

## عنوان مقاله:

اثربخشی «شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی» بر سازگاری اجتماعی و تنش والدگری در مادران دارای کودکان کم توان جسمی - حرکتی

## محل انتشار:

مجله مدیریت ارتقای سلامت, دوره 11, شماره 4 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

یاسمن عابد - PhD student in General Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran

شهنام ابوالقاسمی - Associate Professor, Department of Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran

جواد خلعتبری - Associate Professor, Department of Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: یکی از عوامل ایجاد تنش در والدین که با کاهش سازگاری اجتماعی همراه است، تولد فرزند معلول است. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی "شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی" بر سازگاری اجتماعی و تنش والدگری در مادران دارای کودکان کم توان جسمی - حرکتی انجام گرفت. روش کار: روش پژوهش حاضر نیمه تجربی با پیش و پس آزمون و پیگیری، با گروه کنترل بود. جامعه آماری را، کلیه مادران دارای کودکان کم توان جسمی - حرکتی مراجعه کننده به مرکز غربالگری بهزیستی شهدای دولت آباد شهر ری (بخش های آفتاب، کهریزک و فشافویه) تشکیل دادند. روش نمونه گیری به صورت هدفمند، ۳۰ مادر انتخاب شدند و به صورت تصادفی ساده با استفاده از روش قرعه کشی در ۲ گروه مداخله (۱۵ تن) و کنترل (۱۵ تن) قرار گرفتند. جمع آوری داده ها با پرسشنامه جمعیت شناختی، "مقیاس سازگاری اجتماعی والدین" (Social Adjustment Scale) و "مقیاس تنش والدگری" (Parental Stress Scale) انجام شد. روایی محتوا و روایی صوری به روش کیفی و نیز پایایی به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفا کرونباخ اندازه گیری شد. "شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی" برای گروه مداخله ۸ جلسه اجرا شد و گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکردند. پس از پایان مداخله، برای گروه کنترل نیز مداخله اجرا شد. پیش آزمون قبل از مداخله و پس آزمون در پایان مداخله، برای هر ۲ گروه تحت مداخله و دوره پیگیری (۳ ماه) دریافت شد. داده ها با نرم افزار اسپس نسخه ۲۴ تحلیل شد. یافته ها: بین ۲ گروه مداخله و کنترل، پس از اجرای درمان تفاوت معناداری وجود دارد. بطوری که، میانگین نمره سازگاری اجتماعی افزایش و نمره تنش والدگری گروه مداخله نسبت به گروه کنترل کاهش یافته بود ( $P < 0.001$ ). "شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی" سبب افزایش سازگاری اجتماعی و کاهش تنش والدگری در مادران دارای کودکان کم توان جسمی - حرکتی شد. پیشنهاد می شود که از روش فوق به عنوان مداخله روانشناختی در افزایش سازگاری اجتماعی و کاهش تنش والدگری مادران دارای کودکان کم توان جسمی - حرکتی، استفاده شود.

## کلمات کلیدی:

Parenting stress, Social Adjustment, Mindfulness Based Cognitive Therapy, Handicapped Child  
تنیدگی والدگری، سازگاری اجتماعی، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، کودک کم توان.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1507682>



