

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش شفقت به خود بر امیدواری به روابط سازنده در مادران دارای کودکان استثنایی

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 65، شماره 5 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

زهرا احمدی کاظم آبادی - دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی تربیتی، گروه روان شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.

فریبرز درتاج رابری - ستاد تمام و عضو هیات علمی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

حسن احدی - گروه روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی کرج، البرز، ایران

صادق نصری - دانشیار و عضو هیات علمی دانشگاه شهید رجائی، تهران، ایران.

فاطمه قائمی - استاد مدعو دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: تولد فرزند با ناتوانی، مادران را با آسیب های روانی، هیجانی و اجتماعی متنوعی مواجه می سازد. بر این اساس هدف این مطالعه بررسی اثربخشی آموزش شفقت به خود بر امیدواری به روابط سازنده در مادران دارای کودکان استثنایی بود. روش کار: روش پژوهش حاضر نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل مادران دارای کودک استثنایی بود که کودک آنها در یکی از مدارس استثنایی شهر رفسنجان در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول آموزش بودند که تعداد آنان در مجموع ۳۲۰ نفر بود. در این مطالعه ۳۷ مادر دارای کودک استثنایی به روش نمونه گیری داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شدند. مادران حاضر در گروه آزمایش به مدت ۱۲ هفته تحت آموزش شفقت به خود (۱۲ جلسه) قرار گرفتند. پرسشنامه های مورد استفاده در این مطالعه شامل پرسشنامه امیدواری به روابط سازنده (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱) بود. داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم افزار اماری SPSS ویرایش ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج: نتایج نشان داد که آموزش شفقت به خود بر امیدواری به روابط سازنده ($F=57/47$; $\eta^2=58/0$; $P<0.001$) در مادران دارای کودکان استثنایی تاثیر معناداری داشته است. نتیجه گیری: بر اساس یافته های حاصل از پژوهش حاضر، آموزش شفقت به خود با تمرکز بر تصویرسازی شفقت نسبت به خود و دیگران، استفاده از درماندگی خلاق، تصریح اهداف ارزشمند، تقویت رفتارهای شفقت آمیز و توسعه رفتارهای هوشمندانه، می تواند به عنوان روشی موثر در جهت بهبود امیدواری به روابط سازنده مادران دارای کودکان استثنایی مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

آموزش شفقت به خود، امیدواری به روابط سازنده، کودکان استثنایی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1797158>

