



اثربخشی آموزش برنامه مثبت نگر بر بهزیستی ذهنی مادران کودکان آهسته گام

سیده مریم اکبری کلور

^۱ کارشناس ارشد مشاوره خانواده دانشگاه تهران، تهران، ایران. Makbariklr01@gmail.com

چکیده

هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش برنامه مثبت نگر بر بهزیستی ذهنی مادران کودکان آهسته گام بوده است. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری شامل کلیه مادران دارای فرزند آهسته گام مقطع راهنمایی شهر کرج می باشد که فرزندان آنها در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ در حال تحصیل در مدارس راهنمایی استثنایی بوده است. روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای می باشد که تعداد ۳۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل انتخاب شدند. ابزار پژوهش پرسشنامه بهزیستی ذهنی مولوی و همکاران (۱۳۸۷) بوده است. یافته ها نشان داد که آموزش برنامه مثبت نگر بر بهزیستی ذهنی مادران کودکان آهسته گام موثر بوده است. در نتیجه این روش می تواند به عنوان روشی مناسب در جهت افزایش بهزیستی ذهنی مادران این کودکان مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: برنامه مثبت نگر، بهزیستی ذهنی، کودکان آهسته گام.

مقدمه

در ۵۰ سال گذشته بیشترین تلاش روانشناسان بالینی در قربانی شناسی و درمان کمبودها و رفع ناتوانی های روانی متمرکز بوده است (کار، ۱۳۸۷). در این مسیر رویکرد های مختلفی نظیر روانکاوی، رفتاری، شناختی، جهت فهم و درمان اختلالات روانی شکل گرفته است و گسترش یافته است. اما امروزه جنبش نوظهور روانشناسی مثبت بر این اساس مبتنی است که روانشناسی تنها مبتنی بر ضعف ها نمی