

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش خودشفقتی بر تاب آوری و کیفیت زندگی مادران دارای کودک کم توان ذهنی

محل انتشار:

اولین کنفرانس ملی ارتقای سلامت و چالش های حقوقی و پزشکی فراروی آن (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

یلدا محفوطی - دانش آموخته کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی بالینی، پردیس بین الملل ارس دانشگاه تهران

منیژه فیروزی - عضو هیات علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه تهران، ایران

سیما خاوندی زاده اقدم - عضو هیئت علمی، گروه مامایی، واحد اردبیل، دانشگاه آزاد اسلامی، اردبیل، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: هدف از تحقیق حاضر اثربخشی آموزش خودشفقتی بر تابآوری و کیفیت زندگی مادران دارای کودک کم توان ذهنی بود. روش کار: تحقیق حاضر از نظر هدف، کاربردی بود. روش پژوهش آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون در دو گروه بود. جامعه آماری پژوهش، مادران دارای کودک کم توان ذهنی شهر اردبیل در سال ۱۴۰۱ و روش نمونه گیری در دسترس بود. از بین افراد واجد شرایط داوطلب تعداد ۱۰۰ نفر وارد مطالعه شده و در دو گروه ۵۰ نفری (آموزش خودشفقتی و گواه) به صورت تصادفی ساده جایگزین شدند. گروه آموزش خودشفقتی هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای دریافت کردند. یافته ها: یافته های تحقیق نشان داد که در متغیر تصور از شایستگی فردی ۴۴۱/۱۵، اعتماد به غرایز فردی و تحمل عاطفه منفی ۴۲۳/۰۵، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن ۳۹۹/۸۲، کنترل ۲۶۱/۶۰ و تأثیرات معنوی ۲۴۱/۶۲ در نمرات پس آزمون بین دو گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد. ۰/۰۱ همچنین در متغیر سلامت جسمانی فردی ۶۶/۶۰، سلامت روان ۱۵۷/۲۹، روابط اجتماعی ۱۴۶/۶۲ و سلامت محیط ۱۳۵/۴۵ در نمرات پس آزمون بین دو گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی داری وجود دارد نتیجه گیری: بنابراین می توان نتیجه گرفت که آموزش خودشفقتی بر ابعاد تابآوری مادران دارای کودک کم توان ذهنی تأثیر مثبت دارد و باعث بهبود شایستگی فردی، اعتماد به غرایز فردی و تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن، کنترل و تأثیرات معنوی می شود. همچنین آموزش خودشفقتی بر ابعاد کیفیت زندگی مادران دارای کودک کم توان ذهنی تأثیر مثبت دارد و باعث بهبود سلامت جسمانی فردی، سلامت روان، روابط اجتماعی و سلامت محیط می شود.

کلمات کلیدی:

آموزش خودشفقتی، تاب آوری، کیفیت زندگی، مادران دارای کودک کم توان ذهنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688837>

