



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: زهرا خاتون فائق، ۱۳۹۶

## اثربخشی مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا بر احساس شرم و گناه، خودبخشایشگری و تاب‌آوری مادران کودکان دارای ناتوانی یادگیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا بر احساس شرم و گناه، خودبخشایشگری و تاب‌آوری مادران کودکان دارای ناتوانی یادگیری سبزواری انجام شد. روش این پژوهش، نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند اختلال یادگیری سبزواری بود. بدین منظور تعداد 34 مادر دارای فرزند دارای اختلال یادگیری با روش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه انتخاب و به‌صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (17 نفر) و گواه (17 نفر) جایگزین شدند. آن‌گاه از هر دو گروه پیش‌آزمون به عمل آمد. گروه آزمایش مداخله روان‌شناسی مثبت‌گرا را طی 8 جلسه 90 دقیقه‌ای به صورت هفتگی دریافت نمود، در حالی که گروه گواه هیچ مداخله‌ای را دریافت نکرد. سپس از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. ابزارهای مورد استفاده شامل مقیاس احساس شرم و گناه کوهن و همکاران (2011)، مقیاس خودبخشایشگری ول، دی‌شی و واکینی (2008) و مقیاس تاب‌آوری کونور و دیویدسون (2003) بود. داده‌های به‌دست‌آمده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، درصد) و تحلیل کواریانس چند متغیره با کمک نرم‌افزار (SPSS23) تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که مداخلات روان‌شناسی مثبت‌گرا بر احساس شرم و گناه، خودبخشایشگری و تاب‌آوری مادران کودکان دارای ناتوانی یادگیری سبزواری تأثیر معنی‌داری داشته است ( $P < 0.01/0$ ).

**کلیدواژه‌ها:** احساس شرم و گناه، خودبخشایشگری، تاب‌آوری، روان‌شناسی مثبت‌گرا

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۲۹۵۲۰۰۴

تاریخ دفاع: ۱۳۹۶/۰۴/۱۸

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی تربیتی

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر علی محمد ناعمی

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

## Effectiveness of Positive Psychology interventions on the sense of shame and guilt,

This study aimed to determine the Effectiveness of Positive Psychology interventions on the sense of shame and guilt, self Forgiveness and Resilience mothers of children with learning disabilities of Sabzevar. The quasi-experimental research method with a pretest



and a posttest and with a control group has been used in this study. The study population consists of all mothers of children with learning disabilities of Sabzevar. To achieve the goals of the study, we selected a total of 34 mothers of children with learning disabilities using the convenience sampling method and selected voluntarily and divided them randomly into two groups, namely the experimental group (n = 17) and the control group (n = 17). Before the intervention, the two groups were given a pre-test. The experimental group received Positive Psychology intervention during eight 90-minute sessions on a weekly basis, while the control group received no intervention. After the end of the program, the two groups were given a post-test. The tools used in the study include the feel shame and guilt scale of Cohen et al (2011) the self Forgiveness scale of Wohl., DeShea & Wahkinney (2008) and the resilience scale of Connor and Davidson (2003). The collected data were then analyzed using descriptive statistics methods (mean and standard deviation) and inferential statistics (analysis of covariance) with the help of SPSS version 23. The results showed that Positive Psychology interventions has a significant effect on the sense of shame and guilt, self Forgiveness and resilience mothers of children with learning disabilities of Sabzevar ( $p < 0/00$ )