

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهزیستی روانشناختی و سلامت روان مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم

محل انتشار:

شانزدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

نرگس نامی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران.

محمد رضا خدابخش - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور، نیشابور، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر جهت بررسی اثربخشی درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهزیستی روان شناختی و سلامت روان مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اتیسم شهر مشهد انجام گرفت. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نوع آزمایشی می باشد و برای اجرای تحقیق از طرح دو گروهی (آزمایش و کنترل) همراه با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه مادران دارای کودک مبتلا به اتیسم که فرزندان شان در مراکز نگهداری یا آموزشی تحت نظارت بهزیستی هستند؛ تشکیل داد. نمونه پژوهش پس از فراخوان از طریق نصب پوستر و اطلاع رسانی در فضای مجازی و پس از اجرای پیش آزمون (پرسشنامه سلامت روان و بهزیستی روانشناختی) بر روی ۲۰۰ نفر، بصورت داوطلبانه با رعایت معیارهای ورود و خروج و به روش تصادفی درد سترس، تعداد ۳۲ نفر با احتساب ریزش، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب گردیدند. برای هر دو گروه پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ و میلر (۱۹۷۹) و مقیاس فرم کوتاه بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹)، استفاده شد. افراد گروه آزمایش در طی ۸ جلسه تحت درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر اساس مدل کابات زین (۱۹۹۰) قرار گرفتند و مجدد از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد. همچنین به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش آماری تحلیل کوواریانس و آزمون همگنی واریانس ها جهت تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS ۲۵- استفاده گردید. یافته های پژوهش نشان داد که مقدار احتمال پیش آزمون برای متغیرهای بهزیستی روانشناختی و سلامت روان تنها در مقابل مقادیر پس آزمون متغیرها کمتر از ۰.۰۵ شده است و با احتمال ۹۵ درصد فرض پژوهش تایید شد. نتایج حاکی از آن بود که درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهزیستی روانشناختی و سلامت روان اثربخش است.

کلمات کلیدی:

درمان کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی، بهزیستی روانشناختی، سلامت روان، مادران کودکان اتیسم، طیف اتیسم.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1690125>

