

عنوان مقاله:

مقایسه اثر بخشی آموزش مبتنی بر شفقت خود و درمان تلفیقی ذهن آگاهی-شناختی رفتاری بر تنیدگی والدگری و اجتناب تجربی در مادران دارای کودک آهسته گام

محل انتشار:

فصلنامه خانواده درمانی کاربردی، دوره 4، شماره 17 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

نویسندگان:

شهراره روحی مطلق - دانشجوی دکتری، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

زهرا افتخار سعادی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

بهنام مکوندی - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

فریبا حافظی - استادیار، گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثر بخشی آموزش مبتنی بر شفقت خود و درمان تلفیقی ذهن آگاهی-شناختی رفتاری بر تنیدگی والدگری و اجتناب تجربی در مادران دارای کودک آهسته گام انجام شد. روش پژوهش: پژوهش حاضر از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مادران دارای کودک آهسته گام بودند که در زمستان سال ۱۳۹۸ در شهر تهران زندگی می کردند و فرزندان آنها تحت پوشش مراکز آموزشی استثنایی قرار داشتند که از بین آن ها، با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند تعداد ۴۵ مادر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه هر گروه ۱۵ نفر قرار گرفتند. جهت گردآوری داده ها از پرسشنامه شاخص تنیدگی والدینی آبدین (۱۹۹۵) و پرسشنامه پذیرش و عمل بوند و همکاران (۲۰۱۱) استفاده شد. جلسات آموزشی مبتنی بر شفقت با خود براساس پروتکل گیلبرت و همکاران (۲۰۱۴) و درمان تلفیقی ذهن آگاهی-شناختی رفتاری براساس پروتکل فرانسس، شاور، کاین، انتیکات و میتوس (۲۰۲۰)، طی هشت جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت هفتگی و به مدت دو ماه اجرا شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و نرم افزار spss استفاده شد. یافته ها: نتایج نشان داد آموزش مبتنی بر شفقت خود و درمان تلفیقی ذهن آگاهی-شناختی رفتاری بر تنیدگی والدگری ($F, 0.01/0 > P = 0.4/90$) و اجتناب تجربی ($F, 0.01/0 > P = 56/48$) در مادران دارای کودک آهسته گام اثربخش بود اما بین دو مداخله تفاوت معناداری وجود نداشت. نتیجه گیری: بنابراین می توان از آموزش خود شفقتی و درمان تلفیقی ذهن آگاهی-شناختی رفتاری در کمک به مادران دارای کودک آهسته گام استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

شفقت خود، درمان ذهن آگاهی، شناختی رفتاری، تنیدگی والدگری، اجتناب تجربی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1769320>

