فایل pdf پروپوزال برای نمونه است و کامل نیست
برای دانلود پروپوزال اصلی و کامل باید فایل ورد را خرید کنید.

دریافت فایل word این پروپوزال، کامل و قابل ویرایش به همراه منابع از اینجا

موضوع: «اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر کاهش افسردگی و رفتارهای پرخاشگرانه مادران با فرزندان مبتلا به اختلالات یادگیری»

" Efficacy of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on depression Reduction and aggressive behavior in mothers of children with learning disabilities"

بیان مساله:

یکی از مشکلات تحصیلی که باعث مراجعات مکرر والدین به کلینک های بالینی می شود، اختلالات یادگیری است. در طبقه بندی DSM-IV، اختلال یادگیری[1] زمانی تشخیص داده می شود که پیشرفت در آزمون های استاندارد شده برای خواندن، ریاضیات و بیان نوشتاری به طور قابل ملاحظه ای زیر حد مورد انتظار بر حسب سن، تحصیلات و سطح هوشی باشد (فلچر[2] و موریس[3]، ۲۰۱۷). کودکان مبتلا به اختلال یادگیری در یک یا چند فرایند اساسی شناختی دخیل در درک یا کاربرد زبان شفاهی یا کتبی اختلال نشان می دهند(امیرانی، تاهی و کمالی، ۲۰۲۱).

[1] Learning disorders
[2] Fletcher, I. M
[3] Morris, R. D

اختلال های یادگیری در کودکان، پیوند بین والدین و کودک را دستخوش تغییر می نماید، زیرا والدینی که کودک دارای اختلال یادگیری دارند، دچار مشکلات فراوانی می شوند و این موضوع رابطه مراقبتی و صمیمانه والد-فرزند را دستخوش مشکلات زیادی می کند(سینگر[1]، ۲۰۱۶).

مطالعات انجام شده حاکی از این است که اثرات منفی داشتن کودک کم توان یا ناتوان موجب ایجاد تنش و فشار در اعضای خانواده خصوصا مادر می شود(تاجری و بحیرایی، ۱۳۹۷)؛ چرا که مادر اولین شخصی است که به طور مستقیم با کودک ارتباط برقرار می کند. احساساتی مثل گناه، تقصیر و ناکامی و محرومیت ناشی از عادی نبودن کودک می تواند سبب گوشه گیری مادر و عدم علاقه به برقراری رابطه با محیط و همچنین پایین آمدن عزت نفس و احساس خود کم بینی و بی ارزشی و غم و اندوه در مادر شود که پیامد آن عزت نفس پایین، بروز افسردگی و به خطر افتادن سلامت روانی مادر است(نریمانی، آقا محمدیان، و رجبی، ۱۴۰۲).

وجود کودک ناتوان، سازش یافتگی و سلامت جسمی و روانی مادر را تهدید می کند و غالبا تاثیر منفی بر وی می گذارد(سالوویتا[2]، لاتالینا[3]، لیونونین[4]، ۲۰۲۳؛ گوپتا[5] و سینگل[6]، ۲۰۲۴). همچنین پژوهش ها نشان داده اند که مادران کودکان استثنایی در برابر کنترل عصبانیت خود در مقابل فرزندان مشکل بیشتری دارند(کامینگز، بیلی، و رای، ۱۹۹۶؛ به نقل از نریمانی و همکاران، ۱۳۹۶).

در حقیقت پرخاشگری رفتار هدفداری است که در جهت تحقیر و یا تخفیف شخصیت دیگران و آسیب رسانیدن به آنها صورت می گیرد(سادوک[7] و سادوک[8]، ۲۰۱۷). خانواده یکی از واحدهای مهم و تعیین کننده سرنوشت افراد هر جامعه است و رفتارهای والدین در این واحد از عوامل بسیار موثر بر وضعیت فرزندان می باشد. در بسیاری از موارد رفتار والدین به صورت پرخاشگری با همدیگر یا با فرزندان می باشد و این نحوه رفتار می

---

[1] Singer, G. H
[2] Salovita T
[3] Ltalinna M
[4] Leinonen E
[5] Gupta, A
[6] Singhl, N
[7] Sadock, B. J
[8] Sadock, V. A

تواند عواقب ناخواسته زیادی مانند اختلال توجه و اضطراب را ایجاد کند(جولیز[1]، بارلینگ[2] و لیری[3]، ۱۹۸۷؛ ویتلو[4]، الیت لیچ-بلیک[5] و گودمن[6]، ۲۰۲۵).

مادرانی که در کنترل خشم خود دچار مشکل می شوند و اغلب رفتارهای خشن از خود بروز می دهند، هدف روش های درمانی متعددی قرار گرفته اند و محققان زیادی در پی یافتن تمهیدات و روش های برای کنترل پرخاشگری و درمان آن بوده اند(فیندلر[7] و ویزنز[8]، ۲۰۱۶ ؛به نقل از زنگنه، ملک پور و عابدی،۱۳۹۹).

برای درمان مشکلات روان شناختی، علاوه بر درمان‌های دارویی، درمان‌های روان شناختی متعددی نیز در طول سال‌های متوالی ابداع شده است. یکی از مهم‌ترین شیوه‌های درمانی درمان مبتنی بر پذیرش است. درمان مبتنی بر پذیرش به عنوان درمان‌های شناختی – رفتاری موج سوم شناخته می‌شوند و در آن‌ها تلاش می‌شود به جای تغییر شناخت ها، ارتباط روان شناختی فرد با افکار و احساساتش افزایش یابد. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد(ACT) ، از رایج‌ترین نوع این درمان‌هاست. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) ریشه در یک نظریه‌ی فلسفی به نام زمینه گرایی عملکردی دارد و مبتنی بر یک برنامه تحقیقاتی در مورد زبان و شناخت است که نظریه چارچوب رابطه‌های ذهنی خوانده می‌شود. هدف این شیوه درمانی، کمک به مراجع برای دست یابی به یک زندگی ارزشمندتر و رضایت بخش تر از طریق افزایش انعطاف پذیری روان شناختی منجر می‌شوند و شش فرایند مرکزی دارد که به انعطاف پذیری روان شناختی منجر می‌شوند و عبارتند از: گسلش شناختی، پذیرش، ارتباط با زمان حال، خود به عنوان زمینه، ارزش‌ها و عمل متعهد(هیز و همکاران، ۲۰۱۶).

گسلش برای جلوگیری از در آمیختگی شناختی است. در آمیختگی شناختی بدین معناست که فرد، خود و افکارش را در آمیخته (یکی) می‌داند. گسلش شناختی بدین معناست که بپذیریم افکار ما از ما جدا هستند و

---

[1] Jouriles, E. N
[2] Barling, J. O
[3] Leary, K. D
[4] Vitolo, Y. L
[5] Elitlich-Bilyk, B
[6] Goodman, R
[7] Feindler, E. l
[8] Weisner, S

چیزی بیش از وقایع خصوصی موقت نیستند. پذیرش به معنای ایجاد فضایی برای احساس‌ها، حواس‌ها، امیال و دیگر تجربه‌های خصوصی ناخوشایند، بدون تلاش برای تغییر آن‌ها، فرار از آن‌ها یا توجه مجدد به آن‌ها است. تماس با لحظه حاضر عبارت است از آوردن کامل آگاهی به تجربه اینجا و اکنون با گشودگی، علاقه، پذیرش، تمرکز روی آن و درگیری کامل با آنچه که در حال انجام است. مشاهده خود عبارت است از آگاهی مداوم خود، که تغییر نمی‌کند و همیشه حاضر و در مقابل صدمه مقاوم است. از این دیدگاه، تجربه افکار و احساس‌ها، خاطره‌ها، امیال، حواس، تصویرها، نقش‌ها یا حتی بدن فیزیکی چیزی متفاوت از خود فرد است. این پدیده‌ها تغییر می‌کنند، اما خود فرد پیوسته ثابت است. ارزش‌ها و عمل متعهدانه بدین معنا هستند که فرد آنچه را که برای او مهم‌ترین و عمیق‌ترین است، تشخیص دهد، بر مبنای آن هدف‌هایی را تنظیم کند و برای رسیدن به آن‌ها متعهدانه و موثر عمل کند(هریس[1]،۲۰۱۶).

[1] Harris, R
[2] Hoffmann, D
[3] Halsboe, L
[4] Eilenberg, T
[5] Jensen, J
[6]Frostholm, L
[7] Brinkborg, H
[8] Michanek, J
[9] Hesser, H
[10]Berglund, G
[11] Flaxman, P.E
[12]Bond, F. W

[1] Lerner, J.W
[2] Quine, L
[3]Paul, J
[4] Roach, M.A
[5] Ormond, G.I
[6]Barratt, M.S
[7] Valentine, D.P
[8] McDermott, S
[9]Anderson, D
[10] Eddy, H
[11] Bruyn, D

[1] Dekovi, M
[2]Meijnen, G. W
[3] Novaco, R. W
[4] Wheatley, A
[5] Kronstrand, L
[6] Fink, P
[7] Fledderus, M
[8] Bohlmeijer, E. T
[9] Fox, J

[1]Schreurs, K. M.G
[2] Mitchell, D.B
[3] Hauser-Cram, P.
[4] Hastings, R. P
[5]Beck, A

[1] Beak, A. T
[2] steer, R. A
[3]Brown, G. k
[4] Rush, J
[5] Aggression Questionaire (AGQ)
[6] BUSS, A. H
[7]Perry, M