

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش خوددلگرم سازی شوانکر بر میزان تاب آوری و خوش بینی مادران دارای کودکان معلول ذهنی

محل انتشار:

دوماهنامه طلوع بهداشت، دوره 15، شماره 2 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

عباس افخمی عقدا - *Shahid Bahonar University of Kerman*

عباس رحمتی - *Shahid Bahonar University of Kerman*

مسعود فضیلت پور - *Shahid Bahonar University of Kerman*

خلاصه مقاله:

مقدمه: یک کودک کم توان ذهنی، به عنوان یک فشار خردکننده روی والدین می باشد. در نتیجه آموزش مادران این کودکان از اهمیت بسزایی برخوردار است. یکی از فعالیت های مفید در این زمینه آموزش خوددلگرم سازی می باشد. بدین منظور مطالعه حاضر با هدف بررسی اثربخشی خوددلگرم سازی بر میزان تاب آوری و خوش بینی مادران دارای کودک کم توان ذهنی انجام گرفت. روش بررسی: به شیوه نیمه آزمایشی پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل اجرا گردید. گروه نمونه شامل ۲۴ نفر از مادران دارای کودک کم توان ذهنی یزد در سال ۹۴-۱۳۹۳ بودند، که به صورت داوطلبانه (غیرتصادفی) انتخاب گردیدند و در نهایت به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (در هر گروه ۱۲ نفر) جایگزین شدند. میزان تاب آوری و خوش بینی شرکت کنندگان در این پژوهش به ترتیب توسط پرسشنامه تاب آوری کانر- دیویدسون (CD-RISC) و جهت گیری زندگی (LOT) در پیش آزمون و پس آزمون سنجیده شد و گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۱:۳۰ ساعته آموزش خوددلگرم سازی طی ۱۰ هفته متممادی در روزهای یکشنبه در آموزشگاه تلاش یزد شرکت نمودند. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیری (MANCOVA)، تحلیل کوواریانس یک متغیری (ANCOVA) با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ استفاده شد. یافته ها: تحلیل کوواریانس بر روی داده ها نشان داد که جلسات آموزشی تاثیر معنی داری بر تاب آوری و خوش بینی گروه آزمایش داشته است ($P < 0.05$). نتیجه گیری: آموزش خوددلگرم سازی می تواند به احتمال زیاد افزایش تاب آوری و خوش بینی را در پی داشته باشد.

کلمات کلیدی:

self-encouragement Shvankr, resilience, optimism, mothers mental retardation

خوددلگرم سازی شوانکر، تاب آوری، خوش بینی، مادران کودکان کم توان ذهنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1343894>

