



<https://doi.org/10.47176/rjms.30.147>

دوره ۳۰، شماره پیوسته ۱۴۷، ۲۸ آذر ۱۴۰۲

## مقاله پژوهشی



# اثربخشی روان درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانشآموزان دارای اختلالات یادگیری

عبدالقادر شاهزاده پور: کارشناسی ارشد روانشناسی کودکان استثنایی، واحد بیرجند، دانشگاه آزاد اسلامی، بیرجند، ایران

مینو میری: گروه آموزش روان‌شناسی و مشاوره، دانشگاه فرهنگیان، صندوق پستی ۱۴۶۵-۸۸۹، تهران، ایران (\* نویسنده مسئول) [m.miri@cfu.ac.ir](mailto:m.miri@cfu.ac.ir)

## چکیده

### کلیدواژه‌ها

روان درمانی انگیزشی،  
استرس،  
انسجام روانی،  
مادران،  
دانشآموزان دارای اختلال  
یادگیری

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۵/۱۴  
تاریخ چاپ: ۱۴۰۲/۰۹/۲۸

**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 ۱۴۰۰-۱۴۰۱ که در مرکز توانبخشی دانشآموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلوانیان 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 لایوبوند و لاویبوند (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 ( $F=26/50$ ) مادران دانشآموزان دارای اختلال یادگیری اثربخش است ( $P<0.001$ ). وسیب 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:**

Shahzehpour 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 به صورت 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 Shahzehpour:** 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 Zabol 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, Zabol (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:

Shahzehpour 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.

احساس انسجام روانی است که به عنوان 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 سازمانی شخصی 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 تجارت منفی را تجری به خواهند کرد (۱۷). پژوهش‌ها حاکی از این است که 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 بهنجهار و

## مقدمه

در سال‌های اخیر مسئله اختلالات یادگیری به عنوان 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 به دست آمده است (۴ و ۵). 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 املایی، دشواری در نوشتن، سختی در محا سبه اعداد و درک ریاضی همراه است. این کودکان گاهی علاوه بر مشکلات یادگیری، ممکن است در حوزه‌های مختلف روان شناختی 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 روان شناختی 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 تنفس و فشار در اعضای خانواده خصوصاً مادر می‌شود؛ چراکه مادر اولین شخصی است که بهطور مستقیم با کودک ارتباط می‌کند (۱۱). مادران کودکان دارای اختلالات یادگیری با فشارهای روانی گسترده‌ای از جمله استرس و فشارهای متعدد روانی و عدم انسجام روانی روبرو هستند (۱۲ و ۱۳).

همچنین یکی از عوامل مؤثر در فشارهای روانی،

دانشآموزان دختر و پسر (۳۲) اثربخشی دارد. با عنایت به توضیحات فوق به نظر می‌رسد استفاده از رویکرد روان درمانی 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 بزرگی 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 روان درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانشآموزان دارای اختلالات یادگیری انجام گرفت و به دنبال پاسخ به این پرسش است که آیا رویکرد روان درمانی 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 بیرون جند و همچنین کد کار آزمایی بالینی آماری این پژوهش را کلیه مادران کودکان دارای اختلال یادگیری شهر زابل در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۴۰۱ که در مرکز آموزشی و توانبخشی دانش آموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلوتیان 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 به طور تصادفی به دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و کنترل (۲۰ نفر) مناسب 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

معادل خود خارج شده، 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، سبب گوشه‌گیری وجود اختلال در کودک می‌تواند، سبب گوشه‌گیری و محدود شدن ارتباط با محیط و همچنین پایین آمدن اعتقاد به نفس، توانایی ابراز وجود و احساس خودکم‌بینی و بی‌ارزشی و غم‌زدگی و ناشاد بودن در شخص مادر می‌شود که پیامد آن عزت نفس پایین، بروز استرس‌های متعدد، افسردگی و اضطراب و به خطر افتادن هیجانات مثبت و سرسرختی و قوای تحمل و استقامت مادر است (۲۵).

نمونه‌ای از رویکردهای روان درمانی نوین که تأکید آن بر رابطه میان والد-فرزند است و نشان می‌دهد والدین نقش مهمی در شکل‌گیری شخصیت و رفتارهای فرزند خوددارند، روان درمانی انگیزشی (Motivational Psychotherapy) است (۲۶). روان درمانی انگیزشی، مبتنی بر فلسفه پست‌مدرن بوده و در زمینه شکل‌گیری شخصیت، معتقد است که شخصیت در طول مراحل رشد شکل‌گرفته و در هر لحظه از زندگی قابل تغییر است (۲۷). روان درمانی 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 در مانی ویژه، روش مناسب و مفیدی را در حوزه روان درمانی 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 روان درمانی انگیزشی نشان می‌دهد که روان درمانی انگیزشی ضمن تأثیر مثبت بر سلامت روان دانشآموزان (۲۷) و زنان (۲۹)، در کاهش بسیاری از مشکلات و معضلات روان‌شناختی همچون رفتارهای پر خطر (رفتار جنسی، خشونت) (۲۸)، رفتارهای پر خطر جنسی مردان معتاد (۳۰)، خشونت علیه زنان (۳۱) و رفتار قلدری

مورداستفاده 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 مقایس سه درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شوند به این صورت که به گزینه بله=۳، نمی‌دانم=۲ و خیر=۱ نمره تعليق می‌گيرد و به سؤالات ۲۵ تا ۳۵ که به صورت ۵ درجه‌ای طراحی شده‌اند، به شرح زیر نمره داده می‌شود: به اين صورت که شرکت‌کننده‌ای که به هریک از دو گزینه اول پا سخ دهد (ب: سیار 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 پایین‌ترین امتیاز است را دریافت می‌کند. دامنه نمرات این پرسش نامه نیز بین ۳۵ تا ۱۰۵ در نوسان است. در پژوهشی روایی این پرسش نامه مورد تأیید استاد راهنمای 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 اس‌جام:** پرسش نامه افسردگی، اضطراب و اس‌جام شامل ۲۱ گویه است که توسط لاویبوند و لاویبوند (۱۹۹۵) تهیه شده است که در پژوهش حاضر خرده مقیاس‌های افسردگی و اضطراب مدنظر است. خرده مقیاس

ناشناس باقی می‌ماند و بعد از مطالعه نیز تمامی این اطلاعات محفوظ باقی خواهد ماند. همچنین تمامی شرکت‌کنندگان در این مطالعه فرم رضایت‌نامه شرکت در این مطالعه را پرکرده و تمامی مقاصد مطالعه برای شرکت‌کنندگان به‌طور کامل شرح داده شد. سپس گروه آزمایش و کنترل تشکیل و پیش‌آزمون اجرا شد. در مرحله بعد گروه آزمایش، بر اساس پکیج آموزش روان‌درمانی انگیزشی صاحبدل (۱۳۹۸) (۳۳) در طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای به مدت دو ماه آموزش روان‌درمانی انگیزشی را تو سط پژوهشگر در محل مرکز آموزشی و توانبخشی دانش آموزان با مشکلات ویژه یادگیری شهید صلوتیان زابل دریافت کردند؛ درحالی که گروه کنترل هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکرد. سپس از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد تا نتایج دو گروه باهم مقایسه شود. ابزارهای موردا استفاده در پژوهش شامل پرسش نامه نشانگان روان‌شناختی بخش اس‌جام لاویبوند و لاویبوند (۱۹۹۵) (۳۴)، پرسش نامه انس‌جام روانی فلنسربرگ مادسن، ونتگوت و مریک (۲۰۰۶) (۳۵) و پکیج آموزش روان‌درمانی انگیزشی صاحبدل (۱۳۹۸) (۳۳) بود که ذیلاً به تفصیل معرفی می‌شوند.

**پرسش نامه اس‌جام روانی:** این پرسش نامه تو سط فلنسربرگ مادسن، ونتگوت و مریک در سال ۲۰۰۶ بر اساس نسخه اولیه آنتونووسکی، تجدیدنظر شده و

**جدول ۱** - خلاصه جلسات آموزش روان‌درمانی انگیزشی صاحبدل (۱۳۹۸)

جلد	محتوا
اول	آشنایی اعضای یک گروه با یکدیگر و معروفی و بیان قوانین حاکم بر جلسات
دوم	رشد شخصیت: برچسب‌هایی که والدین به کوکان نسبت می‌دهند، به تدریج شخصیت آن‌ها را شکل خواهد داد. لذا در این جلسه سعی می‌شود تا برچسب‌های مشیت جایگزین برچسب‌های منفی نسبت داده شده به مراجع شود.
سوم	دروغ‌ها: به افراد آموزش داده می‌شود که زندگی ارزش غصه خود را ندارد. زندگی مکانی برای لذت بردن است. مکانی برای تحقق یک هدف متعالی. مکانی برای بودن آنچه فرد هست، آنچه می‌تواند باشد و آنچه از آن لذت بیشتری می‌برد.
چهارم	سریال زندگی: حسادت، دروغ، صداقت، مهربانی، خشونت، خوبی، بدی، غم، شادی، آرامش، استرس، نظم، بی‌نظمی و غیره، قطبیت‌هایی هستند که در این جلسه، افراد باید از وجود آن‌ها آگاه شوند. چنان‌که انکار کردن آن‌ها می‌تواند انرژی‌هایی را در شخصیت افراد ذخیره کند که بعداً به عقده‌های روان‌شناختی تبدیل شوند.
پنجم	چهاردیواری: در این جلسه به افراد کمک می‌شود تا چهاردیواری ذهنی را که برای خودساخته‌اند را بشکنند؛ برای شکستن این چهاردیواری، آنان سه مرحله را می‌کنند و به تدریج باورهای اساسی خود را موردنردید قرار می‌دهند.
ششم	تفکر ثروتمند: در این جلسه، تفکر ثروتمند به افراد آموزش داده می‌شود 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 اوی بیهوده و بوج 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 می‌دهد فرد چگونه ارتباطی با دیگران دارد و آن‌ها چقدر در زندگی وی نقش دارند.
هشتم	جمع‌بندی جلسات

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  $0.05 > 0$  کمتر است. است بنابراین بین گروه آزمایش 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 مجدورات (SS)، میانگین مجدورات (MS)، مقدار F درجات آزادی (df)، سطح معنی‌داری (p) و مجدور اتابی سهمی  $D^2$  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  $95 < 0.05$  است. میزان مداخله  $0.087 < 0.05$ .

در جدول ۶، میانگین‌های تعديل شده ارائه شده است یعنی اثر متغیر پیشآزمون به صورت آماری حذف شده است. نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد که برای همه مؤلفه‌ها میانگین گروه آزمایش از گروه کنترل کمتر است؛ بنابراین در سطح معناداری  $0.05 < 0$  آموزش روان‌درمانی انگیزشی بر استرس مادران دانشآموزان دارای اختلال‌های یادگیری مؤثر است. همچنین

افسردگی شامل عباراتی است که خلق ناشاد، فقدان اعتماد به نفس، نامیدی، بی‌ارزش بودن زندگی، فقدان علاقه برای درگیری در امور، عدم لذت بردن از زندگی و فقدان ارزشی و قدرت را می‌سنجد و خرد مقیاس اضطراب دارای عباراتی است که می‌کوشد تا بیش از ۳۸ مورد ارزیابی قرار دهد (۳۸). در پژوهشی که بر روی میاران مبتلا به مالتی پل اسکلروزیس (Multiple Sclerosis) انجام شد، پایایی این مقیاس به روش آلفای کرونباخ برابر با  $0.95 > 0$  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 ( $0.70 < 0.67$ )، اضطراب زانگ ( $0.67 < 0.60$ ) و استرس ادراک شده ( $0.49 < 0.49$ ) بررسی و تأیید شد (۳۹).

در جدول ۱، خلاصه‌ای از جلسات آموزش روان‌درمانی انگیزشی ارائه شده است. این مداخله تو سط 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 (فراآنی، میانگین و انحراف اس-تا ندارد) 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 شرکت کنندگان 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

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

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

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

سطح معناداری	F	درجه آزادی خطای فرضیه	مقدار مشاهده شده	نام آزمون	منبع
۰/۰۰۰	۱۳۴/۵۱	۳۳	۳	۰/۹۲	پیلاپی گروه
۰/۰۰۰	۱۳۴/۵۱	۳۳	۳	۰/۰۸	وبلکز
۰/۰۰۰	۱۳۴/۵۱	۳۳	۳	۱۲/۲۲	هتلینگ
۰/۰۰۰	۱۳۴/۵۱	۳۳	۳	۱۲/۲۲	روی

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

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

**جدول ۵**- خلاصه ANCOVA برای تعیین اثربخشی آموزش روان درمانی انگیزشی بر انسجام روانی

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

**جدول ۶**- جدول میانگین‌های تعدیل شده در پیش‌آزمون

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

روان‌درمانی انگیزشی بر استرس و انسجام روانی مادران دانش‌آموزان دارای اختلال‌های یادگیری انجام شد. اولین یافته پژوهش حاکی از آن است که به کارگیری روان‌درمانی انگیزشی سبب کاهش استرس مادران دانش‌آموزان دارای اختلال یادگیری می‌شود و می‌توان این گونه 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) همسوی دارد. در

میانگین‌های تعدیل شده 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

دانش آموزان دارای اختلال یادگیری را وادر ساخت تا مسائل و مشکلات کوچکی که در رابطه میان آنان و فرزندشان پیش می‌آید را برای خود بیش از حد بزرگ جلوه ندهند و بتوانند در شرایط چالش برانگیز و فشارهای روانی وارده از داشتن کودکی با اختلالات یادگیری، انس-جام و یکپارچگی روانی خود را حفظ نمایند. در روان درمانی انگیزشی تغییرات بیرونی اهمیت زیادی دارد. تغییر بیرونی بسیار راحت‌تر از تغییر درونی است. بنابراین برای اینکه گروه نمو نه بتوانند، 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 ظاهري، به تدریج می‌تواند بازخورد های 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 اعتماد به نفس شده بودند که می‌توانستند با صدای رسا خواسته‌های خود را بیان کنند و جسارت دنبال کردن اهداف شان را داشته باشند (۴۱). آن‌ها در گروه درمانی، 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 تموین کردند. عادت‌های کهنه و بیمارگونه را حذف کردند و ذهن ثروتمند را جایگزین ذهن فقیرانه کردند. اهداف بزرگ‌تری را در زندگی ایجاد کردن و تصمیم گرفتن به جای فکر کردن و درگیر شدن به چیزهای بیهوده و کمارزش به مسائل بزرگ‌تر و بالاهمیت 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 که دهاند فک مر کرند (۲۹).

ذهن ثروتمند، 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 بین‌فردي و

تبیین این یافته پژوهش می‌توان این گونه 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 منا سبی از وضعیت خود در گستره زندگی برسند. آن‌ها در طول درمان متوجه می‌شوند که چگونه خود شان را بر اساس ذهنیت‌های دیگران توصیف کرده و گرفتار چهار دیواری‌های ساخت و مقاوم شده‌اند و متوجه می‌شوند که چقدر به خود شان آسیب رسانده‌اند (۴۰). مادران دانش‌آموzan 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 تعییر دادن الگوهای رفتاری و فکری به صورت نامحدودی ممکن است. شرکت‌کنندگان در توانستند، تعییر 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 پرکرده بودند. فشارهای روانی، استرس و افسردگی را موجودات تنومند خارجی می‌دیدند که غلبه بر آن‌ها غیرممکن بود. ذهن ثروتمند 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 کوکان دارای اختلالات یادگیری دارد. این یافته مطالعه حاضر مبین آن است که بهره‌گیری از فنون و روش‌های روان‌درمانی انگیزشی، همچون تفکر ثروتمند که مادران

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 به کارگیری 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 ۱۳۱۷۲۹۶۵۶۳۹۹۰۵۴۹۲۰۰۳۱۶۲۵۰۵۰۰۷ و همچنین دانشگاه علوم پزشکی بیргند با کد اخلاق IR.BUMS.REC.1400.421 بالیتی N1 IRCT20220125053829 ا 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 به گونه‌ای 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 پرنگ کردن نقش دیگران در زندگی خود و درگیری ذهنی در مورد آن‌ها به خودشان و به رشد شخصی خود توجه کنند و برای خود شان 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 روان‌شناسی و درمانی خود باهدف کاهش استرس و بهبود انسجام روانی مادران دانشآموزان دارای اختلالات یادگیری، از روان‌درمانی انگیزشی و تکنیک‌های آن نیز بهره گیرند. 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 اختلالات 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, Scalzone 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 ardkani 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, Kakabreia 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, Moghimian M, Heydari E, Koravand Zh, Heydar F, Raeisi 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, Sahebde 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, Sahebde 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, Sahebde 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. Sahebde 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. Sahebde H. motivational psychotherapy; A book that will change your life. Faizabad, Mahwatalat: 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. *Pajoohande.* 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. Sahebde H, Tahan M. A review of the theory of motivational psychotherapy. *Rivista di Psichiatria.* 2022;4(58):165 -172.
41. Sahebde H. Happiness is of the lowest order. Tehran: Nosl No Andish, 2020.