

## عنوان مقاله:

بررسی کارآمدی آموزش مبتنی بر شفقت خود بر سرمایه روان شناختی و بهزیستی اجتماعی در مادران دارای کودک آهسته گام

## محل انتشار:

پژوهشنامه زنان، دوره 13، شماره 39 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

## نویسندگان:

شراره روحی مطلق - دانشجو دکتری، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

زهرا افتخار صعدی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

بهنام مکوندی - دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

فریبا حافظی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش، بررسی اثر بخشی آموزش مبتنی بر شفقت خود بر سرمایه روان شناختی و بهزیستی اجتماعی در مادران دارای کودک آهسته گام بود. از این جامعه با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند تعداد ۳۰ مادر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه قرار گرفتند. جهت گردآوری داده ها از پرسشنامه های سرمایه های روان شناختی لوتانز و بهزیستی اجتماعی کییز استفاده شد. روش پژوهش آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. گروه های آزمایشی تحت آموزش خود شفقتی (۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای) قرار گرفتند؛ گروه گواه در لیست انتظار مداخله قرار گرفت. داده ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد، مداخله آموزش خود شفقتی بر افزایش سرمایه روان شناختی ( $p < 0.05$ ) و بهزیستی اجتماعی ( $p < 0.01$ ) در مادران دارای کودک آهسته گام اثربخش بود. بنابراین می توان، از آموزش خود شفقتی در کمک به مادران دارای کودک آهسته گام استفاده کرد.

## کلمات کلیدی:

آموزش مبتنی بر شفقت خود، سرمایه روان شناختی، بهزیستی اجتماعی، مادرا، کودک آهسته گام

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1437807>

