

## عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سبک های دلبستگی و راهبردهای مقابله ای مادران دارای کودکان معلولیت ذهنی حرکتی

## محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی بالینی، دوره 13، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

حشمت الله قهرمانلو - دکتری روانشناسی، رییس اداره مشاوره دانشکده علوم پزشکی اسفراین، اسفراین، ایران

محمد خرمی - دکتری روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات تهران (اصفهان)، تهران، ایران

سیده زهرا سیدی شخم زار - کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سبزوار، سبزوار، ایران

سمیه اشرفی فرد - دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.

## خلاصه مقاله:

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سبک های دلبستگی و راهبردهای مقابله ای مادران دارای کودکان معلول ذهنی- حرکتی انجام شد. روش: نمونه ها به شیوه تصادفی خوشه ای چندمرحله ای (تعداد ۲۴ نفر) انتخاب و سپس به صورت تصادفی به یک گروه آزمایش (۱۲ نفر درگروه درمان شناختی-رفتاری) و یک گروه گواه (۱۲ نفر) تقسیم شدند. در پیش آزمون از پرسشنامه های دلبستگی بزرگسالان کالینز و رید و مقابله با شرایط پر استرس- فرم کوتاه کالزبیک و همکاران استفاده شد. سپس، درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی طی ۸ جلسه و یکبار در هفته به مدت دو ساعت بر روی گروه آزمایش اجرا شد و گروه گواه تحت هیچ مداخله ای قرار نگرفت. پس آزمون برای هر دو گروه تکمیل و داده های لازم گردآوری و با استفاده از روش تحلیل کواریانس چندمتغیره (مانکووا) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته اند. یافته ها: نتایج بدست آمده از این پژوهش مبین آن بود که برنامه درمانی شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی باعث کاهش سبک های دلبستگی اضطرابی ( $F=944/39$  و  $P=002/0$ ) و اجتنابی ( $F=772/51$  و  $P=001/0$ ) و افزایش سبک ایمن ( $F=352/130$  و  $P=000/0$ ) و همچنین کاهش راهبردهای مقابله ای هیجان مدار ( $F=108/155$  و  $P=001/0$ ) و اجتنابی ( $F=695/22$  و  $P=001/0$ ) و افزایش راهبرد مساله مدار ( $F=127/203$  و  $P=002/0$ ) مادران کودکان معلول ذهنی حرکتی در مرحله پس آزمون شد. نتیجه گیری: با عنایت به یافته های بدست آمده، به منظور کارآمدی سبک های دلبستگی و راهبردهای مقابله ای مادران کودکان معلول ذهنی حرکتی مغزی باید به مداخله شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی توجه بیشتری مبذول گردد.

## کلمات کلیدی:

دلبستگی، ذهن آگاهی، شناخت درمانی، معلول ذهنی حرکتی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1387520>

