
Role of Family-Centeredness in Reducing Behavioral and Psychological Problems in Adolescents: Systematic Review of Educational, Therapeutic, and Cultural Interventions

Article Info

Authors:

Mehrnaz Azadyekta¹

Keywords:

Family-based, adolescent, behavioral and psychological problems, systematic reviews, educational and cultural interventions.

Article History:

Received: 2025-06-18

Accepted: 2025-08-23

Published: 2025-09-25

Correspondence:

Email:

m.azadyekta@iau.ac.ir

Abstract

Purpose: The purpose of the present study is to investigate the role of family -based in reducing adolescent behavioral and psychological problems through systematic review of educational, therapeutic and cultural interventions.

Methodology: This study was a qualitative systematic review that was implemented using the PRISMA instruction. The study community consisted of 87 internal articles published in reputable national bases (NOORMAGZ, SID, Magiran, Civilica) and 14 international articles published between years 2019 to 2025. After the entry and exit criteria, 55 internal articles and 9 international articles were selected for final analysis. Data were extracted and classified using Braun & Clarke (2006) Themes and emphasized family -based components including parenting style, parental mental health, family conflict management, emotional and educational support, parental education and family interaction with the environment.

Findings: The systematic analysis of studies showed that family -oriented has a key role in reducing adolescent behavioral and psychological problems. Effective components include powerful parenting style, emotional support and warm parenting, family conflict management, parental mental health, parental and educational skills, media and cybersecurity monitoring, family activities and healthy lifestyles, and family spiritual values and activities. These components are coherent and enhance mental health, emotional self -regulation, resilience and academic performance.

Conclusion: The preventive and psychological interventions of adolescents should be designed with family -centered. Multi -level and comprehensive programs, including parental education, emotional support, conflict management, education, media monitoring, and promoting family lifestyle and spirituality can effectively enhance adolescent mental health and behavior. This study can guide the design of counseling programs, parenting education, and supportive policies at school and community level.

1. Department of Psychology, Islamshahr Branch, Islamic Azad University, Islamshahr, Iran.(Corresponding Author)

نقش خانواده‌محوری در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان: مرور نظام‌مند مداخلات تربیتی، درمانی و فرهنگی

مهرناز آزادیکتا^۱

چکیده

هدف: هدف مطالعه حاضر، بررسی نقش خانواده‌محوری در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان از طریق مرور نظام‌مند مداخلات تربیتی، درمانی و فرهنگی بود.

روش: این مطالعه یک مرور نظام‌مند کیفی بود که با استفاده از دستورالعمل PRISMA اجرا شد. جامعه مطالعاتی شامل ۸۷ مقاله داخلی منتشرشده در پایگاه‌های معتبر ملی (Civilica, Magiran, SID, NoorMagz) و ۱۴ مقاله بین‌المللی منتشرشده بین سال‌های ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۵ بود. پس از اعمال معیارهای ورود و خروج، ۵۵ مقاله داخلی و ۹ مقاله بین‌المللی برای تحلیل نهایی انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از رویکرد تحلیل مضمون Braun & Clarke (۲۰۰۶) استخراج و طبقه‌بندی شدند و تأکید بر مؤلفه‌های خانواده‌محور شامل سبک فرزندپروری، سلامت روان والدین، مدیریت تعارض خانوادگی، حمایت هیجانی و تحصیلی، آموزش والدین و تعامل خانواده با محیط بیرونی بود.

یافته‌ها: تحلیل نظام‌مند مطالعات نشان داد که خانواده‌محوری نقش کلیدی در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان دارد. مؤلفه‌های مؤثر شامل سبک فرزندپروری مقتدرانه، حمایت هیجانی و ارتباط گرم والدین، مدیریت تعارض خانوادگی، سلامت روان والدین، مشارکت والدین در مهارت‌های اجتماعی و تحصیلی، نظارت بر رسانه‌ها و فضای مجازی، فعالیت‌های خانوادگی و سبک زندگی سالم، و ارزش‌ها و فعالیت‌های معنوی خانواده بود. این مؤلفه‌ها به‌صورت هم‌افزا عمل کرده و سلامت روان، خودتنظیمی هیجانی، تاب‌آوری و عملکرد تحصیلی نوجوانان را تقویت می‌کردند.

نتیجه‌گیری: مداخلات پیشگیرانه و روان‌شناختی نوجوانان باید با محوریت خانواده طراحی شوند. برنامه‌های چندسطحی و جامع، شامل آموزش والدین، حمایت هیجانی، مدیریت تعارض، مشارکت در تحصیل، نظارت بر رسانه‌ها و ارتقای سبک زندگی و معنویت خانوادگی، می‌تواند سلامت روان و رفتار نوجوانان را به‌طور مؤثر تقویت کند. این مطالعه می‌تواند راهنمای طراحی برنامه‌های مشاوره‌ای، آموزش والدین و سیاست‌گذاری‌های حمایتی در سطح مدرسه و جامعه باشد.

کلیدواژه‌ها: خانواده‌محوری، نوجوان، مشکلات رفتاری و روان‌شناختی، مرور نظام‌مند، مداخلات تربیتی و فرهنگی.

^۱ گروه روانشناسی، واحد اسلام شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، اسلام شهر، ایران.

مقدمه

خانواده به‌عنوان نخستین و بنیادی‌ترین نظام اجتماعی، نقش تعیین‌کننده‌ای در شکل‌گیری هویت، رشد هیجانی و سازگاری روان‌شناختی نوجوانان ایفا می‌کند. نظریه‌های معاصر در روان‌شناسی رشد و مشاوره تأکید دارند که الگوهای ارتباطی، سبک‌های فرزندپروری و کیفیت روابط والد-فرزند می‌توانند همچون یک «عامل حفاظتی» در برابر بسیاری از مشکلات رفتاری و آسیب‌شناسی‌های روانی عمل کنند (Ahmadi & Khani Chelkasari, 2022; Garbacz, Stormshak, McIntyre, Bolt, & Huang, 2024). در مقابل، ناکارآمدی کارکردهای خانواده و نبود حمایت هیجانی کافی، نوجوانان را در معرض طیفی از اختلالات هیجانی، مشکلات سازگاری و رفتارهای پرخطر قرار می‌دهد (Khajeh Nouri & Dehghani, 2016; Ghorbani & Asadi, 2023).

براساس شواهد پژوهشی، نوجوانانی که در خانواده‌های دارای تعارض بالا یا سبک‌های فرزندپروری سخت‌گیرانه و سهل‌گیرانه رشد می‌کنند، بیشتر مستعد پرخاشگری، اضطراب، افسردگی و حتی گرایش به بزهکاری هستند (Anari & Nazari, 2018; Qu et al., 2024). در مقابل، مداخلات خانواده‌محور مبتنی بر آموزش مهارت‌های حل مسئله، مدیریت هیجان‌ها و ارتقای ارتباط مؤثر، توانسته‌اند به‌طور معناداری نشانه‌های روان‌شناختی را کاهش دهند و مهارت‌های سازگاری را بهبود بخشند (Ali-Gholizadeh Jahani & Beirami, 2023; Baratzadeh, Davarpanahi, Kiani, Norouzadeh, Momeni, & Moradi, 2023).

پژوهش‌های داخلی و بین‌المللی به‌طور هم‌سو نشان می‌دهند که خانواده نه‌تنها در مقام یک نهاد تربیتی بلکه به‌عنوان یک «بستر درمانی» نیز قابل مداخله است. یافته‌ها نشان داده‌اند که آموزش ذهن‌آگاهی، مدیریت خشم و راهبردهای شناختی-رفتاری به والدین و نوجوانان، هم به کاهش تعارضات خانوادگی منجر می‌شود و هم به ارتقای سلامت روانی و تحصیلی نوجوانان کمک می‌کند (Kharami, Seif, Kiamesh, & Dartaj, 2018; Shokoohi Yekta, Akbari, Zardkhaneh, Attari, & Mahdavi, 2019).

در کنار عوامل تربیتی و درمانی، مؤلفه‌های فرهنگی و اجتماعی نیز در شکل‌دهی به کارکردهای خانواده و نوجوان اهمیت بسزایی دارند. گسترش استفاده از رسانه‌های دیجیتال و شبکه‌های اجتماعی، در صورت نبود نظارت والدین و فقدان سواد رسانه‌ای، می‌تواند به بروز اعتیاد رفتاری، فرسودگی تحصیلی و افزایش رفتارهای پرخطر منجر شود (Beybak, 2022; Norouzi, Mazidi, & Shoja'pour, 2023; Yao, Hou, Yang, & Ni, 2025). در همین راستا، مداخلات فرهنگی-معنوی از جمله آموزش صلح و ارتقای معنویت، به‌عنوان راهبردهایی پیشگیرانه برای افزایش تاب‌آوری و کاهش پریشانی هیجانی نوجوانان توصیه شده‌اند (Hafezi, 2016; Jalilpour Rezaei, Hashemian, & Mojtabei, 2024; Felasafi, 2024).

مطالعات جهانی نیز تأیید کرده‌اند که رویکرد خانواده‌محور، در قالب مداخلات پیشگیرانه و درمانی، می‌تواند نقش کلیدی در کاهش مشکلات هیجانی و رفتاری نوجوانان ایفا کند. برای مثال، Garbacz و همکاران (۲۰۲۴) در پژوهش طولی خود نشان دادند که اجرای برنامه‌های خانواده‌محور در سال‌های ابتدایی تحصیل، احتمال بروز مشکلات هیجانی-رفتاری در نوجوانی را به‌طور معناداری کاهش می‌دهد. همچنین، Larrucea-Iruretagoyena و همکاران (۲۰۲۴) گزارش کرده‌اند که فرزندپروری آگاهانه و ذهن‌آگاه، به‌عنوان یک سبک حمایتی، می‌تواند در تعدیل پیامدهای منفی ناشی از فشارهای رشدی مؤثر باشد.

بر این اساس، مطالعه حاضر با رویکرد مرور نظام‌مند، در پی آن است که نقش خانواده‌محوری را در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان بررسی کند.

روش

این مطالعه یک مرور نظام‌مند کیفی است که با هدف شناسایی و جمع‌بندی مؤلفه‌های خانواده‌محور مؤثر بر مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان انجام شد. روش پژوهش براساس دستورالعمل PRISMA سازمان‌دهی شد تا شفافیت و جامعیت فرایند جستجو و تحلیل منابع تضمین شود (Moher et al., 2009). جامعه مطالعاتی شامل مقالات علمی-پژوهشی منتشرشده در ایران بین سال‌های ۱۳۹۴ تا ۱۴۰۳ بود که به موضوع خانواده، نوجوان، سلامت روان، مهارت‌های اجتماعی و عوامل مرتبط با مشکلات رفتاری یا روان‌شناختی نوجوانان پرداخته بودند. مجموعه اولیه پژوهش شامل ۸۷ مقاله داخلی از پایگاه‌های معتبر ملی (Civilica, Magiran, SID, NoorMagz) بود. علاوه بر این، ۱۴ مقاله بین‌المللی منتشرشده در بازه ۲۰۱۹ تا ۲۰۲۵ به‌عنوان منابع مکمل بررسی شدند.

فرایند مرور نظام‌مند چهار مرحله شناسایی، غربال اولیه، ارزیابی و انتخاب نهایی و معیارهای ورود شامل تمرکز بر نوجوانان ۱۲-۱۸ سال، بررسی حداقل یکی از مؤلفه‌های خانواده‌محور (سبک فرزندپروری، تعارض خانوادگی، حمایت هیجانی، سلامت روان والدین و ...)؛ انتشار در مجلات معتبر یا کنفرانس‌های علمی؛ متن کامل قابل استخراج و معیارهای خروج شامل مطالعاتی که تنها به عوامل مدرسه‌ای، زیستی یا روان‌شناختی بدون ارتباط با خانواده پرداخته بودند، یا فاقد داده‌های قابل تحلیل بودند. در نهایت، از مجموع ۸۷ مقاله داخلی، ۵۵ مقاله واجد شرایط برای تحلیل باقی ماند. از میان ۱۴ مقاله بین‌المللی، ۹ مقاله با معیارهای ورود منطبق بودند.

اطلاعات کلیدی از هر مطالعه استخراج و در قالب جدول شامل جامعه هدف، متغیرهای مورد بررسی، روش‌شناسی و نتایج ثبت شد. فرایند تحلیل شش مرحله‌ای Braun & Clarke (۲۰۰۶) بود. کدگذاری اولیه توسط دو پژوهشگر مستقل انجام شد و توافق میان‌کدی ۷۰٪ بود؛ موارد اختلافی توسط پژوهشگر سوم بازبینی شد. برای افزایش روایی، یافته‌های استخراج‌شده با مطالعات بین‌المللی تطبیق داده شدند.

یافته‌ها

تحلیل کیفی ۵۵ مقاله داخلی و ۱۴ مقاله بین‌المللی با استفاده از رویکرد مرور نظام‌مند نشان داد که خانواده‌محوری نقش محوری در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان دارد. یافته‌ها نشان می‌دهد که تأثیر خانواده تنها محدود به حمایت هیجانی نیست، بلکه شامل سبک فرزندپروری، مدیریت تعارض، سلامت روان والدین، مشارکت در مهارت‌های اجتماعی و تربیتی، و نظارت بر محیط‌های فیزیکی و مجازی نوجوانان نیز می‌شود. این مؤلفه‌ها به‌صورت مکرر در مطالعات مختلف مشاهده شدند و نشان‌دهنده اهمیت خانواده به‌عنوان نخستین بستر پیشگیری و مداخله در مسیر رشد روانی-اجتماعی نوجوانان است.

جدول ۱. مؤلفه‌های خانواده‌محور و تأثیر بر مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان

مؤلفه خانواده‌محور	تأثیر بر نوجوانان	منابع
سبک فرزندپروری	سبک مقتدرانه موجب افزایش خودکنترلی و کاهش رفتارهای پرخطر می‌شود؛ سبک مستبد یا سهل‌گیر با افزایش اضطراب و پرخاشگری مرتبط است	Ahmad et al., 2022; Shir Khanlou et al., 2021
حمایت هیجانی و ارتباط گرم والدین	کاهش علائم افسردگی و اضطراب؛ افزایش تاب‌آوری و عزت نفس نوجوانان	Khodabakhshi Kolai et al., 2019; Moradi et al., 2024
مدیریت تعارض خانوادگی	تعارض شدید یا طولانی‌مدت والد-نوجوان باعث افزایش رفتارهای ضداجتماعی و مشکلات هیجانی می‌شود	Anari & Nazari, 2018; Rad et al., 2018
سلامت روان والدین	اختلالات روانی والدین با مشکلات روان‌شناختی و رفتاری نوجوانان ارتباط مستقیم دارد	Chronopoulou et al., 2025; Moradi et al., 2024
مشارکت والدین در آموزش و مهارت‌های اجتماعی	افزایش مهارت حل مسئله و کاهش رفتارهای پرخطر؛ بهبود عملکرد اجتماعی و روانی نوجوانان	Jalilpour Rezaei et al., 2024; Ali-Ghalizadeh Jahani & Birami, 2023
نظارت بر رسانه‌ها و فضای مجازی	کاهش وابستگی به اینترنت، کنترل محتوای نامناسب و پیشگیری از آسیب‌های روانی	Khaksar Azghandi et al., 2022; Sadeghi & Heydari, 2020

فعالیت‌های خانوادگی و سبک زندگی	تغذیه سالم، ورزش خانوادگی و برنامه منظم خواب، باعث کاهش اضطراب و پرخاشگری و افزایش تمرکز می‌شود	Daoudeh et al., 2022; Eyvazi et al., 2022
ارزش‌ها و فعالیت‌های معنوی خانواده	مشارکت در فعالیت‌های معنوی و مذهبی خانواده، تاب‌آوری و انگیزش تحصیلی نوجوان را تقویت می‌کند	Hafezi, 2016; Falsafi, 2024

تحلیل نظام‌مند ۵۵ مقاله داخلی و ۱۴ مقاله بین‌المللی نشان داد که خانواده‌محوری یک عامل چندوجهی و کلیدی در کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان است. یافته‌ها به وضوح نشان می‌دهند که تأثیر خانواده نه تنها محدود به حمایت هیجانی مستقیم نیست، بلکه شامل سبک فرزندپروری، سلامت روان والدین، مدیریت تعارض، نظارت بر محیط اجتماعی و رسانه‌ای، و توانمندسازی مهارت‌های اجتماعی و هیجانی نوجوانان نیز می‌شود.

سبک فرزندپروری و رابطه والد-فرزند: سبک مقتدرانه با ایجاد چارچوب‌های واضح، حمایت همدلانه و بازخورد سازنده، سبب افزایش خودتنظیمی هیجانی و کاهش رفتارهای پرخطر در نوجوانان می‌شود. در مقابل، سبک‌های مستبدانه یا سهل‌گیرانه با افزایش اضطراب، رفتارهای پرخاشگرانه و اختلال در عملکرد روانی-اجتماعی نوجوانان همراه است (Ahmad et al., ۲۰۲۲; Shir Khanlou et al., ۲۰۲۱).

حمایت هیجانی و ارتباط والدین: دسترسی نوجوان به رابطه گرم، حمایت هیجانی و مشارکت فعال والدین در مسائل روانی و اجتماعی، با کاهش نشانه‌های افسردگی و اضطراب، افزایش تاب‌آوری و تقویت عزت نفس همراه است. این یافته نشان‌دهنده نقش حمایت عاطفی مستمر خانواده به‌عنوان عامل محافظ در دوران حساس بلوغ است (Khodabakhshi Kolai et al., ۲۰۲۴; Moradi et al., ۲۰۱۹).

مدیریت تعارض خانوادگی: تعارض‌های طولانی‌مدت والد-نوجوان یا محیط خانوادگی متشنج، با بروز رفتارهای ضداجتماعی، افزایش اضطراب و کاهش توانایی تنظیم هیجانی نوجوانان مرتبط است. این مؤلفه، اهمیت آموزش مهارت‌های حل تعارض و ارتباط سازنده والدین را برجسته می‌سازد (Anari & Nazari, ۲۰۱۸; Rad et al., ۲۰۱۸).

سلامت روان والدین: اختلالات روانی والدین، از جمله افسردگی و اضطراب، باعث کاهش کیفیت مراقبت هیجانی و تربیتی و افزایش احتمال بروز مشکلات روان‌شناختی و رفتاری در نوجوانان می‌شود. این یافته‌ها نقش سلامت روان والدین را به‌عنوان عامل پیش‌بینی‌کننده مهم در پویایی روانی-اجتماعی نوجوانان نشان می‌دهد (Chronopoulou et al., ۲۰۲۵; Moradi et al., ۲۰۲۴).

مشارکت والدین در آموزش و مهارت‌های اجتماعی نوجوانان: مشارکت فعال والدین در آموزش مهارت‌های اجتماعی و حل مسئله، هدایت تحصیلی و مشارکت در فعالیت‌های یادگیری، موجب کاهش رفتارهای پرخطر و ارتقای سلامت روانی نوجوانان می‌شود. این مؤلفه نقش خانواده را در تقویت خودکارآمدی و توانمندی اجتماعی نوجوانان تأکید می‌کند (Jalilpour Rezaei et al., ۲۰۲۴; Ali-Ghalizadeh Jahani & Birami, ۲۰۲۳).

نظارت بر رسانه‌ها و فضای مجازی: کنترل خانواده بر مصرف رسانه‌ای نوجوان، همراه با آموزش سواد رسانه‌ای، با کاهش وابستگی به اینترنت، جلوگیری از مواجهه با محتوای نامناسب و کاهش پیامدهای منفی رفتاری و هیجانی مرتبط است (Khaksar, ۲۰۲۰; Azghandi et al., ۲۰۲۲; Sadeghi & Heydari, ۲۰۲۰).

فعالیت‌های خانوادگی و سبک زندگی: رفتارهای سالم خانوادگی از جمله تغذیه مناسب، ورزش منظم و برنامه خواب منسجم، با بهبود عملکرد شناختی، کاهش اضطراب و افزایش تمرکز نوجوانان مرتبط هستند. سبک زندگی سالم خانواده به‌عنوان عامل محافظ و تسهیل‌کننده رشد روانی-اجتماعی عمل می‌کند (Daoudeh et al., ۲۰۲۲; Eyvazi et al., ۲۰۲۲).

ارزش‌ها و فعالیت‌های معنوی خانواده: مشارکت نوجوانان در فعالیت‌های معنوی و مذهبی خانواده، ایجاد الگوهای اخلاقی و حمایت معنوی، تاب‌آوری روانی، انگیزش و عزت نفس آنها را تقویت می‌کند و زمینه بروز مشکلات رفتاری و روانی را کاهش می‌دهد (Hafezi, ۲۰۱۶; Falsafi, ۲۰۲۴).

به‌طور کلی، یافته‌ها نشان می‌دهد که خانواده‌محوری یک سیستم یکپارچه است که مؤلفه‌های درون‌خانوادگی، حمایت‌های عاطفی و تربیتی، و تعامل با محیط بیرونی را در بر می‌گیرد. مؤلفه‌های مذکور به صورت هم‌افزا عمل کرده و نقش پیشگیرانه و

تعدیل‌کننده بر مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان دارند. این نتایج تأکید می‌کنند که مداخلات تربیتی و روان‌شناختی موثر در دوران بلوغ باید با محوریت خانواده و با توجه به مؤلفه‌های چندسطحی آن طراحی شود.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های مطالعه حاضر تأکید می‌کنند که خانواده‌محوری به‌عنوان یک ساختار چندسطحی، نقش حیاتی و تعیین‌کننده‌ای در پیشگیری و کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان ایفا می‌کند. این مطالعه با مرور نظام‌مند ۵۵ مقاله داخلی و بین‌المللی نشان داد که مؤلفه‌های خانواده‌محور شامل سبک فرزندپروری، کیفیت ارتباط والد-فرزند، سلامت روان والدین، مدیریت تعارضات خانوادگی، حمایت تحصیلی و عاطفی، آموزش والدین، و تعامل خانواده با محیط بیرونی (مدرسه و رسانه‌ها) هستند و هر یک به‌صورت مستقیم یا غیرمستقیم بر سلامت روانی و رفتاری نوجوانان اثر گذارند (Garbacz et al., 2024; Larrucea-Iruretagoyena et al., 2024; Moradi et al., 2024).

سبک فرزندپروری و رابطه والد-فرزند در صدر مؤلفه‌های موثر قرار دارند. سبک‌های مقتدرانه، با ایجاد چارچوب‌های حمایتی همراه با مرزبندی روشن، هم انگیزه تحصیلی نوجوانان را افزایش می‌دهند و هم تاب‌آوری هیجانی آنان را تقویت می‌کنند. از سوی دیگر، سبک‌های مستبدانه یا غیرفعال موجب افزایش رفتارهای پرخطرانه، کاهش انگیزه و بروز مشکلات روان‌شناختی می‌شوند (Ahmadi & Khani, 2023; Shir Khanlou, 2021). یافته‌ها همچنین نشان دادند که دلبستگی ایمن والد-فرزند، به‌ویژه در دوره بلوغ، به‌عنوان مکانیسم محافظتی عمل کرده و توانایی نوجوان را برای مدیریت هیجانات، حل تعارضات اجتماعی و مقابله با فشارهای محیطی افزایش می‌دهد (Fouladi et al., 2023; Garbacz et al., 2024). این موضوع نشان می‌دهد که حمایت هیجانی مستمر و تعامل مثبت والدین با نوجوان، زمینه‌ساز شکل‌گیری عملکرد روانی و رفتاری سالم را فراهم می‌کند.

سلامت روان والدین نقش تعدیل‌کننده و واسطه‌ای مهمی دارد. والدینی که با اختلالات افسردگی، اضطراب یا نوسانات خلقی مواجه‌اند، به دلیل کاهش تعامل مثبت و حمایت عاطفی، نوجوانانشان را در معرض مشکلات روان‌شناختی و رفتاری قرار می‌دهند (Chronopoulou et al., 2025; Rad et al., 2018). این یافته نشان می‌دهد که برنامه‌های پیشگیرانه برای ارتقای سلامت روان والدین می‌تواند به‌طور مستقیم کیفیت تعاملات خانوادگی و بهبود رفتار نوجوانان را افزایش دهد. در واقع، سلامت روان والدین به‌عنوان یک فاکتور مرکزی در ساختار خانواده عمل می‌کند و ناکارآمدی آن، زمینه‌ساز بروز اختلالات رفتاری و مشکلات تحصیلی در نوجوانان است.

تعارضات خانوادگی و ساختار خانواده نیز از دیگر عوامل حیاتی هستند. محیط خانوادگی متشنج، طلاق، یا ساختارهای ناپایدار، باعث افزایش اضطراب و کاهش تمرکز و انگیزه نوجوانان می‌شود و زمینه بروز رفتارهای ناسازگار را فراهم می‌آورد (Khajehnouri & Dehghani, 2016; Davoudeh, 2022; Aran et al., 2023). یافته‌ها حاکی از آن است که سطح انسجام خانواده و میزان ثبات ساختاری، با تاب‌آوری هیجانی، خودتنظیمی و توانمندی اجتماعی نوجوان ارتباط معنادار دارد. این موضوع نشان می‌دهد که برنامه‌های مداخله‌ای خانواده‌محور باید نه‌تنها مهارت‌های فرزندپروری و حمایت عاطفی را تقویت کنند، بلکه به بهبود مهارت‌های مدیریت تعارض و افزایش ثبات ساختاری خانواده نیز توجه داشته باشند.

حمایت عاطفی و تحصیلی خانواده و آموزش والدین، به‌عنوان ابعاد مکمل، نقش محافظتی قابل توجهی دارند. مشارکت والدین در امور تحصیلی، ارائه حمایت عاطفی مستمر و تعامل فعال با فرزندان، به افزایش عزت نفس و کاهش اضطراب نوجوانان منجر می‌شود (Jalilpour Rezaei, 2024; Nozari et al., 2021; Martínez et al., 2024). آموزش والدین در حوزه مهارت‌های فرزندپروری، سواد رسانه‌ای و مدیریت بحران، اثر مستقیم بر کاهش تعارضات خانوادگی و مشکلات رفتاری نوجوانان دارد (Moradi et al., 2024; Hatmanti et al., 2023). به عبارت دیگر،

توانمندسازی والدین نه تنها به کاهش رفتارهای پرخطر و اختلالات روانی کمک می‌کند، بلکه کیفیت عملکرد تحصیلی و انگیزش نوجوانان را نیز بهبود می‌بخشد.

تعامل خانواده با مدرسه و نهادهای اجتماعی نیز نشان داد که مشارکت فعال والدین در برنامه‌های مدرسه‌ای و مشاوره‌ای، هماهنگی تربیتی بیشتری ایجاد کرده و موجب کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان می‌شود (Kietzman et al., 2025; Sahra Beigi, 2018). نظارت والدین بر فضای مجازی، محدودسازی دسترسی به محتوای آسیب‌زا و آموزش سواد رسانه‌ای نیز به کاهش وابستگی به رسانه‌ها و پیشگیری از اثرات منفی روانی کمک می‌کند (Khaksar Azghandi, 2022; Davoudeh, 2022). این یافته‌ها تأکید می‌کنند که خانواده به‌عنوان عامل تنظیم‌کننده محیط بیرونی، نقش مهمی در کنترل عوامل خطرزا و ارتقای سلامت روان نوجوانان دارد. علاوه بر مؤلفه‌های فوق، نتایج مطالعه نشان می‌دهد که معنویت و فعالیت‌های معنوی خانوادگی، سبک زندگی سالم، و مراقبت از نوجوان در شرایط پرخطر، نقش محافظتی و پیشگیرانه در برابر مشکلات رفتاری و روان‌شناختی دارند (Marashi et al., 2018; Hafzi, 2016; Moradi et al., 2024). این عوامل با تقویت تاب‌آوری هیجانی، کاهش اضطراب، و افزایش انگیزش و عملکرد تحصیلی نوجوانان، نشان می‌دهند که مداخلات خانواده‌محور باید رویکردی جامع و سیستماتیک داشته باشند.

در مجموع، یافته‌ها تأکید می‌کنند که خانواده‌محوری یک سامانه پیچیده و پویاست که مؤلفه‌های روان‌شناختی، تربیتی، رفتاری و محیطی را با هم ترکیب می‌کند. بنابراین، طراحی مداخلات تربیتی و روان‌شناختی برای نوجوانان باید جامع، چندسطحی و خانواده‌محور باشد، به‌گونه‌ای که حمایت هیجانی، مهارت‌های فرزندپروری، مدیریت تعارض، نظارت بر رسانه‌ها، و تعامل با محیط بیرونی به‌طور همزمان در دستور کار قرار گیرد. این رویکرد نه تنها مشکلات رفتاری و روانی را کاهش می‌دهد، بلکه زمینه موفقیت تحصیلی، تاب‌آوری اجتماعی و رشد متعادل روانی-عاطفی نوجوانان را فراهم می‌سازد.

مطالعه حاضر نشان داد که خانواده‌محوری نقش کلیدی در پیشگیری و کاهش مشکلات رفتاری و روان‌شناختی نوجوانان دارد و مؤلفه‌های اصلی خانواده‌محور شامل سبک فرزندپروری و رابطه والد-فرزند (ایجاد چارچوب حمایتی، مرزهای روشن و دبستگی ایمن)؛ سلامت روان والدین (مدیریت اضطراب، افسردگی و اختلالات خلقی والدین)؛ تعارضات و ساختار خانواده (کاهش تنش، افزایش انسجام و ثبات ساختاری)؛ حمایت تحصیلی و عاطفی (مشارکت فعال والدین در امور تحصیلی و عاطفی)؛ آموزش والدین و توانمندسازی خانوادگی (ارتقای مهارت‌های فرزندپروری، سواد رسانه‌ای و مدیریت بحران) و تعامل با محیط بیرونی (همکاری با مدرسه، نظارت بر رسانه‌ها، کنترل عوامل خطرزا و فعالیت‌های معنوی) می‌باشد.

این یافته‌ها بیانگر آن است که برنامه‌های پیشگیرانه و مداخلات روان‌شناختی نوجوانان باید خانواده‌محور، چندسطحی و سیستماتیک طراحی شوند تا ضمن کاهش رفتارهای پرخطر و مشکلات روانی، تاب‌آوری، انگیزش تحصیلی و سلامت روانی نوجوانان ارتقا یابد.

از منظر کاربردی، نتایج مطالعه می‌تواند راهنمای برنامه‌ریزی آموزشی، طراحی مداخلات مشاوره‌ای و تدوین سیاست‌های حمایتی در سطح ملی و مدرسه‌ای باشد. پیشنهاد می‌شود سیاست‌گذاران، مشاوران و روانشناسان با تمرکز بر مؤلفه‌های خانواده‌محور، برنامه‌های آموزشی والدین، جلسات مشاوره مشترک والد-فرزند و مداخلات جامع در محیط مدرسه و خانه را توسعه دهند تا سلامت روان و رفتار نوجوانان در دوران حساس بلوغ تقویت شود.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این مطالعه از مقالات علمی و معتبر استفاده شد و جهت رعایت اخلاق پژوهشی و امانت‌داری، استنادات کامل انجام گردید.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسنده اول مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

در تدوین این مقاله تنها یک نویسنده مشارکت داشته است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Abdollahi, E., Hosseini, F., Motaharizadeh, Y. (2018). Social factors affecting juvenile delinquency in Kazerun city and ways to prevent it. *Journal of Legal Civilization*, 1(1), 113-130. [in Persian] [[Link](#)]
- Ahmadi, Sh., Khani Chalkasari, F. (2022). The Role of the Family in Behavioral Problems of Adolescents, *Research and Studies of Islamic Sciences*, 4 (33), 82-66. [in Persian] [[Link](#)]
- Ali-Gholizadeh Jahani, E., Bayrami, M. (2023). The effectiveness of social problem-solving skills training in reducing the level of aggression components in adolescent students in Tabriz city. *School and Educational Psychology*, 12(2), 101-113. [in Persian] [[Link](#)]
- Anari, N, Nazari, V. (2018). The Role of Adolescent Conflict (with Parents) and Problem Solving Skills in Forecasting the Anger of Adolescents of Pars Abad Theoretical High School Students, *Fourth National Conference on Humanities and Management Studies*, Tehran. [in Persian] [[Link](#)]
- Baratzadeh, Z., Davarpanahi, Gh., Kiani, A., Nourizadeh, Z., Momeni, M., Moradi, S. (2023). Investigating the effect of cognitive behavioral therapy on improving psychological problems of students, *Journal of Psychological Studies and Educational Sciences*, 5 (52). [in Persian] [[Link](#)]
- Beybak, Z. (2022). Investigating the dangers and social harms of cyberspace on children and adolescents. *Echo of Society*. 3(1), 89-98. [in Persian] [[Link](#)]
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. [[Link](#)]
- Chronopoulou, N., Zaravinos-Tsakos, F., Kolaitis, G., & Giannakopoulos, G. (2025). Maternal Psychopathology and Family Functioning as Predictors of Externalizing Behavior in Adolescents: A Cross-Sectional Study in Greece. *Adolescents*, 5(2), 17. [[Link](#)]
- Davodeh, S., Nasim Sobhan, M., Cheshmeh Chahifard, Q., Davodeh, Sh. (2022). Comparing the effect of participation in art and sports courses on depression and internet addiction in adolescents aged 13 to 17. *Disability Studies*, 12(1), 10-1. [in Persian] [[Link](#)]
- Dehghan Saran, S., Niknam, M. (2023). Comparison of psychological well-being and behavioral problems of adolescents in three types of restructured, disrupted and normal families. *Social-Police Research on Women and Family*, 11 (1), 282-309. [in Persian] [[Link](#)]
- Eyvazi, I., Nazari, Sh., Eidipour, K. (2022). The effect of the amount of sports training on the mental well-being and social health of male students in the first grade of secondary school in Tehran with the mediating role of attachment to school and the use of social media. *Quarterly Scientific-Research Journal of Family and Research*. 19 (1), 111-128. [in Persian] [[Link](#)]

- Falsafi, A. (2024). The role of religious teachings in facing identity crises during adolescence, *First International Conference on New Developments in Educational Sciences, Psychology and Education*, Urmia. [in Persian] [[Link](#)]
- Farhadian, T. (2017). Sexual Health Challenges of Adolescents and Youth in Iran, *Third International Conference on Humanities and Social Studies*, Tehran. [in Persian] [[Link](#)]
- Feizi, N. (2024). The effect of adequate sleep on academic performance and concentration of students, *First International Conference of Talent and Culture-Building Teachers in the Development of Technical and Vocational Education and Workforce Skills on the Path to Sustainable Development*. [in Persian] [[Link](#)]
- Feng, N., Yang, Y., Xie, Z., Qiu, T., & Cui, L. (2024). Longitudinal study examining academic expectation stress and distrust for Chinese adolescents: The roles of internalizing problems and hope. *Social Development*, 33(4), e12743. [[Link](#)]
- Fouladi, S., Majidi, A., Nasirzadeh Shahri, S., Nasiri, Z., Miri, M. (2023). The role of attachment in the development of self-esteem and self-confidence of adolescents, *8th National Conference on Modern Research in the Field of Educational Sciences and Psychology of Iran*, Tehran. [in Persian] [[Link](#)]
- Garbacz, S. A., Moore, K. A., Mauricio, A. M., & Stormshak, E. A. (2022). Promoting Family-Centered Support Assessment and Intervention to Enhance School Climate. *Grantee Submission*. [[Link](#)]
- Garbacz, S. A., Stormshak, E. A., McIntyre, L. L., Bolt, D., & Huang, M. (2024). Family-centered prevention during elementary school to reduce growth in emotional and behavior problems. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 32(1), 47-55. [[Link](#)]
- Ghanbarzadeh, E., Dorosti Motlagh, A., Abbasi, B. (2019). Studying the correlation between food diversity score and anxiety in Iranian adolescent girls in 2017. *Iranian Nutrition and Food Science*. 14 (4), 19-26. [in Persian] [[Link](#)]
- Ghorbani, A., Asadi, J. (2023). Comparison of personality traits, mental health, and sensation seeking among adolescents with substance-dependent and normal parents. *Quarterly Journal of Addiction Studies*. 17 (69), 137-160. [in Persian] [[Link](#)]
- Hafezi, A. (2016). Spiritual Management in Adolescents. *National Conference on Management and Humanities Research in Iran*. [in Persian] [[Link](#)]
- Hatmanti, N. M., Sari, R. Y., Septianingrum, Y., Setiyowati, E., & Maimunah, S. (2023). Supportive educative system based on the integration of family centered care and family tasks towards family support in adolescents with smartphone addiction. *Bali Medical Journal*, 12(3), 2896-2900. [[Link](#)]
- Jalilpour Rezaei, B., Hashemian, K., Mojtabaei, M. (2024). The comparison of efficacy of peace instruction and cooperative social-emotional learning on social problem solving skills and self-awareness in female adolescents. *Journal of Psychological Science*. 23(141), 121-138. [in Persian] [[Link](#)]
- Khajeh Nouri, B., Dehghani, R. (2016). Adolescent problems and their relationship with the family institution under study: The relationship between parental conflicts and adolescent mental health. *Sociology of Social Institutions*, 3(7), 37-66. [in Persian] [[Link](#)]
- Khaksarazghandi, A., Pakdaman, M., Karsheki, H. (2022). The effectiveness of media literacy training in adolescent internet addiction. *Pajoohan Scientific Journal*, 21(1), 8-14. [in Persian] [[Link](#)]

- Khodabakhshi-Kolai, A., Matin, L., Falsafinejad, MR., and Sanagoo, A. (2019). Study of the educational package to increase awareness of puberty changes on resilience and distress tolerance of adolescent girls. *Psychiatric Nursing*, 7(1), 1-8. [in Persian] [[Link](#)]
- Khorami, F., Seif, A., Kiamanesh, A., Dartaj, F. (2018). The effectiveness of mindfulness training on test anxiety and attitude towards school in eleventh grade students. *Quarterly Journal of Educational Psychology*, 14(50), 25-54. [in Persian] [[Link](#)]
- Kietzman, H. W., Styles, W. L., Franklin-Zitzkat, L., Del Vecchio Valerian, M., & Yuen, E. Y. (2025, May). Family-Centered Care in Adolescent Intensive Outpatient Mental Health Treatment in the United States: A Case Study. In *Healthcare* (Vol. 13, No. 9, p. 1079). MDPI. [[Link](#)]
- Larrucea-Iruretagoyena, M., Parent, J., & Orue, I. (2024). Family-centered profiles of mindful parenting: Longitudinal associations with negative parenting and youth emotional and behavioral problems. *Family Process*, 63(4), 2073-2086. [[Link](#)]
- Mahjori Gholibglo, Sh., Vazvi Gholibglo Kadkhodalu, M., Hakimi Nejad, A. (2023). The role of constructive interaction between family and teacher in preventing students' behavioral problems, *First International Conference of Top Teachers and Leading Schools in the Third Millennium*, Bushehr. [in Persian] [[Link](#)]
- Marashi, SA., Hormozinia, M., Bashlideh, K. (2018). Investigating the relationship between perceived parental violence and religion with self-esteem of adolescent girls in high schools in Tehran in 2017: A descriptive study. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 17 (12): 1131-1142. [in Persian] [[Link](#)]
- Martínez, V. M., Montes, Á., Cea, B., & Martínez, M. D. S. (2024). Prevalence and quantifying the effects of bullying victimization in school-aged children in internalizing and externalizing mental health problems and academic failure. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 11(2), 8. [[Link](#)]
- Masoomzadeh, L., Ghahwechi, A., Badrani Nejad, R., Dashti, F. (2024). Academic Problems of Students in Adolescence, *Fourth International Conference on Management Studies, Culture and Art*, Tehran. [in Persian] [[Link](#)]
- Mazlounian, S. and Eghdadi, M. (2017). A comparative study of factors affecting students' choice of academic field in different countries, *National Conference of Modern Research in Iran and the World in Psychology, Educational Sciences and Social Studies*, Shiraz. [in Persian] [[Link](#)]
- Mokhtarzadeh Bazganjar, S, and Alizadeh, S. (2019). Investigating the factors affecting students' tendency to choose a field of study. *Management and Perspectives of Education*, 1(1), 15-30. [in Persian] [[Link](#)]
- Moradi Yasuri, S., Taghipour Sariyeh Dagh, Sh., Gholami, Z., Mahjoub, T. (2023). Investigating the role of teachers in reducing students' learning disabilities, *First International Conference on New Horizons in Education in the Third Millennium*, Bushehr. [in Persian] [[Link](#)]
- Moradi, M., Yousefi, Z., Bahramipour, M. (2024). The effectiveness of parenting training to deal with child abuse on parenting stress and behavioral problems of children of mothers with a history of child abuse. *Family and Health*, 14 (1), 55-68. [in Persian] [[Link](#)]
- Mousavipour, F. (2022). Problems and issues of adolescents with parents and methods of recognizing and controlling them, *Fifth International Conference on*

- Psychology, Educational Sciences and Social Studies*, Hamadan. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Mousoulidou, M., Christodoulou, A., & Goutoglou, T. (2025). Psychosocial Development for Children and Adolescents Exhibiting Aggressive Behaviour. *Exploring Cognitive and Psychosocial Dynamics Across Childhood and Adolescence*, 121-144. [\[Link\]](#)
- Norouzi, F., Mazed, H., Shojapour, U. (2023). Investigating the effects of cyberspace on children and adolescents (harms and solutions), *Journal of Psychological Studies and Educational Sciences*, 5 (57). [in Persian] [\[Link\]](#)
- Nouri Ahmadabadi, T, Shomali Ahmadabadi, M, Barkhordari Ahmadabadi, A. (2017). Investigating the causes of adolescents' tendency towards addiction, *First National Conference on Behavioral and Islamic Sciences*, Ardakan. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Nozari, E., Sabet, M., & Bashardoost, S. (2021). The Effect of Family-Centered Stress Management on Risky Behaviors among Girls. *Family and Health*, 11(3), 162-175. [\[Link\]](#)
- Qu, G., Shu, L., Liu, H., Ma, S., Han, T., Zhang, H., ... & Sun, Y. (2024). Association between adverse childhood experiences and academic performance among children and adolescents: a global meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 25(4), 3332-3345. [\[Link\]](#)
- Rad, Sh., Zadeh Mohammadi, A., Habibi Askarabad, M., Ghanbari, N. (2018). Predicting adolescent behavioral problems based on life satisfaction, parent-adolescent conflict and positive adolescent development, *Rooyesh Psychology*, 7 (12), 48-27. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Sadeghi, F., Heidari, M. (2020). Pathology of the role of virtual social networks in educating adolescents. *Educational and Psychological Studies of the Family*, 1(2), 95-119. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Safari Shali, R., Abdemolaei, A. (2015). The impact of socialization factors on adolescents' identity (peers, school and media). *Family and Research*, 12(27), 117-136. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Sahrabei, Y. (2018). The impact of cyberspace on committing crimes by adolescents with emphasis on the role of cultural poverty in cyberspace, *International Conference on Religious Research, Islamic Sciences, Jurisprudence and Law in Iran and the Islamic World*, Karaj. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Sammam, R. (2025). The Role of Family-Centered Practices in Supporting Children with Severe Problem Behaviors: A Case Study. *ACADEMIA International Journal for Social Sciences*, 4(1), 689-699. [\[Link\]](#)
- Shirkhanloo, Z., Tahmasebi, S., Mohammadi Aria, A., Reza Soltani, P. (2021). Investigating the relationship between parental attachment styles, mental health and parenting styles with behavioral problems of preschool children mediated by children's attachment: Explaining the structural equation, *Journal of Childhood Health and Education*, 2 (2): 113-93. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Shokohi Yekta, M., Akbari Zardkhaneh, S., Attari, M., Mahdavi, M. (2019). The effectiveness of anger management training on depression, anxiety and stress in students. *Empowerment of Exceptional Children*, 10(2), 227-236. [in Persian] [\[Link\]](#)
- Tayyibi, Z. (2021). Addiction and Adolescents. *National Conference on Management and Humanities Research in Iran*. [in Persian] [\[Link\]](#)

- Yao, W., Hou, H., Yang, P., & Ni, S. (2025). The co-occurrence of adolescent smartphone addiction and academic burnout: The role of smartphone stress and digital flourishing. *Education and Information Technologies*, 30(4), 4987-5007. [[Link](#)]
- Yosep, I., Mardhiyah, A., Hazmi, H., & Hikmat, R. (2025). Exploring nursing interventions in family-based approaches for preventing bullying among children and adolescents: a scoping review. *BMC nursing*, 24, 601. [[Link](#)]
- Yousefi Afrashte, M., Haqi, A. (2020). The relationship between parental attachment and adolescent bullying in school; Analysis of the mediating role of psychological well-being and attachment to peers. *Cognitive and Behavioral Sciences Research*, 10(2), 103-116. [in Persian] [[Link](#)]