



معصومه مشکانی، ۱۴۰۲

## مقایسه اثر بخشی مداخلات مبتنی بر ذهن آگاهی بر حافظه فعال و خود ارزشمندی دانش آموزان دارای اختلال یادگیری مقطع ابتدائی سبزوار

یکی از مهم ترین موضوعات در حوزه روانشناسی کودکان استثنائی و روانشناسی بالینی کودک؛ اختلالات یادگیری کودکان می باشد. این اختلال در بسیاری از کودکان مدرسه رو دیده می شود ( طبق آمار های رسمی 5 تا 15 درصد ) و در صورتی که به درمان این اختلال توجه نشود خسارت های زیادی در حوزه نیروی انسانی دامنگیر جامعه می گردد .

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی ذهن آگاهی بر کودکان دارای اختلال یادگیری به دو متغییر حافظه فعال و خودارزشمندی انجام شده است .  
پژوهش از نوع شبه آزمایشی با دو گروه آزمایش و گواه و با اجرای پیش آزمون و پس آزمون می باشد .

جامعه آماری پژوهش کلیه دانش آموزان ابتدایی شهر سبزوار در سال تحصیلی 5041-5045 بودند که با روش نمونه گیری سهل الوصول ( در دسترس ) از دو کلینیک درمان اختلالات یادگیری رسمی آموزش و پرورش سبزوار انتخاب شدند و گروه نمونه به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل به میزان هر گروه 55 نفر قرار گرفتند .

گروه آزمایش 8جلسه 54دقیقه ای تحت آموزش ذهن آگاهی قرار گرفتند که آزمایش هر هفته یک جلسه به مدت 8 هفته ادامه یافت .

ابزار های گردآوری اطلاعات در این پژوهش عبارت است از :

5.حافظه آزمون فعال ( دانیمن و کارپنتر ) 5884

1. پرسشنامه خودارزشمندی ( دوستی و حسینی نیا ) 5988 نتایج کمی تحقیقات نشان داد آموزش تمرینات ذهن آگاهی بر حافظه فعال کودکان

دارای اختلال یادگیری تاثیر معنی داری دارد که این فرضیه در سطح (  $P < 0/05$  ) به اثبات رسید و همچنین تاثیر تمرینات ذهن آگاهی بر خودارزشمندی اختلالات یادگیری در کودکان نیز در سطح (  $P < 0/05$  ) به طور معنی دار موثر بود .  
به طور کلی نتایج حاصل از تحقیق نشان داد که ذهن آگاهی بر حافظه فعال و خودارزشمندی کودکان دارای اختلال یادگیری موثر می باشد .

**کلیدواژه‌ها:** ذهن آگاهی ، اختلال یادگیری ، حافظه فعال ، خودارزشمندی



شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۸۲۹۸۰۷۹۱۴۱۹۳۷۱۵۰۱۸۱۶۲۷۳۵۶۷۹

تاریخ دفاع: ۱۴۰۲/۱۱/۳۰

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: آیت اله یوسفی

### **Thesis:**

## Comparing the effectiveness of interventions based on mindfulness on working memory and self-esteem of students with learning disabilities in the elementary school of Sabzevar

One of the most important topics in the field of exceptional children psychology and clinical psychology is learning disabilities in children. This disorder is observed in many school-aged children (according to official statistics, 5 to 15 percent), and if not treated, it can cause significant damage to the human resources of society.

This study aims to determine the effectiveness of mindfulness on children with learning disabilities in two variables: active memory and self-esteem. The research is a quasi-experimental study with two experimental and control groups, using pre-test and post-test.

The statistical population of the study included all elementary school students in Sabzevar city during the academic years 1401-1402. They were selected from two official clinics for the treatment of learning disabilities in Sabzevar's Education and Training Organization, using convenient sampling. The sample group was randomly divided into two groups of 15 individuals, the experimental group and the control group.

The experimental group received 8 sessions of 50 minutes of mindfulness training, with one session per week for 8 weeks.

The data collection tools in this study were:

1. Active Memory Test (Diamond & Carpenter, 1980)
2. Self-Esteem Questionnaire (Dosti & Hosseininia, 1399).

The quantitative results of the research showed that mindfulness training significantly affects the active memory of children with learning disabilities, and this hypothesis was confirmed at the level of  $P < 0.05$ . Furthermore, the impact of mindfulness exercises on the self-esteem of children with learning disabilities was also significantly effective at the level of  $P < 0.05$ .

In general, the results of the study indicate that mindfulness has a significant impact on the



active memory and self-esteem of children with learning disabilities.

---