

6th International conference ON
PSYCHOLOGY
OF EDUCATION SCIENCES AND
LIFESTYLE

Tbilisi - Georgia

September 2020



اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی زهرا صرام^۱، غلامرضا منشی^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

۲- دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران. (نویسنده مسئول)

مقاله حاضر برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد نویسنده اول در دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان) است.

چکیده

زمینه و هدف: داشتن فرزند دارای اختلال رشد ذهنی، می‌تواند فرایند شناختی، روان‌شناختی و هیجانی مادران را نیز متأثر سازد که ضروری است با بکارگیری درمان‌های روان‌شناختی مناسب نسبت به کاهش این آسیب‌ها اقدام شود. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی واقعیت‌درمانی گروهی بر افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی انجام گرفت. **مواد و روش‌ها:** پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی شهر اصفهان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بودند که فرزندان آنها در مدارس استثنایی حضور داشتند. در این پژوهش تعداد ۳۰ مادر دارای فرزند اختلال رشد ذهنی با روش نمونه‌گیری غیرتصادفی داوطلبانه انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (هر گروه ۱۵ مادر). گروه آزمایش واقعیت‌درمانی گروهی (گلاس، ۲۰۰۳) را طی دو و نیم ماه در ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پرسشنامه‌های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه افسردگی (بک و همکاران، ۱۹۹۶) و پرسشنامه اضطراب (بک و همکاران، ۱۹۸۸) بود. داده‌های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که واقعیت‌درمانی گروهی بر افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی تأثیر معنادار دارد ($p < 0/001$). بدین صورت که این درمان توانسته منجر به کاهش افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی شود. **نتیجه‌گیری:** بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان چنین نتیجه گرفت که واقعیت‌درمانی گروهی با بهره‌گیری از فونونی همانند آشنایی اعضا با مسئولیت‌های خویش و کمک به پذیرش و افزایش مسئولیت‌پذیری و همچنین کم‌اهمیت جلوه دادن گذشته در رفتار کنونی و تأکید بر کنترل درونی می‌تواند جهت کاهش افسردگی و اضطراب مادران دارای فرزند اختلال رشد ذهنی مورد استفاده گیرد. **واژه‌های کلیدی:** واقعیت‌درمانی، افسردگی، اضطراب، اختلال رشد ذهنی