

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان روایتی راه حل مدار و ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر کیفیت خواب مادران با فرزند پسر دارای معلولیت حرکتی درشت

محل انتشار:

نشریه پرستاری کودکان، دوره 9، شماره 4 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

بهناز کرمی - Ph.D. Candidate, Department of Psychology, Khomein branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran

آناهیتا خدابخشی کولایی - Associate Professor of Psychology, Department of Psychology & Educational Sciences, Faculty of Humanities, Khatam University, Tehran, Iran

حسن حیدری - Associate Professor, Department of Education and Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran

حسین داوودی - Assistant Professor, Department of Education and Counseling, Khomein Branch, Islamic Azad University, Khomein, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: مادران با فرزند معلول در کیفیت خواب خود دچار مشکل هستند. این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی روایت درمانی راه حل مدار و ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر کیفیت خواب مادران با کودک پسر دارای معلولیت حرکتی درشت انجام شد. روش: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند ناتوان حرکتی درشت مراجعه کننده به مرکز مشاوره موفقیت شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بودند، که از این تعداد ۴۵ مادر از طریق نمونه گیری تصادفی آسان و داوطلبانه برای ورود به مطالعه وارد شدند و به طورت گمارش تصادفی در سه گروه قرار گرفتند (دو گروه آزمایش (روایت درمانی راه حل مدار=۱۵، ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس=۱۵) و یک گروه کنترل (۱۵ شرکت کننده). داده ها توسط پرسشنامه کیفیت خواب پیتسبورگ (PSQI) جمع آوری و با استفاده از تحلیل واریانس چندگانه و آزمون تعقیبی LSD و با نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ تحلیل شدند. نتایج: نتایج نشان داد که در مرحله پس آزمون، بین میانگین نمره کیفیت خواب در سه گروه تفاوت آماری معنی داری وجود دارد ($P < 0/05$). با این حال، ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس: $P < 0/05$ $1/07 \pm$ (۱۳/۵۳) در مقایسه روایت درمانی راه حل مدار: $17/53 \pm$ ($P < 0/05$) تاثیر بیشتری بر افزایش کیفیت خواب داشت. نتیجه گیری: نتایج نشان داد که هر دو روش درمانی می توانند منجر به افزایش کیفیت خواب مادران شوند. با این حال، ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس در مقایسه با روایت درمانی راه حل مدار تاثیر بیشتری بر کیفیت خواب داشت. درمان های روان شناختی می توانند به مراقبت مادر از خود و فرزندش کمک کنند.

کلمات کلیدی:

Solution Focused Narrative Therapeutic Approach (SFNT), Mindfulness Based Stress Reduction (MBSR), Sleep Quality, Mothers, children, Gross Motor Disabilities, درمان روایتی راه حل مدار، ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس، کیفیت خواب، مادران، معلولیت حرکتی درشت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1807501>

