

تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افسردگی مادران دانش آموزان کم توان ذهنی دوره متوسطه تحصیلی آموزش و پرورش ناحیه سه شیراز

جواد معینی راد^۱، صدیقه طاهرمنش^۲

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه پیام نور واحد بین المللی عسلویه (نویسنده مسئول)

^۲ کارشناس ارشد روان شناسی عمومی دانشگاه پیام نور واحد شیراز

چکیده

هدف : تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افسردگی مادران دانش آموزان کم توان ذهنی هدف این پژوهش بود. **روش :** روش این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری این تحقیق مادران دانش آموزان کم توان ذهنی دوره متوسطه تحصیلی در آموزش و پرورش ناحیه سه شیراز بودند. ابزار این پژوهش مقیاس افسردگی بک بود. از بین این مادران به روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر شدند و به شیوه تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه به تعداد مساوی گمارده شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای تحت تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد قرار گرفتند اما گروه گواه مداخله ای دریافت نکردند. **یافته ها :** داده های تحقیق با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. روش تجزیه و تحلیل، تحلیل کوواریانس بود. میانگین پس آزمون گروه آزمایش کمتر از میانگین پیش آزمون بود. این تفاوت معنادار بود ($P < 0/001$). **نتیجه گیری :** براساس این یافته ها فرض صفر آماری رد شد و می توان استنباط نمود که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش افسردگی مادران دانش آموزان کم توان ذهنی در آموزش و پرورش ناحیه سه شیراز مؤثر است.

واژه های کلیدی: درمان پذیرش و تعهد، افسردگی، کم توانی ذهنی