

## اثر بخشی آموزش تاب‌آوری بر کاهش اضطراب و افزایش سازگاری مادران دارای کودکان اختلال اوتیسم

آزاده مهدوی<sup>۱</sup>، فرحناز رضایی<sup>۲</sup>، پریسا حیدری شرف<sup>۳</sup>، رضوان طالبی<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.

۲. کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمانشاه، ایران.

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

۴. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، واحد علوم و تحقیقات تهران (هرمزگان)، ایران (نویسنده مسئول)

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره اول، شماره سوم، پاییز ۱۳۹۸، صفحات ۳۶-۴۸

### چکیده

پژوهش حاضر باهدف تأثیر آموزش تاب‌آوری بر کاهش اضطراب و افزایش سازگاری مادران دارای کودکان اختلال اوتیسم در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ انجام شد. طرح پژوهش شبه آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری آن را تمامی مادران کودکان دارای اختلال اوتیسم که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۱۳۹۸ در مراکز استثنایی شهر کرمانشاه پرونده داشتند تشکیل می‌دادند. حجم نمونه ۴۰ نفر از مادران کودکان مبتلا به اوتیسم در شهر کرمانشاه از طریق نمونه‌گیری مبتنی بر هدف و به صورت تصادفی در دسترس انتخاب شدند. تمام شرکت‌کنندگان پرسشنامه تاب‌آوری را به‌عنوان پیش‌آزمون کامل کردند. گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه تحت آموزش مهارت‌های تاب‌آوری قرار گرفت، اما گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکرد. نتایج نشان داد که آموزش تاب‌آوری بر مادران دارای کودکان اختلال اوتیسم مؤثر بوده و گروه آزمایش افزایش معناداری را در میزان تاب‌آوری نشان دادند. با توجه به اینکه تاب‌آوری این مادران پایین‌تر از نرمال بود، بنابراین با آموزش مهارت‌های تاب‌آوری به این مادران می‌توان این ظرفیت‌ها را در آنان ارتقا بخشید.

واژه‌های کلیدی: تاب‌آوری، اضطراب، سازگاری، اوتیسم.