

مادر و کودک کم توان ذهنی

مؤلف

نایده اشرفی

www.ketab.ir

سرشناسه	اشرفی، مائده، ۱۳۶۴ -
عنوان و نام پدیدآور	مادر و کودک کم‌توان ذهنی/ مولف مائده اشرفی.
مشخصات نشر	تهران: انتشارات ماهواره، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	۱۷۶ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۶۸۵۷-۴۸-۸
وضعیت فهرست نویسی	فیفا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۱۵۲-۱۷۶.
موضوع	کودکان عقب‌مانده -- روان‌شناسی
موضوع	بهداشت روانی
موضوع	روان‌درمانی
موضوع	شناخت‌درمانی
رده بندی کنگره	۱۳۹۴ ۲م۵۸۶ ۴۷
رده بندی دیویی	۳/۳۰۲
شماره کتابشناسی ملی	۰۵۲۵۵۱۱

عنوان کتاب: مادر و کودک کم‌توان ذهنی

مولف: مائده اشرفی

ناشر: ماهواره

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۴

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۸۵۷-۴۸-۸

قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان

مرکز پخش:

تهران، دفتر مرکزی انتشارات ماهواره، ۶۶۵۶۲۸۳۵

۰۹۱۹۰۶۲۱۴۱۸، www.mahvarehgroup.ir

حق چاپ برای انتشارات ماهواره محفوظ است.

مسئولیت صحت مطالب و مالکیت مادی و معنوی کتاب برعهده مولف است.

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵	پیشگفتار
۷	مقدمه
۱	فصل اول: کلیات
۲	تعاریف مفهومی و عملیاتی واژه ها
۲	بازسازی شناختی
۳	سلامت روانی
۳	کارکرد جسمانی
۴	اضطراب
۵	کارکرد اجتماعی
۵	افسردگی
۶	سازگاری اجتماعی
۷	ارتباط با خانواده
۹	فصل دوم: پیشینه مطالعاتی
۱۰	مقدمه
۱۲	مفهوم روان درمانی

۱۶	انواع روان درمانی
۱۷	رویکرد شناخت درمانی
۲۴	جنبه های شناخت درمانی
۲۷	اصول کلی در شیوه درمانی شناختی - رفتاری
۲۸	انواع درمان شناختی رفتاری
۲۸	کاربردهای درمان شناختی رفتاری
۲۹	رویکرد بازسازی شناختی
۳۱	فرایند بازسازی شناختی
۳۲	آموزش بازسازی شناختی
۳۲	اصلاح خطای شناختی
۳۳	نوشتن احساسات منفی
۳۶	خصوصیات روانی و واکنش های خانواده کودکان کم توان ذهنی
۳۷	واکنش در برابر بحران
۴۰	واکنش های مادران در قبال تولد کودک کم توان ذهنی
۴۰	ضربه روحی
۴۱	درک کردن
۴۲	عقب نشینی دفاعی
۴۲	پذیرش
۴۸	روابط والدین با فرزند کم توان ذهنی
۴۹	روابط مادر با فرزند کم توان ذهنی
۵۰	تاثیر کودک کم توان ذهنی بر سلامت مادران
۵۱	نحوه برخورد با ناتوانی تکاملی کودک
۵۲	احساسات منفی
۵۲	محور سلامتی قرار دادن کودک در سلامت مادر
۵۲	عدم توانمندی مادر در مدیریت خود و کودک
۵۳	معنا و مفهوم سازگاری

۶۰	ابعاد سازگاری
۶۴	مؤلفه های سازگاری اجتماعی
۶۴	سازگاری اجتماعی و جامعه پذیری
۶۶	سازگاری اجتماعی و اجتماعی شدن
۶۸	سازگاری اجتماعی و حمایت اجتماعی
۶۹	سازگاری اجتماعی و مهارت های اجتماعی
۷۰	سازگاری اجتماعی مادران کودکان کم توان ذهنی
۷۳	راههای کمک به زنان
۷۵	آموزش مادران
۷۶	آموزش متخصصان
۷۷	آموزش اعضای خانواده
۷۹	مدل ارتقاء سلامتی مادران کودکان کم توان ذهنی
۸۲	پویایی مداوم زندگی مادر
۸۴	شکوفایی کودک، محور سلامتی مادر
۸۵	توانمندی در مدیریت خود و کودک
۸۶	مورد حمایت بودن
۸۷	توجه به معنویت
۸۸	آرامش خیال
۸۸	تعدیل سیستم های ارتباط اجتماعی و خانوادگی
۸۹	تحقیقات انجام شده در داخل و خارج کشور
۱۰۳	فصل سوم: روش پژوهش
۱۰۴	روش پژوهش
۱۰۵	جامعه آماری
۱۰۵	حجم نمونه و روش نمونه گیری
۱۰۶	عناوین جلسات آموزشی

۱۰۸	روش و ابزار گرد آوری اطلاعات
۱۰۸	پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ
۱۰۹	اعتبار و روایی پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ
۱۱۰	پرسشنامه سازگاری اجتماعی
۱۱۱	اعتبار و روایی پرسشنامه مقیاس سازگاری اجتماعی

۱۱۳	فصل چهارم: تجزیه و تحلیل
۱۱۴	مقدمه
۱۱۴	بخش توصیف آماری
۱۱۶	متغیر تحصیلات مادران
۱۱۷	متغیر وضعیت اشتغال مادران
۱۱۸	آزمون فرضیه ها
۱۲۱	رعایت مفروضه های آزمون
۱۲۲	شرط نرمالیتی داده ها
۱۲۶	شرط همسانی واریانس ها با آزمون لون
۱۲۸	نتایج فرضیه ها

۱۳۱	فصل پنجم: نتایج
۱۳۲	مقدمه
۱۳۳	ارائه و بحث یافته ها
۱۴۹	محدودیت های پژوهش
۱۴۹	پیشنهادهای پژوهش
۱۵۱	منابع

پیشگفتار:

وجود کودک کم توان ذهنی در خانواده، والدین از جمله مادر را تحت فشارهای روانی همچون، احساس خشم، ناامیدی و احساس گناه قرار می دهد. همچنین نتایج پژوهش های متعدد نشان می دهد مادران کودکان کم توان ذهنی، دارای استرس و بحران های روانی بوده و وجود کودک ناتوان، سازش یافتگی و سلامت جسمی و روانی آنها را تهدید می کند و غالباً تاثیر منفی بر آنها دارد. از این رو توجه به مسائل بهداشت روانی مادران از جمله مواردی است که توجه پژوهشگران را به خود جلب کرده است. هدف پژوهش حاضر تدوین و تعیین اثر بخشی روش آموزش بازسازی شناختی بر سلامت روان و سازگاری اجتماعی مادران کودکان کم توان ذهنی بوده. از این تعداد ۳۰ نفر از مادرانی که تمایل داشتند بعنوان نمونه انتخاب شدند (۱۵ نفر بعنوان گروه آزمایشی، ۱۵ نفر بعنوان گروه کنترل) طرح پژوهش و (GHQ-28) از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. ابزار پژوهشی آزمون سلامت عمومی می باشد. مداخله آمرزش طی ۱۲ جلسه (۹۰ دقیقه ای به روش بازسازی (SAS) سازگاری اجتماعی شناختی) بر روی گروه آزمایشی اجرا گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کوواریانس چند متغیره استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش بازسازی شناختی موجب ارتقای سلامت روانشناختی و همچنین باعث کاهش بیمار های جسمانی، اضطراب و بی خوابی و افسردگی و همچنین باعث افزایش کارکرد اجتماعی، سازگاری اجتماعی مادران کودکان کم توان ذهنی گشته است. با بررسی های به عمل آمده از تحلیل فرضیه ها می توان گفت: برنامه آموزشی بازسازی شناختی بر سلامت روان شناختی و سازگاری اجتماعی مادران کودکان کم توان ذهنی تاثیر مثبت داشته است. چرا که اختلالات روانی مادرانی که مورد آموزش بازسازی شناختی قرار گرفته اند کاهش یافته است. در پایان از تمامی کسانی که با همکاری خود امکان به انجام رساندن این پژوهش را فراهم ساختند تشکر نموده، توفیق روزافزون همگی آنها را از درگاه خداوند متعال مسئلت می نمایم و امیدوارم نتایج چنین مطالعاتی بتواند موجبات ارتقاء سطح سلامت روانی مادران کودکان کم توان ذهنی را در جامعه فراهم نماید.

مأده اشرفی

کارشناسی ارشد روانشناسی

مدرس مرکز آموزش علمی کاربردی هلال احمر

مقدمه:

یکی از موضوعات مهم و ضروری در جامعه توجه به بهداشت روانی افراد است. اصطلاح «بهداشت روانی» اصطلاحی عمومی است که به معانی متعددی به کار می رود. یکی از عمده ترین این معانی، که هدف نهایی هر جامعه ای نیز محسوب می شود، تأمین سلامت روان افراد جامعه است. هر جامعه ای موظف است سلامت روان افراد خود را تأمین نماید. بهداشت روانی بخش عمده ای از بهداشت عمومی به شمار می آید. بهداشت روانی علاوه بر اینکه هدف هر جامعه ای به شمار می آید، معیاری برای سلامت فرد نیز محسوب می گردد (شهیدی و حمدیه، ۱۳۸۱).

یکی از ابعادی ترین گروه هایی که می توانند نیازهای انسان را ارضاء کند، خانواده است. وظیفه خانواده مراقبت از فرزندان و تربیت آن ها، برقراری ارتباطات سالم اعضاء با هم و کمک به استقلال کودکان است، حتی اگر که دک کم توان ذهنی، نابینا، یا ناشنوا باشد. کم توان ذهنی یک وضعیت و حالت خاص ذهنی است که در اثر شرایط مختلف قبل از تولد و یا پس از تولد کودک پدید می آید (افروز، ۱۳۷۶).

کم توانان افرادی از جامعه هستند که در مراحل پایین رشد هوشی متوقف می شوند و در آن ها کنش های نهادی قوی و زیاد است (میلان فر، ۱۳۶۱) و کودکان کم توان ذهنی تربیت پذیر به گروهی از کم توانان ذهنی اطلاق می شود که دارای هوشی ۵۰-۲۶ هستند و از نظر سنی در محدوده ۱۳-۶ ساله قرار دارند (مهرابی زاده هنرمند و دیگران، ۱۳۸۰).

وجود کودک کم توان ذهنی در خانواده والدین را از جمله مادر را تحت فشارهای روانی همچون احساس خشم، ناامیدی و احساس گناه قرار می دهد.

رزنیبرگ و رابینسون^۱ (۱۹۹۰) به نقل از کوهسالی برزکی، (۱۳۸۵) تأثیر شرایط خانواده بر سازگاری با تولد کودک معلول اشاره می نمایند و خاطر نشان می سازند، افرادی که از نظر وضعیت آموزشی، تربیتی و فرهنگی در وضعیت مناسبی نیستند و از امکانات حمایتی برخوردار نباشند و شرایط اقتصادی بدی داشته باشند، فرایند سازگاری اجتماعی را به خوبی طی نمی کنند و دچار ناراحتی می شوند.

1. Id.

2. Rosenberg, J. & Rabinson, A.

وجود کودک استثنایی اغلب ضایعات جبران ناپذیری را بر پیکر خانواده وارد می کند. میزان آسیب پذیری خانواده در مقابل این ضایعه گاه به حدی است که وضعیت سلامت روانی خانواده دچار آسیب شدیدی می شود. در تعریف سلامت روانی باید گفت هر انسانی که بتواند با مسائل عمیق خود کنار بیاید با خود و دیگران سازش یابد و در برابر تعارض های اجتناب ناپذیر درونی خود فلیج نشود و خود را به وسیله جامعه مطرود نسازد، فردی است دارای سلامت روانی (کاپلان، ۱۳۷۹).

برای آن که خانواده کودکان کم توان ذهنی و از جمله مادر آنان بتوانند با مسائل مرتبط با فرزندشان کنار بیایند و با خود و جامعه سازگاری داشته باشند، باید ساختار شناختی و نوع نگاهشان به شرایط جدید اصلاح گردد. برای این منظور در مشاوره از رویکردهای شناختی استفاده می شود.

در رویکرد شناختی تمام مشکلات عاطفی و رفتاری افراد از باورهای ناکارآمد (غیرمنطقی) خطاهای فکری و تحریف های شناختی ناشی می شود. از این دیدگاه بیشتر افراد در مرارت های اجتماعی و رخدادهایی که برایشان اتفاق می افتد به هنگام ادراک و تفسیر وقایع دچار خطاهای فکری از قبیل اغراق، فاجعه پنداری، تحریف، نتیجه گیری اشتباه، شتابزده، تعمیم مبالغه آمیز و... می شوند. رویدادها به خودی خود نمی توانند باعث ایجاد مشکل شوند، بلکه شیوه ی فکری^۱ و سبک پردازش^۲ اطلاعات و معنادمی به وقایع یا همان تفسیر روی داده ها است که این گونه احساسات و هیجانات منفی را در افراد ایجاد می کند (الیس و هارپر،^۳ ۱۹۸۱).

درمان گران شناختی به جای پرداختن به عوامل بیرونی، محیطی، ژنتیکی، وراثت و وقایع دوران کودکی، بر روی فکر و اصلاح شناخت و تفسیر فرد و مسطری و مسائل ساختن طرز تلقی او متمرکز می شوند (مک مولین و اولمن، ۲۰۰۲). در رویکرد شناختی اولین و مهم ترین گام، آموزش اهمیت افکار و چگونگی تفسیر به مراجعین است. مراجعین باید متقاعد شوند که باورها و شیوه فکری شان با مشکلات و رفتارهای کنونی شان رابطه ای تنگاتنگ دارد (سلیمی بجهستانی، ۱۳۸۴).

بنابراین توجه به عوارض روان شناختی عقب ماندگی در خانواده و درمان آن باید مورد توجه قرار گیرد. براین اساس در این پژوهش تأثیر روش بازسازی شناختی بر سلامت روانی و سازگاری اجتماعی مادران کودکان کم توان ذهنی بررسی می شود.

1. thinking pattern.
2. processing patterns.
3. Elise, S & Harper, A.

امروزه یکی از مهم ترین شاخص های توسعه یافتگی در تمام کشورها، سطح بهداشت و سلامت جامعه است. بهداشت روانی یکی از بحث های مهم خود را مشاوره و روان شناسی است که مکاتب و دیدگاه های مختلف، تعاریف و رویکردهای گوناگونی نسبت به آن اتخاذ نموده اند (کیمیایی و همکاران، ۱۳۸۸).

رویکرد استفاده از روشهای شناختی و فراشناختی در درمان بیماریهای روانی می تواند به سلامت هرچه بیشتر جامعه کمک کند و از آثار زیانبار دارو درمانی پیشگیری کند. با توجه به اینکه مادر اولین کسی است نوزاد با او رابطه برقرار می کند، لذا مهمترین نقش را در پرورش ویژگی های روانی و عاطفی کودک بر عهده دارد و کانون سلامتی یا بیماری محسوب می شود. تحقیقات متعدد بین سلامت روانی در فرزندان رابطه مثبت بدست آورده اند، از این رو سلامت روانی مادر از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. به تبع آن هر گونه روشی که بتواند به سلامت روانی و بهزیستی مادران کمک کند حائز اهمیت فراوان است. با انجام این تحقیق میزان اثربخشی روش بازسازی شناختی که از روشهای درمانی شناختی نسبتاً جدید است مورد بررسی قرار می گیرد و می تواند گامی موثر در دستیابی به روشهای مطمئن کارآمد، کم هزینه و فاقد اثرات سوء جانبی در درمان و بهزیستی مادران کودکان کم توان ذهنی باشد. لذا این پژوهش از اهمیت فراوانی برخوردار است.

پژوهش های انجام شده در زمینه سلامت روانی و سازگاری اجتماعی مادران کودکان استثنایی حاکی از وجود مشکلات در این زمینه، نسبت به مادران کودکان عادی می باشد و علی رغم انجام پژوهش هایی در درمان و پیشگیری از بیماریهای این مادران هنوز خلاء پژوهشی در این زمینه احساس می شود و انجام این تحقیق و پژوهشهای مشابه ضروری به نظر می آید. نتایج این تحقیق می تواند مورد استفاده مراکز مشاوره، مراکز آموزش کودکان استثنایی، خانواده های دارای کودک کم توان ذهنی و پژوهشگران حوزه روانشناسی و آموزش استثنایی قرار گیرد.