

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی آموزش شفقت خود و درمان هیجان مدار در کاهش آسیب پذیری روانی- بدنی مادران کودکان با ناتوانی یادگیری

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی افراد استثنایی، دوره 12، شماره 47 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 36

نویسندگان:

فرزانه امجدیان - دانشجوی دکتری مشاوره، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

اصغر جعفری - استادیار گروه روان شناسی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

محمد قمری - دانشیار گروه مشاوره، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی آموزش شفقت به خود و درمان هیجان مدار در کاهش آسیب پذیری روانی- بدنی مادران دارای کودک ناتوان یادگیری انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و یک پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری مادران کودکان ناتوان یادگیری مراجعه کننده به مرکز مشاوره پیوند در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ در شهرستان ملارد بودند. ۴۵ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و در یک گروه آزمایش ۱۵ نفره تحت برنامه آموزش شفقت خود، یک گروه آزمایش ۱۵ نفره تحت درمان هیجان مدار و یک گروه ۱۵ نفره کنترل جایگزین شدند. چک لیست علائم SCL-۲۵ دراگوتیس و همکاران (۱۹۷۴) روی سه گروه و برنامه های آموزش شفقت خود گیلبرت (۲۰۱۴) برای یک گروه آزمایش و درمان هیجان مدار گولدمن و گرینبرگ (۲۰۱۵) برای گروه آزمایش دیگر اجرا و داده ها با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر تحلیل شدند. نتایج نشان داد که آموزش شفقت خود و درمان هیجان مدار آسیب پذیری روانی- بدنی را کاهش می دهند ($P < 0.01$). درمان هیجان مدار تأثیر بیشتری دارد و این تأثیرات در مرحله پیگیری پایدار بودند. از آن جایی که آموزش شفقت خود و درمان هیجان مدار احتمالاً منجر به تغییر، تجربه و پذیرش هیجان ها می شوند، آسیب پذیری مادران را کاهش می دهند. بنابراین می توان از این روش های کارآمد برای بهبود سلامت مادران کودکان ناتوان یادگیری استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

هیجان، شفقت، آسیب پذیری روانی- بدنی، ناتوانی یادگیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1599552>

