



اثربخشی ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم

مهدی اسماعیل نژاد: دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران
حسن عبداله‌زاده: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران (* نویسنده مسئول)
abdollahzadeh2002@yahoo.com
افسانه خواجه‌وند خوشلی: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران

چکیده

کلیدواژه‌ها

ذهن آگاهی،
نگرش به کمک،
شیفتگی مرتبط با کار،
مربیان کودکان اوتیسم

زمینه و هدف: اختلالات فراگیر رشد اصطلاحی است که برای اشاره به اختلالات روان‌شناختی در دوران کودکی به کار می‌رود. هدف از انجام پژوهش حاضر تعیین اثربخشی ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم بود.

روش کار: برای انجام تحقیق نیمه آزمایشی که با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون پیگیری با گروه کنترل انجام شد از بین مربیان زن و مرد کودکان اوتیستیک در مراکز خصوصی (گل‌های چالوس، نیک‌اندیشان ساری و ذهن سپید بابل) توانبخشی در مازندران، ۳۰ نفر به روش در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شده و پرسشنامه‌های نگرش به کمک خواهی (HAS) نیکل‌جی، اس (۱۹۹۸) و شیفتگی کاری باکر (۲۰۰۸) را تکمیل کردند. سپس گروه آزمایش درمان ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی را طی ۸ جلسه یک و نیم ساعته دریافت نمودند، و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. پس از پایان دوره درمان و ۲ ماه بعد تمام آزمودنی‌ها مجدداً پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد: ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی بر نگرش به کمک (۰/۷۱)، شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم تاثیر معناداری دارد. همچنین مشخص شد اثر درمان ذهن آگاهی مبتنی بر طرحواره‌های معنوی بر نگرش به کمک، شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم بعد از دو ماه ماندگار است.

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج توصیه می‌شود مربیان کودک اوتیسم از درمان ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی استفاده کنند.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Ismail nezhad M, Abdollahzadeh H, Khajevand khoshli A. The Effectiveness of Mindfulness Based on Spiritual Schemas on the Attitude to Help and the Fascination Related to the Work of Educators of Autistic Children. Razi J Med Sci. 2023;30(6): 55-64.

*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با **CC BY-NC-SA 3.0** صورت گرفته است.



Original Article

The Effectiveness of Mindfulness Based on Spiritual Schemas on the Attitude to Help and the Fascination Related to the Work of Educators of Autistic Children

Mehdi Ismail nezhad: PhD Student, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran

Hasan Abdollahzadeh: Assistant Professor, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran (* Corresponding author) abdollahzadeh2002@yahoo.com

Afsanaeh Khajevand khoshli: Assistant Professor, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran

Abstract

Background & Aims: According to the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), pervasive developmental disorders are divided into the categories of autism, RAT, child collapse disorder, and Asperger's (2). Meanwhile, autism disorder is one of the diseases of the group of pervasive developmental disorders, which is characterized by persistent destruction in mutual social interaction, communication delay or deviation, and limited stereotyped communication pattern (3). The characteristics of this disorder, as well as the sometimes difficult and late diagnosis, the appearance of symptoms after a normal child's development, the lack of definitive and effective treatments, and the not very favorable prognosis, can put severe psychological pressure on the family. And the parents of the child should impose (4).

Fascination is caused by the balance between the skill required to perform the activity and the challenge caused by the activity, so that if the challenge is more than the skill, anxiety is created, if the challenge is less than the skill, boredom and if both challenge and skill are low, apathy. appears (7). On the other hand, it is important to have the spirit and attitude to help in the work environment, especially for educators of special children such as children on the autism spectrum, because in the educational environments of children with autism, there are different views about the attitude towards seeking help. Helping attitude depends on the perceived benefit and perceived threat of help-seeking. Perceived benefit means that a person sees help-seeking as an effective strategy to promote learning, while perceived threat refers to the threat to a person's self-worth that arises by admitting the need for help (8).

In general, there are few studies about the attitude towards the use of the selected approaches in this research, repeating and comparing the effectiveness of the intervention method is of great importance. By repeating this treatment method on the teachers of autistic children, if the previous results are confirmed, additional evidence is provided, and if the previous evidence is not confirmed, it provides new windows for research. Based on the researches, no research has been done in Iran regarding the effectiveness of the therapeutic approach in the educators of autistic children with emphasis on the attitude to help and fascination related to work. Based on this, despite the need to conduct a detailed study and deal with the details of the phenomenon in question, the present study tries to answer the question of whether mindfulness based on spiritual schemas has an effect on the attitude towards help and fascination related to the work of educators of autistic children. Is it effective?

Methods: In order to conduct the present semi-experimental research, which was carried out with a pre-test, post-test follow-up design with a control group, among male and female trainers of autistic children in private rehabilitation centers (Golhai Chalus, Nik-Andishan Sari and Mendan Sepid Babol) in Mazandaran, which in In the third quarter of 2019, 30 people were working in these specialized centers (under the cover of welfare organization) and were randomly divided into two experimental and control groups. Then the subjects completed the help-seeking attitude (HAS) questionnaires of Nickel J.S. (1998) and Bakr's passion for work (2008). received for half an hour, and the control group was placed on the waiting list. After the end and 2 months later, all subjects completed the questionnaires again.

Keywords

Mindfulness based on spiritual schemas, helping attitude, Work-related fascination, Educators of autistic children

Received: 08/07/2023

Published: 09/09/2023

Finally, descriptive statistics of mean and standard deviation in the form of tables and graphs and Kolmogorov-Smirnov statistical tests, multivariate analysis of variance with Bonferroni repeated measures and post hoc were used for data analysis using SPSS version 22 software.

Results: As the results of Table 2 show: all tests of the analysis of variance of the repeated measurement of the effect of mindfulness based on spiritual schemas on the attitude towards the help of children's educators are statistically significant ($p \leq 0.01$). Therefore, it can be said that the effect of mindfulness based on spiritual schemas is effective on the attitude towards helping children's educators. Likewise, the square of the eta indicates that the effect of mindfulness on the attitude towards the help of children's educators is 68%.

The results of the Ben Feroni test in Table 3 show that there is a significant difference between the attitude towards help in the post-test (82/53) and pre-test (64/53), as well as between the pre-test and follow-up (83/13) ($01 / 0 \geq P$). However, there was no significant difference in the attitude towards help in the follow-up and post-test stages ($P \leq 0.05$).

As the results of table (4) show, all tests of variance analysis of repeated measurement of the effect of mindfulness based on spiritual schemas on spiritual sophistication related to the work of children's educators are statistically significant ($p \leq 0.01$). Therefore, it can be said that the effect of mindfulness based on the spiritual schemas of sophistication related to the work of child educators is effective. Also, the square of eta indicates that the effect of mindfulness on children's work-related fascination is 83%.

The results of the Ben Feroni test in Table 5 show that there is a significant difference between the fascination related to the work of the trainers in the post-test (63.27) and pre-test (51.00) stages, as well as between the pre-test and the follow-up (61.67). ($P \geq 0.01$). However, there was no significant difference in the fascination related to the trainers' work in the follow-up and post-test stages ($P \leq 0.05$).

As the results of Table 6 show: the effect of the group on the linear combination of the dependent variables (attitude towards help and work-related fascination) is statistically significant ($F(10,66) = 32.187$, $\lambda = 0.029$ And the significance level of the tests is less than 1% ($P \leq 0.01$), so it can be said that there is a significant difference between the post-test scores of the experimental group and the control group in at least one of the dependent variables (attitude towards help and work-related fascination). Also, the parametric square of Eta indicates that 83.00% of the simultaneous changes of the dependent variables are explained by the independent variables.

The comparisons planned in Table 7 show that the result of the test shows that the method of mindfulness based on spiritual schemas improves the attitude to help and the fascination related to work in children's educators. has become autistic ($P \geq 0.01$).

Conclusion: In explaining the results of the present research, it can be said that since the child's speech delay and failure to communicate with others are among the symptoms that worry parents, therefore, in addition to raising parents, it is necessary for educators to play a role in their education and change. Because stereotypic behavior is one of the symptoms of autism, they include patterned movements, expressions and repetitive behaviors such as waving hands, making sounds, turning and shaking the body. In the first years of a child's life, many of the natural children's exploratory games are absent or very little. These children manipulate toys and objects in an unwanted way, and their manipulation does not have much variety, creativity, and lacks symbolic features. Their activities and games, if any, are inflexible, repetitive and monotonous. Based on this, it may cause demotivation and work burnout in the trainers, and it is better to create better internal conditions in the trainers through the use of appropriate strategies. Self-compassion is related to the feeling of loving oneself and caring about others, but it does not mean self-centeredness or preferring one's needs to others (17).

Conflicts of interest: None

Funding: None

Cite this article as:

Ismail nezhad M, Abdollahzadeh H, Khajevand khoshli A. The Effectiveness of Mindfulness Based on Spiritual Schemas on the Attitude to Help and the Fascination Related to the Work of Educators of Autistic Children. Razi J Med Sci. 2023;30(6): 55-64.

***This work is published under CC BY-NC-SA 3.0 licence.**

مقدمه

اختلالات فراگیر رشد اصطلاحی است که برای اشاره به اختلالات روان‌شناختی در دوران کودکی به کار می‌رود. اختلالات فراگیر رشد عبارت است از آشفتگی شدید در تحول شناختی، اجتماعی، رفتاری و هیجانی کودک که در فرایند رشد اختلالات فراگیری ایجاد می‌کنند (۱). اختلالات نافذ رشد بر اساس راهنمای تشخیصی و آماری بیماری‌های روانی (DSM-5) به طبقه‌های اوتیسم، رت، فروپاشیدگی کودک، آسپرگر تقسیم می‌شوند (۲). در این بین اختلال اتیسم یکی از بیماری‌های گروه اختلالات فراگیر رشد می‌باشد که با تخریب پایدار در تعامل اجتماعی متقابل، تأخیر یا انحراف ارتباطی و الگوی ارتباطی کلیشه‌ای محدود مشخص است (۳). ویژگی‌های این اختلال و همچنین گاهی تشخیص دیر هنگام و دشوار، بروز علائم بعد از یک دوره طبیعی و نرمال رشد کودک، فقدان درمان‌های قطعی و مؤثر و پیش‌آگهی نه‌چندان مطلوب، می‌تواند فشار روانی شدیدی را بر خانواده و والدین کودک تحمیل کند (۴). زیرا در هر اختلال مزمن پس از مراجعه به پزشک و انجام معاینه‌ها و آزمایش‌های متعدد اختلال تشخیص داده می‌شود، شرایط پر از درد و رنج برای خانواده به وجود می‌آید و خانواده را به شدت تحت تأثیر خود قرار می‌دهد (۵). همچنین نیازها و رفتارهای خاص این کودکان و پیش‌آگهی نامطلوب این اختلال‌ها، تنش زیادی برای خانواده و مربیان به همراه دارد و این تنش از آن جهت حائز اهمیت است که بر روابط آن‌ها با کودک و عملکرد کودک، خانواده و مربیان تأثیر می‌گذارد. در این بین رابطه مربیان کار با افراد دارای ویژگی‌های این‌چنینی می‌تواند در میزان شیفتگی آن‌ها نسبت به کار نقش داشته باشد؛ بطوریکه محققین شواهدی پیدا کردند که نشان می‌دهد شیفتگی در طول انجام کارهای مختلف رخ می‌دهد (۶). شیفتگی ناشی از تعادل بین مهارت مورد نیاز برای انجام فعالیت و چالش ناشی از فعالیت است، به طوری که اگر چالش بیشتر از مهارت باشد اضطراب ایجاد می‌شود، اگر چالش کمتر از مهارت باشد، کسالت و اگر چالش و مهارت هر دو کم باشد بی‌علاقگی ظاهر می‌شود (۷). از طرف دیگر داشتن روحیه و نگرش به کمک نیز در فضای کاری به خصوص مربیان کودکان خاص نظیر کودکان طیف اوتیسم حائز

اهمیت است چرا که در محیط‌های آموزشی کودکان مبتلا به اوتیسم، دیدگاه‌های مختلفی در باره نگرش نسبت به کمک‌طلبی وجود دارد. نگرش به کمک به فایده‌آدراک شده و تهدید آدراک شده نسبت به کمک‌طلبی بستگی دارد. فایده‌آدراک شده یعنی این که فرد به کمک‌طلبی به دید یک راهبرد مؤثر برای ارتقاء یادگیری بنگرد، در حالی که تهدید آدراک شده به تهدید ارزش خود فرد اشاره دارد که با اعتراف به نیاز به کمک به وجود می‌آید (۸). نگرش به کمک یک ساختار روان‌شناختی و یک وجود ذهنی و عاطفی است که شخصیت یک شخص را مشخص می‌کند (۹). زیرا نگرش، رفتار، فرایند پردازش اطلاعات، مواجه‌های اجتماعی و بخشی از خودپنداره فرد را شکل می‌دهد. از این رو، می‌توان گفت که یکی از جنبه‌های نگرش به کمک و وضعیت سلامتی، توانمندی‌ها، بیماری‌های روانی و جسمی کودکان اوتیسم است (۱۰). در همین زمینه مطالعات اندکی در مورد نگرش نسبت به کمک انجام شده و اغلب مطالعات نگرش منفی نسبت به کمک به کودکان اوتیستیک را گزارش داده‌اند (۱۱).

به عنوان مثال باکر (۲۰۰۵) برای اولین بار مفهوم شیفتگی را در موقعیت کاری بکار برد. شیفتگی به کار هنگامی رخ می‌دهد که بین انتظارات شغلی و توانایی حرفه‌ای فرد تعادل وجود داشته باشد. بر طبق نظر باکر، شیفتگی مرتبط با کار به اساس سه عنصر جذب، لذت کاری و انگیزش درونی کار مشخص می‌شود. کارکنان با انگیزش درونی همیشه به کارشان علاقه نشان می‌دهند و شیفته انجام کارشان هستند (۱۲). براون (۲۰۰۶) معتقد است که ارتباط مثبتی بین شیفتگی مرتبط با کار با عملکرد شغلی و خشنودی شغلی وجود دارد. برخی از پژوهشگران بر این باورند که به‌کارگیری روش تفکر نظاره‌ای یا ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی به علت سازه و کارهای نهفته در آن مانع پذیرش، افزایش آگاهی، حساسیت‌زدایی، حضور در لحظه، مشاهده‌گری بدون داوری، رویارویی و رها سازی می‌تواند ضمن کاهش علائم و پیامدهای نگرش منفی به کمک و افزایش شیفتگی به کار مربیان و خانواده‌ها را افزایش دهد (۱۳).

اهمیت موضوع به اندازه‌ای است که تحقیقات مختلفی در زمینه‌های مختلف انجام شده و نتایج مختلفی نیز

انجام شده است از جمله فلدمن و همکاران (۲۰۱۴)، اثربخشی مهارت‌های آموزشی برای ارتقای ذهن آگاهی را به عنوان مداخله‌هایی در جهت ارتقای تحمل پریشانی گزارش کردند. در سال‌های اخیر، رویکردهای گوناگونی با هدف افزایش نگرش به کمک، شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیستیک به وجود آمده است (۱۳). پیتر و همکاران (۲۰۱۳) در یافتند که ذهن آگاهی در کاهش درد در بین جمعیت بالینی نوجوانان و بزرگسالان مؤثر است و رابطه منحصر به فردی با فاجعه سازی درد دارد (۱۴). استفاده از رویکردهای انتخاب شده در این پژوهش، تکرار و مقایسه میزان اثرگذاری روش مداخله‌ای از اهمیت زیادی برخوردار است. از طریق تکرار این روش درمانی بر روی مربیان کودکان اوتیستیک، در صورت تأیید نتایج پیشین، شواهد افزونی بر آن فراهم آمده و در صورت عدم تأیید شواهد پیشین، دریچه‌های جدیدی را برای تحقیق و پژوهش فراهم می‌آورد. بر اساس بررسی‌های انجام شده، تاکنون در ایران پژوهشی در باب اثربخشی رویکرد درمانی در مربیان کودکان اوتیستیک با تأکید بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار انجام نشده است، بر این اساس، با وجود نیاز به انجام یک مطالعه دقیق و پرداختن به جزئیات پدیده موردنظر، مطالعه حاضر تلاش دارد به این سوال پاسخ دهد که آیا ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم تأثیرگذار است؟

روش کار

این پژوهش با کد اخلاق IR.IAU.AK.REC.1400.003 مورد تأیید دانشگاه آزاد اسلامی واحد گرگان می‌باشد. برای انجام پژوهش نیمه آزمایشی حاضر که با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون پیگیری با گروه کنترل انجام شد از بین مربیان زن و مرد کودکان اوتیستیک در مراکز خصوصی (گل‌های چالوس، نیک‌اندیشان ساری و ذهن سپید بابل) توانبخشی در مازندران که در سه ماهه سوم سال ۱۳۹۹ در این مراکز تخصصی (تحت پوشش سازمان بهزیستی) مشغول به کار بودند به روش در دسترس ۳۰ نفر انتخاب

و بطور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. سپس آزمودنی‌ها پرسشنامه‌های نگرش به کمک خواهی (HAS) نیکل جی.اس (۱۹۹۸) و شیفتگی کاری باکر (۲۰۰۸) را تکمیل کردند در ادامه گروه آزمایش در مان ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی را طی ۸ جلسه یک و نیم ساعته دریافت نمودند، و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. پس از پایان ۲ ماه بعد تمام آزمودنی‌ها مجدداً پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند.

پرسشنامه نگرش افراد نسبت به کمک دایلو رنزو و همکاران (۲۰۱۱): این مقیاس دارای ۲۰ سؤال است. روش نمره‌گذاری آن به دو صورت مستقیم ۵-۴-۳-۲-۱ و معکوس ۱-۲-۳-۴-۵ انجام می‌شود و پاسخ‌های آزمودنی‌ها را در مقیاس چهار درجه‌ای لیکرت (موافق، تا حدی موافق، تا حدی مخالف و مخالف) مورد ارزیابی قرار می‌دهد. اعتبار و پایایی این آزمون به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۵ توسط سازندگان آن گزارش شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای این مقیاس ۰/۶۸ به دست آمد. برای نمره دادن به اندازه‌گیری نگرش به کمک (HAS) ابتدا نمرات را برای موارد ذیل معکوس کنید: ۱۹، ۱۸، ۱۱، ۸، ۵، ۱ برای مثال؛ نمره‌ی (۱) می‌شود (۵). سپس تمام بیست نمره را جمع کنید تا مجموع نمرات اندازه‌گیری نگرش به کمک (HAS) را بدست آورید. این نمره باید در دامنه‌ای از ۲۰ تا ۱۰۰ با نمره‌ی خنثی از ۶۰ قرار گیرد. این مقیاس به ۴۰۹ دانشجوی دانشگاه در چهار مطالعه داده شده است. نمره‌ی میانگین آنها در اندازه‌گیری نگرش به کمک (HAS)، ۷۹/۵۶ با انحراف استاندارد ۸/۷۳ بود.

پرسشنامه شیفتگی کاری باکر (۲۰۰۸): این پرسشنامه دارای ۱۳ سؤال است و در یک مقیاس لیکرتی هفت درجه‌ای توسط شرکت‌کنندگان درجه‌بندی می‌شود که به هرگز نمره صفر و به همیشه نمره ۶ تعلق می‌گیرد. این پرسشنامه دارای ۳ زیر مقیاس جذب سوالات ۱ تا ۴، لذت از کار سوالات ۵ تا ۸، و انگیزش ذاتی کار سوالات ۹ تا ۱۳ است و نمرات خرده مقیاس‌های شور توسط میانگین سوالات همان قسمت به دست می‌آید. نتایج مطالعه باکر (۲۰۰۸)

جدول ۱- شرح پروتکل درمانی ذهن‌آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی

| جلسه | هدف | محتوا |
|-------|---|---|
| اول | کمک به شرکت‌کنندگان برای آشنایی با یکدیگر و بیان قوانین مشاوره گروهی | آشنایی اعضای گروه با یکدیگر و شروع رابطه متقابل رهبر گروه (مشاور) و اعضا؛ آشنایی اعضا با یکدیگر و بیان قوانین مشاوره گروهی |
| دوم | آشنایی با مؤلفه‌های کنترل عواطف و احساس خود ارزشمندی | تعریف ذهن‌آگاهی همراه با تجسم برای اعضا و تشریح نقش طرح‌واره‌های معنوی (یکناپرستی، پذیرش و رضایت به مقدرات الهی، توکل، باور به معاد) |
| سوم | آشنایی و آگاه‌سازی با شیوه‌های که بتوانند ویژگی‌های معنوی و انسانی را در زندگی روزانه به کار گیرند | درخواست بیان تعارضات زندگی شخصی از اعضا و کمک در شناسایی نقش خود در تعارضات و بررسی اینکه چگونه می‌توان تعارض را کم کرد. تجسم حضور در محضر باری تعالی و تجسم حضورش در تمام امورات بخصوص در تعاملات و روابط روزمره زندگی |
| چهارم | آشناسازی با پیامبران «والمؤمنون کل آمن بالله و ملائکته و کتبه و له» (بقره: ۲۸۵) | پرداختن به آثار مثبت استفاده از همانندسازی و تقلید از الگوهای شایسته در هنگام حل مشکلات |
| پنجم | توسل و بایدها و نبایدهای الهی در زندگی آشناسازی با امامان، معرفت و محبت، زیارت، تأثیر محبت و اطاعت از امامان در زندگی | بررسی تأثیر حضور در مساجد، اماکن مقدس، دعا و ... |
| ششم | هدف بخشش و آموزش، عفو و صفح و غفران | آموزش در رابطه با عفو و گذشت و آثار آن به اعضا گروه نظرخواهی در مورد مدارا در حل مشکلات تمرین مهارت‌های ذهن آغازگر و تقلا نکردن |
| هفتم | آشناسازی با سرای دیگر، شتاب نکردن در پاداش (صبر) به تأخیر انداختن انتظار پاداش، مراقبت، سبقت در عمل | پاداش‌ها و نعمت‌های اخروی که در ازای انجام وظایف خانوادگی و کاری و ... به افراد داده می‌شود، پرداختن به عواقب بد تعدی به حقوق دیگران و انجام ندادن مسئولیت‌ها |
| هشتم | تحکیم یادگیری، بازنگری تجربه گروهی و دریافت پسخوراند | بیان کردن تجربه هریک از شرکت‌کنندگان از مداخلات درمانی و به کار بستن آن در زندگی بررسی بازخوردها و مرور کلی جلسات |

ضعیف در این پرسشنامه یعنی شیفتگی مرتبط به کار پایین می‌باشد.

جلسات در مان ذهن‌آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر اساس رویکرد آوانتس و مارگولین (۲۰۰۴) و نیکوی (۱۳۹۹) بود. این رویکرد شامل ۸ جلسه است و خلاصه محتوای آن شامل موارد زیر می‌باشد.

نهایتاً از آمار توصیفی میانگین و انحراف معیار در قالب جدول و نمودار و آزمون‌های آماری کولموگروف-اسمیروف، تحلیل واریانس چندعاملی با اندازه‌گیری‌های مکرر و تعقیبی بونفرونی با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

یافته‌ها

همانطور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد: تمام

نشان داد که این پرسشنامه از همسانی درونی بالا برخوردار است، به طوری که عامل جذب از ضریب آلفا با دامنه ۰/۷۵ تا ۰/۸۶ درصد و عامل لذت کاری از ضریب آلفای ۰/۸۸ تا ۰/۹۶ و عامل انگیزش درونی کار از ضریب ۰/۶۲ تا ۰/۸۲ برخوردار است.

بالاترین نمره‌ای که فرد در این پرسشنامه می‌تواند اخذ نماید ۵۲ و پایین‌ترین نمره ۱۳ می‌باشد. کسب نمره بالا و نزدیک به ۶۵ نشانگر شیفتگی کاری بالا در فرد کسب نمره پایین و نزدیک به ۱۳ به معنای شیفتگی کاری پایین در افراد است. میانگین نمره‌ای که در ایران بدست آمده است تقریباً برابر با ۲۸ و انحراف معیار ۱ است. بدین معنی که کسب نمره ۲۹ به بالا عملکرد بالا، کسب نمره ۲۷ تا ۲۹ عملکرد متوسط و اخذ نمره ۲۷ به پایین در این پرسشنامه نشانگر عملکرد

جدول ۲- نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک مربیان کودکان

| نام آزمون | مقدار | فرضیه df | خطا df | میزان F | سطح معناداری | مجذور اتای تفکیکی |
|-------------------------|--------|----------|--------|---------|--------------|-------------------|
| آزمون بیلابی | ۱/۰۳۷ | ۲ | ۱۳ | ۶۸/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۶۸۳ |
| آزمون لامبدای ویلکز | ۰/۰۲۹ | ۲ | ۱۳ | ۶۶/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۶۸۳ |
| آزمون اثر هتلینگ | ۳۱/۲۵۰ | ۲ | ۱۳ | ۶۴/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۶۸۳ |
| آزمون بزرگترین ریشه روی | ۳۱/۱۷۷ | ۲ | ۱۳ | ۳۴/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۶۸۳ |

جدول ۳- نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی تحلیل واریانس مکرر بر نگرش به کمک مربیان کودکان

| متغیر وابسته | مقایسه | تفاضل میانگین‌ها | خطای استاندارد | معناداری |
|--------------|-----------|------------------|----------------|----------|
| پیش آزمون | پس آزمون | ۱۸/۲۵** | ۱/۱۳۸ | ۰/۰۰۰ |
| آزمون پیگیری | پس آزمون | ۱۸/۵۶** | ۰/۹۶۵ | ۰/۰۰۰ |
| پس آزمون | پیش آزمون | ۱۸/۲۵** | ۱/۱۳۸ | ۰/۰۰۰ |
| آزمون پیگیری | پس آزمون | ۶/۳۳ | ۱/۶۷۷ | ۰/۰۵۲ |
| آزمون پیگیری | پیش آزمون | ۱۸/۵۶** | ۰/۹۶۵ | ۰/۰۰۰ |
| پس آزمون | پس آزمون | ۶/۳۳ | ۱/۶۷۷ | ۰/۰۵۲ |

جدول ۴- نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر شیفتگی مرتبط با کار مربیان

| نام آزمون | مقدار | فرضیه df | خطا df | میزان f | سطح معناداری | مجذور اتای تفکیکی |
|-------------------------|--------|----------|--------|---------|--------------|-------------------|
| آزمون بیلابی | ۰/۹۱۳ | ۲ | ۱۳ | ۲۹/۸۲۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۱۳ |
| آزمون لامبدای ویلکز | ۰/۰۸۷ | ۲ | ۱۳ | ۲۹/۸۲۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۱۳ |
| آزمون اثر هتلینگ | ۱۰/۵۲۶ | ۲ | ۱۳ | ۲۹/۸۲۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۱۳ |
| آزمون بزرگترین ریشه روی | ۱۰/۵۲۶ | ۲ | ۱۳ | ۲۹/۸۲۵ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۱۳ |

همانطور که نتایج جدول (۴) نشان می‌دهد تمام آزمون‌های تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر اثر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد ($P \leq 0.01$). آزمون لامبدای ویلکز که از توان بیشتری برخوردار است با مقدار $(F(2, 13) = 66 \text{ lambda} = 0.029)$ و سطح معناداری آزمون‌ها کمتر از ۱ درصد است ($P \leq 0.01$)، لذا می‌توان گفت اثر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک مربیان کودکان مؤثر است. همین‌طور مجذور سهمی اتا حاکی از آن است که میزان اثر ذهن آگاهی بر شیفتگی مرتبط با کار کودکان ۸۳ درصد است.

نتایج آزمون بن فرونی در جدول ۵ نشان می‌دهد بین شیفتگی مرتبط با کار مربیان در مرحله پس آزمون ($63/27$) و پیش آزمون ($51/00$)، همچنین بین پیش آزمون و پیگیری ($61/67$) تفاوت معناداری وجود دارد.

آزمون‌های تحلیل واریانس اندازه‌گیری مکرر اثر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک مربیان کودکان از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد ($P \leq 0.01$). آزمون لامبدای ویلکز که از توان بیشتری برخوردار است با مقدار $(F(2, 13) = 66 \text{ lambda} = 0.029)$ و سطح معناداری آزمون‌ها کمتر از ۱ درصد است ($P \leq 0.01$)، لذا می‌توان گفت اثر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک مربیان کودکان مؤثر است. همین‌طور مجذور سهمی اتا حاکی از آن است که میزان اثر ذهن آگاهی بر نگرش به کمک مربیان کودکان ۶۸ درصد است.

نتایج آزمون بن فرونی در جدول ۳ نشان می‌دهد بین نگرش به کمک در مرحله پس آزمون ($82/53$) و پیش آزمون ($64/53$)، همچنین بین پیش آزمون و پیگیری ($83/13$) تفاوت معناداری وجود دارد ($P \leq 0.01$). اما تفاوت معناداری در نگرش به کمک در مرحله پیگیری و پس آزمون وجود نداشته است ($P \geq 0.05$).

جدول ۵- نتایج آزمون تعقیبی بن فرونی تحلیل واریانس مکرر ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر شیفتگی مرتبط با کار مربیان

| متغیر وابسته | مقایسه | تفاضل میانگین‌ها | خطای استاندارد | معناداری |
|--------------|--------------|------------------|----------------|----------|
| پیش آزمون | پس آزمون | ۱۲/۲۸** | ۱/۰۲۲ | ۰/۰۰۰ |
| پس آزمون | آزمون پیگیری | ۱۰/۶۷** | ۰/۸۹۷ | ۰/۰۰۰ |
| پیش آزمون | پس آزمون | ۱۲/۲۸** | ۱/۰۲۲ | ۰/۰۰۰ |
| آزمون پیگیری | آزمون پیگیری | ۱/۶۵ | ۰/۱۴۴ | ۰/۲۳۰ |
| پیش آزمون | پیش آزمون | ۱۰/۶۷** | ۰/۸۹۷ | ۰/۰۰۰ |
| پس آزمون | پس آزمون | ۱/۶۵- | ۰/۱۴۴ | ۰/۲۳۰ |

جدول ۶- نتایج تحلیل واریانس اندازه‌گیری‌های مکرر گروه‌ها نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان

| نام آزمون | مقدار | فرضیه df | خطا df | میزان F | سطح معناداری | ضریب اتا |
|-------------------------|--------|----------|--------|---------|--------------|----------|
| آزمون پیلایی | ۱/۰۳۷ | ۷/۳۲۷ | ۱۰/۰۰۰ | ۶۸/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۵۱۹ |
| آزمون لامبدای ویلکز | ۰/۰۲۹ | ۳۲/۱۸۷ | ۱۰/۰۰۰ | ۶۶/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۸۳۰ |
| آزمون اثر هنتینگ | ۳۱/۲۵۰ | ۱۰۰/۰۰۰ | ۱۰/۰۰۰ | ۶۴/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۹۴۰ |
| آزمون بزرگترین ریشه روی | ۳۱/۱۷۷ | ۲۱۲/۰۰۱ | ۵/۰۰۰ | ۳۴/۰۰۰ | ۰/۰۰۰ | ۰/۹۶۹ |

جدول ۷- مقایسه‌های طرح‌ریزی شده بین گروه‌ها از لحاظ کاهش متغیرهای تحقیق در پس‌آزمون

| متغیر وابسته | مقایسه | تفاضل میانگین‌های تعدیل شده | خطای استاندارد | معناداری |
|---------------------|------------------------------------|-----------------------------|----------------|----------|
| نگرش به کمک | گروه آزمایش طرح‌واره با گروه کنترل | ۱۴/۲۷۸* | ۱/۱۳۸ | ۰/۰۰۰ |
| شیفتگی مرتبط با کار | گروه آزمایش طرح‌واره با گروه کنترل | ۲۶/۲۲۰* | ۱/۹۷۹ | ۰/۰۰۰ |

بحث

در کل نتایج پژوهش حاضر نشان داد که اثر گروه بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته (نگرش به کمک، شیفتگی مرتبط با کار) از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. لذا می‌توان گفت بین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش و گروه کنترل حداقل در یکی از متغیرهای وابسته (نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار) تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین شیوه‌ی ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی موجب بهبود، نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار در مربیان کودکان اوتیسم شده است. با در نظر گرفتن اثر ذهن‌آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم، اثر گروه بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته (نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار) از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. همچنین مقایسه‌های طرح‌ریزی شده نشان داد نتیجه‌ی حاصل از شیوه‌ی ذهن‌آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی در مقایسه با گروه کنترل، میانگین در نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار در مربیان به صورت

($P \leq 0/01$). اما تفاوت معناداری در شیفتگی مرتبط با کار مربیان در مرحله پیگیری و پس‌آزمون وجود نداشته است ($P \geq 0/05$).

همانطور که نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد: اثر گروه بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته (نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار) از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد ($F(10, 66) = 32.187, \lambda = 0.029$) و سطح معناداری آزمون‌ها کمتر از ۱ درصد است ($P \leq 0/01$)، لذا می‌توان گفت بین نمرات پس‌آزمون گروه آزمایش و گروه کنترل حداقل در یکی از متغیرهای وابسته (نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار) تفاوت معناداری وجود دارد. همچنین مجذور سهمی اتا حاکی از آن است که ۸۳/۰۰ درصد از تغییرات همزمان متغیرهای وابسته به وسیله متغیرهای مستقل تبیین می‌شود.

مقایسه‌های طرح‌ریزی شده در جدول ۷ نشان می‌دهد نتیجه‌ی حاصل از آزمون نشان می‌دهد، شیوه‌ی ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی موجب بهبود، نگرش به کمک، شیفتگی مرتبط با کار در مربیان کودکان اوتیسم شده است ($P \leq 0/01$).

ارائه شده ۶۰-۵۰ نفر گزارش شده است، به عبارتی یعنی در هر ۱۵۰ تا ۱۷۰ تولد زنده یک نفر به این اختلال مبتلا هستند (۱۷). طبق گزارش مرکز کنترل و پیشگیری بیماری‌ها (۲۰۰۷) در حال حاضر هر ۱۵۰ کودک یک نفر تشخیص اوتیسم می‌گیرد. البته این آمار در همه کشورها یکسان نیست و بیشتر به کشورهای انگلیس و آمریکا که بالاترین میزان شیوع اوتیسم را گزارش کرده‌اند مربوط می‌شود. در ایران هم پژوهشی که توسط رستمی و همکاران (۲۰۱۲) انجام شد شیوع اوتیسم را در کودکان ۵ ساله ایرانی ۶/۶۲ در هر ۱۰۰۰۰ نفر گزارش کرد. و از آنجایی که تأخیر گفتار کودک و نقص در برقراری ارتباط با دیگران جزو علائمی هستند که والدین را نگران می‌کند لذا علاوه بر پرورش والدین نیاز است که مربیانی نیز در تعلیم و تغییر آنها نقش داشته باشند و چون رفتار کلیشه‌ای یکی از علائم اوتیسم است، شامل حرکات قالبی، ادا و اطوار و رفتارهای تکراری مثل پرزدن با دست، صداسازی، چرخش سروتکان دادن بدن هستند. در نخستین سال‌های زندگی کودک در خود مانده بسیاری از بازی‌های کاوشی کودکان طبیعی را ندارند یا خیلی کم است. این کودکان اسباب بازی‌ها و اشیاء را به گونه‌ای ناخواسته دستکاری می‌کنند و دستکاری آن‌ها تنوع، خلاقیت چندانی ندارد و فاقد ویژگی نمادین است. فعالیت‌ها و بازی‌های آن‌ها اگر وجود داشته باشد بدون انعطاف، تکراری و یکنواخت است. بر این اساس ممکن است موجبات بی‌انگیزه شدن و دلزدگی نسبت کار در مربیان را فراهم آورد و بهتر است از طریق کاربری راهبردهای مناسب شرایط درونی بهتری را در مربیان ایجاد نمود (۱۸). نتایج این تحقیق می‌تواند دریچه روشنی در زمینه تأثیر مداخله ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموتراپی بر نگرش به کمک و شیفتگی در اختیار متخصصین و محققین قرار دهد و مربیان کودکان اوتیسم با استفاده از این تحقیق می‌توانند بهتر به این کودکان کمک کنند. با این حال عدم دسترسی به تمام افراد جامعه جهت انتخاب تصادفی، عدم کنترل شرایط روانی آزمودنی‌ها هنگام تکمیل پرسشنامه‌ها و عدم کنترل شرایط اقتصادی و جایگاه اجتماعی آنها و

معنادار، بالاتر از گروه کنترل است. همچنین نتایج آزمون پیگیری نشان داد که ماندگاری درمان پس از دو ماه برقرار است. این یافته با یافته‌های (لوما و بوند، ۲۰۰۶)؛ (آوانتس و مارگولین، ۲۰۰۴) که نشان دادند که به‌کارگیری روش تفکر نظاره‌ای یا ذهن آگاهی مبتنی بر طرح‌واره‌های معنوی به علت ساز و کارهای نهفته در آن مانند پذیرش، افزایش آگاهی، حساسیت زدایی، حضور در لحظه، مشاهده‌گری بدون داوری، رویارویی و رهاسازی می‌تواند ضمن کاهش علائم و پیامدهای نگرش منفی به کمک، افزایش شیفتگی به کار مربیان و خانواده‌ها را به دنبال دارد (۱۵، ۱۶).

در تبیین نتیجه می‌توان گفت، از آنجایی که تأخیر گفتار کودک و نقص در برقراری ارتباط با دیگران جزو علائمی هستند که والدین را نگران می‌کند لذا علاوه بر پرورش والدین نیاز است که مربیانی نیز در تعلیم و تغییر آنها نقش داشته باشند و چون رفتار کلیشه‌ای یکی از علائم اوتیسم است، شامل حرکات قالبی، ادا و اطوار و رفتارهای تکراری مثل پرزدن با دست، صداسازی، چرخش سروتکان دادن بدن هستند. در نخستین سال‌های زندگی کودک در خود مانده بسیاری از بازی‌های کاوشی کودکان طبیعی را ندارند یا خیلی کم است. این کودکان اسباب بازیها و اشیاء را به گونه‌ای ناخواسته دستکاری می‌کنند و دستکاری آن‌ها تنوع، خلاقیت چندانی ندارد و فاقد ویژگی نمادین است. فعالیت‌ها و بازیهای آن‌ها اگر وجود داشته باشد بدون انعطاف، تکراری و یکنواخت است. بر این اساس ممکن است موجبات بی‌انگیزه شدن و دلزدگی نسبت کار در مربیان را فراهم آورد و بهتر است از طریق کاربری راهبردهای مناسب شرایط درونی بهتری را در مربیان ایجاد نمود. خود شفقت ورزی با احساس دوست داشتن خود و نگرانی و مراقبت در مورد دیگران مرتبط است، اما به معنای خودمحوری یا ترجیح نیازهای خود به دیگران نیست. در خصوص میزان شیوع اختلال اوتیسم اطلاعات متفاوت و رو به افزایشی وجود دارد. تا اوایل دهه ۵۰ میلادی تعداد آن‌ها ۱ در هر ۱۰۰۰۰ نفر تخمین زده می‌شد. طبق تحقیقات انجام شده و آخرین اطلاعات آماری که در کشور سوئد و ایالت تکزاس آمریکا

12. Bakker AB. The work-related flow inventory: Construction and initial validation of the WOLF. *J Vocat Behav.* 2008 Jun 1;72(3):400-14.

13. Feldman D, Kubota M. Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learn Indiv Diff.* 2014;37:210-216.

14. Piter AC. Positive interventions: Past, present, and future. In T. B. Kashdan & J. Ciarrochi (Eds.), *The Context Press mindfulness and acceptance practica series. Mindfulness.* 2013.

15. Braun V, Clarke V. Using thematic analysis in psychology. *Qual Res Psychol.* 2006;3(2):7-101.

16. Avants SK, Margolin A. Development of Spiritual Self-Schema (3-S) Therapy for the Treatment of Addictive and HIV Risk Behavior: A Convergence of Cognitive and Buddhist Psychology. *J Psychother Integr.* 2004 Sep;14(3):253.

17. Golabi S. Acceptance, and positive psychology: The seven foundations of well-being (2004:pp. 140-165). Oakland: Context Press/New Harbinger Publications.

18. Rostami M, Abdi M, Heidari H. Correlation of Childhood Maltreatment, Self-Compassion and Mental Health in Married People. *J Fund Mental Health.* 2014;16(61):73-61.

خانواده‌هایشان از محدودیت‌های تحقیق حاضر می‌باشد که ممکن است بر نتایج تاثیر داشته باشد.

نتیجه‌گیری

نتایج تایید کننده اثربخشی ذهن آگاهی مبتنی بر اسکاموترایی معنوی بر نگرش به کمک و شیفتگی مرتبط با کار مربیان کودکان اوتیسم می‌باشد بنابراین توصیه می‌شود مربیان کودکان اوتیسم از این نوع مداخله استفاده کنند.

References

1. American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). "Fifth Edition", translated by Yahya Seyed Mohammadi. Tehran: Ravan Publications. 2015. (Date of publication of the work in the original language 2013).
2. Rezaei S. Autism disorder (explanation, evaluation, diagnosis and treatment). Tehran: Avaye Noor. 2015.
3. Samadi SA. Educating students with pervasive disorders (autism). Tehran: Deputy of Educational Planning and Rehabilitation. 2014.
4. Yektamram SAM, Hashemi H. Autism and adulthood. Tehran: Welfare Organization. 2015.
5. Hamidi R, Jafari A. The Comparison of process, content and personality traits between mothers with autistic children and normal (6-15age) in Tehran. *J Fund Mental Health.* 2017.
6. Bakker AB, Oerlemans W, Demerouti E, Slot BB, Ali DK. Flow and performance: A study among talented Dutch soccer players. *Psychol Sport Exerc.* 2011 Jul 1;12(4):442-50.
7. Chiang YT, Lin SS, Cheng CY, Liu EZ. Exploring Online Game Players' Flow Experiences and Positive Affect. *Turk Online J Educ Technol.* 2011 Jan;10(1):106-14.
8. Roussel P, Elliot AJ, Feltman R. The influence of achievement goals and social goals on help-seeking from peers in an academic context. *Learn Instruct.* 2011 Jun 1;21(3):394-402.
9. Bartholomé T, Stahl E, Pieschl S, Bromme R. What matters in help-seeking? A study of help effectiveness and learner-related factors. *Comput Hum Behav.* 2006 Jan 1;22(1):113-29.
10. Vogel T, Wanke M. Attitudes and attitude change: Psychology Press. 2016.
11. Angermeyer MC, Matschinger H. Relatives' beliefs about the causes of schizophrenia. *Acta Psychiatr Scand.* 1996 Mar;93(3):199-204.