مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۲۴، شهریور ۱۴۰۴، ۵۲۴-۵۰۹

اثربخشی مداخله مبتنی بر توانمندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله: یک مطالعه نیمه‌تجربی

اعظم رفیعی[۱]، منصوره بهرامی‌پور[۲]

دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۰۶/۱۸ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۱۴۰۴/۰۸/۱۳ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۱۴۰۴/۰۳/۳۱پذیرش مقاله: ۱۴۰۴/۰۴/۰۱

چکیده

زمینه و هدف: انتقال از کودکی به نوجوانی تحت تأثیر تغییرات مهم در سطوح عاطفی و شناختی است. مطالعه حاضر با هدف تعیین اثربخشی مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله انجام شد.

مواد و روش‌ها: روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل و همراه پیش‌آزمون-پس‌آزمون و دوره پی‌گیری ۴۵ روزه بود. جامعه آماری شامل کلیه نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال ۱۴۰۳-۱۴۰۲ بود که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای تعداد ۴۰ نوجوان دختر انتخاب و به‌صورت تصادفی در گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. جهت گردآوری اطلاعات از پرسش‌نامه قدرشناسی McCullough و همکاران (۲۰۰۲)؛ پرسش‌نامه معنویت Parsian (۲۰۰۹)، پرسش‌نامه امید در نوجوانان Ginevra و همکاران (۲۰۱۷)، پرسش‌نامه باورهای زیبایی شناسی Ahmadi (۱۳۹۶) استفاده گردید. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای مداخله توان‌مندی‌های منشی نوجوانان Jabari و shahidi (۱۴۰۱) را دریافت و گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. جهت تجزیه‌وتحلیل داده‌ها از آنالیز واریانس دوطرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد بین میانگین نمرات قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی در مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و مرحله پی‌گیری تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P<۰/۰۰۱$) و اثر تعامل زمان و عضویت گروهی نیز معنی‌دار است ($P<۰/۰۰۱$).

نتیجه‌گیری: یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی موجب بهبود قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی در نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله گشته است. لذا پیشنهاد می‌گردد بسته توان‌مندی منشی جهت شناخت توان‌مندی‌ها به عنوان راهبردی مناسب توسط مشاورین به‌کار گرفته شود.

واژه‌های کلیدی: مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی، قدرشناسی، معنویت، امید، باورهای زیبا شناختی

ارجاع: رفیعی ا، بهرامی‌پور م. اثربخشی مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله: یک مطالعه نیمه‌تجربی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، سال ۱۴۰۴، دوره ۲۴ شماره ۶، صفحات: ۵۰۹-۵۲۴.

۱- کارشناس ارشد گروه روان‌شناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

۲- (نویسنده مسئول) استادیار گروه روان‌شناسی، واحد اصفهان (خوراسگان)، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران

تلفن: ۰۹۱۳۳۱۸۵۴۲۱، پست الکترونیکی: bahramipourisfahani @iau.ac.ir

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

مقدمه

از آن‌جا که دوران نوجوانی با رشد سریع و تغییرات ناگهانی در ابعاد جسمانی و فیزیکی، عاطفی، روحی همراه بوده است موجبات رشد ویژگی های انتزاعی نوجوان را فراهم می‌گرداند. در نهایت نبود مهارت‌های مطلوب سبب می‌گردد تا نوجوانان نتواند به درستی تصمیمات مناسبی را بگیرند (۱). Cunha و همکاران بیان نمودند یکی از موضوعاتی که نوجوانان ۱۴-۱۷ با آن درگیر می‌باشند مبحث قدرشناسی (Gratitude) است (۲). قدرشناسی، نخستین و نیرومندترین موضوع در حوزه راهبردهای شادکامی‌بخش، اظهار قدردانی به معنای حالتی شناختی-عاطفی همراه با احساس مثبت است (۳). در همین راستا Zhu و همکاران نشان دادند وقتی کودکان، کمتر خودمحور باشند و قدردان‌تر باشند، از رشد بالاتری برخوردارند. به‌طوری‌که سپاس‌گزاری و اعمال متعاقب آن، روابط اجتماعی را قوی‌تر و دوستی را تقویت می‌کند و در نهایت عملکرد تحصیلی و عزت نفس افزایش می‌یابد (۴).

معنویت (Spiritus) نیز می‌تواند به نوجوانان در جهت داشتن سلامت روان کمک کند و آن‌ها را از مشکلات روانی مانند افسردگی و ناامیدی رهایی بخشد (۵). مؤلفه‌های معنویت، عبارت است از ارتباط با خدا (عبادات و مناسک، صبر، توکل و توبه)، ارتباط با خود (خودشناسی، مراقبه معنوی و هدف و معنی زندگی) و ارتباط با دیگران (حسن خلق، خوش‌رویی، خوش‌گویی، بخشایش و رعایت حقوق دیگران) (۶). از این رو معنویت بر امید (۶)؛ حمایت اجتماعی و سلامت روان (۸)؛ هویت فردی و اعتماد به نفس (۹)، می‌تواند تأثیرگذار باشد.

امید (Hope) نیز از جمله متغیرهای دیگر مطرح در دوران نوجوانی است (۱۰) که بر شناخت‌هایی تأکید دارد که بر اساس افکار هدف‌دار ساخته شده و در آن شخص تفکر راهبردی (توانایی درک شده برای پیداکردن راهی برای رسیدن به اهداف دلخواه) و تفکر عاملی (انگیزه لازم برای استفاده از آن راه‌ها) را به کار می‌برد و با سلامت جسمی و روان شناختی، خودارزشی بالا، تفکر مثبت، روابط اجتماعی و کیفیت زندگی رابطه دارد (۱۰).

Marta به ارزش‌های اخلاقی همانند صداقت، وفاداری، استقامت و آرامش به ارزش‌هایی تأکید کرد که بیانگر باورهای زیبایی شناختی (Aesthetic beliefs) است (۱۱). Hopkins نیز بیان نمود باورهای زیباشناختی همان استفاده هنرمندانه از رنگ‌ها، اصوات، اشکال و زمینه ها می‌باشد و چنین اکتشاف و آفرینشی، صرفاً از طریق تفکر، تأمل، تعمق، تفسیر و نقد کاوشگرانه‌ی پدیده‌ها و دستاوردهای هنری امکان پذیر است (۱۲).

بنابر آن‌چه بیان گردید از جمله مداخلات موجود در راستای مشکلات دوران نوجوانی مداخله توان‌مندی منشی (Intervention based on the ability) است که در روان‌شناسی مثبت‌نگر مطرح می‌گردد (۱۳). در این مداخله تأکید بر چهار جنبه قدرشناسی، مهربانی، ستایش زیبایی‌ها و محاسن و در نهایت خودتنظیمی است که افراد را تشویق می‌کند از توان‌مندی‌های خود هرچه که هست، استفاده کنند و همراه با شش فضیلت خرد و دانش، دلبری، فضیلت انسانیت، عدالت، فضیلت میانه‌روی و فضیلت تعالی است (۱۴). از این رو در راستای آن چه‌بیان گردید تحقیقات نشان داد آموزش نیرومندی‌های منشی بر بهزیستی روان‌شناختی و تاب‌آوری نوجوانان (۱۵)، حالت‌های روان‌شناختی مثبت (۱۶)، سپاس‌گزاری و قدردانی (۱۹-۱۷)، بهزیستی ذهنی و اجتماعی(۲۳-۲۰)، خوش‌بینی و امید (۲۷-۲۶، ۹)، معنویت (۲۳-۲۱)، امید و رضایت از زندگی (۲۵-۲۴)، باورهای زیبایی شناختی و قضاوت های اخلاقی (۲۹-۲۸) اثرگذار است که همگی این پژوهش‌ها اهمیت توجه به متغیرهای پژوهش را دو چندان می‌نماید.

از این رو، پرورش توان‌مندی منشی نوجوانان به عنوان راهبرد آموزشی نوین می‌تواند موجب معنابخشی در زندگی نوجوانان گردد (۱۴). هم‌چنین، با توجه به این‌که در راستای عدم بررسی هم‌زمان متغیرهای پژوهش با یکدیگر خلاء دانشی وجود دارد، پژوهش‌گر سعی بر آن داشته است تا با اجرای پژوهش حاضر به اثربخشی مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله بپردازد.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل و پیش‌آزمون، پس‌آزمون و مرحله پی‌گیری ۴۵ روزه بود. جامعه پژوهش شامل کلیه نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

۱۴۰۲ بود که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای ابتداء یک ناحیه به‌صورت تصادفی (قرعه‌کشی) انتخاب و سپس از بین مدارس دوره اول متوسطه آن ناحیه یک دبیرستان دخترانه (۲۰۷ نفر) با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود و خروج به مطالعه انتخاب شدند.

به منظور تعیین حجم نمونه از نرم‌افزار G*Power نسخه ۳ استفاده شد، به طوری‌که با در نظر گرفتن آلفای ۰/۰۵، توان آماری ۰/۸۰ و اندازه اثر ۰/۵، تعداد ۲۰ نفر برای هر گروه (آزمایش و کنترل) برآورد شد (۳۰). در نهایت، از بین دبیرستان دخترانه یک مدرسه دو کلاس در پایه هشتم به تعداد ۴۰ نفر به صورت نمونه‌گیری سیستماتیک انتخاب شدند و با روش نمونه‌گیری تصادفی (قرعه‌کشی) دانش‌آموزان در گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شدند.

ملاک‌های ورود شامل: حداقل بازه سنی ۱۳-۱۵ سال، رضایت والدین برای مشارکت فرزند در طرح پژوهش و عدم ابتلاء به مشکلات روان شناختی توسط متخصص بالینی و ملاک‌های خروج شامل: شرکت هم زمان در دوره‌های آموزشی یا روان‌شناختی و غیبت بیش از دو جلسه در دوره درمان بود. برای انجام پژوهش، ابتداء کد اخلاق به شماره از کمیته اخلاق پژوهش IR.IAU.KHUISF.REC.1403.257 از دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان) اخذ گردید. برای نمونه‌ها اهمیت و ضرورت پژوهش بیان و جهت رعایت اخلاق در پژوهش، ضمن جلب رضایت شرکت کنندگان برای شرکت در مطالعه و آگاهی از روند اجرای کار درباره رعایت نکات اخلاقی به آنان اطمینان خاطر داده شد. نام تمامی شرکت کنندگان دو گروه نیز به کدهای تصادفی تبدیل شد تا در آینده مشکل اخلاقی خاصی به وجود نیاید. افزون بر این پس از جلب رضایت ایشان، فرم رضایت کتبی از تمامی شرکت کنندگان دریافت گردید و قبل از مداخله تجربی در مورد گروه آزمایش، ابتداء مرحله پیش‌آزمون با تکمیل پرسش‌نامه‌های قدرشناسی McCullough و همکاران (۳۱)؛ معنویت Parsian (۳۲)، امید در نوجوانان Ginevra و همکاران (۳۳)، باورهای زیبایی شناسی Ahmadi (۳۴) توسط هر دو گروه (کنترل و آزمایش) اجرا گردید.

برای ویژگی‌های جمعیت شناختی اطلاعات مرتبط با میزان تحصیلات والدین، شغل والدین و تعداد فرزندان جمع‌آوری شد. پس از آن برای آزمودنی‌های گروه آزمایشی ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای هفته‌ای یک‌بار در مدرسه فراست مداخله توان‌مندی‌های منشی نوجوانان اقتباس شده از کتاب زمانی برای توان‌مند شدن (مرجعی کامل برای ارتقاء توان‌مندی‌های منشی نوجوانان) توسط پژوهش‌گر زیر نظر استاد راهنما دریافت نمودند (۱۴) و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش قرار گرفت. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی پس از اتمام پس‌آزمون و جمع آوری اطلاعات، گروه کنترل نیز تحت مداخله توان‌مندی منشی قرار گرفتند. روایی این پروتکل توسط سازنده آن به تأیید رسیده است (۱۴) و بر طبق نظر ۵ نفر از اساتید دانشگاه از روایی صوری و محتوایی مطلوب برخوردار بود. در پایان دوره آموزشی، هر دو گروه مورد ارزیابی مجدد قرار گرفتند. (شایان ذکر است گروه آزمایش و کنترل ریزشی نداشته اند). نهایتاً بعد از دوره پی‌گیری ۴۵ روزه مجدداً ابزار پژوهش بر روی کلیه آزمودنی‌ها به اجرا در آمد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه ها به‌صورت خودگزارشی استفاده شد که توسط نوجوانان در مدرسه تکمیل گردید. ابزارهای پژوهش به شرح زیر است.

پرسش‌نامه قدرشناسی (Gratitude Questionnaire): پرسش‌نامه قدردانی یک مقیاس مختصر و خودگزارشی برای سنجش تمایل به تجربه قدردانی است (۳۱). سازندگان این پرسش نامه ابتداء ۳۹ عبارت مثبت منفی برای ارزیابی قدردانی در زندگی روزانه تدوین و بر روی ۲۳۸ نفر اجراء نمودند و با انجام تحلیل عاملی در نهایت ۶ سؤال برای نسخه نهایی انتخاب نمودند (۳۱). آزمودنی‌های این پرسش‌نامه باید به ۶ عبارت این پرسش‌نامه در مقیاس ۱ تا ۷ پاسخ دهند (کاملاً مخالفم=۱ تا کاملاً موافقم=۷). برای جلوگیری از تعصب در پاسخ، دو سؤال (۳ و ۶) از شش سؤال دارای نمره‌گذاری معکوس هستند. این پرسش‌نامه نمره برش ندارد. هر فرد می‌تواند نمره‌ای از ۶ تا ۴۲ را کسب کند که نمره بالاتر به معنی داشتن قدردانی بیشتر است. هم‌چنین، در مطالعه‌ای که سازندگان پرسش‌نامه انجام دادند ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۸۲ به‌دست آمد. هم‌چنین، روایی همگرای مقیاس با چند ابزار از جمله مقیاس امید صفتی، پرسش‌نامه جهت‌گیری زندگی، رضایت از زندگی، شادکامی ذهنی و عواطف مثبت و منفی مطلوب ارزیابی شد (۳۱). در ایران نیز Leshni و همکاران روایی و پایایی این پرسش‌نامه را بر روی ۲۲۵ دانشجو بررسی کردند. نتایج پژوهش آنان نشان داد که آلفای کرونباخ پرسش‌نامه قدردانی ۰/۷۱ می‌باشد (۳۵). هم‌چنین، روایی هم

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

زمان پرسش‌نامه با متغیرهای عاطفه مثبت، شادکامی و افسردگی مناسب و معنادار بود (۳۵). تحلیل عاملی نیز تأیید کننده یک عامل اصلی برای این پرسش‌نامه بود (۳۵). هم‌چنین، آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه ۰/۸۰ و پایایی تنصیف ۰/۹۱ بوده است (۳۵). در پژوهش حاضر پایایی پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ گزارش شد.

پرسش‌نامه معنویت (Spirituality Questionnaire): این پرسش‌نامه را Parsian به منظور سنجش اهمیت معنویت در زندگی افراد و ارزیابی ابعاد مختلف آن ساخته‌اند (۳۲). این ابزار یک پرسش‌نامه‌ی خودگزارشی ۲۹ سؤالی است و در هر سؤال به‌صورت یک طیف لیکرتی و از ۱=کاملاً مخالفم تا ۴=کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شود. ابزار هم نمره کلی و هم نمره‌های خرده مقیاس‌های خودآگاهی (سؤالات ۱-۱۰)، اهمیت اعتقادات معنوی در زندگی (سؤالات ۱۱-۱۴)، فعالیت‌های معنوی (سؤالات ۱۵-۲۰)، و نیازهای معنوی (سؤالات ۲۱-۲۹)، را به‌طور جداگانه محاسبه می‌کند. برای به‌دست آوردن نمره هر مقیاس باید امتیاز همه عبارات مربوط به زیر مقیاس مورد نظر را با هم جمع نماییم. حداقل نمره کسب شده ۲۹ و حداکثر نمره کسب شده در پژوهش ۱۱۶ است که هر چه میزان نمره بیشتر باشد نشان‌دهنده بالا بودن معنویت است و برعکس. Parsian ضریب آلفای کلی پرسش‌نامه را ۰/۹۴ و ضریب آلفای زیرمقیاس‌های خودآگاهی ۰/۷۲، اهمیت اعتقادات معنوی در زندگی ۰/۸۳، فعالیت‌های معنوی ۰/۷۸ و نیازهای معنوی ۰/۸۳به‌دست آورد که بیانگر همسانی درونی کلی پرسش‌نامه است (۳۲). هم‌چنین، تحلیل عاملی مؤلفان بیانگر اعتبار سازه مناسب این پرسش‌نامه بوده است. هم‌چنین، در پژوهش Aminaei و همکاران پایایی پرسش‌نامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۹/۹۱ گزارش شد (۳۶). در پژوهش حاضر پایایی پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و برای خرده مقیاس‌های خودآگاهی ۰/۸۰، اهمیت اعتقادات معنوی در زندگی ۰/۸۹، فعالیت‌های معنوی ۰/۸۸ و نیازهای معنوی ۰/۹۰ گزارش شد.

پرسش‌نامه امید (Hope Questionnaire): برای سنجش امید در نوجوانان از پرسش‌نامه استاندارد امید در نوجوانان Ginevra و همکاران استفاده شد (۳۳). این پرسش‌نامه دارای ۱۹ گویه می‌باشد که امید در نوجوانان را در ۳ خرده مقیاس مورد سنجش قرار می‌دهد. این پرسش‌نامه بر اساس مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت می‌باشد که از هرگز=۱ تا همیشه=۵ طبقه‌بندی شده است و ابعاد آن شامل خوش‌بین بودن سؤالات ۱- ۶، بدبینی سؤالات ۷-۱۲ و امید به آینده سؤالات ۱۳-۱۹ است. روایی این پرسش‌نامه به صورت محتوایی مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهش Ginevra و همکاران روایی این پرسش‌نامه مورد تأیید قرار گرفت. پایایی این پرسش‌نامه توسط Ginevra و همکاران ۰/۹۶۸ به‌دست آمد (۳۳). هم‌چنین، نمره‌گذاری این پرسش‌نامه بر اساس امتیازی است که از پاسخ به سؤالات پرسش‌نامه به‌دست می‌آید. در این راستا پاسخ دهنده به سؤالات، نمره‌ای از یک تا ۵ می‌دهد. نمره به‌دست آمده در محدوده ۱۹ تا ۹۵ می‌باشد. نمره کمتر از ۳۸ به معنی امید در نوجوانان ضعیف است. نمره ۳۹ تا ۷۶ به معنی امید در نوجوانان متوسط است. نمره بیشتر از ۷۷ به معنی امید در نوجوانان بالا است. هم‌چنین، نمره بیشتر در هر خرده مقیاس به معنی اهمیت داشتن آن مقیاس در افزایش امید در نوجوانان می‌باشد (۳۳). پایایی پرسش‌نامه به روش ضریب آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۸۹ و برای خرده مقیاس‌های خوش‌بین بودن ۰/۸۹، بدبینی ۰/۹۱، امید به آینده ۰/۹۱ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه باورهای زیبایی‌شناختی (Aesthetic Beliefs Questionnaire): پرسش‌نامه باورهای زیبایی‌شناسی توسط Ahmadi به منظور سنجش باورهای زیبایی‌شناسی در افراد طراحی و تدوین شده است (۳۴). این پرسش‌نامه دارای ۳۲ سؤال می‌باشد و بر اساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت با سؤالاتی مانند (به نظر من زیبایی اشیاء مهم‌تر از کاربرد آن‌ها می‌باشد) به سنجش باورهای زیبایی‌شناسانه در افراد می پردازد. هم‌چنین، مقیاس پاسخ‌گویی پرسش‌نامه طیف پنج درجه‌ای لیکرت کاملاً موافقم=۵ تا کاملاً مخالفم=۱ است. برای محاسبه امتیاز هر زیرمقیاس، نمره تک تک گویه‌های مربوط به آن زیرمقیاس را با هم جمع می‌کنند و برای محاسبه امتیاز کلی پرسش‌نامه، نمره همه گویه-های پرسش‌نامه را با هم جمع می‌نمایند. دامنه امتیاز این پرسش‌نامه از ۳۲ تا ۱۶۰ است. هر چه امتیاز حاصل شده از این پرسش‌نامه بیشتر باشد، نشان‌دهنده میزان بیشتر باورهایی زیبایی‌شناسی خواهد بود و بالعکس. در پژوهش Ahmadi، روایی محتوایی و صوری و ملاکی این پرسش‌نامه مناسب ارزیابی شده است و ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای این پرسش‌نامه بالای ۰/۷ برآورد شد (۳۴). در پژوهش حاضر پایایی پرسش‌نامه به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به‌دست آمد.

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

گروه آزمایش جلسات آموزشی مداخله توان‌مندی‌های منشی نوجوانان (۱۴) را طی ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای هفته‌ای یک‌بار (سه شنبه ها) در مدرسه فراست در بهارستان شهر اصفهان توسط پژوهش‌گر زیر نظر استاد راهنما دریافت نمودند و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش قرار گرفت (مبنی بر آن که پس از اتمام دوره سه جلسه آموزشی ویژه گروه کنترل تعبیه گردید). شایان ذکر است نمونه‌های به روش چند مرحله‌ای اجراء گردید و ۴۰ دانش‌آموز دختر پایه هشتم که دارای ملاک ورود به پژوهش بودند و تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، انتخاب شدند. هم‌چنین، با رعایت نکات اخلاقی (اصل رازداری) و اهمیت و ضرورت پژوهش برای هر دو گروه شرح داده شد و فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به امضاء همه آن‌ها رسید. از نمونه مورد بررسی هیچ ریزشی مشاهده نشد و تمامی شرکت کنندگان در جلسه حضور داشته‌اند و سپس به صورت نمونه‌گیری تصادفی ساده به‌صورت قرعه‌کشی افراد در گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند و پرسش‌نامه‌های خودگزارش‌دهی در بین آنان توزیع گردید و در نهایت بعد از اتمام آموزش مجدداً پرسش‌نامه‌ها تکمیل و در دوره پی‌گیری ۴۵ روزه مجدداً ابزار پژوهش بر روی کلیه آزمودنی‌ها به اجراء در آمد. برای جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه‌ها به صورت خودگزارشی استفاده شد که توسط نوجوانان در مدرسه تکمیل گردید.

خلاصه پروتکل مورد استفاده در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱- خلاصه جلسات مداخله توان‌مندی‌های منشی نوجوانان (۱٤)

جلسه	عنوان جلسه	محتوا	هدف
۱	معارفه	هر دانش‌آموزی فردی را که تحسین می‌کرد و به او احترام می‌گذاشت، انتخاب کرد و ویژگی‌های تحسین برانگیز آن فرد را یادداشت نمود. در کلاس در مورد آن ویژگی‌ها گفتگوی مختصری صورت گرفت. لیست ۲۴ توان‌مندی منشی شامل کنجکاوی، قضاوت، علاقه به یادگیری، روشن بینی، راستی، شجاعت، پشتکار، اشتیاق، مهربانی، عشق، هوش اجتماعی، انصاف، رهبری، شهروندی، تواضع، احتیاط، خودسامان‌دهی، زیبایی شناسی، قدردانی، امید، شوخ طبعی و معنویت در اختیار دانش‌آموزان قرار گرفت و هر یک از آن ویژگی‌ها توضیح داده شد. هماهنگی بین دو لیست با همراهی خود دانش‌آموزان بررسی شد. هر فرد تا جلسه بعد به توان‌مندی های فردی خود پرداخت	جهت دادن به دانش‌آموزان در چهارچوب مداخلات مثبت‌نگر، ایجاد یک زبان و مفهوم مشترک درباره نیرومندی های منشی، یافتن ویژگی های خود آرمانی و خود فعلی دانش‌آموزان بر اساس نیرومندی‌های منشی.
۲	تمرین شریک مخفی	تمرین انتخاب و بیان ویژگی‌های شریک مخفی در کلاس انجام شد. هر کدام از دانش‌آموزان از اعضای کلاس یک نفر را به عنوان شریک مخفی انتخاب کرد و طبق الگویی که پیش از این در اختیارشان قرار گرفته بود، هر نمونه ای از توان‌مندی‌ها را ثبت کرده و توضیح داد که چه توان‌مندی‌هایی در این مثال‌ها به کار گرفته شده و نحوه استفاده از آن‌ها و هرگونه شواهدی از نتایج مثبت ناشی از استفاده از آن‌ها چگونه بوده است.	شناسایی نیرومندی‌های دیگران و تفکر درباره آن‌ها و توانایی تجزیه و تحلیل و درک عمیق‌تر در خصوص نیرومندی‌ها از طریق تحلیل رفتار دیگران.
۳	ارائه توان‌مندی‌های شریک مخفی	هر یک از دانش‌آموزان اطلاعات خود را برای همراهان خود آشکار کردند و مشاهدات خود را با آن‌ها به اشتراک گذاشتند. هر دانش‌آموز نیز به نوبه خود، در پایان این فعالیت همین کار را برای دیگری انجام میداد.	شناخت و آگاهی دانش‌آموزان از نوع نگاه همسالان به توان‌مندی‌های شخصیتی آن‌ها، ایجاد مثبت‌نگری بیشتر در تعاملات اجتماعی.
۴	توان‌مندی‌های من از نگاه دیگران	از دانش‌آموزان پرسیده شد که شنیدن درباره توان‌مندی‌هایشان از نگاه دیگران چه احساسی داشت؟ این فعالیت باعث ایجاد آگاهی از توان‌مندی‌ها (در خود و دیگران) و به طور کلی، از وقایع مثبت می‌شود. درباره نحوه اجرای فعالیت توان مندی های ۳۶۰ درجه با دانش‌آموزان گفتگو شد و فرم مصاحبه که بخش هایی از ساختار آن به وسیله خود آزمودنی ها تکمیل می شد، در اختیار ایشان قرار گرفت.	شناخت و آگاهی دانش‌آموزان از نوع نگاه بزرگسالان اثرگذار به توان‌مندی‌های شخصیتی آن‌ها، ایجاد فضای مثبت‌نگری در فضای خانه و مدرسه.
۵	توان‌مندی‌های من از نگاه معلم	هر دانش‌آموز گزارش مصاحبه با معلم خود را در کلاس ارائه داد. در هر مصاحبه، دانش‌آموز توضیح می‌داد طبقه‌بندی "ارزش‌ها در عمل" چیست و لیستی از ۲۴ توان‌مندی و تعاریف	پرورش احساس خودکارآمدی از طریق آموزش موضوعی نو به معلم، ایجاد فضای

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

		آن‌ها را در اختیار مصاحبه شونده قرار می‌داد. از مصاحبه شونده خواسته می‌شد که حداقل ۳ مورد از توان‌مندی‌های منشی را که در دانش‌آموز مشاهده می‌کند، شناسایی نموده و برای هر یک نمونه مثال بزند.	مثبت در کلاس و به ویژه ارتباط معلمان با دانش‌آموزان.
۶	توان‌مندی‌های ۳۶۰ درجه	در این جلسه ۷ نظر متفاوتی که از توان‌مندی‌های دانش‌آموز وجود داشت، تحلیل و بررسی شد. علاوه بر ۵ مصاحبه انجام شده، نظر اولیه خود دانش‌آموز و نظر «شریک مخفی» او هم اضافه شد. نقاط اشتراک بین همه نظرها و نقاط افتراق آن‌ها مشخص شد و با توجه به شواهد و مثال‌هایی که هر یک از مصاحبه شونده‌ها بیان کرده بودند، دلیل انتخاب آن توان‌مندی از جانب آن‌ها هم بررسی شد.	خودآگاهی دقیق‌تر با نگاه موشکافانه به نگرش خود و دیگران، پرورش خوش‌بینی واقع‌بینانه در یافتن ویژگی‌های مثبت.
۷	کاربست توان‌مندی‌ها	هر یک از دانش‌آموزان در خصوص دو توان‌مندی شاخص خود که در دو محیط مدرسه و خانه تمایل دارند به‌کار بگیرند، در کلاس صحبت کردند. برای آن‌ها بیان شد که با اجرای این طرح، فرصت‌های دوره‌ای دارند تا در مورد پیشرفت خود به بحث و یا نوشتن بپردازند. هم‌چنین، آن‌ها روی نتایج واقعی مربوط به استفاده از توان‌مندی‌ها تأمل کردند و نتایج واقعی را با نتایج پیش‌بینی شده مقایسه کردند.	کاربست نیرومندی‌ها در زندگی روزمره، ایجاد فضای مثبت در خانه و مدرسه، آگاهی نسبت به نتایج مثبت اندیشی.
۸	توان‌مندی‌های گروه ما	بعد از بیان نتایج اجرای توان‌مندی‌ها در زندگی روزمره، در خصوص توان‌مندی‌های گروهی و اهمیت توجه به توان‌مندی‌های گروهی علاوه بر توان‌مندی‌های فردی برای رسیدن به نتایج مثبت مشابه در گروه، گفتگویی شکل گرفت.	وجه به مثبت‌نگری در نگاه جمعی علاوه بر در نظرگرفتن تفاوت‌های فردی، ایجاد همدلی و همبستگی گروهی در راستای تحقق کلاس شکوفا.
۹	تفاوت‌های گروهی	در خصوص توان‌مندی‌های شاخص هر یک از گروه‌ها گفتگو شد و اعضای دیگر گروه‌ها نیز در مورد توان‌مندی‌های گروه‌های متفاوت نظر دادند. بعضی از گروه‌ها پس از گفتگوهای کلاسی به نتایج متفاوتی رسیدند. هم‌چنین، همه دانش‌آموزان نسبت به توان‌مندی‌های شاخص گروه‌های دوستی در دو پایه متوالی مدرسه آگاهی یافتند.	تجلیل نیرومندی‌های منشی گروهی، توجه به دریافت‌ها و نگاه‌های دیگران و تغییر دید پس از تجزیه و تحلیل.
۱۰	کاربست توان‌مندی‌های گروهی	در خصوص نتایج طرح‌های نوشته شده توسط گروه‌های دانش‌آموزی مختلف و راه‌های اجرایی آن‌ها گفتگو شد. هر گروه به مدت ۱۰ دقیقه فرصت ارائه در کلاس داشت و پیشنهادهای دیگر اعضای کلاس را هم شنید. هم‌چنین، در انتهای کلاس علاوه بر برنامه-ریزی زمانی برای هماهنگی بیشتر دانش‌آموزان با یکدیگر در کاربست توان‌مندی‌های فردی و گروهی در فضای مجازی، در خصوص نتایج کلی کلاس‌ها از ابتدا تا انتها با دانش‌آموزان گفتگو شد.	کاربست نیرومندی‌های گروهی، ایجاد خوش‌بینی و نگرش مثبت در گروه‌های دوستی، جهت‌دهی به دانش‌آموزان درباره سبک زندگی توان‌مندمحور در زندگی شخصی و اجتماعی.

داده‌های جمع‌آوری شده، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ در دو بخش توصیفی و استنباطی تجزیه و تحلیل شد. به منظور تحلیل داده‌ها در بخش توصیفی از فراوانی، میانگین، درصد و انحراف معیار استفاده شد. در بخش تحلیلی و استنباطی از آنالیز واریانس دوطرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر و جهت بررسی پیش‌فرض نرمال بودن نمرات از آزمون Shapiro-Wilk، بررسی همگنی واریانس گروه‌ها از آزمون Levene، بررسی همسانی ماتریس کوواریانس خطا از آزمون Mauchly، آزمون محافظه کارانه Greenhouse-Geisser جهت آنالیز واریانس دوطرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر، آزمون ام‌باکس (Box's M) جهت بررسی همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس استفاده گردید. از آزمون مجذور کای نیز به منظور مقایسه متغیرهای جمعیت شناختی برحسب گروه‌های مورد بررسی استفاده گردید. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

نتایج

یافته‌های توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی در جدول ۲ ارائه شده است. نتایج آزمون مجذور کای در بررسی تفاوت فراوانی متغیرهای جمعیت شناختی در دو گروه نشان داد که این ویژگی‌های جمعیت شناختی در دو گروه تفاوت معنی‌داری ندارند ($P>0/05$) و لذا دو گروه از نظر ویژگی‌های جمعیت شناختی همگن هستند.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

جدول ۲- یافته‌های توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی برحسب گروه‌های مورد بررسی در نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

		گروه آزمایش (n=۲۰)		گروه کنترل (n=۲۰)		مقدار P
		فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	
سطح تحصیلات مادر	دیپلم	۳	۱۵	۴	۲۰	۰/۷۱۱
	لیسانس	۱۲	۶۰	۱۳	۶۵	
	فوق لیسانس	۵	۲۵	۳	۱۵	
سطح تحصیلات پدر	دیپلم	۵	۲۵	۳	۱۵	۰/۲۷۴
	لیسانس	۹	۴۵	۱۴	۷۰	
	فوق لیسانس	۶	۳۰	۳	۱۵	
شغل مادر	خانه دار	۱۸	۹۰	۱۶	۸۰	۰/۳۷۶
	شاغل	۲	۱۰	۴	۲۰	
شغل پدر	آزاد	۱۴	۷۰	۱۶	۸۰	۰/۶۷۱
	کارمند	۴	۲۰	۲	۱۰	
	سایر	۲	۱۰	۲	۱۰	
تعداد فرزند	تک فرزند	۱۷	۸۵	۱۵	۷۵	۰/۴۲۹
	دو فرزند و بیشتر	۳	۱۵	۵	۲۵	

آزمون مجذور کای، P<۰/۰۵ اختلاف معنی‌دار

همان‌گونه که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، بر اساس یافته‌های توصیفی میانگین نمرات متغیرهای پژوهش شامل قدرشناسی، معنویت، امید، باورهای زیبا شناختی در گروه آزمایش نسبت به کنترل افزایش بیشتری در مرحله پس‌آزمون و پی‌گیری نسبت به پیش‌آزمون داشته است.

جدول ۳- میانگین و انحراف معیار نمرات متغیرهای پژوهش برحسب گروه‌های مورد بررسی در نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۲

متغیر		آزمایش (n=۲۰)			کنترل (n=۲۰)		
		پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پی‌گیری	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پی‌گیری
قدرشناسی	میانگین	۳۰/۴۰	۳۵/۸۵	۳۵/۹۰	۳/۹۵	۳۰/۴۰	۳۰/۴۲
	انحراف معیار	۷/۹۹	۴/۱۹	۴/۳۹	۷/۶۵	۷/۶۳	۷/۵۲
معنویت	میانگین	۸۲/۷۰	۹۱/۷۵	۹۲/۶۵	۸۲/۵۰	۸۱/۹۵	۸۱/۹۰
	انحراف معیار	۹/۳۵	۷/۰۴	۷/۴۴	۱۵/۰۳	۱۵/۱۱	۱۵/۰۷
امید	میانگین	۶۹/۹۵	۸۰/۲۰	۸۰/۱۵	۶۷/۷۰	۶۷/۶۰	۶۷/۹۰
	انحراف معیار	۱۵/۲۵	۱۴/۰۰	۱۳/۴۸	۱۱/۲۴	۱۱/۰۲	۱۰/۹۲
باورهای زیبا شناختی	میانگین	۹۵/۵۰	۱۱۰/۱۵	۱۱۰/۲۵	۹۴/۳۵	۹۴/۱۰	۹۳/۹۵
	انحراف معیار	۱۶/۲۵	۱۲/۶۰	۱۲/۴۰	۱۶/۰۸	۱۵/۹۴	۱۵/۸۸

جهت بررسی اثربخشی مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی از آنالیز واریانس دوطرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر استفاده شد. قبل از انجام تحلیل‌های آماری، پیش فرض‌های مدل آماری بررسی و از درستی مدل اطمینان حاصل شد. طبیعی بودن توزیع نمرات توسط آزمون Shapiro-Wilk ارزیابی شد؛ توزیع داده‌های پژوهش در نوجوان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال در سطح اطمینان ۹۵ درصد نرمال بود (P>۰/۰۵). هم‌چنین، آزمون Leveneبرابری واریانس گروه‌ها را نشان داد، یعنی واریانس دو گروه

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

همگن بوده و در نتیجه این دو گروه با هم قابل مقایسه هستند (P>۰/۰۵). نتایج آزمون کرویت Mauchly جهت بررسی همسانی ماتریس کوواریانس خطا رد شد (P<۰/۰۵)، لذا از آزمون محافظه کارانه Greenhouse-Geisser استفاده شد. آزمون امباکس (Box's M) همگنی ماتریس واریانس-کوواریانس را نشان داد (Box's M=۳/۱۲۵، P=۰/۳۴۴). با توجه به برقراری پیش فرض‌های مورد نیاز برای انجام تحلیل واریانس دوطرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر، با استفاده از این آزمون تأثیر مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی در نوجوان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال بررسی شد.

نتایج مقایسه بین آزمودنی و درون آزمودنی در متغیرهای پژوهش در جدول ۴ ارائه شده است. بر اساس یافته‌های به‌دست آمده در تحلیل بین آزمودنی، میانگین نمرات متغیرهای قدرشناسی (F=۲۰/۶۳، P<۰/۰۰۱)، معنویت (F=۳/۴۵، P<۰/۰۰۱)، امید (F=۵/۶۵، P<۰/۰۰۱) و باورهای زیبا شناختی (F=۶/۵۲، P<۰/۰۰۱) در گروه آزمایش (توان‌مندی منشی) و کنترل تفاوت معنی‌داری دارد. به عبارت دیگر، ۳۵/۲ درصد از تفاوت مشاهده شده در میانگین نمرات قدرشناسی، ۱۰/۳ درصد در معنویت، ۱۲/۹ درصد در امید و ۱۴/۶ درصد در باورهای زیبا شناختی، بین دو گروه ناشی از اثرات مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی است.

نتایج اثرات درون آزمودنی نیز نشان داد که اثر اصلی زمان در نمره متغیر قدرشناسی (F=۱۳/۵۶)، معنویت (F=۲۴/۰۸)، امید (F=۱۲/۷۲) و باورهای زیبا شناختی (F=۱۴/۱۶)، معنی دار به دست آمده است (P<۰/۰۰۱).

از سویی دیگر، نتایج نشان داد که اثر تعاملی گروه و زمان در هر چهار متغیر قدرشناسی (F=۲۰/۳، P<۰/۰۰۱)، معنویت (F=۳۰/۶۹، P<۰/۰۰۱)، امید (F=۱۲/۴۸، P<۰/۰۰۱) و باورهای زیبا شناختی (F=۱۵/۴۷، P<۰/۰۰۱) معنی‌دار است که نشان می‌دهد عملکرد آزمودنی‌ها در گروه آزمایش و کنترل در سه بازه زمانی اندازه‌گیری در این شاخص‌ها دارای تغییرات معنادار است. در مرحله پس‌آزمون و پی‌گیری گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در هر چهار متغیر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیباشناختی در نوجوان دختر ۱۳ تا ۱۵ سال دارای تغییرات معنی‌داری بوده است، اما در گروه کنترل تغییرات معنی‌داری مشاهده نمی‌شود.

جدول ٤- نتایج تحلیل اثرات بین آزمودنی و درون آزمودنی در متغیرهای پژوهش در نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱٤۰۳-۱٤۰۲

متغیر	اثر	منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	مقدار P	اندازه اثر	توان آماری
قدرشناسی	بین آزمودنی	اثر گروه	۱۸۳/۰۱	۱	۱۸۳/۰۱	۲۰/۶۳	< ۰/۰۰۱	۰/۳۵۲	۰/۹۹۳
	درون آزمودنی	اثر زمان	۱۶۱/۷۱۷	۱/۰۲۰	۱۵۸/۵۵۳	۱۳/۵۶۸	< ۰/۰۰۱	۰/۲۶۳	۰/۹۵۱
		اثر زمان× گروه	۲۴۲/۰۱۷	۱/۰۲۰	۲۳۷/۲۸۲	۲۰/۳۰۵	< ۰/۰۰۱	۰/۳۴۸	۰/۹۹۳
معنویت	بین آزمودنی	اثر گروه	۱۴۳۵/۲۰۸	۱	۱۴۳۵/۲۰۸	۳/۴۵	۰/۰۴۲	۰/۱۰۳	۰/۸۱۵
	درون آزمودنی	اثر زمان	۵۳۴/۶۵۰	۱/۲۱۲	۴۴۰/۹۷۵	۲۴/۰۸۷	< ۰/۰۰۱	۰/۳۸۸	۰/۹۹۹
		اثر زمان× گروه	۶۸۱/۲۱۷	۱/۲۱۲	۵۶۱/۸۶۲	۳۰/۶۹۰	< ۰/۰۰۱	۰/۴۴۷	۱/۰۰۰
امید	بین آزمودنی	اثر گروه	۲۴۴۸/۰۳۳	۱	۲۴۴۸/۰۳۳	۵/۶۵	۰/۰۲۳	۰/۱۲۹	۰/۸۲۳
	درون آزمودنی	اثر زمان	۷۰۴/۱۵۰	۱/۵۷۵	۴۴۷/۰۰۵	۱۲/۷۲۳	< ۰/۰۰۱	۰/۲۵۱	۰/۹۸۶
		اثر زمان× گروه	۶۹۰/۸۱۷	۱/۵۷۵	۴۳۸/۵۴۱	۱۲/۴۸۲	< ۰/۰۰۱	۰/۲۴۷	۰/۹۸۵
باور های زیبا شناختی	بین آزمودنی	اثر گروه	۳۷۴۰/۸۳۳	۱	۳۷۴۰/۸۳۳	۶/۵۲	۰/۰۱۵	۰/۱۴۶	۰/۸۵۵
	درون آزمودنی	اثر زمان	۱۳۷۷/۶۱۷	۱/۰۰۸	۱۳۶۶/۷۹۱	۱۴/۱۶۲	< ۰/۰۰۱	۰/۲۷۲	۰/۹۵۷
		اثر زمان× گروه	۱۵۰۵/۳۱۷	۱/۰۰۸	۱۴۹۳/۴۸۸	۱۵/۴۷۵	< ۰/۰۰۱	۰/۲۸۹	۰/۹۷۰

تحلیل واریانس دو طرفه با اندازه‌گیری‌های مکرر

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله انجام گرفت و نتایج نشان داد که مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی نوجوانان دختر ۱۳-۱۵ ساله اثربخش است.

در راستای تطبیق و انطباق یافته حاضر با نتایج سایر پژوهش‌ها نتایج پژوهش حاضر با یافته‌های Esmaili و Ebrahimi مبنی بر آن که آموزش نیرومندی‌های منشی موجب بهبود بهزیستی روان‌شناختی و تاب‌آوری نوجوانان می‌گردد (۱۵)، همخوان و با یافته‌های Madidizadeh و Farnam مبنی بر آن که آموزش مثبت‌نگری بر حالت‌های روان‌شناختی مثبت (توان‌مندی‌های منشی) دانش‌آموزان دختر دبیرستانی تأثیرگذار است (۱۶)، Kalamatianos و همکاران مبتنی بر آن که مداخلات روان‌شناسی مثبت موجب بهبود سپاس‌گزاری و قدردانی می‌گردد (۱۷)، Adiwinata وYustiana دال بر این که قدردانی به عنوان یک ویژگی مثبت می‌تواند توسط مداخلات مثبت نگر بهبود می‌یابد (۱۸) و Kwok و همکاران مبنی بر آن که مداخله روان‌شناسی مثبت‌نگر موجب کاهش اضطراب و افزایش شادی در نوجوانان می‌گردد و هم‌چنین قدردانی و هوش هیجانی در این رابطه نقش واسطه‌گری را ایفا می‌کند (۱۹)، همسو است.

در تبیین این یافته بر اساس مطالعات Kalamatianos و همکاران (۱۷) و Kwok و همکاران (۱۹) می‌توان اذعان نمود که مداخلات مثبت‌نگر که مداخله توان‌مندی‌های منشی در زیر مجموعه آن قرار دارد، توانسته است بر سطح قدردانی افراد بی‌افزاید و از این رو باید عنوان کرد که مداخلات توان‌مندی‌های منش نوجوانان صفات مثبت شخصیت را باز می‌شناسند و نقش نوجوانان را در افزایش و ارتقاء احترام به خود و عزت نفس‌شان بازشناسی می‌کند، در عین حال به نوجوانان می‌آموزد تا توانایی شناخت جنبه‌های مثبت دیگران کسب نمایند. هم‌چنین، نوجوانان می‌آموزند که در جهان، موضعی فعال اتخاذ کنند (۱۹). به‌طور کلی وجود احساسات مثبت، رفتارهای مثبت، شناخت و ادراک مثبت منجر به تقویت قدرشناسی در نوجوانان کمک می‌کند (۱۷). زیرا آموزش نیرومندی‌های منشی منجر می‌شود نوجوانان خود را در مقایسه با قبل بهتر بشناسد و با بازشناسی تجارب مثبت خود، به نقش این تجارب در افزایش احترام به خود آگاه شوند. بنابراین، این شناخت منجر به این می شود نوجوانان میزان توانایی و ارزش خود را بالا برند و در ورای این باور که از توانایی لازم برخوردار می‌گردند، حس برتری و اعتماد به نفس نمایند که این حس در فرد ارزش‌های مثبت ایجاد می‌کند و سبب می شود تا فرد نسبت به خود و رفتارهایش نگرش مثبت داشته باشد (۱۴). در نهایت، وجود این احساس ارزشمند بودن در فرد موجب افزایش قدردانی از خویشتن ازطریق کشف توان‌مندی‌ها است.

نتایج مطالعه حاضر نشان داد مداخله توان‌مندی منشی بر معنویت اثرگذار است. در همین راستا، نتایج Hasni Rad و همکاران نشان داد آموزش توان‌مندی‌های منش فرهنگ محور بر تقویت توان‌مندی‌های منش و ارتقاء بهزیستی ذهنی تأثیرگذار است (۲۰)، Baysal و Niemiec و همکاران، Kor و همکاران نیز در پژوهش خود نشان دادند روان‌شناسی مثبت‌نگر بر معنویت تأثیرگذار است (۲۳-۲۱) که همگی این پژوهش‌ها تأییدی بر همسویی با یافته حاضر داشته است.

بنابر بر یافته‌های پیشین در تبیین یافته حاضر می توان براساس گام های درمانی صورت گرفته در این پژوهش همچون انجام تکنیک‌ها و گام‌های شریک مخفی، ارائه توان‌مندی‌های شریک مخفی و توان‌مندی‌های ۳۶۰ درجه اشاره نمود که باعث زیبا دیده شدن توان‌مندی‌ها در نوجوانان شده است. هم‌چنین، این تکنیک‌ها باعث گردید نوجوانان از تمام ظرفیت‌های مثبت ذهنی نشاط انگیز و امیدوارکننده در زندگی، برای تسلیم نشدن در برابر عوامل منفی ساخته ذهن از طریق دیدن و کشف توان‌مندی‌ها استفاده نمایند. در گام هفتم، نوجوانان در کاربست توان‌مندی‌ها خوش‌بینی خود را از طریق اندیشیدن در معانی و مضامین صبر، توکل، امید، افزایش دادند و با شناسایی نقاط قوت و توان‌مندی‌های خویش، توانستند امیدواری کسب نمودند و چشم‌انداز خوش‌بینانه‌تری به آینده خود ترسیم کنند. در نتیجه نوجوانان با کشف توان‌مندی، انتظار کمک و دست گیری در شرایط سخت زندگی را از خدا خواستارمند شدند و از

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

روش‌های مقابله دعا و امید اســـتفاده نمودند و رخدادها را در ارتباط با خدا مثبت ارزیابی کردند.

هم‌چنین، نتایج مطالعه حاضر نشان داد مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر امید نوجوانان مؤثر است. نتایج حاصل از پژوهش با یافته‌های Keyvanpour و Georgi مبنی برآن که آموزش مثبت‌نگری بر امید و رضایت از زندگی تأثیرگذار است (۲۴)، Amini Manesh و همکاران مبنی بر آن که آموزش توان‌مندی‌های روان‌شناسی مثبت بر امید به زندگی نوجوانان تأثیرگذار است (۲۵)، Reza Zadeh و همکاران مبنی بر آن که روان‌شناسی مثبت‌نگر بر امید و تاب‌آوری اثرگذار است (۲۶) و Greene و همکارش مبنی بر آن که بین توان‌مندی منشی و امید رابطه وجود دارد (۲۷)، همسویی نشان داده است.

در تبیین یافته حاضر می‌توان بیان داشت مداخله آموزشی نیرومندی‌های منشی با کمک به نوجوانان در شناسایی و تقویت توان‌مندی‌ها و ویژگی‌های مثبت فردی مانند شایستگی‌های شناختی (استدلال اخلاقی، بینش، آگاهی‌های میان فردی، عزت نفس و خلاقیت و شایستگی‌های رفتاری) و اجتماعی همانند مهارت‌های اجتماعی، مهارت‌های حل مسأله، همدلی، نظم‌دهی هیجانی و شوخ طبعی و تأکید بر استفاده از آن‌ها در زندگی روزمره و در نتیجه افزایش رشد مهارت های فردی و اجتماعی، احساس لذت، معنا و هدف‌مندی در زندگی مؤثر واقع شده است (۲۴). هم‌چنین، آموزش نیرومندی‌های منشی می‌تواند به نوجوانان کمک کند تا با افزایش خودنظم‌دهی و توجه و کنترل بر خود، به صورت موفقیت‌آمیزی با موقعیت‌های استرس‌زا مواجه گردند و در نتیجه استرس کمتری را تجربه کنند که کنار آمدن موفقیت‌آمیز فرد با عوامل استرس‌زا و موقعیت‌های دشوار موجب تقویت سطح امید می گردد (۱۴). هم‌چنین، نیرومندی‌های منشی علاوه بر ایجاد منابع مثبت می‌توانند در مقابل وقوع مجدد نشانگان منفی مانع ایجاد کنند (۱۴) که نتیجه آن افزایش سطح امید در بین نوجوانان است.

در نهایت، مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر باورهای زیبا شناختی نوجوانان مؤثر است. در راستای همسویی این یافته با دیگر پژوهش‌ها می‌توان به تحقیقات صورت گرفته توسط Imannejad و همکاران مبنی بر آن که آموزش فلسفه به نوجوانان بر پرورش باورهای زیبایی شناختی و قضاوت‌های اخلاقی دانش‌آموزان اثرگذار است (۲۸)، Jones و همکاران مبنی بر آن که مداخله توان‌مندی منشی موجب بهبود فعالیت‌های هنری خلاقانه می‌گردد (۲۹)، اشاره نمود. در تبیین یافته حاضر با توجه به گام‌های هفتم و هشتم و نهم مبتنی بر آشنایی نوجوانان با کاربست توان‌مندی‌ها و توان‌مندی‌های گروه ما و تفاوت‌های گروهی می‌توان بیان نمود که باورهای زیباشناختی همان استفاده هنرمندانه از تفکر، تأمل، تعمق، تفسیر و نقد کاوشگرانه‌ی پدیده‌ها است (۲۹). بر این اساس، در مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی با کشف کاربست‌های توان‌مندی هر یک از نوجوانان با توان‌مندی‌های خود و دوستانشان از طریق تفکر و تأمل آشنا می‌گردند و روزنه‌ای ایجاد می‌گردد تا نوجوانان دیدگانشان را به دنیای زیبایی‌شناختی از طریق قدرت و جسارت خوب دیدن، خوب شنیدن، خوب درک کردن و خوب اندیشیدن در جهت پرورش مهارت‌هایشان و پرورش حس زیبایی شناختی ایجاد شده ناشی از آن به‌کار گیرند (۲۹). در نگاهی دیگر، مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی با ایجاد و مطرح نمودن سؤالاتی که به طبقه‌بندی "ارزش‌ها در عمل" می‌پردازد و لیستی که از ۲۴ توان‌مندی و تعاریف آن‌ها تهیه می کند موجب ابراز عاطفه انسانی و احساس مسئولیت‌پذیری در خویشتن را افزوده و موجبات تفکری انتقادی در نوجوانان را ایجاد می‌نماید که در درون من چه توان‌مندی‌هایی هست که من نسبت آنان آگاه باید گردم که در ورای آن با کشف این مسیر نوجوانان می‌توانند با باورهای زیبایی‌شناختی که از طریق این آموزش‌ها ایجاد گردید، آشنا گردند.

بنابر آن‌چه بیان گردید در راستای بهبود شرایط نوجوانان چنین پیشنهاد می‌گردد با برگزاری دوره‌های گروهی و جمعی برای نوجوانان و تدوین بسته‌های آموزشی مناسب آموزش توان‌مندی منشی جهت شناخت توان‌مندی‌ها و کشف آن موجبات بهبود قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله توسط مشاورین فراهم گردد؛ با پیاده‌سازی برنامه‌های آموزشی مناسب می‌توان اطلاعات و آگاهی نوجوانان را نسبت به بحران‌های نوجوانی و راه‌های مقابله با آن توسط متخصصین در مدارس و مراکز مشاوره افزود تا بتوان از مشکلات ناشی از آن در بین نوجوانان تا حد امکان کاست و بتوان قدرشناسی، معنویت و امید را افزود. با توجه به دوران حساس نوجوانی آموزش‌های

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

مناسب توسط مشاورین مدارس برای والدین جهت کاهش مشکلات ناشی از نوجوانی و کشف توان‌مندی‌هایشان صورت گیرد. پیشنهاد می گردد مشاوران برنامه شناسایی کاربست توان‌مندی‌ها در ساعتی در طول مدرسه (اوقات فراغت) به صورت گروهی آموزش دهند. هم‌چنین، پیشنهاد می‌شود مؤلفه‌های کلاس‌های توان‌مندمحور شناسایی شده و الگوی متناسب با آن طراحی شود.

پژوهش حاضر همچون سایر پژوهش‌ها دارای محدودیت‌هایی همچون محدود بودن نتایج به نوجوانان ۱۳-۱۵ ساله شهر اصفهان، استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی به جای مطالعه رفتار واقعی و مقطعی بودن پژوهش در بازه زمانی بهار و تابستان ۱۴۰۳ در شهر اصفهان (با توجه به آن که شرایط حضور پژوهش‌گر در مقطع دیگر امکان‌پذیر نبوده است) و دانش‌آموزان درگیر با امتحانات بودند، است. به همین لحاظ باید در تعمیم نتایج به دیگر مقاطع زمانی و مکانی احتیاط نمود. بر این اساس پیشنهاد می‌گردد پژوهش حاضر در دیگر شهرها و استان‌ها اجرا گردد و یافته‌ها با یکدیگر مقایسه گردد. هم‌چنین، پژوهش در بین دیگر نوجوانان در مقاطع سنی متفاوت و دیگر ابزارها همچون مصاحبه و مشاهده نیز استفاده شود.

نتیجه‌گیری

در مجموع یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بر قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی نوجوانان ۱۵-۱۳ ساله مؤثر است. در نهایت، مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی به عنوان رویکردی نوین موجب تغییر در متغیرهای پیشایندی همچون قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی نوجوانان ۱۵-۱۳ ساله می‌گردد. از این رو، لازم است با توجه به تأثیر مداخله مبتنی بر توان‌مندی منشی بسته‌های آموزشی لازم توسط مشاورین تدوین گردد تا بتوان سطح قدرشناسی، معنویت، امید و باورهای زیبا شناختی را در بین نوجوانان با توجه به بحران‌های نوجوانی افزود.

تشکر و قدردانی

این مقاله حاصل پایان‌نامه مقطع کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان است. بدین‌وسیله از کلیه والدین مبنی بر رضایت حضور دانش‌آموزان در پژوهش و دانش‌آموزان مدرسه فراست شاهین‌شهر مبنی بر همکاری و حضور در پژوهش کمال تقدیر و تشکر را داریم.

تعارض در منافع: نویسندگان اذعان می‌دارند در این تحقیق، تضاد منافع وجود ندارد.

حامی مالی: نویسندگان هیچ‌گونه حمایت مالی برای این پژوهش دریافت نکرده‌اند.

ملاحظات اخلاقی (کد اخلاقی): این پژوهش با رعایت موازین اخلاقی صورت گرفته و تلاش شده انتشار نتایج به‌دوراز هرگونه سوگیری انجام پذیرد، کسب کد اخلاق با شناسه IR.IAU.KHUISF.REC.1403.257 از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی خوراسگان(اصفهان).

مشارکت نویسندگان

- **طراحی ایده:** اعظم رفیعی
- **روش‌کار:** اعظم رفیعی
- **جمع‌آوری داده‌ها:** اعظم رفیعی
- **تجزیه و تحلیل داده‌ها:** اعظم رفیعی
- **نظارت:** منصوره بهرامی پور
- **مدیریت پروژه:** اعظم رفیعی
- **نگارش – پیش‌نویس اصلی:** اعظم رفیعی
- **نگارش – بررسی و ویرایش:** اعظم رفیعی، منصوره بهرامی‌پور

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

References

1. Abu Hamad B, Jones N, Gercama I. Adolescent access to health services in fragile and conflict affected contexts: The case of the Gaza Strip. *Confl and Health* 2021; 40(2021).
2. Cunha LF, Pellanda LC, Reppold CT. Positive psychology and gratitude interventions: A randomized clinical trial. *Frontiers in Psychology* 2019; 3(17): 584.
3. Froiland JM. Promoting gratitude and positive feelings about learning among young adults. *Journal of Adult Development* 2018; 25(3): 251-8.
4. Zhu N, Li C, Ye Y, Zhang L, Kong F. Longitudinal Effect of Gratitude on Prosocial Behavior among Young Adults: Evidence from the Bi-factor Model of Gratitude. *Journal of Happiness Studie* 2024; 25(1): 1-15.
5. Romano S, Scanniello G, Antoniol G, Marchetto A. Spiritus: A simple information retrieval regression test selection approach. *Information and Software Technology* 2018; 9(11): 62-80.
6. Lari N. A look at "spiritual identity" from the point of view of Western psychologists: can it be promoted? *Promotion of Science* 2012; 4(1): 37-48. [Farsi]
7. Yaden DB, Batz-Barbarich CL, Vincent Ng ,Vaziri H, Gladstone JN, Pawelski JO, et al. A meta-analysis of religion/spirituality and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies* 2020; 23(8): 4147-63.
8. Ahmed KM, Shirazi M, Ahmed M. Spirituality and life satisfaction among adolescents in India 2011-2039.
9. Baourda VC, Brouzos A, Vassilopoulos SP. Efficacy of the “Feel Good-Think Positive”, a school-based positive psychology intervention targeting optimism and hope in children. *The Journal of Positive Psychology* 2023; 1-18.
10. Bai R, Liu Y, Zhang L, Dong W, Bai Z, Zhou M. Projections of future life expectancy in China up to 2035: a modelling study. *The Lancet Public Health* 2023; 8(10): 1-17.
11. Marta G, deweys S. ideas of moral education, ethics and bioethics (in central europe) *Children Development* 2016; 3(3): 149-58.

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]
[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

12. Hopkins R. How to form aesthetic belief: Interpreting the acquaintance principle2006.
13. Bhattacharyya N. The prevalence of voice problems among adults in the United States. *The Laryngoscope* 2014; 124(10): 2359-62.
14. Jabari M, Shahidi Sh. A time to be empowered (a complete reference for improving the secretarial abilities of teenagers). Arjmand Publications. First edition 2023,1-176.[Farsi]
15. Ebrahimi S, Esmaili M. The effectiveness of secretarial strengths training on the psychological well-being and resilience of adolescents. *Educational and School Studies* 2023;11(4): 439-417. [Farsi]
16. Farnam A, Madidizadeh T. The effectiveness of positivity training on positive psychological states (character abilities) of female high school students. *Journal of Positive Psychology* 2016; 3(1): 61-76. [Farsi]
17. Kalamatianos A, Kounenou K, Pezirkianidis C, Kourmousi N. The Role of Gratitude in a Positive Psychology Group Intervention Program Implemented for Undergraduate Engineering Students. *Behavioral Sciences* 2023;13(6): 460-471.
18. Adiwinata AH, Yustiana YR. Gratitude a a positive character strenghts: how to develop as an adolescent with in role of a school counsel or education 2023;(1): 63-70.
19. Kwok SY, Gu M, Tam NW. A multiple component positive psychology intervention to reduce anxiety and increase happiness in adolescents: the mediating roles of gratitude and emotional intelligence. *Journal of Happiness Studies* 2022; 23(5): 2039-58.
20. Hasni Rad M, Khodayari Fard M, Hijazi E. The effectiveness of culture-based character abilities training on strengthening character abilities and improving the mental well-being of students in the pre-adult period. *Journal of Psychological Sciences*2019;19(96): 1545-33. [Farsi]
21. Baysal M. Positive Psychology and Spirituality: A Review Study. *Spiritual Psychology and Counseling* 2022; 7(3): 359-88.
22. Niemiec RM, Russo-Netzer P, Pargament KI. The decoding of the human spirit: A synergy of spirituality and character strengths toward wholeness. *Frontiers in Psychology* 2020; 11(2): 20-40.
23. Kor A, Pirutinsky S, Mikulincer M, Shoshani A, Miller L. A longitudinal study of spirituality, character strengths, subjective well-being, and prosociality in middle school adolescents. *Frontiers in Psychology* 2019; 10(4): 377-86.

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

24. Gorgi Y. Keivanpour R. The effectiveness of positivity training on hope and life satisfaction in mothers with disabled children. *Psychology of Exceptional People* 2022; 12(47): 151-72.
25. Amini Manesh S, Rezaei Jamaloui H, Taheri M, Ansari S, Mansourifar Sh. the effectiveness of teaching positive psychological skills on the life expectancy of adolescent girls. *Women and Society Quarterly* 2020; 12(3): 1-19. [Farsi]
26. Reza Zadeh S, Khodabakhshi-Koolaee A, Hamidy Pour R, Sanagoo AEffectiveness of Positive Psychology on Hope and Resilience in Mothers with Mentally Retarded Children. *IJPN* 2018; 6 (3): 32-38. [Farsi]
27. Greene N, McGovern K. Gratitude, psychological well-being, and perceptions of posttraumatic growth in adults who lost a parent in childhood. *Death Studies* 2017; 41(7): 436-446.
28. Iman-nejad M, Iman-Zade A, Taqi-pur K, Tahmasb-zade Sheikhlar D. The effectiveness of teaching philosophy to teenagers on the development of aesthetic beliefs and moral judgments of secondary school students: using the method of a philosophical exploration circle. *Islamic Education and Training* 2018; 4 (4): 68-37. [Farsi]
29. Jones N, Omigie D, Jones Bartoli A. Character Strengths Afforded by Arts Engagement During Adolescence: The Development and Validation of the Creative Artistic Activities Strengths Affordances Scale (CAASA scale*). Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts* 2023.1-289.
30. Faul F, Erdfelder E, Lang AG, Buchner A. G*Power 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *BRM* 2007; 39(2): 175-1.
31. McCullough ME, Emmons RA, Tsang JA. The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and social Psychology* 2002; 82(1): 112-122.
32. Parsian N. Developing and validating a questionnaire to measure spirituality: A psychometric process. *Global Journal of Health Science* 2009; 1(1): 2-14.
33. Ginevra MC, Sgaramella TM, Ferrari L, Nota L, Santilli S, Soresi S. Visions about future: A new scale assessing optimism, pessimism, and hope adolescents. *International Journal for Educational and Vocational Guidance* 2017; 17(9): 187-210.
34. Ahmadi A. Aesthetics and its origin in the dynamics of architectural forms. Master's thesis,

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

Islamic Azad University, Kerman branch 2016: 1-180.

35. Leshni Z, Shayiri MR, Panahi Talkhestani S. Validity and reliability of the Persian version of gratitude scale in non-clinical samples. *Counseling and Psychotherapy Quarterly* 2013; 3(12): 38-52. [Farsi]

36. Aminayi M, Asghari Ebrahimabad M J, Azadi M, Soltani shal R. Examining the validity and reliability of the Persian version of Parsian and Donning's Spirituality Questionnaire. *Journal of Principles of Mental Health* 2014; 17(3): 129-34. [Farsi]

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]

CCBY-NC.4.0 DEED

The Effectiveness of the Intervention Based on Character Strengths on Gratitude, Spirituality, Hope, and Aesthetic Beliefs of 13-15-Year-Old Teenagers: A Quasi-Experimental Study

Azam Rafiei[1], Mansoreh Bahramipour[2]

Received: 08/09/24 Sent for Revision: 03/11/24 Received Revised Manuscript: 21/06/25 Accepted: 22/06/25

Background and Objectives: The transition from childhood to adolescence is influenced by important changes in emotional and cognitive levels. This research was conducted with the aim of determining the effectiveness of the intervention based on character strengths on appreciation, spirituality, hope, and aesthetic beliefs of 13-15-year-old teenagers.

Materials and Methods: The research method was quasi-experimental with experimental and control groups and pretest-posttest and a follow-up period of 45 days. The statistical population consisted of all adolescents aged 13-15 years old in Isfahan City during the 2023–2024 academic year; out of which, 40 teenagers were selected by multi-stage random sampling and were randomly assigned to two experimental and control groups (with 20 people in each group). To collect data, the Appreciation Questionnaire (McCullough et al., 2002), Parsian Spirituality Questionnaire (2009), Hope in Teenagers Questionnaire (Ginevra et al., 2017), and Aesthetic Beliefs Questionnaire (Ahmadi, 2016) were used. The experimental group received the adolescents' character strengths intervention developed by Jabari and Shahidi (2022) during 10 sessions of 60 minutes, and the control group did not receive any intervention. Two-way repeated measures analysis of variance (ANOVA) was used to analyze the data.

Results: The results showed that there is a significant difference between the average scores of appreciation, spirituality, hope, and aesthetic beliefs in the pre-test, post-test, and follow-up stages ($p<0.001$) and the interaction between time and group membership was also significant ($p<0.001$).

Conclusion: The general findings showed that the intervention based on character strengths has improved gratitude, spirituality, hope, and aesthetic beliefs in adolescents aged 13-15. Therefore, it is recommended that the character strengths package be used by the consultants as a suitable strategy to recognize the capabilities.

Keywords: Intervention based on character strengths, Appreciation, Spirituality, Hope, Aesthetic beliefs

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical considerations: The Ethics Committee of Khorasgan Islamic Azad University (Isfahan) approved the study (IR.IAU.KHUISF.REC.1403.257).

Authors' contributions:

- **Conceptualization:** Azam Rafiei
- **Methodology:** Azam Rafiei
- **Data collection:** Azam Rafiei
- **Formal analysis:** Azam Rafiei
- **Supervision:** Mansoureh Bahramipour
- **Project administration:** Azam Rafiei
- **Writing - original draft:** Azam Rafiei
- **Writing - review & rditing:** Azam Rafiei, Mansoureh Bahramipour

Citation: Rafiei A, Bahramipour M. The Effectiveness of the Intervention Based on Character Strengths on Gratitude, Spirituality, Hope, and Aesthetic Beliefs of 13-15-Year-Old Teenagers: A Quasi-Experimental Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2025; 24 (6): 509-24. [Farsi]

1- MSc, Dept. of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran
2. Associate Prof., Dept. of Psychology, Isfahan Branch (Khorasgan), Islamic Azad University, Isfahan, Iran
ORCID: 0000-0002-2383-3828
(Corresponding Athours) Tel: 09133185421, E-mail: bahramipourisfahani @iau.ac.ir

CCBY-NC.4.0 DEED

[Downloaded from journal.rums.ac.ir on 2026-11-18]

[DOI: 10.61882/jrums.24.6.509]