

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش بهزیستی روانشناختی مادران دارای کودکان کم توان ذهنی

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی کودکان استثنایی (کودکان با نیازهای ویژه) از منظر روانشناسی تربیتی، علوم شناختی و آسیب شناختی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

محمدجواد محمدی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه زنجان

محمد مهدی عموری - کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه خوارزمی

سیدمحمدعلی میری - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد تنکابن

جواد حقانی - کارشناس ارشد عرفان اسلامی، دانشگاه آزاد لاهیجان

علی جواهری - دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان پردیس امام علی

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: خانواده به عنوان یکی از ارکان مهم هر جامعه می باشد، وجود کودک کم توان ذهنی می تواند اثرات نامطلوبی بر وضعیت بهداشت روانی خانواده داشته باشد، تولد و مراقبت از کودک کم توان ذهنی می تواند بهزیستی روانی خانواده بخصوص مادران را تحت تاثیر قرار دهد، هدف از انجام این پژوهش بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش بهزیستی روانشناختی مادران کودکان کم توان ذهنی بود. روش پژوهش: پژوهشی حاضر از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی مادران دارای کودک کم توان ذهنی بین سنین ۷ تا ۱۲ سال شهر رشت در سال ۹۹-۱۴۰۰ بوده است، با استفاده از نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر از این مادران به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۱۵ نفر) جایگزین شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف استفاده شد. گروه آزمایش به مدت هشت جلسه دو ساعت آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی دریافت نموده و گروه گواه هیچ گونه آموزشی دریافت نکردند. داده های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس در نسخه ۲۲ نرم افزار SPSS تحلیل شد. | یافته ها: نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد تفاوت معنی داری بین گروه آزمایش و گروه گواه در پس آزمون وجود دارد و آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی توانست بهزیستی روانشناختی مادران کودکان کم توان ذهنی را به صورت معناداری افزایش دهد. $(p < 0.001)$ نتیجه گیری: با توجه به نتایج این پژوهش می توان گفت آموزش مبتنی بر ذهن آگاهی می تواند بهزیستی روانشناختی مادران کودکان کم توان ذهنی را افزایش دهد.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، کم توان ذهنی، بهزیستی روانشناختی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1441356>



