

تأثیر آموزش مدیریت استرس و راهبردهای کنترل فکر بر کیفیت زندگی مادران دارای فرزند اوتیسم

در شهرستان بندرعباس

ژاله مریدی^۱، مهین عسکری^۲

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، هرمزگان، ایران. (نویسنده مسؤول، Lindamoridi@yahoo.com)

۲- استادیار و عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی، هرمزگان، ایران.

مجله پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، دوره اول، شماره اول، آبان ۱۳۹۵، صفحات ۱-۱۳

چکیده

اختلال اوتیسم یکی از بیماری های گروه اختلالات فراگیر رشد می باشد که با تخریب پایدار در تعامل اجتماعی متقابل، تاخیر یا انحراف ارتباطی و الگوی ارتباطی کلیشه ای محدود، مشخص است. به خاطر مشکلات فراوان این کودکان، خانواده ها و بخصوص مادران، از تنش ها و فشارهای روانی زیادی رنج می برند. سلامت روان والدین می تواند به شدت تحت تاثیر کودک ناتوان قرار گیرد. مادران این کودکان معمولاً فشار روانی بیشتری را نسبت به پدران خواهند داشت و برخی از پدران فشارهای روانی ناشی از همسر را تهدید کننده تر از مشکلات کودک تلقی می کنند و آن را تهدیدی برای خانواده می دانند. پژوهش حاضر با هدف تاثیر آموزش مدیریت استرس بر کیفیت زندگی و کنترل فکر مادران دارای فرزند اوتیسم در شهر بندرعباس بوده است. این مطالعه پیرو طرح نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و گواه بود. جامعه آماری شامل ۳۰ نفر از مادران دارای فرزند اوتیسم شهرستان بندرعباس بود که برای انتخاب این افراد از روش نمونه گیری در دسترس استفاده شد و سپس به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. آزمودنی ها در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون با دو ابزار روانشناختی شامل مقیاس کیفیت زندگی و کنترل فکر ولز و دیویس مورد سنجش قرار گرفتند. مداخله مدیریت استرس در ده جلسه دو ساعته برای گروه آزمایش اجرا شد. اما گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند داده ها با استفاده از برنامه آماری SPSS ۲۲ و در سطح معناداری ۰/۰۱ تحلیل شدند.

نتایج تحقیقات کوواریانس چند متغیری نشان داد مدیریت استرس بر کیفیت زندگی ($SF=160/36$, $P=0/01$) به طور معناداری تاثیر داشت اما بر کنترل فکر ($SF=0/24$, $P=0/62$) معنی دار نبود و در مولفه های سلامت جسمی ($SF=19/45$, $P=0/01$)، سلامت روانشناختی ($SF=7/21$, $P=0/01$)، محیط زندگی ($SF=7/18$, $P=0/01$) معنی دار می باشد. در حالی که در مولفه روابط اجتماعی ($SF=0/77$, $P=0/38$) معنی دار نیست.

کلید واژگان: آموزش مدیریت استرس، اوتیسم، کیفیت زندگی، راهبردهای کنترل فکر