



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: زهرا سادات حسینی هوشیار، ۱۳۹۶

## تأثیر شناختی درمانی بر معنی داری زندگی قدر دانی و امید به زندگی در مادران دارای کودک معلول ذهنی

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر معنی داری زندگی، قدردانی و امید به زندگی مادران دارای کودک معلول ذهنی شهر سبزوار انجام شد. پژوهش حاضر به صورت نیمه تجربی و از نوع پیش-آزمون-پس-آزمون، همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش را مادران دارای کودک معلول ذهنی شهر سبزوار که 174 نفر می-شدند، را شامل شد. بدین منظور تعداد 40 مادر دارای کودک معلول ذهنی در رده سنی 24 تا 45 سال، با روش نمونه‌گیری تصادفی از بین داوطلبان واجد شرایط انتخاب شدند. سپس نمونه-ها در دو گروه آزمایش (20 نفر) و گواه (20 نفر) جایگزین شدند و پیش‌آزمون از آنها به عمل آمد. گروه آزمایش، مداخله- درمان شناختی- رفتاری را طی 12 جلسه 60 دقیقه‌ای، هر هفته یک جلسه دریافت نمود. در حالی که گروه گواه هیچ مداخله-ای را دریافت نکرد. بعد از اتمام برنامه از هر دو گروه پس از آزمون به عمل آمد. ابزارهای مورد استفاده شامل مقیاس معنای زندگی استرگر، فریزر، اویشی و کالر (2006)، پرسشنامه قدردانی (فرم شش سوالی، مک کالوگ و همکاران، 2002)، امید به زندگی اشنایدر (1991) بود. در پایان داده-های جمع-آوری شده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (آزمون-های تحلیل کوواریانس، آزمون تی نمونه-های مستقل و آزمون ناپارامتری من - ویتنی) با کمک نرم افزار SPSS ویراست 24 تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که درمان شناختی رفتاری بر معنی داری زندگی، قدردانی زندگی و امید به زندگی مادران دارای کودک معلول ذهنی تأثیر مثبت و معناداری داشته است ( $p < 0/005$ ).

**کلیدواژه‌ها:** درمان شناختی رفتاری، معنی داری زندگی، قدردانی زندگی، امید به زندگی.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۳۹۵۲۰۱۰

تاریخ دفاع: ۱۳۹۶/۱۱/۰۷

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی شخصیت

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر علی محمد ناعمی

### **M.A. Thesis:**

Cognitive therapy significant impact on life and appreciate life expectancy in mothers of children with disabilities



The present study was aimed to determine the effectiveness of cognitive therapy training on the meaning of life, expression of gratitude and the life expectancy among mothers with mentally disabled children in Sabzevar city. The study was a quasi-experimental research, with pre-test/post-test control groups design. The statistical population of this study was 174 volunteer mothers with mentally disabled children. In this regard, 40 qualified mothers aged 24-45 were selected by random sampling method. Then the samples were randomly replaced into two groups: the experimental (20 mothers) and control (20 mothers) groups; and both groups were pre-tested. Afterwards, the experimental group was affected by the cognitive behavioral therapy intervention in 12 sessions of 60 minutes per week, while the control group did not receive any training. Subsequently, both groups were post-tested by means of the meaning in life questionnaire Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006), the gratitude questionnaire-6 McCullough, et al. (2002) and adult hope scale, Snyder, C. R., et al. (1991). Finally, the collected data were analyzed by descriptive (means and standard deviations) and inferential (covariate analysis; independent samples t-test; Mann-Whitney U test) statistic methods using the SPSS software v.24. The results indicate that cognitive behavioral therapy training has a significant effect on the meaning of life, expression of gratitude and the life expectancy of mothers with mentally disabled children ( $p < 0.005$ )