

بررسی اثربخشی فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت تعامل والد-فرزند و بهزیستی روانشناختی مادران

عاطفه روحانی^۱، دکتر محمد جواد رنجبر^۲، دکتر رویا آزادی^۳

چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت تعامل والد-فرزند و بهزیستی روانشناختی مادران انجام شد. این پژوهش از نوع مطالعات شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه انتظار بود. جامعه آماری شامل کلیه والدین دارای فرزند بین ۸ تا ۱۰ سال شهرستان بابلسر بود که ۳۰ نفر به شیوه نمونه‌گیری در دسترس از بین تمامی مادران دانش‌آموزان کانون دانش‌آموزی فجر شهرستان بابلسر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه؛ یک گروه انتظار و یک گروه آزمایش قرار گرفتند (هر گروه ۱۵ نفر) و به پرسشنامه‌های بهزیستی روانشناختی ریف (۲۰۰۲) و پرسشنامه ارزیابی رابطه والد-کودک (CPRS) پاسخ دادند. گروه آزمایشی آموزش روش فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی را به مدت دو ماه دریافت کردند و گروه انتظار آموزشی ندید. یافته‌های پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس یک متغیره و چند متغیره نشان داد که فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی بر بهزیستی روانشناختی والدین، کیفیت تعامل والد-فرزند اثربخش است.

واژگان کلیدی: فرزندپروری مبتنی بر ذهن آگاهی، بهزیستی روانشناختی والدین، کیفیت تعامل والد-فرزند

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

۲. مدیر گروه رشته روانشناسی موسسه آموزشی عالی پردیسان

۳. استادیار دانشگاه پردیسان فریدونکنار