

اثربخشی روانشناسی مثبت‌گرا بر تاب‌آوری مادران کودکان استثنایی

مریم کیائی^۱، زیبا محمدی^{۲*}

۱-دانشگاه آزاد اسلامی بوشهر

۲-دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرلنگه

چکیده

حضور کودک استثنایی سبب به وجود آمدن مشکلات روانی زیادی برای خانواده بویژه مادر خانواده می‌گردد لذا پژوهش حاضر به منظور بررسی مداخلات روانشناسی مثبت‌گرا بر تاب‌آوری مادران دارای کودکان استثنایی در شهرستان بستک انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران مراجعه کننده به مرکز آموزشی کودکان استثنایی شهرستان بستک می‌باشد. به منظور انتخاب نمونه، از روش نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. در این تحقیق تجربی، ۳۰ مادر دارای کودک استثنایی به صورت هدفمند انتخاب گردید و به عنوان نمونه در دسترس قرار گرفتند. مادران به ۲ گروه ۱۵ نفره تقسیم شدند و یک گروه به عنوان گروه کنترل در نظر گرفته شد. پژوهش از نوع آزمایشی بوده و از طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. از پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون برای ارزیابی هر دو گروه کنترل و آزمایش استفاده شد و پایایی این پرسشنامه‌ها با استفاده از آلفای کرونباخ مورد تأیید قرار گرفت. مداخلات روانشناسی مثبت‌گرا برای گروه آزمایشی در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای انجام شد و گروه کنترل در این مدت تحت مداخله قرار نگرفتند. نتایج نشان داد که بین میانگین پس‌آزمون دو گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی‌داری وجود داشت. بدین معنا که اجرای مداخلات روانشناسی مثبت‌گرا بر افزایش تاب‌آوری مادران اثر مثبت و معنادار داشته است. براساس نتایج این تحقیق، با بهره‌گیری از مداخلات روانشناسی مثبت‌گرا می‌توان تاب‌آوری مادران کودکان استثنایی را بهبود بخشید. بنابراین، استفاده از این مهارت به عنوان یک برنامه آموزشی کارآمد برای افزایش میزان تاب‌آوری برای مادران با کودکان استثنایی توصیه می‌شود.

کلمات کلیدی: روانشناسی مثبت‌گرا، مادران کودکان استثنایی، تاب‌آوری

*نویسنده مسئول: ziba.mohammadi666@gmail.com