



Examining the Effectiveness of the “Effective Caregiver” Educational Program on the Improvement of Psychological Well-Being and Individual and Social Adjustment among Adolescents Residing in Residential Care Centers

Mohammad Ali Rahimi Mobaraki¹ , Hossein Ghamari Kivi^{2✉} , Ali Rezaei Sharif³ , Esmail Sadri Demirchi⁴ 

1. PhD Candidate in Counseling, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
E-mail: <mailto:Rahimi.mohammadali@hotmail.com>
2. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
E-mail: H_ghamari@uma.ac.ir
3. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
Email: <mailto:rezaeisharif@uma.ac.ir>
4. Professor, Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran.
E-mail: <mailto:e.sadri@uma.ac.ir>

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article history:
Received 25 April 2025
Received in revised form 26 May 2025
Accepted 26 June 2025
Published online 22 May 2026

Keywords:
Residential Care Centers,
Psychological Well-Being,
Individual and Social
Adjustment,
Effective Caregiver
Educational Program.

ABSTRACT

Background: Adolescents residing in residential care centers often face significant challenges regarding psychological well-being and individual and social adjustment due to their unique circumstances. Despite the vital importance of providing effective support to this vulnerable group, few studies have specifically investigated the effectiveness of targeted educational programs for caregivers in these centers.

Aims: The present study aimed to examine the effectiveness of the “Effective Caregiver” educational program on improving psychological well-being and individual and social adjustment among adolescents living in residential care centers.

Methods: This research was conducted using a quasi-experimental design with pre-test and post-test and a control group. The statistical population included all adolescents residing in residential care centers under the supervision of the Welfare Organization in East Azerbaijan Province. From this population, 30 adolescents were selected through simple random sampling. These 30 participants were then randomly assigned (by lottery) to experimental (n=15) and control (n=15) groups. The experimental group participated in a 10-session “Effective Caregiver” educational program. This program was designed based on attachment theory, social support, and social learning theory, and tailored to the developmental characteristics of adolescence as well as the specific challenges faced by adolescents in residential care centers. Research instruments included the Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989) and the California Personality Inventory (CPI; Clark et al., 1939). Data were analyzed using multivariate analysis of covariance in SPSS-26. The level of statistical significance was set at $P < 0.05$.

Results: The findings indicated that the “Effective Caregiver” educational program had a significant effect on improving psychological well-being and individual and social adjustment among adolescents in the experimental group compared to the control group ($P < 0.05$). Specifically, the analyses showed that the psychological well-being of adolescents in the experimental group (across all measured dimensions) improved significantly compared to the control group. The largest effect size in the dimensions of psychological well-being was observed in “positive relations with others” (effect size = 0.535). Furthermore, individual and social adjustment also increased significantly in the experimental group, with the largest effect size reported in the social adjustment component (effect size = 0.620).

Conclusion: Given the significant effectiveness of the “Effective Caregiver” educational program, it can be concluded that investing in the training and empowerment of caregivers in these centers is a practical and effective strategy for enhancing the mental health and adjustment of adolescents in residential care. Therefore, it is recommended that the authorities and policymakers of the Welfare Organization consider implementing similar educational programs as part of their supportive strategies to improve the situation of adolescents under the care of residential centers.

Citation: : Rahimi Mobaraki, M.A., Ghamari Kivi, H., Rezaei Sharif, A., & Sadri Demirchi, E (2026). Examining the Effectiveness of the “Effective Caregiver” Educational Program on the Improvement of Psychological Well-Being and Individual and Social Adjustment among Adolescents Residing in Residential Care Centers. *Journal of Psychological Science*, 25(159), 1-14. [10.61186/jps.25.159.7](https://doi.org/10.61186/jps.25.159.7)

Journal of Psychological Science, Vol. 25, No. 159, 2026.

© The Author(s). DOI: [10.61186/jps.25.159.7](https://doi.org/10.61186/jps.25.159.7)



✉ **Corresponding Author:** Hossein Ghamari Kivi. Professor, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran. Email: H_ghamari@uma.ac.ir Tel: (+98)9144511171

Extended Abstract

Introduction

Adolescents residing in residential care centers, due to factors such as the absence of effective guardians or parental incompetence, face more serious challenges and vulnerabilities in their developmental trajectory compared to their peers (Mukashi et al., 2019). Negative past experiences, including abuse, neglect, domestic violence, and the unique conditions of group living, put these adolescents at a higher risk for psychological and behavioral problems (Seifi et al., 2023). Studies have shown that the prevalence of common mental disorders such as depression, anxiety, and behavioral issues is significantly higher in this group than in the general population (Engler et al., 2022; Dubois-Comtois et al., 2021).

Psychological well-being and individual and social adjustment are key factors for the mental health and future success of adolescents living in residential care centers (Maggie et al., 2019). However, multiple studies in both Iran and internationally have demonstrated that these adolescents experience lower levels of psychological well-being and individual and social adjustment compared to their peers living in biological families (Bargin et al., 2025; Castro et al., 2024). Although some research has examined the role of social support, attachment styles, and individual skills (Greeno et al., 2019), most of these studies have been descriptive or correlational and have rarely focused on caregiver-based interventions.

Despite the crucial role of caregivers as primary sources of support and attachment, research indicates a lack of systematic, evidence-based educational programs aimed at empowering caregivers in residential care centers (Mohammadi et al., 2022; Tadesse et al., 2024). In Iran, there is also a shortage of studies evaluating the effectiveness of such programs. The present study aims to address this gap by examining the effectiveness of the “Effective Caregiver” educational program in promoting psychological well-being and adjustment among adolescents residing in residential care centers.

Method

This study employed a quasi-experimental pretest-posttest design with a control group. The statistical population consisted of adolescents residing in residential care centers under the supervision of the Welfare Organization in East Azerbaijan Province. From the eligible adolescents (aged 13–18, minimum six months of residence, informed consent), 28 participants were randomly selected and assigned to experimental and control groups. Exclusion criteria included lack of cooperation, transfer or return to family, and occurrence of serious problems during the study. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA) in SPSS-26, with a significance level set at $P < 0.05$.

The research instruments included the Ryff Psychological Well-Being Questionnaire (Ryff, 1989) with 18 items and established reliability (Bayani et al., 2006), the California Personality Inventory (CPI; Clark et al., 1939) with 180 items and satisfactory reliability (Atef Vahid et al., 2005), and the Effective Caregiver training protocol. The Effective Caregiver program was delivered in ten 90-minute group sessions, based on attachment theory (Bowlby, 1969), social support theory (Cobb, 1976), and social learning theory (Bandura, 1986), while considering adolescent developmental features (Steinberg, 2014) and the specific context of residential care centers (Attar-Schwartz, 2013).

Results

The mean age of participants was 15.23 years. Descriptive results indicated that the mean scores of psychological well-being, individual adjustment, and social adjustment in the experimental group increased in the post-test compared to the pre-test. Prior to conducting the main analyses, the assumptions for multivariate analysis of covariance—including normality (Shapiro-Wilk test), homogeneity of variances (Levene’s test), equality of variance-covariance matrices (Box’s M test), and homogeneity of regression slopes—were examined and confirmed for all variables ($P > 0.05$).

Table 1. Validity Indices for Multivariate Analysis of Covariance

Test Name	Value	f	P-Value	Effect Size
Pillai's Trace Test	0/632	4/29	0/001	0/632
Wilks' Lambda Test	0/368	4/29	0/001	0/632
Hotelling's Trace Test	1/71	4/29	0/001	0/632
Largest Root Test	1/71	4/29	0/001	0/632

As shown in Table 1, the Eta squared values indicate that the difference between the two groups with respect to the dependent variables is significant overall. Based on Wilks' Lambda, the effect size for

the variables of psychological well-being, individual adjustment, and social adjustment is 0.368.

Table 2. Results of ANCOVA for Psychological Well-Being, Individual Adjustment, and Social Adjustment

Variable	Source of the	sum of squares	df	Men of squares	f	P-Value	Impact factor
Psychological Well-Being	Pre-test effect	1/93	1	1/93	3/82	0/065	0/160
	Group effect	11/63	1	11/63	22/99	0/001	0/535
	Error	1/121	20	0/506	-	-	-
Individual Adjustment	Pre-test effect	0/270	1	0/270	4/56	0/043	0/160
	Group effect	1/346	1	1/346	22/75	0/001	0/487
	Error	1/42	24	0/059	-	-	-
Social Adjustment	Pre-test effect	0/537	1	0/537	19/27	0/001	0/445
	Group effect	1/09	1	1/09	39/16	0/001	0/620
	Error	0/668	24	0/028	-	-	-

The results in Table 2 indicate that, after controlling for the pre-test, the group effect on psychological well-being in the post-test was significant ($F=22.99$, $df=1$, $p<0.001$, $\eta^2=0.535$), meaning there was a significant difference between the experimental and control groups. Similarly, for individual adjustment ($F=22.75$, $df=1$, $p<0.001$, $\eta^2=0.487$) and social adjustment ($F=39.16$, $df=1$, $p<0.001$, $\eta^2=0.620$), the group effects were significant. Therefore, the results show that psychological well-being, individual adjustment, and social adjustment differed significantly between the experimental and control groups in the post-test.

Conclusion

The findings of this study revealed that the Effective Caregiver training program significantly improved psychological well-being and both individual and

social adjustment among adolescents living in residential care centers. These results are consistent with previous research highlighting the high vulnerability of these adolescents and their need for structured support (Mukashi et al., 2019; Seifi et al., 2023; Engler et al., 2022; Dubois-Comtois et al., 2021; Maggie et al., 2019; Castro et al., 2024). The program had the greatest impact on "positive relations with others," which aligns with attachment theory and the role of secure relationships (Bowlby, 1969; Magalhães & Calheiros, 2020; Ferring, 2024). Furthermore, improvements in "environmental mastery" and "personal growth" indicate the importance of a supportive environment in meeting adolescents' psychological needs (Ryan & Deci, 2000; Olson et al., 2025).

Regarding adjustment, the program showed the largest effect on social adjustment, supporting

social learning theory and the significance of caregivers as role models in fostering adolescents' social skills (Bandura, 1986; Tadesse et al., 2024; Birou et al., 2021). Training caregivers in communication skills effectively enhanced healthy social behaviors among the adolescents. The main strength of this study is its focus on caregiver training and empowerment, rather than direct intervention with adolescents, addressing a research gap identified in previous studies (Mohammadi et al., 2022; Tadesse et al., 2024). However, limitations include a small sample size, focus on welfare-affiliated centers, the cross-sectional design, and lack of longitudinal or qualitative methods. Future research is recommended to use more diverse samples, longitudinal designs, and mixed-method approaches to better assess the

effectiveness and sustainability of such interventions.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is derived from the doctoral dissertation in counseling at Mohaghegh Ardabili University. In this study, ethical considerations such as informing participants about the research objectives, obtaining informed consent for participation, maintaining participant confidentiality, and ensuring data privacy were observed.

Funding: This research was conducted as part of a doctoral dissertation and received no financial support.

Authors' contribution: This article is based on the first author's doctoral dissertation, supervised by the second author, and advised by the third and fourth authors.

Conflict of interest: The authors declare that there is no conflict of interest regarding the findings of this research.

Acknowledgments: The authors would like to express their gratitude to all participants who took part in this study.



بررسی اثربخشی برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» بر بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده

محمدعلی رحیمی مبارکی^۱، حسین قمری کیوی^{۲*}، علی رضایی شریف^۳، اسماعیل صدری دمیرچی^۴

۱. دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۲. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۳. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

۴. استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۴/۰۲/۰۵

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۳/۰۵

پذیرش: ۱۴۰۴/۰۴/۰۵

انتشار برخط: ۱۴۰۵/۰۳/۰۱

کلیدواژه‌ها:

مراکز شبه‌خانواده،

بهزیستی روان‌شناختی،

سازگاری فردی و اجتماعی،

برنامه آموزشی مراقب مؤثر.

زمینه: نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده به دلیل شرایط خاص خود اغلب با چالش‌های قابل توجهی در زمینه بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی مواجه هستند. با وجود اهمیت حیاتی حمایت مؤثر از این گروه آسیب‌پذیر، پژوهش‌های اندکی به طور اختصاصی به بررسی اثربخشی برنامه‌های آموزشی هدفمند برای مراقبان این مراکز پرداخته‌اند.

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» بر بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده انجام شد.

روش: این مطالعه به صورت شبه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی نوجوانان پسر مقیم مراکز شبه‌خانواده سازمان بهزیستی در استان آذربایجان شرقی در سال ۱۴۰۲ بودند که ۳۰ نوجوان به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده از میان این جامعه آماری انتخاب شدند. سپس، این ۳۰ نوجوان با استفاده از روش تصادفی (قرعه‌کشی) به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایش در برنامه آموزشی ۱۰ جلسه‌ای «مراقب مؤثر» شرکت کردند. این برنامه آموزشی بر اساس مبانی نظری دل‌بستگی، حمایت اجتماعی و یادگیری اجتماعی، و با توجه به ویژگی‌های رشدی نوجوانی و چالش‌های خاص نوجوانان مقیم مراکز طراحی شده بود. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (ریف، ۱۹۸۹) و پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا (کلارک و همکاران، ۱۹۳۹) بود. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره در نرم‌افزار آماری SPSS-26 تحلیل شدند. سطح معنی‌داری آماری $P < 0/05$ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» اثر معناداری بر بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان گروه آزمایش در مقایسه با گروه گواه داشته است ($P < 0/05$). به طور خاص، تحلیل‌ها نشان داد که بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان گروه آزمایش (در تمام ابعاد مورد سنجش) به طور معناداری نسبت به گروه گواه بهبود یافته است. بیشترین اندازه اثر در ابعاد بهزیستی روان‌شناختی مربوط به روابط مثبت با دیگران (اندازه اثر = ۰,۵۳۵) مشاهده شد. همچنین، سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان گروه آزمایش نیز به طور معناداری افزایش یافته بود، و بیشترین اندازه اثر در مؤلفه سازگاری اجتماعی (اندازه اثر = ۰,۶۲۰) گزارش شد.

نتیجه‌گیری: با توجه به اثربخشی معنادار برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» می‌توان نتیجه گرفت که سرمایه‌گذاری بر آموزش و توانمندسازی مراقبان این مراکز، یک راهکار عملی و مؤثر برای ارتقای سلامت روان و سازگاری نوجوانان این مراکز است. لذا، پیشنهاد می‌شود مسئولین و سیاست‌گذاران سازمان بهزیستی، اجرای برنامه‌های آموزشی مشابه «مراقب مؤثر» را به عنوان بخشی از راهبردهای حمایتی خود برای بهبود وضعیت نوجوانان تحت پوشش در مراکز شبه‌خانواده مد نظر قرار دهند.

استناد: رحیمی مبارکی، محمدعلی، قمری کیوی، حسین، رضایی شریف، علی‌رضا و صدری دمیرچی، اسماعیل (۱۴۰۵). بررسی اثربخشی برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» بر بهبود بهزیستی

روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده. *مجله علوم روانشناختی*، دوره ۲۵، شماره ۱۵۹، ۱-۱۴.

DOI: [10.61186/jps.25.159.7](https://doi.org/10.61186/jps.25.159.7). ۱۴۰۵، شماره ۱۵۹، دوره ۲۵، شماره ۱۵۹، ۱-۱۴.



✉ نویسنده مسئول: حسین قمری کیوی، استاد، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

رایانامه: H_ghamari@uma.ac.ir | تلفن: ۰۹۱۴۴۵۱۱۱۷۱

مقدمه

نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده، که به دلایل گوناگونی چون فقدان سرپرست مؤثر یا عدم صلاحیت والدین تحت پوشش سازمان بهزیستی قرار دارند، در مقایسه با همسالان خود با چالش‌ها و آسیب‌پذیری‌های جدی‌تری در مسیر رشد و تکامل مواجه هستند (موکاشی و همکاران، ۲۰۱۹). تجربه‌های منفی پیشین مانند سوءرفتار، بی‌توجهی، خشونت خانگی، و همچنین شرایط خاص زندگی در محیط‌های گروهی، از جمله تغییر مکرر مراقبان و نبود دلبستگی ایمن، این گروه را در معرض خطر بالاتری برای بروز مشکلات جدی روان‌شناختی و رفتاری قرار می‌دهد (سیفی و همکاران، ۱۴۰۲). پژوهش‌ها به وضوح نشان می‌دهند که شیوع اختلالات روانی شایع‌تر از جمله افسردگی، اضطراب، مشکلات رفتاری، و پیامدهای ناشی از تروما در میان این نوجوانان به‌طور قابل‌توجهی بالاتر از جمعیت عمومی است (انگلر و همکاران، ۲۰۲۲؛ دبویز-کومتویز و همکاران، ۲۰۲۱).

در این میان، بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی دو مؤلفه حیاتی و در هم تنیده برای سلامت روان و موفقیت این نوجوانان در آینده محسوب می‌شوند (ماگی و همکاران، ۲۰۱۹). بهزیستی روان‌شناختی فراتر از صرف فقدان بیماری روانی، به رشد و شکوفایی استعدادها و واقعی فرد و دستیابی به یک زندگی معنادار و رضایت‌بخش اشاره دارد و شامل ابعادی چون پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، هدف‌مندی در زندگی و رشد شخصی است (روگری و همکاران، ۲۰۲۰). از سوی دیگر، سازگاری فردی و اجتماعی به توانایی فرد در برقراری رابطه مؤثر و پویا با محیط، پاسخگویی مناسب به نیازها و انگیزه‌ها، و تعامل سازنده با دیگران و جامعه اشاره دارد و شامل مؤلفه‌هایی چون سازگاری عاطفی، رفتاری و اجتماعی است (اولسون و همکاران، ۲۰۲۵). ارتقای این دو متغیر از اهداف اصلی مراکز شبه‌خانواده است؛ با این حال، دستیابی به این اهداف نیازمند فراهم آوردن محیطی حمایت‌گر و روابط دلبستگی ایمن است که نقش محوری مراقبان حرفه‌ای در این زمینه برجسته می‌شود (فیرینگ، ۲۰۲۴).

پژوهش‌های متعددی در سطح بین‌المللی و داخلی به بررسی وضعیت بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری در میان نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده پرداخته‌اند (بارگین و همکاران، ۲۰۲۵؛ تروبی و همکاران، ۲۰۲۴؛ شیری و همکاران، ۱۴۰۲). این مطالعات به‌طور مداوم نشان

داده‌اند که این گروه از نوجوانان در مقایسه با همسالان خود که در خانواده‌های زیستی زندگی می‌کنند، سطوح پایین‌تری از بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی را تجربه می‌کنند و با مشکلات بیشتری در این زمینه‌ها مواجه هستند (کاسترو و همکاران، ۲۰۲۴). برخی پژوهش‌ها نیز به بررسی عوامل مرتبط با این متغیرها در این جمعیت پرداخته‌اند، مانند نقش حمایت اجتماعی، سبک‌های دلبستگی، و مهارت‌های فردی نوجوانان (گرینو و همکاران، ۲۰۱۹). این تحقیقات اگرچه به شناخت بهتر وضعیت این نوجوانان و عوامل مؤثر بر آن کمک کرده‌اند، اما عمدتاً ماهیت توصیفی، همبستگی یا بررسی مداخلات مستقیم بر خود نوجوانان داشته‌اند.

با این حال، علی‌رغم اهمیت حیاتی نقش مراقبان به عنوان چهره‌های دلبستگی مهم و ارائه‌دهندگان اصلی حمایت در این مراکز، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که کمبود مطالعات متمرکز بر طراحی، اجرا و ارزیابی اثربخشی برنامه‌های آموزشی نظام‌مند، مبتنی بر شواهد، و متناسب با نیازهای خاص نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده برای توانمندسازی مراقبان، یک خلأ جدی در این حوزه محسوب می‌شود (محمدی و همکاران، ۱۴۰۱). در حالی که برخی مطالعات به بررسی ویژگی‌های مراقبان مؤثر از دیدگاه نوجوانان پرداخته‌اند (تادسی و همکاران، ۲۰۲۴؛ بیرو و همکاران، ۲۰۲۱). اطلاعات محدودی در مورد برنامه‌های آموزشی مشخصی که به‌طور علمی اثربخشی آن‌ها بر بهبود پیامدهای روان‌شناختی و سازگاری در نوجوانان تحت مراقبت ارزیابی شده باشد، در دسترس است. به‌ویژه در ایران، با وجود سیاست‌های حمایتی، نیازسنجی دقیق از خود نوجوانان و مراقبان و تدوین برنامه‌های آموزشی بومی‌سازی شده کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این خلأ پژوهشی و عملی، ضرورت انجام مطالعاتی را که به ارزیابی برنامه‌های آموزشی هدفمند برای مراقبان با تمرکز بر بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری نوجوانان می‌پردازند، بیش از پیش آشکار می‌سازد.

پژوهش حاضر با درک این ضرورت، به ارزیابی اثربخشی برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» پرداخته است. این برنامه با هدف تجهیز مراقبان به دانش و مهارت‌های لازم برای ایجاد روابط حمایتی، تقویت دلبستگی ایمن، و پاسخگویی مؤثر به نیازهای روان‌شناختی و رفتاری نوجوانان طراحی شده است. ارزیابی علمی این برنامه می‌تواند شواهد لازم را برای ترویج و اجرای گسترده‌تر آن در مراکز شبه‌خانواده فراهم آورد و گامی

آماري $P < 0.05$ در نظر گرفته شد. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد.

ب) ابزار

پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی (PWBIQ): این مقیاس توسط ریف در سال ۱۹۸۹ تدوین شده و شامل ۱۸ سؤال است که هدف آن ارزیابی بهزیستی روان‌شناختی در شش بعد مختلف شامل استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، و پذیرش خود است. نمره‌گذاری این مقیاس براساس طیف لیکرت شش‌گزینه‌ای انجام می‌شود که از «کاملاً مخالفم» (نمره ۱) تا «کاملاً موافقم» (نمره ۶) متغیر است. نمرات ۱۸ سؤال با یکدیگر جمع شده و حداقل نمره ممکن ۱۸ و حداکثر ۱۰۸ است. ریف (۱۹۸۹) در پژوهشی برای بررسی پایایی این ابزار از آلفای کرونباخ بهره گرفت. آلفای بدست آمده برای پذیرش خود ۰/۹۳، ارتباط مثبت با دیگران ۰/۹۱، خودمختاری ۰/۸۶، تسلط بر محیط ۰/۹۰، هدفمندی در زندگی ۰/۹۰ و رشد شخصی ۰/۸۷ گزارش شده است و ضریب پایایی بازآزمایی بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۶ بدست آمد. بیانی و همکاران (۱۳۸۵) در پژوهشی ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس را بررسی کردند که ضریب پایایی بازآزمایی این مقیاس را ۰/۸۲ و پایایی خرده مقیاس‌ها را بین ۰/۷۰ تا ۰/۷۸ گزارش نمودند. همچنین در بررسی روایی همزمان همبستگی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف با مقیاس رضایت از زندگی و پرسشنامه‌های شادکامی آکسفورد و عزت نفس روزنبرگ به ترتیب ۰/۴۷، ۰/۵۸ و ۰/۴۶ بدست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ بدست آمد.

پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا (CPI): این پرسشنامه توسط کلارک و همکاران در سال ۱۹۳۹ طراحی و در سال ۱۹۵۳ بازننگری شده است و به منظور اندازه‌گیری سازگاری فردی و اجتماعی مورد استفاده قرار می‌گیرد. این ابزار شامل ۱۸۰ سؤال دوگزینه‌ای (بلی/خیر) است و ۱۲ خرده‌مقیاس دارد که نیمی از آن‌ها برای سنجش سازگاری فردی و نیمی دیگر برای سنجش سازگاری اجتماعی به کار می‌روند. نمره‌گذاری این پرسشنامه به این صورت است که به سؤالاتی با بار مثبت در زمینه سازگاری، پاسخ «بلی» دو امتیاز و پاسخ «خیر» یک امتیاز تعلق می‌گیرد، و به سؤالاتی با بار منفی، پاسخ «خیر» دو امتیاز و پاسخ

عملی در جهت بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی این گروه آسیب‌پذیر باشد. بنابراین، با توجه به مشکلات روان‌شناختی و سازگاری در نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده، نقش حیاتی مراقبان در بهبود وضعیت آن‌ها، و خلأ موجود در زمینه برنامه‌های آموزشی مبتنی بر شواهد برای مراقبان، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» بر بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده انجام شده است.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان:

روش این پژوهش، شبه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی نوجوانان پسر مقیم مراکز شبه‌خانواده تحت نظارت سازمان بهزیستی در استان آذربایجان شرقی در سال ۱۴۰۲ بودند که تعداد آن‌ها حدود ۱۰۰ نفر بود و در ۶ مرکز در سطح استان اقامت داشتند. تعداد ۳۰ نوجوان به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده از میان این جامعه آماری که واجد شرایط ورود به مطالعه بودند، انتخاب شدند. سپس، این ۳۰ نوجوان با استفاده از روش تصادفی (قرعه‌کشی) به دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) گمارده شدند. معیارهای ورود به این پژوهش شامل سن در محدوده نوجوانی (مثلاً ۱۳ تا ۱۸ سال)، حداقل شش ماه سابقه اقامت در مراکز شبه‌خانواده و رضایت آگاهانه خود نوجوان و تأیید مسئولین مرکز برای شرکت در مطالعه بود. همچنین، نوجوانان نباید دارای اختلالات روان‌پزشکی شدید (مانند روان‌پریشی یا اختلالات شدید خلقی) یا ناتوانی‌های ذهنی قابل توجهی می‌بودند که مانع مشارکت آن‌ها در ارزیابی‌ها یا تأثیرپذیری از برنامه آموزشی شود. معیارهای خروج از پژوهش نیز شامل عدم همکاری در طول دوره پژوهش (مانند غیبت مکرر در جلسات ارزیابی)، انتقال به مرکز دیگر یا بازگشت به خانواده زیستی در طول اجرای پژوهش، و بروز هرگونه مشکل جدی در طول مطالعه که ادامه مشارکت را برای نوجوان دشوار سازد، بود. در این پژوهش جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. شایان ذکر است کلیه مراحل و عملیات تجزیه و تحلیل آماری با استفاده از نرم افزار SPSS-26 صورت گرفت. سطح معنی‌داری

«بلی» یک امتیاز تعلق می‌گیرد. شافر در کتاب سالنامه ی اندازه گیری های روانی، در مورد آزمون شخصیتی کالیفرنیا بر پایه مطالعات انجام شده، ضرایب پایایی نمره های آزمون را برای خرده مقیاس های آزمون بین ۰/۶۰ تا ۰/۸۷ و برای کل آزمون ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ بوده است. همچنین ضریب اعتبار هر یک از ویژگی های شخصیتی با روش اجرای مجدد با فاصله زمانی یکساله ۰/۳۸ تا ۰/۷۵ بدست آمد (گاف، ۲۰۱۲). همچنین، در مطالعه‌ای در ایران، عاطف وحید و همکاران (۱۳۸۴) ضرایب پایایی این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ و روش تصنیف برای کل آزمون به ترتیب ۰/۹۰ و ۰/۹۳ گزارش کرده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ و محاسبه و ۰/۹۱ بدست آمد.

جلسات آموزش مراقب مؤثر: برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» با هدف ارتقای دانش، نگرش و مهارت‌های مراقبان اصلی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده، به منظور بهبود بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری

فردی و اجتماعی این نوجوانان طراحی و در این پژوهش به کار گرفته شد. این برنامه در قالب ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و به صورت گروهی برگزار گردید. محتوای برنامه بر اساس مبانی نظری مرتبط تدوین شده است. مبانی نظری اصلی این برنامه بر تئوری‌هایی نظیر نظریه دلبستگی که بر اهمیت روابط ایمن و حمایت‌گر بین مراقب و نوجوان تأکید دارد (بالبی، ۱۹۶۹)، نظریه حمایت اجتماعی که نقش شبکه‌های حمایتی را در بهزیستی تبیین می‌کند (کوب، ۱۹۷۶)، و نظریه یادگیری اجتماعی که بر الگوبرداری از رفتارهای سازگارانه مراقبان تمرکز دارد (بندورا، ۱۹۸۶) استوار است. همچنین، محتوای برنامه با در نظر گرفتن ویژگی‌های رشدی و روان‌شناختی خاص دوره نوجوانی (استینبرگ، ۲۰۱۴) و چالش‌های منحصربه‌فرد نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده ناشی از تجارب پیشین و شرایط زندگی در مراکز (آتر-شوارتز، ۲۰۱۳) تدوین گردید.

جدول ۱. محتوای جلسات آموزش مراقب مؤثر

جلسه	عنوان جلسه	محتوا	تکالیف
اول	شناخت ویژگی‌های شخصیتی مراقبان و تأثیر آن بر عملکرد مراقبتی	ارتقای خودآگاهی مراقبان نسبت به ویژگی‌های شخصیتی خود و درک تأثیر آن‌ها بر سبک مراقبت و تعامل با نوجوانان	خودارزیابی ویژگی‌های شخصیتی، بحث گروهی درباره تأثیر شخصیت بر روابط، تمرین همدلی
دوم	ساختار سازمانی مراکز، نقش‌ها و لزوم هماهنگی تیمی	آشنایی کامل با ساختار سلسله مراتبی مرکز، شرح وظایف و مسئولیت‌های تیم مراقبتی و درک اهمیت کار گروهی و هماهنگی در ارائه مراقبت جامع	بحث گروهی در مورد نقش‌ها و چالش‌های سازمانی، تمرین‌های تیم‌سازی، حل مسئله گروهی در مورد سناریوهای روزمره مرکز
سوم	نقش محوری مراقبان و مبانی نظری مراقبت (با تأکید بر نظریه دلبستگی)	تبیین نقش اساسی مراقبان به عنوان چهره‌های دلبستگی، آشنایی با اصول پایه مراقبت مبتنی بر نظریه‌های کلیدی (مانند دلبستگی) و کاربرد عملی آن‌ها در تعامل با نوجوانان	تحلیل موردی مرتبط با دلبستگی، بحث در مورد تجربیات مراقبان در ایجاد رابطه ایمن، ایفای نقش سناریوهای تعاملی
چهارم	درک ویژگی‌های رشدی دوره نوجوانی و تفاوت‌های فردی	تسلط بر مراحل رشد شناختی، هیجانی و اجتماعی در دوره نوجوانی، آشنایی با نظریه‌های مرتبط، شناخت اختلالات شایع و درک ضرورت توجه به تفاوت‌های فردی در نوجوانان تحت مراقبت	بحث گروهی در مورد رفتارهای رایج نوجوانی، تحلیل ویدئوهای آموزشی مرتبط، بررسی مطالعات موردی نوجوانان با ویژگی‌های متفاوت
پنجم	چالش‌های خاص نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده	آگاهی عمیق‌تر نسبت به تجارب آسیب‌زا و چالش‌های منحصربه‌فرد نوجوانان مقیم مراکز، شامل پیامدهای تروما، مشکلات دلبستگی و سازگاری با زندگی در محیط گروهی	به اشتراک‌گذاری تجربیات (با رعایت محرمانگی)، بحث گروهی در مورد چالش‌های رفتاری و هیجانی خاص این نوجوانان، تحلیل سناریوهای چالش‌برانگیز
ششم	مهارت‌های ارتباطی مؤثر با نوجوانان و تیم مراقبتی	ارتقای مهارت‌های ارتباطی پایه و پیشرفته، شامل گوش دادن فعال، همدلی، بازخورد سازنده و حل تعارض، با تمرکز بر نحوه برقراری و حفظ ارتباط مثبت و سازنده با نوجوانان و همکاران	ایفای نقش سناریوهای ارتباطی دشوار، تمرین مهارت‌های گوش دادن و همدلی، تحلیل سبک‌های ارتباطی
هفتم	مداخله در بحران‌های دوره نوجوانی و بحران‌های مرتبط با نوجوانان مراکز	تسلط بر مهارت‌های شناسایی، ارزیابی و مداخله مؤثر در بحران‌های رایج در دوره نوجوانی (مانند افکار خودکشی، سوء مصرف مواد) و بحران‌های مرتبط با شرایط زندگی در مرکز	تحلیل مطالعات موردی بحران، تمرین گام‌های مداخله در بحران، بحث گروهی در مورد پروتکل‌های مدیریت بحران در مرکز
هشتم	آموزش و تسهیل یادگیری مهارت‌های زندگی در نوجوانان	آشنایی با سرفصل‌های مهارت‌های ده‌گانه زندگی، درک اهمیت آن‌ها برای توانمندسازی نوجوانان و یادگیری روش‌های عملی برای آموزش و تقویت مستمر این مهارت‌ها در تعاملات روزمره	تمرین گروهی برخی از مهارت‌های زندگی (مانند حل مسئله، تصمیم‌گیری)، بحث در مورد روش‌های تدریس مهارت‌ها به نوجوانان، طراحی فعالیت‌های گروهی برای تقویت مهارت‌ها

نهم	آماده‌سازی نوجوانان برای مواجهه با چالش‌های اجتماعی و زندگی مستقل	تبیین چالش‌های پیش روی نوجوانان هنگام خروج از مرکز و آغاز زندگی مستقل (شامل مسائل مالی، شغلی، مسکن و روابط اجتماعی) و آموزش راهکارهای مؤثر برای آماده‌سازی و حمایت از آن‌ها در این فرآیند	بحث گروهی در مورد چالش‌های زندگی مستقل، برنامه‌ریزی فرضی برای خروج از مرکز، ایفای نقش سناریوهای مواجهه با چالش‌های اجتماعی
دهم	جمع‌بندی برنامه، مرور مطالب و پاسخ به سؤالات	مرور و تثبیت مطالب کلیدی ارائه شده در طول دوره، پاسخ به ابهامات و سؤالات شرکت‌کنندگان و جمع‌آوری بازخورد برای ارزیابی و بهبود برنامه آموزشی	مرور کلی سرفصل‌ها و نکات کلیدی، جلسه پرسش و پاسخ آزاد، بحث گروهی برای جمع‌بندی یادگیری‌ها، تکمیل فرم‌های بازخورد

یافته‌ها

میانگین سنی شرکت کنندگان ۱۵/۲۳ سال بود. جدول ۲ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه را نشان می‌دهد.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک گروه آزمایشی و گواه

متغیر وابسته	مولفه	گروه	پیش‌آزمون			پس‌آزمون				
			میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	میانگین	انحراف معیار	کجی	
بهزیستی روان‌شناختی	پذیرش خود	آزمایش	۳/۳۹	۰/۱۹۳	۰/۱۰۹	-۰/۶۵۰	۴/۷۲	۰/۵۱۲	۰/۱۰۹	-۰/۵۵۷
	گواه	گواه	۳/۳۹	۰/۱۶۵	۰/۰۸۳	-۰/۶۲۵	۳/۵۷	۰/۷۰۳	-۰/۰۳۴	-۰/۵۵۶
	روابط مثبت با دیگران	آزمایش	۳/۳۲	۰/۲۲۵	۰/۶۵۹	-۰/۰۱۶	۴/۸۲	۰/۶۴۶	۰/۵۵۹	-۰/۰۱۶
	گواه	گواه	۳/۱۸	۰/۲۳۵	۰/۵۵۹	-۰/۰۵۸	۳/۴۲	۰/۷۵۷	-۰/۶۸۳	۰/۳۸۸
	خودمختاری	آزمایش	۳/۳۰	۰/۱۲۷	۰/۴۴۷	۰/۲۲۵	۴/۸۰	۰/۶۰۳	-۰/۳۲۷	-۰/۳۷۵
	گواه	گواه	۳/۳۳	۰/۱۵۷	-۰/۲۳۲	-۰/۰۲۴	۳/۵۵	۰/۸۱۲	-۰/۸۰۳	۰/۳۷۳
	تسلط بر محیط	آزمایش	۳/۲۷	۰/۲۸۰	-۰/۸۸۱	۰/۵۱۴	۴/۶۷	۰/۷۳۲	-۰/۸۱۰	۰/۴۹۴
	گواه	گواه	۳/۳۳	۰/۲۴۹	-۰/۱۸۱	-۰/۶۳۷	۳/۴۴	۰/۹۲۳	-۰/۸۴۵	۰/۲۳۱
	زندگی هدفمند	آزمایش	۳/۲۶	۰/۲۵۴	-۰/۴۳۱	-۰/۲۴۲	۴/۷۹	۰/۶۱۲	-۰/۱۱۷	-۰/۰۷۲
	گواه	گواه	۳/۱۶	۰/۳۱۶	-۰/۱۱۷	-۰/۰۷۲	۳/۵۸	۱/۰۱	۰/۰۵۶	-۰/۳۰۹
	رشد فردی	آزمایش	۳/۳۲	۰/۲۵۶	۰/۰۹۷	-۰/۷۱۰	۴/۵۲	۰/۳۳۴	-۰/۵۸۵	-۰/۱۲۶
	گواه	گواه	۳/۱۲	۰/۱۵۹	-۰/۸۴۲	-۰/۴۰۶	۳/۵۹	۰/۸۵۱	-۰/۴۶۶	-۰/۱۲۶
	نمره کل بهزیستی روان‌شناختی	آزمایش	۳/۷۸	۰/۶۶۱	-۰/۴۱۷	-۰/۲۵۹	۴/۸۲	۰/۲۱۴	-۰/۷۲۷	۱/۲۳
	گواه	گواه	۳/۰۵	۰/۴۲۸	-۰/۳۴۵	-۰/۷۸۴	۳/۱۱	۰/۳۱۹	۰/۹۰۲	۲/۵۸
	سازگاری فردی	آزمایش	۲/۵۲	۰/۳۳۵	۰/۹۱۱	-۰/۳۰۵	۴/۱۵	۰/۸۱۷	۰/۵۸۰	۰/۴۹۲
	گواه	گواه	۲/۶۷	۰/۴۱۰	۰/۵۸۰	۰/۴۹۲	۲/۸۰	۰/۵۵۲	۰/۳۸۸	۰/۰۴۷
سازگاری اجتماعی	آزمایش	۲/۱۳	۰/۳۱۸	-۰/۱۵۲	-۰/۲۴۱	۴/۰۹	۰/۲۱۸	۰/۷۴۶	-۰/۳۳۲	
گواه	گواه	۲/۰۸	۰/۱۱۹	۰/۲۰۰	-۰/۵۷۰	۲/۱۴	۰/۲۱۵	۰/۳۴۰	-۰/۷۹۲	

پس‌آزمون ۴/۰۹ بدست آمده است. پیش از اجرای تحلیل‌های آماری نسبت به بررسی مفروضات روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری اقدام شد. نتایج بررسی پیش‌فرض نرمال بودن با آزمون شاپیرو ویلک نشان داد، متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی در هر دو گروه و هر دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون دارای توزیع نرمال بود

با توجه به اطلاعات جدول ۲، میانگین نمره کلی بهزیستی روان‌شناختی گروه آزمایش در مراحل پیش‌آزمون ۳/۷۸ و پس‌آزمون ۴/۸۲ بدست آمده است. میانگین نمره سازگاری فردی برای گروه آزمایش در مراحل پیش‌آزمون ۲/۵۲ و پس‌آزمون ۴/۱۵ بدست آمده است. میانگین نمره سازگاری اجتماعی برای گروه آزمایش در مراحل پیش‌آزمون ۲/۱۳ و

($P > 0/05$). نتایج آزمون لوین برابری واریانس گروه‌ها در متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی را نشان می‌دهد ($P > 0/05$). همچنین نتایج آزمون ام باکس مربوط به برابری ماتریس واریانس-کوواریانس برای متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی و

سازگاری فردی و اجتماعی است ($P > 0/05$). بررسی شرط برابری شیب-های رگرسیون مشخص کرد، توازی شیب‌های رگرسیون برای تحلیل کوواریانس فراهم است ($P > 0/05$).

جدول ۳. نتایج مربوط به شاخص‌های اعتباری تحلیل کوواریانس چندمتغیری

مقدار	F	سطح معنی داری	اندازه اثر
آزمون اثر پیلاپی	۴/۲۹	۰/۰۱۰	۰/۶۳۲
آزمون لامبدای ویلکز	۴/۲۹	۰/۰۱۰	۰/۶۳۲
آزمون اثر هتلینگ	۴/۲۹	۰/۰۱۰	۰/۶۳۲
آزمون بزرگترین ریشه روی	۴/۲۹	۰/۰۱۰	۰/۶۳۲

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، مجذور اتا نشان می‌دهد که تفاوت بین دو گروه با توجه به مولفه‌های متغیر وابسته در کل معنادار است و این تفاوت، برای بهزیستی روان‌شناختی، سازگاری فردی و

اجتماعی، براساس آزمون لامبدای ویلکز ۰/۳۶۸ است. جدول ۴ نتایج آزمون تحلیل کوواریانس را نشان می‌دهد.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس برای متغیر بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی

متغیر	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	ضریب F	معناداری	مجذور اتا
بهزیستی روان‌شناختی	اثربیش آزمون	۱/۹۳	۱	۱/۹۳	۳/۸۲	۰/۰۶۵	۰/۱۶۰
	اثر گروه	۱۱/۶۳	۱	۱۱/۶۳	۲۲/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۵۳۵
	خطا	۱۰/۱۲۱	۲۰	۰/۵۰۶	-	-	-
سازگاری فردی	اثر پیش آزمون	۰/۲۷۰	۱	۰/۲۷۰	۴/۵۶	۰/۰۴۳	۰/۱۶۰
	اثر گروه	۱/۳۴۶	۱	۱/۳۴۶	۲۲/۷۵	۰/۰۰۱	۰/۴۸۷
	خطا	۱/۴۲	۲۴	۰/۰۵۹	-	-	-
سازگاری اجتماعی	اثربیش آزمون	۰/۵۳۷	۱	۰/۵۳۷	۱۹/۲۷	۰/۰۰۱	۰/۴۴۵
	اثر گروه	۱/۰۹	۱	۱/۰۹	۳۹/۱۶	۰/۰۰۱	۰/۶۲۰
	خطا	۰/۶۶۸	۲۴	۰/۰۲۸	-	-	-

نتایج جدول شماره ۴ بیانگر آن است برای متغیر بهزیستی روان‌شناختی پس از کنترل پیش آزمون، در مرحله پس آزمون ($F=22/99$ ، $df=1$ و $p < 0/001$) اثر گروه معنادار است، به این معنی که بین گروه آزمایش و گروه گواه در متغیر بهزیستی روان‌شناختی در مرحله پس آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل کوواریانس حاکی از آن است که برای متغیر سازگاری فردی پس از کنترل پیش آزمون، در مرحله پس آزمون ($F=22/75$ ، $df=1$ و $p < 0/001$) اثر گروه معنادار است، به این معنی که بین گروه آزمایش و گروه گواه در متغیر سازگاری فردی در مرحله پس آزمون تفاوت معناداری وجود دارد.

نتایج تحلیل کوواریانس حاکی از آن است که برای متغیر سازگاری اجتماعی پس از کنترل پیش آزمون، در مرحله پس آزمون ($F=39/16$ ، $df=1$ و $p < 0/001$) اثر گروه معنادار است، به این معنی که بین گروه آزمایش و گروه گواه در متغیر سازگاری اجتماعی در مرحله پس-آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. بنابراین با توجه به نتایج ارائه شده متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی، سازگاری فردی و اجتماعی در مرحله پس آزمون، بین گروه آزمایش و گروه گواه تفاوت معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی برنامه آموزشی مراقب مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده انجام شد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که برنامه آموزشی مراقب مؤثر به طور معناداری موجب ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی و سازگاری فردی و اجتماعی نوجوانان مقیم مراکز شبه‌خانواده شد. این یافته با پژوهش‌های پیشین که بر آسیب‌پذیری روانی و رفتاری این نوجوانان به دلیل تجربه‌های منفی گذشته از جمله سوءرفتار، بی‌توجهی، خشونت خانگی و تغییر مکرر مراقبان تأکید داشته‌اند، همسو است (موکاشی و همکاران، ۲۰۱۹؛ سیفی و همکاران، ۱۴۰۲؛ انگلر و همکاران، ۲۰۲۲؛ دبويز-کومتویز و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهش‌های مختلف نشان داده‌اند که این نوجوانان نسبت به همسالان خود در خانواده‌های زیستی، بیشتر در معرض اختلالات روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب و مشکلات رفتاری قرار دارند و نیازمند حمایت و مداخله‌های ساختاریافته هستند (ماگی و همکاران، ۲۰۱۹؛ کاسترو و همکاران، ۲۰۲۴).

بررسی جزئی‌تر نتایج، اثربخشی معنادار برنامه را بر تمامی مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی (پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، هدف‌مندی در زندگی و رشد فردی) نشان داد. این یافته همراستا با تعریف چندبعدی بهزیستی روان‌شناختی است که توسط ریف (۲۰۱۴) و روگری و همکاران (۲۰۲۰) ارائه شده و بر رشد همه‌جانبه و رضایت‌مندی فردی تأکید دارد. به ویژه، بیشترین اثر در مؤلفه «روابط مثبت با دیگران» مشاهده شد. این یافته با نظریه دلبستگی بالبی (۱۹۶۹) که نقش روابط ایمن و حمایت‌گر را در رشد سالم روان‌شناختی کودکان فاقد دلبستگی اولیه ایمن برجسته می‌کند، کاملاً هم‌راستا است. نبود دلبستگی ایمن و تغییر مکرر مراقبان، یکی از چالش‌های اصلی این مراکز است (سیفی و همکاران، ۱۴۰۲) که با آموزش‌های هدفمند و ارتقاء مهارت‌های ارتباطی مراقبان، تا حدی جبران شده است. مطالعات جدید نیز نقش نزدیکی عاطفی و حساسیت مراقبان را در کاهش مشکلات هیجانی و ارتقاء بهزیستی نوجوانان تأیید کرده‌اند (ماگالیس و کالیروس، ۲۰۲۰؛ فیرینگ، ۲۰۲۴). همچنین، بهبود معنادار در مؤلفه‌های «تسلط بر محیط» و «رشد فردی» نشان می‌دهد که توانمندسازی مراقبان برای فراهم آوردن فرصت‌هایی جهت

کسب شایستگی، تصمیم‌گیری و استقلال نسبی برای نوجوانان، با اصول نظریه خودتعیینی (رایان و دسی، ۲۰۰۰) و مطالعات جدید در این حوزه (اولسون و همکاران، ۲۰۲۵) همخوانی دارد. این امر نشان می‌دهد که محیط حمایتی و فرصت‌های رشد می‌تواند نیازهای بنیادین روان‌شناختی نوجوانان را تأمین کند. در خصوص سازگاری فردی و اجتماعی، یافته‌ها نشان داد که برنامه آموزشی بیشترین اثر را بر سازگاری اجتماعی داشته است. این مسئله را می‌توان با نظریه یادگیری اجتماعی بندورا (۱۹۸۶) تبیین کرد که بر یادگیری رفتارهای سازگارانه از طریق مشاهده و الگوبرداری از مراقبان تأکید دارد. آموزش مهارت‌های ارتباطی و مدیریت بحران به مراقبان، نقش مهمی در آموزش غیرمستقیم رفتارهای سالم اجتماعی به نوجوانان ایفا کرده است. این نتایج با پژوهش‌هایی که بر اهمیت ارتقاء مهارت‌های اجتماعی نوجوانان آسیب‌پذیر و نقش مراقبان در این زمینه تأکید دارند، همسو است (تادسی و همکاران، ۲۰۲۴؛ پیرو و همکاران، ۲۰۲۱).

مهم‌ترین نقطه قوت پژوهش حاضر، تمرکز بر آموزش و توانمندسازی مراقبان به جای مداخله مستقیم بر نوجوانان است. این رویکرد، با توجه به پایداری اثرات و ارتقاء کیفیت کلی محیط زندگی نوجوانان، رویکردی نوآورانه در مقایسه با مطالعات داخلی است که غالباً بر مداخلات مستقیم برای نوجوانان تمرکز داشته‌اند. این تغییر رویکرد، پاسخی مستقیم به خلأ پژوهشی اشاره‌شده توسط محمدی و همکاران (۱۴۰۱) است که نبود مطالعات متمرکز بر طراحی و ارزیابی برنامه‌های آموزشی نظام‌مند و مبتنی بر شواهد برای مراقبان را در بافت ایران و سایر کشورها برجسته کرده‌اند. همچنین، ویژگی‌های کلیدی مراقبان مؤثر از دیدگاه نوجوانان، شامل دلسوزی، گوش دادن فعال و حمایت‌گری، در این برنامه تقویت شد؛ امری که با یافته‌های تادسی و همکاران (۲۰۲۴) همخوانی دارد و نشان می‌دهد ارتقاء این ویژگی‌ها در مراقبان، می‌تواند به بهبود معنادار سلامت روان و سازگاری نوجوانان منجر شود. یکی از محدودیت‌های مهم پژوهش حاضر، محدود بودن حجم نمونه و تمرکز صرف بر مراکز شبه‌خانواده تحت پوشش سازمان بهزیستی بود که این امر می‌تواند تعمیم‌پذیری نتایج را به سایر مراکز و گروه‌های مشابه در نقاط مختلف کشور با چالش مواجه سازد. همچنین، ماهیت مقطعی پژوهش و فقدان پیگیری طولی، امکان ارزیابی پایداری و تأثیرات بلندمدت برنامه آموزشی «مراقب مؤثر» را محدود می‌کند. علاوه بر این، استفاده صرف از روش کمی و خودگزارشی می‌تواند تحت تأثیر

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از پایان نامه دکترای مشاوره دانشگاه محقق اردبیلی است. در پژوهش حاضر ملاحظات اخلاقی مانند اطلاع از اهداف پژوهش، رضایت آگاهانه مشارکت در پژوهش، محرمانه ماندن اطلاعات شرکت کنندگان و حفظ رازداری رعایت شد.

حامی مالی: این پژوهش در قالب پایان نامه دکترای بدون حمایت مالی می‌باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از پایان نامه دکترای نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم و مشاوره نویسنده سوم و چهارم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از مشارکت کنندگانی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

سوگیری پاسخ‌دهندگان قرار گیرد و ابعاد عمیق‌تر تجربیات شرکت کنندگان را نادیده بگذارد. بر این اساس، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده، نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر از مراکز مختلف و در بسترهای فرهنگی و جغرافیایی متفاوت مورد بررسی قرار گیرد و از طراحی‌های طولی به منظور سنجش آثار بلندمدت مداخلات استفاده شود. همچنین، به کارگیری روش‌های ترکیبی کمی و کیفی می‌تواند به درک عمیق‌تر و جامع‌تر از فرآیند و پیامدهای مداخلات آموزشی برای مراقبان و نوجوانان منجر گردد.

منابع

- Whetten, K. (2021). Residential Care Directors' Perceptions of Desirable Characteristics of Caregivers for Orphaned and Separated Children. *International journal of applied positive psychology*, 6(2), 113-131. DOI: [10.1007/s41042-020-00041-9](https://doi.org/10.1007/s41042-020-00041-9)
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss* (No. 79). Random House.
- Bürgin, D., Witt, A., Seker, S., d'Huart, D., Meier, M., Jenkel, N., ... & Schmid, M. (2025). Childhood maltreatment and mental health problems in a 10-year follow-up study of adolescents in youth residential care: A latent transition analysis. *Development and psychopathology*, 37(1), 68-83. DOI: [10.1017/S0954579423001426](https://doi.org/10.1017/S0954579423001426)
- Castro, E., Magalhães, E., & del Valle, J. F. (2024). A systematic review of quality indicators in therapeutic residential care drawn from young people's beliefs and experiences. *Child Indicators Research*, 17(3), 1195-1216. DOI: [10.1007/s12187-024-10118-5](https://doi.org/10.1007/s12187-024-10118-5)
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic medicine*, 38(5), 300-314. DOI: [10.1176/appi.books.9798894550336.lg18](https://doi.org/10.1176/appi.books.9798894550336.lg18)
- Dubois-Comtois, K., Bussièrès, E. L., Cyr, C., St-Onge, J., Baudry, C., Milot, T., & Labbé, A. P. (2021). Are children and adolescents in foster care at greater risk of mental health problems than their counterparts? A meta-analysis. *Children and Youth Services Review*, 127, 106100. DOI: [10.1016/j.childyouth.2021.106100](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106100)
- Engler, A. D., Sarpong, K. O., Van Horne, B. S., Greeley, C. S., & Keefe, R. J. (2022). A systematic review of mental health disorders of children in foster care. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(1), 255-264. DOI: [10.1177/1524838020941197](https://doi.org/10.1177/1524838020941197)
- Fearing, G. (2024). Caregivers' help-seeking for child and adolescent mental health: A look into their journey through the lens of mental health literacy. *Children and Youth Services Review*, 158, 107479. DOI: [10.1016/j.childyouth.2024.107479](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107479)
- Greeno, E. J., Fedina, L., Lee, B. R., Farrell, J., & Harburger, D. (2019). Psychological well-being, risk, and resilience of youth in out-of-home care and former foster youth. *Journal of child & adolescent trauma*, 12, 175-185. DOI: [10.1007/s40653-018-0204-1](https://doi.org/10.1007/s40653-018-0204-1)
- Gough, H. G. (2012). The California psychological inventory. In *Testing and assessment in counseling*
- بیانی، علی اصغر؛ کوچکی، عاشورمحمد و بیانی، علی (۱۳۸۷). اعتبار و روایی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف. *مجله روانشناسی بالینی ایران*، ۱۴(۲)، ۱۴۶-۱۵۱. <https://www.sid.ir/paper/16645/fa>
- سیفی، مراد؛ شیری، طهمورث و محسنی، رضاعلی (۱۴۰۲). عوامل موثر بر سلامت اجتماعی نوجوانان ۱۳ تا ۱۸ سال مقیم مراکز شبه خانواده تحت نظارت سازمان بهزیستی. *مجله راهبرد اجتماعی فرهنگی*، ۱۲(۵)، ۳۱-۷۶. DOI: [doi:10.22034/scs.2023.385031.1406](https://doi.org/10.22034/scs.2023.385031.1406)
- عاطف وحید، محمدکاظم؛ نصرافهانی، مهدی؛ فتح‌الهی، پردخت و شجاعی، سیدمحمدرضا (۱۳۸۴). هنجاریابی پرسشنامه روان‌شناختی کالیفرنیا. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۱(۴)، ۳۷۸-۳۷۱. <https://www.sid.ir/paper/17121/fa>
- محمدی، مرضیه؛ عادلین راسی، حمیده و مولا، علیرضا (۱۴۰۱). بهزیستی روانی اجتماعی کودکان مراکز نگهداری. *فصلنامه علمی پژوهشنامه مددکاری اجتماعی*، ۹(۳۳)، ۲۰۱-۲۳۸. DOI: doi.org/10.22054/rjsw.2022.69144.609

References

- Atef Vahid, M. K., Nasr Esfahani, M., Fathollahi, P., & Shojaei, S. M. R. (2005). Standardization of the California Psychological Inventory. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 11(4), 371-378. <https://www.sid.ir/paper/17121/fa> (In Persian)
- Attar-Schwartz, S. (2013). Runaway behavior among adolescents in residential care: The role of personal characteristics, victimization experiences while in care, social climate, and institutional factors. *Children and Youth Services Review*, 35(2), 258-267. DOI: [10.1016/j.childyouth.2012.11.005](https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2012.11.005)
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, (23-28), 2.
- Bayani, A. A., Kochaki, A. M., & Bayani, A. (2008). Validity and reliability of the Ryff's Psychological Well-Being Scale. *Iranian Journal of Clinical Psychology*, 14(2), 146-151. <https://www.sid.ir/paper/16645/fa> (In Persian).
- Biru, B. M., Proeschold-Bell, R. J., Kaiser, B. N., E. Parnell, H., Kaza, V. G. K., Madan, I., ... &

- supervision of the welfare organization. *Socio-Cultural Strategy*, 12(5), 31-76. doi:10.22034/scs.2023.385031.1406 (In Persian).
- Steinberg, L. D. (2014). *Age of opportunity: Lessons from the new science of adolescence*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Tadesse, A., Helton, J. J., & Li, K. (2024). Perceived worries and spirituality: a mixed methods study of the primary Caregiver Well-Being of Orphan and Vulnerable Children in Ethiopia. *Children*, 11(4), 380. DOI: 10.3390/children11040380
- Trubey, R., Evans, R., McDonald, S., Noyes, J., Robling, M., Willis, S., ... & Melendez-Torres, G. J. (2024). Effectiveness of mental health and wellbeing interventions for children and young people in foster, kinship, and residential care: systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(4), 2829-2844. DOI: 10.1177/15248380241227987
- practice (pp. 41-65). Routledge. DOI: 10.1002/9780470479216.corpsy0152
- Magalhães, E., & Calheiros, M. M. (2020). Why place matters in residential care: The mediating role of place attachment in the relation between adolescents' rights and psychological well-being. *Child Indicators Research*, 13(5), 1717-1737. DOI: 10.1007/s12187-019-09716-5
- Magee, C., Guhn, M., Schonert-Reichl, K. A., & Oberle, E. (2019). Mental well-being among children in foster care: The role of supportive adults. *Children and Youth Services Review*, 102, 128-134. DOI: 10.1016/j.childyouth.2019.05.005
- Mohammadi, M., Addelyan Rasi, H., & Moula, A. (2022). The psychosocial well-being of children in care centers. *Journal of Social Work Research*, 9(33), 201-238. doi.org/10.22054/rjsw.2022.69144.609 (In Persian).
- Mukushi, A. T., Mabvurira, V., Makhubele, J. C., & Matlakala, F. K. (2019). Psychosocial challenges faced by children in residential care facilities. *Southern African Journal of Social Work and Social Development*, 31(2), 18-pages. DOI: 10.25159/2415-5829/2892
- Olson, C., Toma, C. L., & Brown, B. B. (2025). The role of friendship maintenance over communication technologies in freshmen's social adjustment to college. *Journal of American College Health*, 1-10. DOI: 10.1080/07448481.2025.2475316
- Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á., Matz, S., & Huppert, F. A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and quality of life outcomes*, 18, 1-16. DOI: 10.1186/s12955-020-01423-y
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25(1), 54-67. DOI: 10.1006/ceps.1999.1020
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069. DOI: 10.1037//0022-3514.57.6.1069
- Seifi, M., Shiri, T., & Mohseni, R. (2023). Factors affecting the social health of adolescents aged 13 to 18 living in quasi-family centers under the