

# پنجمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر



پندرعیاس - دانشگاه نورمغان

## بررسی میزان اثربخشی شیوه درمانی مبتنی بر تعهد و پذیرش بر سازگاری اجتماعی و عاطفی مادران فرزندان معلول ذهنی و جسمی

سمیرا سعیدی<sup>۱</sup>

کارشناسی ارشد روانشناسی، گرایش عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان، ایران

### چکیده

کودک عامل گسترش نسل است و تولد هر کودک می تواند بر پویایی خانواده اثر بگذارد. والدین و دیگر اعضای خانواده باید تغییرات متعددی را جهت سازگاری با عضو جدید تحمل کنند. هدف پژوهش حاضر بررسی میزان اثربخشی شیوه درمانی مبتنی بر تعهد و پذیرش بر سازگاری اجتماعی و عاطفی مادران فرزندان معلول ذهنی و جسمی می باشد. بدین منظور ۴۰ نفر از مادران دارای فرزند معلولیت ذهنی به روش نمونه گیری در دسترس، انتخاب شدند و سپس به روش تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و کنترل جهت انجام آزمایش گمارده شدند، هر دو گروه پرسشنامه سازگاری بل را تکمیل کردند. افراد گروه آزمایش تحت درمان "مبتنی بر تعهد و پذیرش" گروهی در ۸ جلسه قرار گرفتند. در نهایت اطلاعات جمع آوری شده بوسیله پرسشنامه، توسط نرم افزار SPSS، و با استفاده از روش آماری تحلیل کواریانس، تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد شیوه درمانی مبتنی بر تعهد و پذیرش در سازگاری اجتماعی و عاطفی مادران تاثیر گذار است ( $P < 0.05$ ). با توجه به نتایج حاصله به نظر می رسد در مجموع مادرانی که تحت درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش قرار داشتند، میزان سازگاری اجتماعی و عاطفی بالاتر بدست آوردند.

واژگان کلیدی: شیوه درمانی مبتنی بر تعهد و پذیرش، سازگاری اجتماعی، سازگاری عاطفی، معلول جسمی و ذهنی

### ۱- مقدمه

خانواده های دارای معلول ذهنی در معرض انواع ناراحتی ها و مشکلات قرار دارند که در نگهداری و رسیدگی به وضع فرزندشان تأثیر می گذارد، و موجب می شود که خانواده روند طبیعی زندگی خود را از دست بدهد و ادامه این وضع ممکن است به فروپاشی نظام خانواده یا طرد فرزند معلول منجر شود که لازم است در موقع مناسب و با تمهیدات لازم از بروز چنین واقعه ای جلوگیری به عمل آید. وجود کودک معلول ذهنی در خانواده، بر سازگاری والدین و چگونگی کنار آمدن با احساسات خود تأثیر می گذارد. Karner (۱۹۵۳) در مبحث تحقیقی تحت عنوان «احساس والدین در مورد کودک عقب مانده» اشاره می کند، میزان سازگاری خانواده های دارای فرزند عقب مانده بر حسب اطلاع والدین از عقب ماندگی ذهنی کودک و واقع بینی آنها تغییر می کند. همچنین باید خاطرنشان کرد که در پدر و مادر این تمایل وجود دارد که برای فرزند خود کاری انجام بدهند و علاقه دارند از نزدیک در اقدام لازم مشارکت داشته باشند اما نگرش ها و احساس های هیجانی و عاطفی منفی از یک سو و عدم آگاهی لازم (اغلب نمی دانند که چگونه شروع کنند) از سویی دیگر مانع از تصمیم گیری صحیح آنها می شود (شریعت پناهی، ۱۳۷۳). متخصصین دست اندر کار می توانند با کمک به والدین از میزان رنج و اندوه آنها بکاهند و در رسیدن به مراحل سازگاری آنها را یاری نمایند. از درمان های متعددی که برای سازگاری اجتماعی و عاطفی افراد وجود دارد، استفاده کنند. یکی از این نوع درمان ها، درمان جدید به نام درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش که حاصل موج سوم است، می باشد. از آنجایی که این روش درمانی ایجاد انعطاف پذیری روانی است. مزیت این روش نسبت به روان درمانی های دیگر در نظر گرفتن جنبه های انگیزشی به همراه جنبه های شناختی