

## عنوان مقاله:

اثربخشی برنامه والدگری ذهن آگاهانه بر خودتنظیمی هیجانی کودکان دارای اختلال نقص توجه/ بیش فعالی

## محل انتشار:

فصلنامه کودکان استثنایی، دوره 20، شماره 4 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

شهرزاد نعمتی - روان شناسی و آموزش کودکان استثنایی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز

رحیم بدری گرگری - استاد روان شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز

شهرام واحدی - استاد روان شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز

زهره نوری - دانشجوی دکترای روان شناسی تربیتی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه تبریز

## خلاصه مقاله:

هدف: این پژوهش به منظور اثربخشی آموزش والدگری ذهن آگاهانه بر خودتنظیمی هیجانی کودکان دارای اختلال نقص توجه / بیش فعالی انجام شد. روش: طرح حاضر شبه آزمایشی، پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش شامل مادران کودکان دارای اختلال نقص توجه / بیش فعالی در سال تحصیلی ۱۳۹۷ - ۱۳۹۸ شهر تهران بود که تعداد ۳۰ نفر از مادران کودکان ۷ تا ۱۲ ساله دارای اختلال نقص توجه/ بیش فعالی (بر اساس مصاحبه بالینی و تکمیل مقیاس کانرز والدین) به روش نمونه در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایشی و کنترل گمارده شدند. برای جمع آوری داده ها از مقیاس کارکردهای اجرایی بریف استفاده شد. سپس برنامه آموزشی والدگری ذهن آگاهانه در هشت جلسه دوساعته برای آنها اجرا شد. یافته ها: تحلیل کوواریانس نشان داد که مداخله والدگری ذهن آگاهانه منجر به ارتقای معنادار نمرات خودتنظیمی هیجانی شد. نتیجه گیری: نتایج این پژوهش نشان می دهند که والدگری ذهن آگاهانه بر افزایش خودتنظیمی هیجانی کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/ بیش فعالی تأثیر دارد. همچنین روش والدگری ذهن آگاهانه والدین می تواند موجب کاهش میزان اضطراب کودکان مبتلا به اختلال نقص توجه/بیش فعالی شود. به واسطه موثر بودن برنامه والدگری ذهن آگاهانه برافزایش خودتنظیمی هیجانی، طراحی و مداخله این برنامه برای والدین دارای کودکان با اختلال نقص توجه / بیش فعالی و سایر گروه های نارسایی های تحولی پیشنهاد می شود.

## کلمات کلیدی:

Mindful Parenting, Emotional Self-Regulation, Attention Deficit-Hyperactivity Disorder

والدگری ذهن آگاهانه، خودتنظیمی هیجانی، اختلال نقص توجه/ بیش فعالی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1615784>

