



اثربخشی روان‌درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری

عبدالقادر شاهزده‌پور: کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان استثنایی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران
مینو میری: گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۸۸۹-۴۶۶۵، تهران، ایران (* نویسنده مسئول) m.miri@cfu.ac.ir

چکیده

کلیدواژه‌ها

روان‌درمانی انگیزشی،
استرس،
انسجام روانی،
مادران،
دانش‌آموزان دارای اختلال
یادگیری

زمینه و هدف: ضرورت مداخلات روان‌شناختی جهت کاهش استرس و رشد انسجام روانی افراد همواره مورد توجه روان‌شناسان و روان‌پزشکان بوده است. یکی از این مداخلات و رویکردهای نوین روان‌درمانی انگیزشی است. بنابراین هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی روان‌درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری بود.
روش کار: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش را کلیه مادران کودکان دارای اختلال یادگیری شهر زابل در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ که در مرکز توان‌بخشی دانش‌آموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلواتیان زابل دارای پرونده بودند، تشکیل داد (۶۵ نفر). تعداد نمونه این پژوهش ۴۰ نفر از این افراد بودند که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) منتسب شدند که گروه آزمایش هشت جلسه ۶۰ دقیقه‌ای روان‌درمانی انگیزشی را در مدت هشت هفته دریافت کردند. پرسش‌نامه نشانگان روان‌شناختی لائویوند و لائویوند (۱۹۹۵) ابزار پژوهش بود. جهت تحلیل داده‌ها، از نرم‌افزار SPSS-26 استفاده شد.
یافته‌ها: یافته‌ها نشان می‌دهد روان‌درمانی انگیزشی بر استرس ($F=72/24$) و انسجام روانی ($F=260/50$) مادران دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری اثربخش است ($P<0/001$) و سبب کاهش استرس و رشد انسجام روانی آنان می‌شود.
نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش حاکی از آن است که می‌توان از رویکرد روان‌درمانی انگیزشی به‌منظور کاهش استرس و رشد و بهبود انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری استفاده نمود.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Shahzhepour A, Miri M. Effectiveness of Motivational Psychotherapy on Stress and Psychological Cohesion of Mothers of Students with Learning Disorders. Razi J Med Sci. 2023(19 Dec);30.147.

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) صورت گرفته است.



Effectiveness of Motivational Psychotherapy on Stress and Psychological Cohesion of Mothers of Students with Learning Disorders

Abdolghader Shahzhepour: Master of Psychology of Exceptional Children, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran

Minoo Miri: Department of Psychology and Counseling, Farhangian University, PO Box 889-14665, Tehran, Iran (*Corresponding Author) m.miri@cfu.ac.ir

Abstract

Background & Aims: Learning disorders (LD) is a kind of neuro-developmental disorders with biological origin, which is based on the level of cognition and with symptoms such as reading words incorrectly and with difficulty, difficulty in understanding meanings, spelling problems, difficulty in writing, difficulty in calculating numbers and understanding Mathematics is associated (6). In addition to learning problems, these children may have problems in various psychological and mental health areas, which turns the wishes and hopes of parents into despair and disrupts the psychological functions of the family, and this causes disruption in the quality of life. related to children's psychological well-being and this situation will potentially negatively affect the quality of life and well-being of parents (9). Mothers of children with learning disorders face extensive psychological pressures such as stress and psychological incoherence (11,12). One of the effective factors in psychological pressures is the feeling of psychological coherence, which is defined as a person's ability to manage psychological stressors and causes a person to tolerate a high level of stress and psychological pressure (13). People with a sense of psychological coherence will experience shorter periods of harmful pressures associated with negative experiences (17). One of the things that affect the life and relationships between parents and exceptional children such as autism and other cases such as learning disorders is mental health and integrity, which has faced many psychological challenges to the parents and especially the mothers of these children (18). Families with children with learning disabilities face emotional problems; They suffer from depression and endure high stress (21). Stress is the feeling of being overwhelmed or unable to cope with mental or emotional pressure that has cognitive, emotional and physical symptoms (22). Considering that the mother is the first person who has a direct relationship with the child, feelings such as guilt and blame, failure, sadness and the presence of disorder in the child can cause isolation and limited communication with the environment and also the decrease in self-confidence, the ability to express oneself, and the feeling of self-deprecation and worthlessness, sadness and unhappiness in the mother's person (25). An example of modern psychotherapy approaches that emphasizes the relationship between parents and children and shows that parents play an important role in shaping their children's personality and behaviors is Motivational Psychotherapy (26). Motivational psychotherapy in the field of personality formation believes that personality is formed during the stages of development and can be changed at any moment of life (27). Motivational psychotherapy, while emphasizing change and appropriate goals in life, can help people to draw a specific goal for themselves and dedicate their activities to it (28). Reviewing the Literature review related to motivational psychotherapy shows that motivational psychotherapy has a positive effect on the mental health of students (27) and women (29), in reducing many psychological problems such as behaviors high-risk (sexual behavior, violence) (28), high-risk sexual behaviors of addicted men (30), violence against women (31) and bullying behavior of students (32) are effective. It seems that the use of motivational psychotherapy approach can reduce the stress of mothers of children with learning disorders while strengthening psychological cohesion. Reviewing the background of the research also showed that so far, no research has focused on the effect of Motivational psychotherapy on the stress and psychological cohesion of different groups, and the use of this new approach was observed in limited researches. Therefore, the present study was conducted in order to investigate the effectiveness of motivational psychotherapy on stress and psychological cohesion of mothers of students with learning disabilities.

Keywords

Motivational psychotherapy, Stress, Psychological coherence, Mothers, Students with learning disabilities

Received: 05/08/2023

Published: 19/12/2023

Methods: The present study was a semi-experimental study with a pre-test-post-test design with a control group, which was registered with the ethics ID IR.BUMS.REC.1400.421 from Birjand University of Medical Sciences and also the clinical trial code IRCT20220125053829N1. The statistical population of this research was made up of all the mothers of children with learning disabilities in the city of Zabul in the academic year of 2021-2022 who had files in the educational and rehabilitation center for students with special learning difficulties in Shahid Salavatian, Zabul (65 people). The number of samples consisted of 40 mothers who were willing to cooperate and met the criteria for entering the research, who were randomly selected into two experimental groups (20 people) and control (20 people) were attributed. Then the experimental and control groups were formed and the pre-test was performed. In the next stage, the experimental group received motivational psychotherapy training based on Sahebdel's motivational psychotherapy training package (2018) (33) during 8 sessions of 60 minutes for 8 weeks; While the control group did not receive any training. Then a post-test was taken from both groups to compare the results of the two groups. The tools used in the research included Lovibond & Lovibond (1995) psychological symptoms questionnaire of stress section, Flensburg-medsen, Ventegodt & Merrick (2006) mental coherence questionnaire and Sahebdel's motivational psychotherapy training package (2018) (33).

Results: According to the demographic information of the present study, the research sample (40 people) were divided into two experimental and control groups, 20 people were in the experimental group and 20 people were in the control group, considering that mothers are discussed, the gender of all sample people was female. ANCOVA results show that by removing the effect of pre-test psychological coherence scores as a covariate, the main effect of motivational psychotherapy training on psychological coherence in the post-test is significant; In other words, the table shows that the observed difference between the average psychological coherence scores of the participants of the experimental-control group according to group membership in the post-test stage is significant with 95% confidence ($P < 0.05$). The intervention rate was 0.87. The adjusted averages in the post-test showed that for all components, the average of the experimental group is lower than the control group; Therefore, at a significance level of 0.05, motivational psychotherapy training is effective on the stress of mothers of students with learning disorders. Also, the adjusted averages show that the average psychological coherence score of the experimental group has increased more compared to the control group; Therefore, at a significance level of 0.05, motivational psychotherapy training was effective on the psychological cohesion of mothers of students with learning disorders. The application of the results of this research is specific to the centers of learning disabilities to use the motivational psychotherapy approach in line with their interventions on the families of students with learning disabilities. Also, the application of the results of this research is aimed at the counselors and psychotherapists of the counseling centers, especially the counseling centers of the Ministry of Education, so that, along with other psychological and therapeutic interventions, with the aim of reducing stress and improving the psychological integrity of the mothers of students with Learning disorders can benefit from motivational psychotherapy and its techniques. This research, like any research, had its own limitations, among which we can point out the lack of consideration of the follow-up period due to time constraints, the use of purposeful sampling, and the use of self-reporting tools.

Conclusion: The results of the present study show the significant effect of motivational psychotherapy on reducing stress and improving the psychological coherence of mothers of students with learning disabilities; Therefore, it can be useful to use this therapeutic approach with the aim of reducing stress and mental pressures and strengthening the psychological cohesion of people. According to the results, it is suggested that psychiatrists and psychologists pay special attention in using motivational psychotherapy techniques in the treatment protocol of clients with similar conditions. Holding training courses and in-service training for school counselors and psychologists with the aim of teaching this new therapeutic approach is another practical proposal of the research.

Conflicts of interest: None

Funding: None

Cite this article as:

Shahzhepour A, Miri M. Effectiveness of Motivational Psychotherapy on Stress and Psychological Cohesion of Mothers of Students with Learning Disorders. Razi J Med Sci. 2023(19 Dec);30.147.

***This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.**

مقدمه

در سال‌های اخیر مسئله اختلالات یادگیری به‌عنوان مقوله‌ای جنجال‌برانگیز در تعلیم و تربیت، توجه بسیاری از متخصصان را به خود جلب کرده است (۱). بر اساس ویرایش پنجم راهنمای تشخیصی و آماری اختلال‌های روانی (DSM-5)، تشخیص گذاری اختلال یادگیری منوط به مشکل در یادگیری خواندن، نوشتن، علم اعداد و ریاضیات که طی یک سال تحصیلی رسمی مشاهده شوند، است (۲) و شیوع آن در جوامع مختلف ۴/۵۸ درصد گزارش شده است (۳). در ایران نیز شیوع اختلال یادگیری در پسران ۱۳ تا ۱۷ درصد و در دختران ۱۰ تا ۱۲ درصد در میان دانش‌آموزان کشور به‌دست‌آمده است (۴و۵). در همین راستا به عقیده نریمانی و تقی زاده (۶)، اختلال یادگیری نوعی ناتوانی عصبی-رشدی با منشأ زیستی است که اساس آن در سطح شناخت است و با نشانه‌هایی از قبیل خواندن نادرست و با زحمت کلمات، مشکل در درک معانی، مشکلات املائی، دشواری در نوشتن، سختی در محاسبه اعداد و درک ریاضی همراه است. این کودکان گاهی علاوه بر مشکلات یادگیری، ممکن است در حوزه‌های مختلف روان‌شناختی و بهداشت روان، دچار مشکلاتی شوند و در مشکلات روانی بسیار آسیب‌پذیرتر بوده (۷) و از مشکلات عاطفی و کنشی بیشتری رنج می‌برند (۸). همین موضوع، آرزوها و امیدهای والدین را به یأس مبدل کرده و کارکردهای روان‌شناختی خانواده را به هم می‌ریزد و باعث اختلال در کیفیت زندگی مرتبط با بهزیستی روانی کودکان شده و این وضعیت به‌طور بالقوه بر کیفیت زندگی و رفاه والدین تأثیر منفی خواهد گذاشت (۹). همچنین کودکان دارای اختلال یادگیری، معمولاً نیازمند حمایت خانواده هستند که اغلب آن‌ها توانایی لازم را ندارند (۱۰). مطالعات انجام شده حاکی از این است اثرات منفی داشتن کودک کم‌توان یا ناتوان موجب ایجاد تنش و فشار در اعضای خانواده خصوصاً مادر می‌شود؛ چراکه مادر اولین شخصی است که به‌طور مستقیم با کودک ارتباط می‌کند (۵). مادران کودکان دارای اختلالات یادگیری با فشارهای روانی گسترده‌ای از جمله استرس و فشارهای متعدد روانی و عدم انسجام روانی روبه‌رو هستند (۱۱و۱۲). همچنین یکی از عوامل مؤثر در فشارهای روانی،

احساس انسجام روانی است که به‌عنوان توانایی شخص در مدیریت کردن عوامل استرس‌زای روانی تعریف می‌شود و موجب می‌شود که فرد حد بالایی از استرس و فشار روانی را تحمل کند (۱۳). انسجام روانی سازه‌ای شخصیتی با سه مؤلفه درک پذیری، توانایی مدیریت و معناداری است (۱۴). درک پذیری به توانایی فرد در فهم این مطلب اشاره دارد که موقعیت قرارگرفته در آن، درک شدنی یا پیش‌بینی پذیر است (۱۵). مؤلفه توانایی مدیریت، به درک فرد از توانایی‌هایش برای مقابله با موقعیت‌های دشوار و اضطراب‌آور می‌پردازد و درنهایت، احساس معناداری، توانایی یافتن معنا در زندگی روزمره و مشکلات پیش رو است (۱۶). افراد دارای احساس انسجام روانی دوره‌های کوتاه‌تری از فشارهای مضر مرتبط با تجارب منفی را تجربه خواهند کرد (۱۷). پژوهش‌ها حاکی از این است یکی از مواردی که بر زندگی و روابط میان والدین و فرزندان استثنایی همچون اوتیسم و سایر موارد از جمله اختلالات یادگیری مؤثر است، سلامت و انسجام روانی است که والدین و علی‌الخصوص مادران این کودکان را با چالش‌های متعددی مواجه کرده است (۱۸). در واقع مادران این کودکان از یک‌سو، دائم در ذهن خود درگیر مشکل فرزند خود و مشکلات حاصل از حضور وی در زندگی‌شان هستند و از مسائلی مثل سلامتی جسمانی و روانی خود غافل شده و حتی ممکن است دچار بیماری‌های روانی شوند (۱۹). از سویی دیگر عده‌ای از والدین برای داشتن چنین فرزندانی احساس شرمندگی و گناه کرده و ارتباطات خود را با خویشاوندان و دوستان کمتر می‌کنند (۲۰).

خانواده‌هایی که کودکانی با ناتوانی یادگیری دارند با مشکلات عاطفی مواجه‌اند؛ از افسردگی رنج می‌برند و استرس بالایی را متحمل می‌شوند (۲۱). استرس احساس غرق شدن یا ناتوانی در کنار آمدن با فشار روانی یا عاطفی است که دارای علائم شناختی، هیجانی و جسمانی است (۲۲). استرس یکی از مشکلات شایع قرن حاضر است که علت ۳۰ درصد از بیماری‌ها بوده و سالیانه هزینه‌های بالایی را بر سیستم بهداشتی درمانی و خانواده و فرد تحمیل می‌کند (۲۳). وقتی که عامل استرس‌زا، زندگی انسان را تحت تأثیر قرار دهد، حالت هیجانی و تفکر فیزیولوژیکی ما از سطح بهنجار و

دانش‌آموزان دختر و پسر (۳۲) اثربخشی دارد. با عنایت به توضیحات فوق به نظر می‌رسد استفاده از رویکرد روان‌درمانی انگیزشی بتواند ضمن تقویت انسجام روانی، سبب کاهش استرس مادران کودکان دارای اختلالات یادگیری شود. مرور پیشینه پژوهش نیز نشان داد تاکنون پژوهشی به صورت متمرکز به بررسی تأثیر این رویکرد درمانی بر استرس و انسجام روانی گروه‌های مختلف نپرداخته است و استفاده از این رویکرد نوین در پژوهش‌های محدودی مشاهده شد. بنابراین پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی روان‌درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری انجام گرفت و به دنبال پاسخ به این پرسش است که آیا رویکرد روان‌درمانی انگیزشی بر کاهش استرس و تقویت انسجام روانی مادران کودکان دارای اختلالات مؤثر است؟

روش کار

پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود که با کد اخلاق IR.BUMS.REC.1400.421 از دانشگاه علوم پزشکی بیرجند و همچنین کد کار آزمایشی بالینی IRCT20220125053829N1 ثبت گردیده است. جامعه آماری این پژوهش را کلیه مادران کودکان دارای اختلال یادگیری شهر زابل در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ که در مرکز آموزشی و توان‌بخشی دانش‌آموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلواتیان زابل دارای پرونده بودند، تشکیل دادند (۶۵ نفر). تعداد اعضای نمونه در این پژوهش را ۴۰ نفر از مادرانی که حاضر به همکاری بودند و ملاک‌های ورود به پژوهش را داشتند، تشکیل دادند که به شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به‌طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) منتسب شدند. شرایط ورود به پژوهش شامل رضایت، داشتن زمان برای شرکت در دوره آموزشی، عدم مشکلات روان‌شناختی و توانایی برقراری ارتباط و همکاری بود و شرایط خروج از پژوهش نیز غیبت بیش از دو جلسه بود. به افراد شرکت‌کننده در این مطالعه این اطمینان داده شد که اطلاعات آنان به‌طور کاملاً

متعادل خود خارج‌شده، فعالیت شناختی، آسیب‌پذیر می‌گردد و مشکلات رفتاری به صورت احساس اضطراب و افسردگی فراخوانده می‌شود (۲۴). با توجه به این که مادر، اولین فردی است که مستقیماً با کودک رابطه دارد، احساس‌هایی مانند گناه و تقصیر، ناکامی، اندوه و وجود اختلال در کودک می‌تواند، سبب گوشه‌گیری و محدود شدن ارتباط با محیط و همچنین پایین آمدن اعتماد به نفس، توانایی ابراز وجود و احساس خودکم‌بینی و بی‌ارزشی و غم‌زدگی و ناشاد بودن در شخص مادر می‌شود که پیامد آن عزت‌نفس پایین، بروز استرس‌های متعدد، افسردگی و اضطراب و به خطر افتادن هیجانات مثبت و سرسختی و قوای تحمل و استقامت مادر است (۲۵).

نمونه‌ای از رویکردهای روان‌درمانی نوین که تأکید آن بر رابطه میان والد-فرزند است و نشان می‌دهد والدین نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت و رفتارهای فرزند خود دارند، روان‌درمانی انگیزشی (Motivational Psychotherapy) است (۲۶). روان‌درمانی انگیزشی، مبتنی بر فلسفه پست‌مدرن بوده و در زمینه شکل‌گیری شخصیت، معتقد است که شخصیت در طول مراحل رشد شکل گرفته و در هر لحظه از زندگی قابل تغییر است (۲۷). روان‌درمانی انگیزشی ضمن تأکید بر تغییر و هدف‌گذاری‌های مناسب در زندگی، می‌تواند به افراد کمک کند تا هدف مشخصی را برای خود ترسیم کرده و فعالیت‌های خود را به آن اختصاص دهند (۲۸). این رویکرد با به کار بستن مفاهیم جدید و تکنیک‌های درمانی ویژه، روش مناسب و مفیدی را در حوزه روان‌درمانی ارائه داده است که ریشه در فرهنگ بومی جامعه ایران داشته و چالش‌های اجتماعی-فرهنگی کمتری را نسبت به سایر رویکردها ایجاد می‌کند (۲۹). مرور پیشینه پژوهش‌های مربوط به روان‌درمانی انگیزشی نشان می‌دهد که روان‌درمانی انگیزشی ضمن تأثیر مثبت بر سلامت روان دانش‌آموزان (۲۷) و زنان (۲۹)، در کاهش بسیاری از مشکلات و معضلات روان‌شناختی همچون رفتارهای پرخطر (رفتار جنسی، خشونت) (۲۸)، رفتارهای پرخطر جنسی مردان معتاد (۳۰)، خشونت علیه زنان (۳۱) و رفتار قلدری

مورد استفاده قرار گرفته است. این پرسش نامه یک آزمون ۳۵ سؤالی که به صورت ۳ یا ۵ گزینه‌ای طراحی شده است. گزینه‌های سؤالات ۱ تا ۲۴ به صورت مقیاس سه درجه‌ای لیکرت نمره گذاری می شوند به این صورت که به گزینه بله=۳، نمی دانم=۲ و خیر=۱ نمره تعلق می گیرد و به سؤالات ۲۵ تا ۳۵ که به صورت ۵ درجه‌ای طراحی شده‌اند، به شرح زیر نمره داده می شود: به این صورت که شرکت کننده‌ای که به هر یک از دو گزینه اول یا سخ دهد (بسیار راضی و راضی)، نمره ۳ بالاترین امتیاز و به گزینه گاهی راضی و گاهی ناراضی نمره ۲ و به هر یک از دو گزینه آخر (ناراضی و بسیار ناراضی) پاسخ دهد، نمره یک که پایین ترین امتیاز است را دریافت می کند. دامنه نمرات این پرسش نامه نیز بین ۳۵ تا ۱۰۵ در نوسان است. در پژوهشی روایی این پرسش نامه مورد تأیید استاد راهنما قرار گرفت و پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۶ گزارش شد (۳۶). در تحقیق دیگر، ضریب آلفای کرونباخ این پرسش نامه جهت بررسی پایایی آن ۰/۹۰ گزارش شد (۳۷).

پرسش نامه نشانگان روان شناختی بخش استرس:
پرسش نامه افسردگی، اضطراب و استرس شامل ۲۱ گویه است که توسط لایبوند و لایبوند (۱۹۹۵) تهیه شده است که در پژوهش حاضر خرده مقیاس‌های افسردگی و اضطراب مدنظر است. خرده مقیاس

ناشناس باقی می ماند و بعد از مطالعه نیز تمامی این اطلاعات محفوظ باقی خواهد ماند. همچنین تمامی شرکت کنندگان در این مطالعه فرم رضایت نامه شرکت در این مطالعه را پر کرده و تمامی مقاصد مطالعه برای شرکت کنندگان به طور کامل شرح داده شد. سپس گروه آزمایش و کنترل تشکیل و پیش آزمون اجرا شد. در مرحله بعد گروه آزمایش، بر اساس پکیج آموزش روان درمانی انگیزشی صاحب‌دل (۱۳۹۸) (۳۳) در طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به مدت دو ماه آموزش روان درمانی انگیزشی را توسط پژوهشگر در محل مرکز آموزشی و توان بخشی دانش آموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلواتیان زابل دریافت کردند؛ درحالی که گروه کنترل هیچ گونه آموزش دریافت نکرد. سپس از هر دو گروه پس آزمون گرفته شد تا نتایج دو گروه باهم مقایسه شود. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش شامل پرسش نامه نشانگان روان شناختی بخش استرس لایبوند و لایبوند (۱۹۹۵) (۳۴)، پرسش نامه انسجام روانی فلنسبرگ مادسن، ونتگوت و مریک (۲۰۰۶) (۳۵) و پکیج آموزش روان درمانی انگیزشی صاحب‌دل (۱۳۹۸) (۳۳) بود که ذیلاً به تفصیل معرفی می شوند.

پرسش نامه از سجام روانی: این پرسش نامه توسط فلنسبرگ مادسن، ونتگوت و مریک در سال ۲۰۰۶ بر اساس نسخه اولیه آنتونوسکی، تجدیدنظر شده و

جدول ۱- خلاصه جلسات آموزش روان درمانی انگیزشی صاحب‌دل (۱۳۹۸)

جلسه	محتوا
اول	آشنایی اعضای یک گروه با یکدیگر و معرفی و بیان قوانین حاکم بر جلسات
دوم	رشد شخصیت: برجسب‌هایی که والدین به کودکان نسبت می دهند، به تدریج شخصیت آن‌ها را شکل خواهد داد. لذا در این جلسه سعی می شود تا برجسب‌های مثبت جایگزین برجسب‌های منفی نسبت داده شده به مراجع شود.
سوم	دروغ‌ها: به افراد آموزش داده می شود که زندگی ارزش غصه خوردن ندارد. ارزش ماندن در نقش‌های تکراری را ندارد. زندگی مکانی برای لذت بردن است. مکانی برای تحقق یک هدف متعالی. مکانی برای بودن آنچه فرد هست، آنچه می تواند باشد و آنچه از آن لذت بیشتری می برد.
چهارم	سریال زندگی: حسادت، دروغ، صداقت، مهربانی، خشونت، خوبی، بدی، غم، شادی، آرامش، استرس، نظم، بی نظمی و غیره، قطبیت‌هایی هستند که در این جلسه، افراد باید از وجود آن‌ها آگاه شوند. چنان که انکار کردن آن‌ها می تواند انرژی‌هایی را در شخصیت افراد ذخیره کند که بعدها به عقده‌های روان شناختی تبدیل شوند.
پنجم	چهاردیواری: در این جلسه به افراد کمک می شود تا چهاردیواری ذهنی را که برای خودساخته‌اند را بشکنند؛ برای شکستن این چهاردیواری، آنان سه مرحله را طی می کنند و به تدریج باورهای اساسی خود را مورد تردید قرار می دهند.
ششم	تفکر ثروتمند: در این جلسه، تفکر ثروتمند به افراد آموزش داده می شود چراکه این نوع تفکر به معنای نگاه از بالا به پایین به مشکلات است؛ یعنی منش بزرگ و شخصیت بزرگ. وقتی فردی شخصیت ثروتمندی داشته باشد، بسیاری از مسائل برای وی بیهوده و پوچ خواهد بود. به عبارتی دیگر، با داشتن تفکر ثروتمند، مسائل کوچک فرد را ناراحت نخواهد کرد.
هفتم	دایره شخصی: دایره شخصی، دایره‌ای است که نشان می دهد فرد چگونه ارتباطی با دیگران دارد و آن‌ها چقدر در زندگی وی نقش دارند.
هشتم	جمع بندی جلسات

افسردگی شامل عباراتی است که خلق ناشاد، فقدان اعتماد به نفس، ناامیدی، بی‌ارزش بودن زندگی، فقدان علاقه برای درگیری در امور، عدم لذت بردن از زندگی و فقدان انرژی و قدرت را می‌سنجد و خرده مقیاس اضطراب دارای عباراتی است که می‌کوشد تا بیش‌انگیزگی فیزیولوژیک، ترس‌ها و اضطراب موقعیتی را مورد ارزیابی قرار دهد (۳۸). در پژوهشی که بر روی بیماران مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (Multiple Sclerosis) انجام شد، پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۵ به دست آمد که حکایت از پایایی مطلوب این ابزار دارد. همچنین روایی آزمون مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس به شیوه تحلیل عاملی اکتشافی و اجرای هم‌زمان آزمون‌های افسردگی بک (۰/۷۰)، اضطراب زانگ (۰/۶۷) و استرس ادراک‌شده (۰/۴۹) بررسی و تأیید شد (۳۹).

در جدول ۱، خلاصه‌ای از جلسات آموزش روان‌درمانی انگیزشی ارائه شده است. این مداخله توسط صاحب‌دل در سال ۱۳۹۸ طراحی و تدوین گردیده است و در قالب ۸ جلسه درمانی قابلیت اجرایی دارد.

داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ تجزیه و تحلیل شد. در بخش توصیفی از آمار توصیفی (فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) و در بخش تحلیلی برای بررسی فرضیه‌های پژوهش از آزمون‌های آماری تحلیل کوواریانس تک و چند متغیره استفاده شد.

یافته‌ها

به لحاظ اطلاعات افراد مورد مطالعه در پژوهش حاضر، افراد نمونه (۴۰ نفر) در دو گروه آزمایش و کنترل دسته‌بندی شدند که ۲۰ نفر در گروه آزمایش و ۲۰ نفر در گروه کنترل بودند. نظر به عنوان و هدف پژوهش، جنسیت تمامی شرکت‌کنندگان زن بود. در جدول ۲ آمار توصیفی مربوط به میانگین و انحراف معیار نمرات استرس و انسجام روانی به تفکیک برای گروه آزمایش و کنترل در دو مرحله سنجش (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) نشان داده شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد، میانگین نمرات گروه

کنترل استرس در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون تفاوت زیادی را نشان نمی‌دهد؛ اما انسجام روانی در گروه آزمایش در پس‌آزمون افزایش بیشتری نسبت به پیش‌آزمون مشاهده می‌شود. همچنین استرس در پس‌آزمون کاهش بیشتری دارد. در جدول ۳، نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه آزمایش و کنترل ارائه شده است.

یافته‌های حاصل از تحلیل کوواریانس چند متغیره حاکی از این است که سطح معناداری آماره‌ی F چند متغیره‌ی آزمون هتلینگ از ۰/۰۵ کمتر است. استنباط این بین‌گروه‌ای و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. در ادامه و در جدول ۴ نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه آزمایش و کنترل استرس ارائه شده است. با توجه به نتایج به دست آمده مشاهده می‌شود که بین نمرات استرس در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود دارد.

در جدول ۵، نتایج ANCOVA شامل مجموع مجذورات (SS)، میانگین مجذورات (MS)، مقدار F درجات آزادی (df)، سطح معنی‌داری (p) و مجذور اتای سهمی R^2 جهت تعیین اثر آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر انسجام روانی ارائه شده است.

نتایج ANCOVA نشان می‌دهد که با حذف اثر نمره‌های انسجام روانی پیش‌آزمون به عنوان متغیر همپراش اثر اصلی آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر انسجام روانی در پس‌آزمون معنی‌دار است؛ به عبارت دیگر جدول نشان می‌دهد که تفاوت مشاهده شده بین میانگین‌های نمرات انسجام روانی شرکت‌کنندگان گروه آزمایش-کنترل بر حسب عضویت گروهی در مرحله پس‌آزمون با ۹۵ درصد اطمینان معنی‌دار می‌باشد ($P < 0.05$). میزان مداخله ۰/۸۷ است.

در جدول ۶، میانگین‌های تعدیل شده ارائه شده است یعنی اثر متغیر پیش‌آزمون به صورت آماری حذف شده است. نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که برای همه‌ی مؤلفه‌ها میانگین گروه آزمایش از گروه کنترل کمتر است؛ بنابراین در سطح معناداری ۰/۰۵ آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر استرس مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری مؤثر است. همچنین

جدول ۲- میانگین و انحراف استاندارد نمرات نشانگان روان‌شناختی و انسجام روانی دو مرحله اندازه‌گیری به تفکیک گروه آزمایش و کنترل

گروه	متغیر	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین	انحراف استاندارد
آزمایش	استرس	۱۷/۳۰	۱/۰۳	۹/۸۵	۲/۴۳
	انسجام روانی	۶۷/۵۰	۸/۵۵	۹۱/۲۰	۲/۷۴
کنترل	استرس	۱۶/۷۰	۱/۲۶	۱۶/۰۵	۱/۳۹
	انسجام روانی	۶۷/۶۰	۸/۰۶	۶۸/۵۰	۷/۶۳

جدول ۳- نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه آزمایش و کنترل

منبع	نام آزمون	مقدار مشاهده‌شده	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	F	سطح معناداری
گروه	پیلایی	۰/۹۲	۳	۳۳	۱۳۴/۵۱	۰/۰۰۰
	ویلکز	۰/۰۸	۳	۳۳	۱۳۴/۵۱	۰/۰۰۰
	هتلینگ	۱۲/۲۲	۳	۳۳	۱۳۴/۵۱	۰/۰۰۰
	روی	۱۲/۲۲	۳	۳۳	۱۳۴/۵۱	۰/۰۰۰

جدول ۴- نتایج تحلیل کوواریانس برای مقایسه گروه آزمایش و کنترل استرس

منبع	متغیر	نوع ۳ مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
	استرس	۲۵۵/۴۳	۱	۲۵۵/۴۳	۷۲/۲۴	۰/۰۰۰

جدول ۵- خلاصه ANCOVA برای تعیین اثربخشی آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر انسجام روانی

منابع تغییرات	SS	df	MS	F	p	η^2
انسجام روانی پیش‌آزمون	۵۱۵/۵۰	۱	۵۱۵/۵۰	۲۵/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۴۱
اثر اصلی (آموزش)	۵۱۷۲/۸۴	۱	۵۱۷۲/۸۴	۲۶۰/۵۰	۰/۰۰۰	۰/۸۷
خطای باقی‌مانده	۷۳۴/۷۰	۳۷	۱۹/۸۵			

جدول ۶- جدول میانگین‌های تعدیل‌شده در پس‌آزمون

متغیر	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
استرس	آزمایش	۹/۹۰	۰/۴۶
	کنترل	۱۵/۹۹	۰/۴۶
انسجام روانی	آزمایش	۹۱/۲۲	۰/۹۹
	کنترل	۶۸/۴۷	۰/۹۹

روان‌درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری انجام شد. اولین یافته پژوهش حاکی از آن است که به‌کارگیری روان‌درمانی انگیزشی سبب کاهش استرس مادران دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری می‌شود و می‌توان این‌گونه بیان کرد که روان‌درمانی انگیزشی بر استرس مادران دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری اثربخشی دارد. این یافته پژوهش با نتایج تحقیقات سروری و همکاران (۲۷) و صاحب‌دل (۲۹) همسویی دارد. در

میانگین‌های تعدیل‌شده نشان می‌دهد که میانگین نمره‌ی انسجام روانی گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل افزایش بیشتری دارد؛ بنابراین در سطح معناداری ۰/۰۵ آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری مؤثر است.

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی و تعیین اثربخشی

تبیین این یافته پژوهش می‌توان این‌گونه اظهار داشت که در روان‌درمانی انگیزشی به مراجعین کمک می‌شود تا با توصیف کامل خود در جلسه درمان و همچنین با انجام تکالیف خانگی به شناخت مناسبی از وضعیت خود در گستره زندگی برسند. آن‌ها در طول درمان متوجه می‌شوند که چگونه خودشان را بر اساس ذهنیت‌های دیگران توصیف کرده و گرفتار چهاردیواری‌های سخت و مقاوم شده‌اند و متوجه می‌شوند که چقدر به خودشان آسیب رسانده‌اند (۴۰).
مادران دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری در طی جلسات درمان به این نتیجه رسیدند که مانند بازیگران یک فیلم که بازی کردن نقش را تمرین کرده‌اند، طوری بازی می‌کنند که مخاطب آن‌ها را باور می‌کند. آن‌ها نیز در زندگی طوری رفتار می‌کنند که دیگران نقش آن‌ها را باور می‌کنند و درواقع، همان‌طور که بازیگران یک فیلم دارند به مخاطبان دروغ می‌گویند نقش‌های زندگی نیز نوعی دروغ محسوب می‌شوند و فقط یکی از چندین شیوه ممکن برای زندگی را نشان می‌دهند، مراجعین می‌توانند احساس قدرت را تجربه کنند و به این آگاهی می‌رسند که تغییر دادن الگوهای رفتاری و فکری به‌صورت نامحدودی ممکن است. شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر، با کمک درمانگر اهداف بزرگ‌تری را برای زندگی جستجو کردند و با تمرین ذهن‌ثروتمند، توانستند، تغییر را برای خود تسهیل کنند (۲۹). آن‌ها مشکلات خود را بسیار بزرگ و غیرقابل حل می‌دانستند، به خاطر مسائل کوچک، عصبانی می‌شدند و ذهنشان را از مسائل بیهوده و بی‌اهمیت پر کرده بودند. فشارهای روانی، استرس و افسردگی را موجودات تنومند خارجی می‌دیدند که غلبه بر آن‌ها غیرممکن بود. ذهن‌ثروتمند به آن‌ها کمک کرد تا به مشکلات خود نگاه متفاوتی را تجربه کنند و از این طریق به کاهش استرس در خود کمک کنند (۲۷).

دومین یافته پژوهش نیز حکایت از اثربخشی روان‌درمانی انگیزشی بر بهبود انسجام روانی مادران کودکان دارای اختلالات یادگیری دارد. این یافته مطالعه حاضر مبین آن است که بهره‌گیری از فنون و روش‌های روان‌درمانی انگیزشی همچون تفکر‌ثروتمند که مادران

دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری را وادار ساخت تا مسائل و مشکلات کوچکی که در رابطه میان آنان و فرزندشان پیش می‌آید را برای خود بیش‌از حد بزرگ جلوه ندهند و بتوانند در شرایط چالش‌برانگیز و فشارهای روانی وارده از داشتن کودکی با اختلالات یادگیری، انسجام و یکپارچگی روانی خود را حفظ نمایند. در روان‌درمانی انگیزشی تغییرات بیرونی اهمیت زیادی دارد. تغییر بیرونی بسیار راحت‌تر از تغییر درونی است. بنابراین برای این‌که گروه نمونه بتواند، بر دروغ‌های خود غلبه کنند و از نقش‌های خود رها شوند به آن‌ها کمک شد در ابتدا، ظاهر خود را تغییر دهند. تغییرات کلامی، شیوه لباس پوشیدن و وضعیت ظاهری، به تدریج می‌تواند بازخورد‌های محیطی را تغییر دهد تغییر لحن کلام به آن‌ها کمک کرد تا قدرت بیشتری را در خود احساس کنند (۲۶). آن‌ها به مرور زمان از یک شخصیت ضعیف و گوشه‌گیر تبدیل به شخصیت فعال و با اعتمادبه‌نفس شده بودند که می‌توانستند با صدای رسا خواسته‌های خود را بیان کنند و جسارت دنبال کردن اهدافشان را داشته باشند (۴۱). آن‌ها در گروه‌درمانی، محیط متفاوتی را تجربه می‌کردند محیطی که سالم بودن و توانمند بودن را به آن‌ها انعکاس داد. در طی جلسات درمان به شرکت‌کنندگان کمک شد تا نقش‌های جدید و سالم‌تر را تمرین کنند. آن‌ها تمام خصوصیات مربوط به نقش جدید را جمع‌آوری کردند و به تدریج، عادت‌های جدید را تمرین کردند. عادت‌های کهنه و بیمارگونه را حذف کردند و ذهن‌ثروتمند را جایگزین ذهن فقیرانه کردند. اهداف بزرگ‌تری را در زندگی ایجاد کردند و تصمیم گرفتند به جای فکر کردن و درگیر شدن به چیزهای بیهوده و کم‌ارزش به مسائل بزرگ‌تر و بااهمیت مشغول شوند. برخی از آن‌ها درگیر مسائلی از قبیل انتقام از دیگران، کینه‌ورزی و حسادت بودند. برخی دیگر به این‌که چرا دیگران، با آن‌ها بدرفتار کرده‌اند فکر می‌کردند (۲۹).

ذهن‌ثروتمند، راه نجاتی برای مادران کودکان دارای اختلال یادگیری بود تا با جستجوی اهداف بزرگ‌تر، ذهن خود را از این مسائل رها کنند. بنابراین استرس و اضطراب آن‌ها که تا حد زیادی به مشکلات بین فردی و

است؛ بنابراین استفاده از این رویکرد درمانی باهدف کاهش استرس و فشارهای روانی و تقویت انسجام روانی افراد می‌تواند کاربردی باشد. با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می‌شود روان‌پزشکان و روان‌شناسان در به‌کارگیری از تکنیک‌های روان‌درمانی انگیزشی در پروتکل درمان مراجعین با شرایط مشابه، اهتمام ویژه‌ای ورزند. برگزاری دوره‌های آموزشی و ضمن خدمت برای مشاوران و روان‌شناسان مدارس باهدف آموزش این رویکرد درمانی نوین، دیگر پیشنهاد کاربردی پژوهش است.

تقدیر و تشکر

این پژوهش حاصل طرح پایان‌نامه نویسنده اول مقاله، دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان استثنایی بوده و مصوب معاونت آموزشی و پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی با کد ۱۳۱۷۲۹۶۵۶۳۹۹۰۵۴۹۲۰۰۰۳۱۶۲۵۰۵۰۰۷ و همچنین دانشگاه علوم پزشکی بیرجند با کد اخلاق IR.BUMS.REC.1400.421 و همچنین کد کار آزمایشی بالینی IRCT20220125053829N1 است. از تمام افرادی که در این مطالعه مشارکت داشتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

References

1. Grigorenko EL, Compton DL, Fuchs LS, Wagner RK, Willcutt EG, Fletcher JM. Understanding, educating, and supporting children with specific learning disabilities: 50 years of science and practice. *Am Psychol*. 2020;75(1):37-51.
2. Farzi Vanestanagh F, Taklavi S, Gaffari A. The Effectiveness of Self-Compassion Education on the Shame and Guilt of Mothers of Children with Learning. *Disord J Health* 2020;11(3):422-431. (In Persian)
3. Benassi E, Camia M, Giovagnoli S, Scorza M. Impaired school well-being in children with specific learning disorder and its relationship to psychopathological symptoms. *Eur J Special Needs Educ*. 2022;37(1):74-88.
4. Abbasi M, Gheirati S. Relationship between maternal depression and depressive symptoms and anxiety in children with special learning disorders

موضوعات روزمره مربوط می‌شد، کاهش یافت. بنابر اصل خودخواهی، به شرکت‌کنندگان کمک شد تا دوست داشتن خود را تمرین کنند و نقش‌های جدید را به‌گونه‌ای انتخاب کنند که برای آن‌ها حال خوب را به همراه داشته باشد (۲۸ و ۲۹). آن‌ها متوجه شدند کسانی که به آن‌ها بدی کرده‌اند نیز درگیر نقش‌های دروغین بوده و حال خوبی ندارند؛ بنابراین با درک این وضعیت توانستند آن‌ها را ببخشند. این مسئله تا حد زیادی روابط اجتماعی آن‌ها را تحت تأثیر قرار داده و آن‌ها توانستند مشکلات بین فردی خود را کاهش دهند (۴۱). گروه نمونه در پژوهش حاضر، به تدریج یاد گرفتند که به جای پررنگ کردن نقش دیگران در زندگی خود و درگیری ذهنی در مورد آن‌ها به خودشان و به رشد شخصی خود توجه کنند و برای خودشان وقت بگذارند و از این طریق به تقویت و بهبود انسجام روانی خود کمک شایانی کنند (۲۷).

کاربرد نتایج این پژوهش متوجه مراکز اختلالات یادگیری است تا در راستای مداخلات خود بر روی خانواده‌های دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری، از رویکرد روان‌درمانی انگیزشی استفاده نمایند. همچنین کاربرد نتایج تحقیق حاضر، متوجه مشاوران و روان‌درمانگران مراکز مشاوره علی‌الخصوص مراکز مشاوره وزارت آموزش و پرورش است تا در کنار سایر مداخلات روان‌شناختی و درمانی خود باهدف کاهش استرس و بهبود انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلالات یادگیری، از روان‌درمانی انگیزشی و تکنیک‌های آن نیز بهره‌گیرند. این پژوهش نیز مانند هر پژوهشی در بطن خود دارای محدودیت‌هایی بود که از جمله آن‌ها می‌توان به عدم در نظر گرفتن دوره پیگیری به دلیل محدودیت زمانی، استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند و استفاده از ابزار خودگزارش دهی اشاره کرد.

نتیجه‌گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان‌دهنده تأثیر معنی‌دار روان‌درمانی انگیزشی بر کاهش استرس و بهبود انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری

- mediated by parental stress. *J Learn Disabil.* 2022;11(4):46-61. (Persian)
5. Jenaabadi H, Jafarpour M. The effectiveness of time perspective treatment in sense of coherence and perceived stress of mothers of children with learning disorders. *J Learn Disabil.* 2019;9(1):53-71. (Persian)
6. Narimani M, Taghizadeh hir S. Effectiveness of ARAM Cognitive Rehabilitation Package on Improvement of Working Memory and Attention in Children with Learning Disabilities. *J Learn Disabil.* 2022;12(1):85-97. (Persian)
7. Filippello P, Buzzai C, Messina G, Mafodda AV, Sorrenti L. School refusal in students with low academic performances and specific learning disorder. The role of self-esteem and perceived parental psychological control. *Int J Disabil Dev Educ.* 2020;67(6):592-607.
8. Operto FF, Pastorino GMG, Stellato M, et al. Facial Emotion Recognition in Children and Adolescents with Specific Learning Disorder. *Brain Sci.* 2020;10(8):473-479.
9. Matteucci MC, Scalone L, Tomasetto C, Cavrini G, Selleri P. Health-related quality of life and psychological wellbeing of children with Specific Learning Disorders and their mothers. *Res Dev Disabil.* 2019;87:43-53.
10. Zakerniya F, Naemi, AM. Effectiveness of Gratitude training with Islamic approach on Self Forgiveness and Patience of Mothers of Children with Learning Disabilities. *J Learn Disabil.* 2022;11(2):47-61. (Persian)
11. Dyson L. Unanticipated effects of children with learning disabilities on their families. *Learn Disabil Q.* 2010;33(1):43-55.
12. Azami M, Safi MH, Behjati ardakani F. effectiveness of group training of positive thinking skills on the stress, flexibility and mental strength of mothers with children with learning disorders. *J Learn Disabil.* 2023;12(3):37-22. (Persian)
13. Flensburg-Medsen T, Ventegodt S. Sense of coherence and physical health. *Testing Antonovsky, s theory.* *TSW Holistic Health & Medicine* 2006;1:248-255.
14. Imani Z, Zanganeh Motlagh F, Abbasi M. Marital Disturbance and Object Relations in Mothers of Children with an autism spectrum disorder (ASD): The Mediating Role of Psychological Coherence. *journal of Adolescent and Youth Psychological Studies.* 2022;3(1):112-122. (In Persian)
15. Azizmohammadi S, Rakebi N, Jamshidi Z, Zomorodi M. Logo-therapy on Sense of Coherence and Quality of Life of Autistic Student Mothers. *MEJDS.* 2019;9:37-43. (Persian)
16. Hoseini M, Abdkhodaei M S. Effects of Cognitive-behavioral Fordyce Happiness Training on Sense of Coherence in Patients with Type 2 Diabetes. *J Neyshabur Univ Med Sci.* 2017;4(4):1-10. (Persian)
17. Norouzi S, Bashardoust S, Mojtabaie M. Presenting a structural model for predicting mental disorders based on intolerance of uncertainty mediated by a sense of psychological cohesion and cognitive flexibility in students. *Med J Mashhad Univ Med Sci.* 2022;65(2):514-528. (Persian)
18. Omiya T, Deguchi N, Togari T, Yamazaki Y. Factors Influencing Sense of Coherence: Family Relationships, High School Life and Autism Spectrum Tendency. *Children.* 2020;7(9):108-120.
19. Taati E, Zarbakhsh Bahri M R. Comparison of the Coherence and Defense Mechanisms between Parents of Normal Children and Parents of Children with Autism and Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *J Child Ment Health.* 2019;6(3):15-27. (Persian)
20. Geranmayeh S, Arjmandnia AA, Akbari M, Kakabraei K, Moradi O. Developing a parenting training package based on executive functions and investigating its effect on parental stress and mental health of parents of children with neurodevelopmental disorders. *Empowering Exceptional Children.* 2022;13(2):34-22. (Persian)
21. Ebrahimi Moghadam H, arab Yarmohammadi L, Zadbagher seighalani M, Arab Ameri M. The effect of problem-based coping strategies on mothers' stress with learning disabilities children (LD). *J Educ Psychol.* 2016;7(3):43-50. (Persian)
22. Crum AJ, Jamieson, JP, Akinola M. Optimizing stress: An integrated intervention for regulating stress responses. *Emotion.* 2020;20(1):120-125.
23. Heidari Farsani N, Moghimiyani M, Heydari E, Koravand Zh, Heydar F, Raehsi H, et al. Investigating the correlation between occupational stress and the quality of life of nurses working in the corona and general departments during the corona pandemic. *J Nurs Dev Health.* 2022;13(3): 5-23. (Persian)
24. Aalimohammadi A, Kurdi Borujen L, Eskandari P, Mehri Qorabi N, Mouzarmi Leperi P, Sadeghi Kia F. the effectiveness of Narrative-therapy approach on stress management of mothers with physically disabled children. *Med J Mashhad Univ Med Sci.* 2023;65(6):2574-84. (Persian)
25. Hojjat H. Comparison of emotional dyslexia and psychological toughness and social anxiety in mothers of children with learning disorders and mothers of normal children. *Psychology studies and educational Sciences.* 2021;4(33):135-154. (Persian)
26. Fakur F, Sahebdel H, Ebrahimpur M. The effectiveness of motivational psychotherapy-based parenting package on aggression in boys with Oppositional defiant disorder. *IJPN.* 2022;10(2):73-84.
27. Sarvari H, Sahebdel H, Ebrahimpour M. Comparing the Effectiveness of Motivational Psychotherapy and Reality Therapy on the Mental Health of Female Students. *Islamic Life Style.* 2023;7(1):318-328. (Persian)
28. Gheisari Z, Sahebdel H, Ebrahimpour M.

Effectiveness of Motivational Psychotherapy on High-Risk Behaviors (Violence and Sexual Behavior) of Students. *Pajouhan Sci J.* 2021;19(3):27-33. (Persian)

29. Sahebdel H. The Effectiveness of Motivational Psychotherapy on Mental Health in Women with Substance-Dependent Spouses. *Etiadpajohi.* 2023;16(66):311-328. (Persian)

30. Zarei F. The effectiveness of motivational interviewing in reducing high-risk sexual behaviors of addicted men. Tehran: Tehran University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences; 2014. (Persian)

31. Aslani K, Ahmadi M, Sodani M. Evaluating the Effectiveness of Motivational Interview (MI) in Reducing Domestic Violence against Women Referred to Courts, Dispute Resolution Councils, & Counseling Centers in Ahwaz. *Iran J Forensic Med.* 2016;22(3):183-191. (Persian)

32. Safaeinaeini K, Narimani M, Kazemi R, Mousazadeh T. Effectiveness of Motivational Interview and Emotion Regulation Training on Reduction of Bullying traditional and cyber and Academic Burnout User Virtual Social Networking. *Journal of School Psychology.* 2020;9(1):69-96. (Persian)

33. Sahebdel H. motivational psychotherapy; A book that will change your life. Faizabad, Mahwalat: Jaliz, 2018. (Persian)

34. Lovibond SH, Lovibond PF. Manual for the Depression Anxiety Stress Scales (2nd. Ed). Sydney: Psychology Foundation. 1995.

35. Flensburg-medsen T, Ventegodt S, Merrick J. Sense of Coherence and Physical Health. Testing Antonovsky,s Theory. *TSW Holistic Health & Medicine.* 2006;1:248-255.

36. Parandin S, Seyedi P. The effectiveness of self-regulatory education on psychological cohesion and marital turmoil in families with differences in Kermanshah. *Scientific Journal of Social Psychology.* 2021;9(59):115-129. (Persian)

37. Alipour A, Sharif N. Validity and reliability of the Sense of Coherence (SOC) questionnaire in university students. *Pajoothane.* 2012;17(1):50-56. (Persian)

38. Barani M. The effectiveness of imagotherapy on reducing marital conflicts and women's psychological symptoms. master's thesis, 2015; Razi University. (Persian)

39. Mansouri Koryani R, Bassak Nejad S, Mehrabizadeh Honarmand M, Majdinasab N. Effectiveness of Compassion Focused Acceptance and Commitment Therapy on Psychological Flexibility and Psychological Distress in Patients with Multiple Sclerosis. *IJPCP.* 2022;28(2):222-235. (Persian)

40. Sahebdel H, Tahan M. A review of the theory of motivational psychotherapy. *Rivista di Psichiatria.*

2022;4(58):165 -172.

41. Sahebdel H. Happiness is of the lowest order. Tehran: Nosl No Andish, 2020.