



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: صدیقه عنابستانی، ۱۳۹۷

## تاثیر آموزش مثبت‌نگری بر خود دلسوزی و امید به زندگی مادران کودکان مبتلا به اوتیسم سبزواری

پژوهش حاضر باهدف بررسی تاثیر آموزش مثبت‌نگری بر خود دلسوزی و امید به زندگی مادران کودکان مبتلا به اوتیسم سبزواری صورت پذیرفت. روش این پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه مادران دارای فرزند مبتلا به اوتیسم سبزواری در سال 1396 بود. بدین منظور تعداد 36 مادر دارای فرزند مبتلا به اوتیسم باروش نمونه‌گیری در دسترس و داوطلبانه به عنوان نمونه انتخاب و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش (18 نفر) و گواه (18 نفر) جایگزین شدند. قبل از مداخله از هر دو گروه پیش‌آزمون به عمل آمد و گروه آزمایش مداخله روانشناسی مثبت را در طی هشت جلسه و هر هفته یک جلسه 75 دقیقه‌ای دریافت نمود. درحالی که گروه گواه مداخله ای را دریافت نکرد. پس از پایان دوره‌ی آموزشی از هر دو گروه پس‌آزمون به عمل آمد. داده‌های مورد نیاز پژوهش با استفاده از پرسشنامه‌های خود دلسوزی نف (2003) و پرسشنامه امید به زندگی اشنايدر (1991) جمع‌آوری گردید و با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد و درصد) و امار استنباطی (تحلیل کواریانس چند متغیره) با کمک نرم افزار spss ویراست 23 تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که آموزش مثبت‌نگری بر خود دلسوزی و امید به زندگی مادران کودکان مبتلا به اوتیسم سبزواری تاثیر مثبت و معناداری دارد.

**کلیدواژه‌ها:** آموزش مثبت‌نگری، خود دلسوزی، امید به زندگی، اوتیسم.

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۳۹۶۱۰۰۲

تاریخ دفاع: ۱۳۹۷/۰۳/۰۱

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی شخصیت

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: دکتر علی محمد ناعمی

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

## The effect of Positive approach on the compassion and life expectancy of mothers of children with autism of sabzevar

The purpose of this study was to evaluate the effect of positive thinking on self-compassion and life expectancy of mothers of children with autism in Sabzevar. The method of this quasi-experimental study was pre-test-post-test with control group. The statistical



population of this study included all mothers with autism in Sabzevar Sabzardar in 1396 who were registered at the Avesi School of Sabzevar School of Autism. For this purpose, 36 mothers with autistic children with voluntary and voluntary sampling were selected as random samples and randomly assigned to either experimental (18 subjects) or guinea pigs (18). Before the intervention, both groups were pre-test and the intervention group received positive psychology during the eight sessions and each 75-minute session. The control group did not receive any intervention. At the end of the training period, the two groups completed the post-test. The required research data were collected using self-compassion inventory questionnaire and the Life expectancy inventory questionnaire. Data were collected using descriptive statistics (mean standard deviation) and Inferential statistics (multivariate covariance analysis) were analyzed using spss software (version 23). The results showed that positive education has positive and meaningful sympathy and life expectancy for mothers of children with autism