضا؛ پاشا، رضا و برنا، محمدرضا (۱۴۰۰). اثربخشی آموزش مثبت‌نگری بر خودشفقتی و تنظیم هیجان در مردان وابسته به مواد. *پژوهش نامه روانشناسی مثبت*، ۷(۱)، ۶۵-۷۶.

موسی‌پور، میترا؛ بیگی، زهرا؛ کیوانفر، آیدا و نایب دربان، نسیم (۱۴۰۱). اثربخشی درمان مثبت‌نگر بر آشفتگی روان‌شناختی و گرایش به اعتیاد در سربازان مصرف‌کننده مواد. *فصلنامه روانشناسی نظامی*، ۱۳(۵۰)، ۱۸۵-۱۶۶.

مهرآفرید، معصومه؛ خاکپور، مسعود؛ جاجرمی، محمود و علیزاده موسوی، ابراهیم (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مثبت‌اندیشی بر سخت‌رویی، تاب‌آوری و فرسودگی شغلی زنان پرستار. *آموزش پرستاری*، ۴(۱)، ۷۲-۸۳.

میرزایی علویجه، مهدی؛ نصیرزاده، مصطفی؛ اسلامی، احمدعلی؛ شریفی راد، غلامرضا و حسن زاده، اکبر (۱۳۹۲). تاثیر عملکرد خانواده در وابستگی جوانان به مواد مخدر صنعتی. *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت ایران*، ۱(۲)، ۱۹-۳۰.

نیک منش، زهرا و زندوکیلی، مریم (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مثبت‌نگری بر کیفیت زندگی، افسردگی، اضطراب و استرس بزهکاران نوجوان. *پژوهش نامه روانشناسی مثبت*، ۱(۲)، ۵۳-۶۴.

References

Bekhet, A. K. (2017). Positive thinking training intervention for caregivers of persons with autism: establishing fidelity. *Archives of Psychiatric Nursing*, 31(3), 306-310.

Dennhardt, A. A., & Murphy, J. G. (2013). Prevention and treatment of college student drug use. A review of the literature. *Addictive Behavior*, 38(10), 2607-2618.

Ford, B. Q., Dmitrieva, J. O., Heller, D., Chentsova-Dutton, Y., Grossmann, I., Tamir, M., & Mauss, I. B. (2015). Culture shapes whether the pursuit of happiness predicts higher or lower well-being. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(6), 1053-1062.

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]
[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]

Hanson, K. (2019). Positive psychology for overcoming symptoms of depression: A pilot study exploring the efficacy of a positive psychology self-help book versus a CBT self-help book. *Behavioural and cognitive psychotherapy*, 47(1), 95-113.
Kadam, M., Sinha, A., Nimkar, S., Matcheswalla, Y., & De Sousa, A. (2017). A comparative study of factors associated with relapse in alcohol dependence and opioid dependence. *Indian Journal of Psychology Medicine*, 39, 627-633.
Kuss, D. J., & Griths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14, 311-333.
Lyubomirsky, S., & Layous, K. (2013). How do simple positive activities increase wellbeing? *Current Directions in Psychological Science*, 22(1), 57–62.
Morley, S. (2015). Single cases are complex: Illustrated by Flink et al. Happy despite pain: a pilot study of a positive psychology intervention for patients with chronic pain. Scandinavian *Journal of Pain*, 7(1), 55-57.
Peters, R. D., & McMahon, T. (2009). *Preventing Childhood Disorders, substance Abuse and Delinquency*. Landon, New Delhi: Sage publications.
Romo-González, T., Ehrenzweig, Y., Sánchez-Gracida, O. D., Enríquez-Hernández, C. B., López-Mora, G., Martínez, A. J., & Larralde, C. (2013). Promotion of individual happiness and wellbeing of students by a positive education intervention. *Journal of behavior, health & social issues*, 5(2), 79-102.
Savolainen, I., Sirola, A., Kaakinen, M., & Oksanen, A. (2019). Peer group identification as determinant of youth behavior and the role of perceived social support in problem gambling. *Journal of gambling studies*, 35, 15-30.
Seligman, M. E. (2019). Positive psychology: A personal history. *Annual Review of Clinical Psychology*, 15(1), 1-23.
Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). *Positive psychology: An introduction.* Netherlands: Springer.
Seligman, M. E., Rashid, T., & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American psychologist*, 61(8), 774-790.
Sergeant, S., & Mongrain, M. (2014). An online optimism intervention reduces depression in pessimistic individuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 13, 157-165.
Thombs, D. L., & Osborn, C. J. (2019). *Introduction to addictive behaviors*. New York: The Guilford Press.
UNODC Research (2017). *World Drug Report.* Retrieved from United Nation Office on Drugs and Crime.
UNODC Research (2019). *World Drug Report.* Retrieved from United Nation Office on Drugs and Crime.
Wing Lo, T., Yeung, J., & Tam, C. (2020). Substance Abuse and Public Health: A Multilevel Perspective and Multiple Responses. *International Journal of Environmental Research and Public Health,* 17(7), 2610-2626.

[Downloaded from etiadpajohi.ir on 2026-11-25]

[DOI: 10.61186/etiadpajohi.17.69.201]