

## The Role of Mindfulness in the Relation between Communication Skills with Cognitive Ability, Problem Solving, and Psychological Well-being in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders

Leila Zoghi \*

Assistant Professor, University of Law Enforcement Sciences. Amin. Tehran Iran.

Fatemeh Mashhadi  
Gholam Ali 

Student of General Psychology, Semester 4, Central Branch of Azad University, Tehran, Iran.

### Abstract

**Aim:** The aim of this study was to investigate the relationship between communication skills with cognitive abilities, problem-solving, and psychological well-being and the mediating role of mindfulness in these relationships as a model for mothers of students with autism spectrum disorders. **Method:** For this purpose, applied research of descriptive-correlation type with structural equation design was conducted. The study population consisted of 571 mothers whose children with autism spectrum disorders were studying in special schools for autism (11 schools) and schools for autism spectrum disorders (5 schools) in Tehran and were responsible for the birth and maintenance of their children. Among the above schools, 7 schools were selected by random cluster sampling method and the mothers of all students with autism spectrum disorders in these schools, whose number was 230, were considered as a sample group and were given the Cognitive Abilities Questionnaire of Nejati (1392), problem-solving style of Cassidy & Lang (1996), psychological wellbeing of Ryff (1989), communication skills of Queen Dam (2004), and mindfulness of Brown & Ryan (2003). **Results:** The results of data analysis using the structural equation statistical method showed that the research model has a good fit. In

\* Corresponding Author: leila.zoghi@yahoo.com


**How to Cite:** Zouqi, L, Mashhadi Gholam Ali, F. (2022). The Role of Mindfulness in the Relation between Communication Skills with Cognitive Ability, Problem Solving, and Psychological Well-being in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders, *Journal of Psychology of Exceptional Individuals*, 11(44), 115-140.


addition, communication skills, both directly and indirectly through mindfulness, have a positive and significant relationship with the cognitive abilities, problem-solving, and psychological wellbeing of mothers of students with autism spectrum disorders ( $P < 0.05$ ).

**Keywords:** Communication Skills, Mindfulness, Mothers.



## نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی در مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم شهر تهران

لیلا ذوقی  \* | استادیار دانشگاه علوم انتظامی. امین. تهران، ایران.

فاطمه مشهدی غلامعلی  | دانشجوی رشته روان‌شناسی، واحد مرکز، دانشگاه آزاد، تهران، ایران.

### چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی در روابط بین مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم بود. روش: پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ روش توصیفی-همبستگی با طرح معادلات ساختاری است. جامعه پژوهش را ۵۷۱ نفر مادری بودند که فرزند دانش‌آموز مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم آن‌ها در مدارس مختص اختلال طیف اُتیسْم (۱۱ مدرسه) و مدارس پذیرای اختلال طیف اُتیسْم (۵ مدرسه) در شهر تهران مشغول به تحصیل بودند و نگهداری آن‌ها را برعهده داشتند. از بین مدارس فوق تعداد ۷ مدرسه (۵ مدرسه مختص اختلال طیف اُتیسْم و ۲ مدرسه پذیرای اختلال طیف اُتیسْم) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شده و مادران تمام دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم این مدارس که تعدادشان ۲۳۰ نفر بود به‌عنوان گروه نمونه در نظر گرفته شدند و به پرسش‌نامه‌های توانایی‌های شناختی نجاتی (۱۳۹۲) سبک‌های حل مسئله کسیدی و لانگ (۱۹۹۶) آسایش روان‌شناختی ریف (۱۹۸۹) مهارت‌های ارتباطی کوئین دام (۲۰۰۴) و ذهن آگاهی براون و رایان (۲۰۰۳) پاسخ دادند. یافته‌ها: نتایج تحلیل داده‌ها با استفاده از روش آماری معادلات ساختاری نشان داد که مدل پیشنهادی پژوهش از برازش خوبی برخوردار است. علاوه بر این، مهارت‌های ارتباطی هم به‌طور مستقیم و هم به‌طور غیرمستقیم و

برگرفته از پایان‌نامه با موضوع: بررسی نقش میانجی ذهن آگاهی در رابطه با مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی و حل مسئله و آسایش روان‌شناختی در مادران کودکان دچار اختلال‌های طیف اُتیسْم

\* نویسنده مسئول: leila.zoghi@yahoo.com

به‌واسطه ذهن آگاهی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی مادران دارای دانش‌آموز مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم رابطه مثبت و معنی‌دار دارد ( $P < 0/05$ ). نتیجه‌گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر، لازم است بهبود مهارت‌های ارتباطی و مهارت ذهن آگاهی مادران دانش‌آموزان اختلال طیف اُتیسْم، مورد توجه ویژه قرار گیرند. در جهت رسیدن به این مهم، پیشنهاد می‌شود برنامه‌های آموزشی و دوره‌های توانمندسازی با هدف بهبود توانایی‌های شناختی، مهارت حل مسئله و آسایش روان‌شناختی این مادران با استفاده از پروتکل‌ها و روش‌های معجزا و تلفیقی، بسته‌های آموزشی خودیاری و یا جلسات آموزشی مناسب اجرا در مدارس، مؤسسات و مراکز مربوطه در اختیار جامعه هدف پژوهش حاضر قرار گیرد.

کلیدواژه‌ها: اختلال طیف اُتیسْم، مهارت‌های ارتباطی، ذهن آگاهی، مادران.



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

## مقدمه

اختلال طیف اُتیسْم: نوعی اختلال عصب تحولی یا عصب رشدی است که با مشکلات ارتباط اجتماعی و وجود رفتارها، علایق و فعالیت‌های محدود و تکراری مشخص می‌شود (ودینگتون و همکاران<sup>۱</sup>؛ ۲۰۱۹). بر اساس آنچه در راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی ویرایش پنجم<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) ذکر شده است، ملاک‌های تشخیصی اختلال طیف اُتیسْم در دو زمینه‌ی تعامل و ارتباط اجتماعی و علائم و فعالیت‌های تکراری و محدود است که بر اساس شدت درجه اختلال در سه سطح طبقه‌بندی می‌شوند. منظور از شدت درجه اختلال، میزان تخریب توانایی برقراری ارتباط و میل اجتماعی شدن فرد دریافت‌کننده تشخیص و نیز شدت علائم رفتاری وی است. با وجود اینکه مشکلات رفتاری ویژگی اصلی اختلال طیف اُتیسْم نیست، اما این مشکلات به‌طور معناداری در این کودکان دیده می‌شود و مسائلی را برای این افراد و خانواده‌هایشان ایجاد می‌کند (الهوزیمی<sup>۳</sup>، ۲۰۲۱).

مراقبت از کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم می‌تواند تأثیرات مهمی بر سلامت روان والدین داشته باشد. عواملی مانند استرس مربوط به مراقبت از کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم و بار مالی می‌تواند بر کاهش سلامت روانی والدین تأثیر بگذارد (پراتا و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۹). بررسی سلامت روانی مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم به‌عنوان مراقبان اصلی و معمول این کودکان در مقایسه با پدران آن‌ها، مادران کودکان در حال رشد و مادران کودکانی که دارای سایر ناتوانی‌های رشدی هستند، برای بهبود درک ما از عواملی که سلامت روان مادران را پیش‌بینی می‌کنند مهم است (کولاسینق، ویتینگام و میشل<sup>۵</sup>، ۲۰۲۱). چراکه در درجه اول، سلامت روان مادران به‌خودی‌خود پیامد مهمی

- 
1. Atism spectrum disorder
  2. Widdington et al.
  3. American Psychiatric Association
  4. Aluzimi
  5. Prata et al.
  6. Kllasinghe et al.

برای سلامتی فرزند است و دوم اینکه سلامت روانی ضعیف در مادران کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم می‌تواند بر نتایج رشد کودک تأثیر گذارد (الهوزیمی، ۲۰۲۱). در واقع، استرس درخور توجه والدین و خانواده‌ها اغلب موجب تشدید مشکلات کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم می‌شود و چرخه بازخوردی منفی‌ای ایجاد می‌کند که در نهایت از اثرات مثبت مداخلات نیز می‌کاهد؛ بنابراین بهتر است به جای سخن گفتن از کودک دارای نیازهای ویژه، از خانواده‌ی دارای نیازهای ویژه سخن گفته شود، زیرا ابتلای یک عضو، کل نظام خانواده را با چالش مواجه می‌کند و تعادل را در نظام خانواده از بین می‌برد و بازیابی مجدد تعادل سازگارانه نیاز به تلاش‌های بسیار زیاد همه اعضا خانواده دارد (گرین اسپان و ویدرا، ۲۰۰۶).

پژوهش‌های بسیاری مؤید آن است که مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم نسبت به مادران کودکان با نیازهای ویژه در فرآیند رشد کودکان خود با مشکلات بیشتری روبه‌رو هستند و آسایش روان‌شناختی<sup>۲</sup> پایین‌تری دارند (پنه فادر و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸، جونز و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۱۸، حسین زاده و همکاران، ۱۳۹۵).

آسایش روان‌شناختی به زندگی سرشار از هدف، معنا، رشد و روابط با کیفیت بالا با دیگران اشاره دارد (ریف و سینگر<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸). مدل آسایش روان‌شناختی که ریف ارائه داده است، عملکرد روانی مثبتی را بیان می‌کند که بر پایه‌ی نظریه‌ها و فلسفه‌ی مثبت‌گرا است. او آسایش روان‌شناختی را یک مفهوم پویا می‌داند که بر پایه‌ی شش بعد کلیدی سلامت روانی تعریف شده است. این ابعاد که شامل ابعاد ذهنی، اجتماعی، روان‌شناختی و رفتارهای مربوط به سلامت می‌شوند عبارت‌اند از: پذیرش خود<sup>۶</sup>، ارتباط مثبت با

- 
1. Genspan & Wieder S
  2. well-being
  3. Renefather et al.
  4. Jones et al.
  5. Rff & Singer
  6. self-acceptance

نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با...؛ ذوقی و مشهدی غلامعلی | ۱۲۱

دیگران<sup>۱</sup>، خودمختاری<sup>۲</sup>، تسلط بر محیط<sup>۳</sup>، داشتن هدف در زندگی<sup>۴</sup> و رشد فردی<sup>۵</sup> (ریف، ۲۰۱۸).

همان‌طور که از تعریف فوق برمی‌آید، روابط مثبت با دیگران آسایش روان‌شناختی را در پی دارد، بنابراین می‌توان گفت مهارت‌های ارتباطی یکی از عوامل مؤثر بر آسایش روان‌شناختی است که در مادران دارای فرزند مبتلا به اختلال طیف اُتسیم به‌طور قابل توجهی کاهش می‌یابد (رید و همکاران<sup>۶</sup>، ۲۰۱۷). با توجه به نقش مهم مهارت‌ها برای برقراری ارتباط در زندگی روزمره، بررسی این متغیر و شناخت حیطه‌های تحت تأثیر آن در مادران دارای فرزند مبتلا به اختلال طیف اُتسیم حائز اهمیت است. در همین راستا، پرویت و همکاران<sup>۷</sup> (۲۰۱۸) میزان ارتباطات اجتماعی و حمایت‌های دریافت شده از خانواده و دوستان در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتسیم را به‌طور معنی‌داری کمتر از دیگر مادران گزارش کرده‌اند. همچنین رید و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهشی آزمایشی نشان دادند که مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتسیم از قوه ادراک و قضاوت شکننده‌ای برخوردار هستند؛ و درنهایت مشخص شده که میزان توانایی‌های شناختی از جمله قضاوت، حل مسئله، حافظه، کنترل مهاری، توجه انتخابی، تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی، توجه پایدار، شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری شناختی مادران دارای کودک مبتلا به اختلال طیف اُتسیم، تحت‌الشعاع روابط مثبت با دیگران در آن‌ها است (قدم پور و همکاران، ۱۳۹۶).

بر این اساس، متغیر دیگری که در این مطالعه موردبررسی قرار گرفت، مهارت حل مسئله بود، چراکه در کنار مهارت‌های ارتباطی که شامل، مهارت‌های دریافت (کلامی، غیر کلامی، بازشناسی دقیق احساس، درک هدف فرد) مهارت‌های پردازش و مهارت‌های

1. positive relation with others
2. atonomy
3. environmental mastery
4. purpose in life
5. personal growth
6. Red, Howse, Ho & Osborne
7. Ruit, Rhoden & Ekas

پیام‌رسانی می‌شود، حل مسئله از دیگر شاخص‌های مهم سلامت روان و مهارت زندگی است که موجب سازگاری فعال افراد و احساس رضایت درونی و بیرونی در روابط فردی می‌گردد. مهارت حل مسئله فرآیند منطقی و منظمی است که به فرد کمک می‌کند تا موقعیت‌های دشوار زندگی و تأثیر هیجانی آن‌ها را به‌خوبی مهار کند و از این طریق تئیدگی روان‌شناختی را کاهش دهد و یا پیشگیری نماید (اوماهن و همکاران؛ ۲۰۱۵). مهارت حل مسئله اثرات مطلوبی بر مراقبان کودکان با مشکلات رفتاری یا سلامت روان از جمله اختلال طیف اُتیسْم می‌گذارد (جاوید اصلی پور و شاد، ۱۳۹۴).

در این میان با توجه به مطالب فوق مسئله اصلی پژوهش حاضر، شناسایی عوامل تحت تأثیر مهارت‌های ارتباطی<sup>۲</sup> مادران دارای کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم است که از این میان می‌توان به آسایش روان‌شناختی، توانایی‌های شناختی و مهارت حل مسئله اشاره کرد؛ اما سؤالی که پیش می‌آید این است که آیا همه مادران با وجود استرس‌ها و مشکلات مختص فرزندشان، برخورد یکسانی با مشکلات دارند؟ آیا همگی به یک‌میزان آسیب می‌بینند؟ آیا مهارت‌های ارتباطی که جزء مهمی از زندگی روزمره این افراد است به‌طور مستقیم بر متغیرهای فوق‌الذکر تأثیر می‌گذارد؟

به نظر می‌رسد مادران با دانش و مهارت‌های خاص خود می‌توانند از این آسیب‌ها جلوگیری کنند یا شدت آن را کاهش دهند. یکی از این عوامل که پژوهش‌ها نشان داده‌اند می‌تواند نقش واسطه‌ای در برابر مشکلات و میزان آسیب‌دیدگی مادران داشته باشد، ذهن آگاهی است (حلاجانی و همکاران، ۱۳۹۸). پژوهش‌های انجام‌شده در دو دهه اخیر نشان داده است که ذهن آگاهی نقش مؤثری در افزایش آسایش روان‌شناختی و کاهش اختلال‌های روانی دارد (تانگ و همکاران؛ ۲۰۱۵، کارمودی و بئر؛ ۲۰۰۸). علاوه به راین، مشخص‌شده افزایش ذهن آگاهی با کاهش نشانه‌های منفی روان‌شناختی و عاطفه منفی و در نتیجه افزایش رضایت از زندگی، شادی و خوش‌بینی و آسایش روان‌شناختی در

1. CMahen et al.
2. Cmmunication skills
3. Cng et al.
4. Cmody & Baer



نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با...؛ ذوقی و مشهدی غلامعلی | ۱۲۳

والدین کودکان دارای اختلال روان‌شناختی همراه است (جونز و همکاران؛ ۲۰۱۴، بشر و همکاران؛ ۲۰۱۳، کاجیا و همکاران؛ ۲۰۱۶). جونز و همکاران (۲۰۱۴) به بررسی نقش رفتارهای مخرب کودکان دارای اختلالات روان‌شناختی بر آسایش روان‌شناختی والدینشان با تأکید بر نقش تعدیل‌کنندگی ذهن آگاهی پرداختند و نتایج نشان داد، پذیرش و ذهن آگاهی والدین دو متغیر مهم در سلامت روانی آنها است و نقش حمایت‌کننده دارد. در همین راستا، مطالعات صورت گرفته، ذهن آگاهی و پذیرش را برای بالابردن سطح انعطاف‌پذیری شناختی مادران دارای کودک مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم مؤثر می‌دانند (هان و همکاران؛ ۲۰۲۱). در واقع به نظر می‌رسد با وجود ذهن آگاهی، می‌توان به والدین این کودکان به‌خصوص مادر که مراقب اولیه و اصلی است کمک کرد تا از طریق بالا بردن انعطاف‌پذیری خود به سلامت روانی بالاتری دست یابد (کولاسینگ و همکاران، ۲۰۲۱).

مطالعات دیگری نیز به بررسی نقش واسطه‌ای یا تعدیل‌گری ذهن آگاهی والدین در رابطه بین مشکلات کودکان دارای اختلال طیف اُتیسْم و استرس والدین پرداخته‌اند، با این فرض که مشکلات بیشتر در کودکان با ذهن آگاهی کمتر والدین و در نتیجه استرس بیشتر آنها همراه است؛ اما نتایج به‌دست آمده در این پژوهش‌ها متناقض بود، به‌طوری که فرضیه مد نظر در مطالعه جونز و همکاران (۲۰۱۴) تأیید شد اما در پژوهش بیبر و همکاران (۲۰۱۳) تأیید نشد؛ بنابراین بررسی این موضوع نیاز به پژوهش‌های بیشتری دارد.

بر اساس آنچه که بیان گشت، پژوهش حاضر سعی دارد به این سؤال پاسخ دهد که آیا ذهن آگاهی را می‌توان به‌عنوان متغیر میانجی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم در قالب یک مدل معادلات ساختاری در نظر گرفت؟

1. Jones et al.
2. Bier et al.
3. Căchia et al.
4. Hin et al.

## روش

پژوهش حاضر از لحاظ هدف یک پژوهش کاربردی و از لحاظ روش از نوع توصیفی-همبستگی با طرح معادلات ساختاری است. جامعه آماری شامل مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم مشغول به تحصیل در ۱۱ مدرسه مختص اختلال طیف اُتیسْم، با نام‌های، آیین مهرورزی، ترانه زندگی، آیین محمد، تراب، پیامبر اعظم (ص)، پیک هنر، بشارت، عدالت، امام جعفر صادق (ع)، فرشته‌های آسمانی و اشرفی اصفهانی و ۵ مدرسه پذیرای اختلال طیف اُتیسْم با نام‌های، مجتمع آموزشی ارشاد، فرهیختگان پویا، شهید اتقایی (پسرانه)، شهید اتقایی (مختلط) و کانون سبحان، در شهر تهران بود که ابتلاء آن‌ها به اختلال طیف اُتیسْم توسط یک روان‌شناس شناسایی و ثبت شده بود. گروه هدف، مادرانی بودند که نگهداری فرزند مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم خود را بر عهده داشتند و تعدادشان ۵۷۱ نفر بود. از ۱۶ مدرسه فوق‌الذکر، تعداد ۷ مدرسه (۵ مدرسه مختص اختلال طیف اُتیسْم و ۲ مدرسه پذیرای اختلال طیف اُتیسْم) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. پس از کسب مجوز قانونی از سوی اداره آموزش و پرورش استثنایی تهران جهت همکاری‌های لازم، مادران تمام دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم ۷ مدرسه انتخاب شده که تعدادشان ۲۳۰ نفر بود به‌عنوان گروه نمونه در نظر گرفته شدند و با هماهنگی و همکاری مدیران و معاونین مدارس منتخب، پرسش‌نامه‌های پژوهش در اختیار آن‌ها قرار گرفت. با توجه به اینکه در روش **مدل‌سازی معادلات ساختاری** حداقل ۲۰۰ نفر نمونه توصیه شده است (حیبی و عدن ور، ۱۳۹۶) تعداد گروه نمونه در پژوهش حاضر مکفی است.

## ابزار پژوهش

پرسشنامه مهارت‌های ارتباطی: این پرسشنامه توسط کویین دام در سال ۲۰۰۴ برای سنجش مهارت‌های ارتباطی بزرگسالان ابداع شده است و دارای ۳۴ گویه می‌باشد که

نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با...؛ ذوقی و مشهدی غلامعلی | ۱۲۵

مهارت‌های ارتباطی را توصیف می‌کنند. این مهارت‌ها عبارت‌اند از مهارت گوش دادن، توانایی دریافت و ارسال پیام، بینش نسبت به فرآیند ارتباط، کنترل هیجانی و ارتباط توأم با قاطعیت. برای سنجش اعتبار آزمون مهارت‌های ارتباطی، ابتدا با استفاده از روش آلفای کرونباخ، اعتبار کل آزمون محاسبه شد که مقدار عددی آن برابر با ۰/۶۹ و حاکی از همسانی درونی قابل قبول این آزمون بود. این مقدار برای آزمودنی‌های دانشجوی ۰/۷۱ و برای دانش آموزان دبیرستانی برابر با ۰/۶۶ بود. ضریب اعتبار کل آزمون با استفاده از روش تصنیف برابر با ۰/۷۱ به دست آمد (حسین چاری و فداکار، ۱۳۸۴).

مقیاس ذهن آگاهی: پرسشنامه آگاهی توجه ذهن آگاه<sup>۱</sup> توسط براون و ریان (۲۰۰۳) استفاده شد. ۱۵ گویه دارد و نمره گذاری به صورت لیکرت ۶ درجه‌ای از یک برای «تقریباً همیشه» تا شش برای «تقریباً هرگز» است. این مقیاس یک نمره کلی بین ۱۵ تا ۹۰ به دست می‌دهد که نمره بالاتر بیانگر ذهن آگاهی بیشتر است. روایی همگرا و افتراقی این پرسشنامه تأیید شده و ضریب پایایی از طریق آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۱ گزارش گردیده است (براون و ریان، ۲۰۰۳). ترجمه، روایی همگرا و واگرا و پایایی این پرسشنامه در جامعه ایرانی توسط عبدی و قابلی (۱۳۹۳) مورد تأیید قرار گرفت. ضرایب پایایی از طریق ضریب آلفای کرونباخ و روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۶۹ بودند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۱ به دست آمد.

پرسشنامه توانایی‌های شناختی: این پرسشنامه توسط نجاتی (۱۳۹۲) برای بررسی توانایی‌های شناختی طراحی و روایی سنجی شد. این پرسشنامه ۳۰ گویه دارد و هفت عامل حافظه، کنترل مهارتی و توجه انتخابی، تصمیم‌گیری، برنامه‌ریزی، توجه پایدار، شناخت اجتماعی و انعطاف‌پذیری شناختی را می‌سنجد. آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۳ و همبستگی پیرسون دو نوبت آزمون در سطح ۰/۰۱ معنی دار به دست آمده است. به بیان نجاتی (۱۳۹۲) روایی و پایایی این پرسشنامه برای ارزیابی کارکردهای شناختی مطلوب است.

مقیاس حل مسئله: این مقیاس را کسیدی و لانگ<sup>۱</sup> (۱۹۹۶) ساختند. دارای ۲۴ پرسش است که شامل شش سبک حل مسئله درماندگی، مهارگری، خلاقیت، اعتماد، اجتناب و گرایش است. آن‌ها آلفای کرونباخ را برای سبک‌های ذکر شده به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۶۰، ۰/۶۶، ۰/۶۶، ۰/۵۱ و ۰/۵۳، به دست آوردند. محمدی و صاحبی (۱۳۸۰) پایایی درونی مقیاس کسیدی و لانگ را ۰/۶۰ گزارش نمودند.

پرسشنامه آسایش روان‌شناختی: نسخه کوتاه (۱۸ سؤالی) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی توسط ریف<sup>۲</sup> در سال (۱۹۹۸) طراحی شد. این نسخه، مشتمل بر ۶ عامل استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود را می‌سنجد. مجموع نمرات این ۶ عامل به‌عنوان نمره کلی بهزیستی روان‌شناختی در نظر گرفته می‌شود. نمره بالاتر، نشان‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. همبستگی نسخه کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف با مقیاس اصلی از ۰/۷ تا ۰/۸۹ در نوسان بوده است (ریف و سینگر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶). در پژوهش خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) همسانی درونی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ در ۶ عامل پذیرش خود، تسلط محیطی، رابطه مثبت با دیگران، داشتن هدف در زندگی، رشد شخصی و استقلال به ترتیب برابر با ۰/۵۱، ۰/۷۶، ۰/۷۵، ۰/۵۲، ۰/۷۳ و ۰/۷۲ برای کل مقیاس ۰/۷۱ بود. در مجموع، نتایج بیانگر آن است که فرم ۱۸ سؤالی مقیاس آسایش روان‌شناختی ریف به منظور سنجش آسایش روان‌شناختی در دختران و پسران در نمونه‌ی ایرانی، ابزاری مفید و کاربردی است.

#### یافته‌ها:

در جدول ۱ شاخص‌های توصیفی و نتایج بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های متغیرهای پژوهش به نمایش درآمده‌اند.

1. Cassidy & Long
2. Riff
3. Singer

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی و نتایج نرمالیتی متغیرهای تحت بررسی

متغیر	شاخص توصیفی		نتیجه
	میانگین	سطح معنی داری	
توانایی‌های شناختی	۳/۶۶۱	۰/۰۰۰۵	غیرنرمال
حل مسئله	۳/۸۰۹	۰/۲۶۶	۱/۵۶۸
بهبودی روان‌شناختی	۳/۴۴۷	۱۰/۳۸	-۰/۰۷۱
ذهن آگاهی	۳/۵۸۲	۱/۰۵۸	-۱/۰۰۲
مهارت‌های ارتباطی	۳/۵۴۵	-۰/۱۸۹	-۱/۰۱۲

برای تعیین پایایی سازه‌ها از روش PLS که معیار مدرن‌تری نسبت به آلفای کرونباخ است و بنام پایایی ترکیبی<sup>۱</sup> بکار می‌رود استفاده شد. در این روش در صورتی که مقدار CR برای هر سازه بالای ۰/۷ شود نشان از پایداری درونی مناسب برای مدل‌های اندازه‌گیری دارد. روایی همگرا<sup>۲</sup> (AVE) با روش فورنل و لارکر<sup>۳</sup> (۱۹۸۱) که در آن معیار میانگین واریانس استخراج شده است محاسبه شد. در این روش مقدار بحرانی عدد ۰/۵ است، بدین معنی که مقدار AVE بالای ۰/۵ روایی همگرای قابل قبول را نشان می‌دهند. نتایج پایایی ترکیبی و روایی همگرا در جدول ۲ نمایش داده شده‌اند.

جدول ۲. پایایی ترکیبی و روایی همگرا

عامل	CR	AVE
توانایی‌های شناختی	۰/۸۷۴	۰/۵۸۴
حل مسئله	۰/۷۵۸	۰/۵۹۳
بهبودی روان‌شناختی	۰/۸۴۷	۰/۵۲۴
ذهن آگاهی	۰/۸۹۲	۰/۶۳۶
مهارت‌های ارتباطی	۰/۷۱۴	۰/۵۲۱

1. Composite Reliability
2. Average Variance Extracted
3. Fornell & Larcker

مقادیر مطرح‌شده در جدول ۲ نشان‌دهنده پایایی ترکیبی و روایی همگرایی مناسب متغیرهای پژوهش است. روایی واگرا<sup>۱</sup> از طریق آزمون فورنل-لارکر (۱۹۸۱) سنجیده شد. نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج روایی واگرا به روش فورنل و لارکر

متغیر	مهارت‌های ارتباطی	توانایی‌های شناختی	ذهن آگاهی	بهزیستی روان‌شناختی	حل مسئله
مهارت‌های ارتباطی	۰/۷۲				
توانایی‌های شناختی	۰/۶۳	۰/۸۵			
ذهن آگاهی	۰/۶۷	۰/۳۴	۰/۶۸		
بهزیستی روان‌شناختی	۰/۵۱	۰/۵۱	۰/۴۵	۰/۷۵	
حل مسئله	۰/۷۱	۰/۶۵	۰/۶۴	۰/۴۳	۰/۷۲

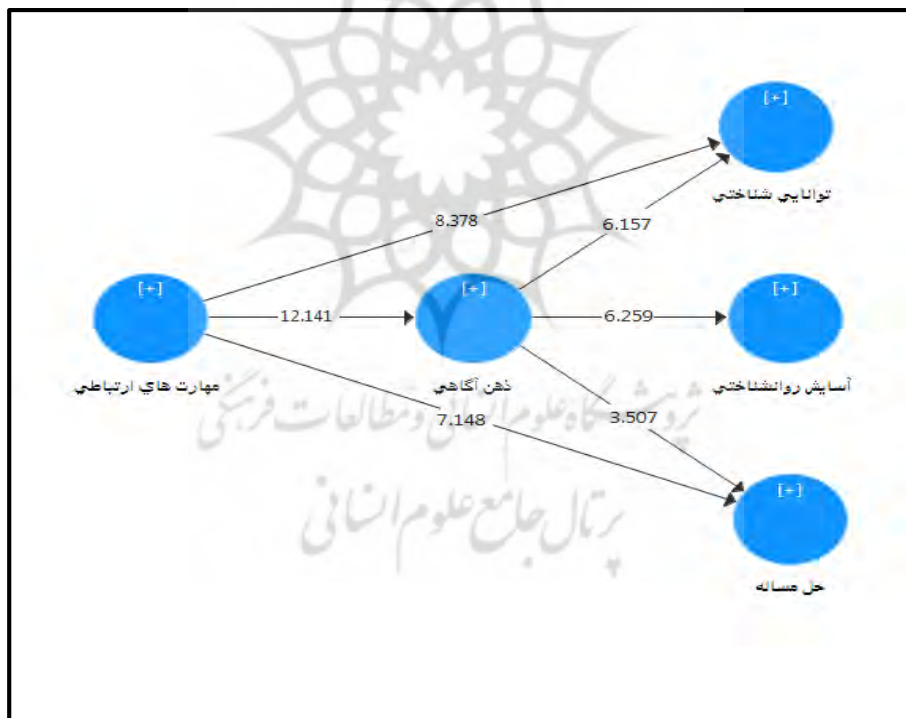
همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، مقدار جذر AVE عوامل پژوهش حاضر که در خانه‌های موجود در قطر اصلی ماتریس قرار گرفته‌اند، از مقدار همبستگی میان آن‌ها که در خانه‌های زیرین و چپ قطر اصلی ترتیب داده شده‌اند، بیشتر است. از این رو می‌توان اظهار داشت که در مدل فوق، سازه‌ها (متغیرهای مکنون) در مدل تعامل بیشتری با سؤالات خود دارند تا با سازه‌های دیگر. به بیان دیگر روایی واگرای مدل در حد مناسبی است. با توجه به عدم نرمال بودن توزیع داده‌ها، به منظور بررسی سؤال پژوهش از مدل‌سازی معادلات ساختاری و روش حداقل مربعات جزئی استفاده شد (مؤمنی و فعال قیومی، ۱۳۹۶). لازم به ذکر است که قبل از آن باید به همبستگی بین متغیرها پرداخته شود. نتایج در جدول ۵ آورده شده است.

#### 1. Divergent Validity (Discriminant Validity)

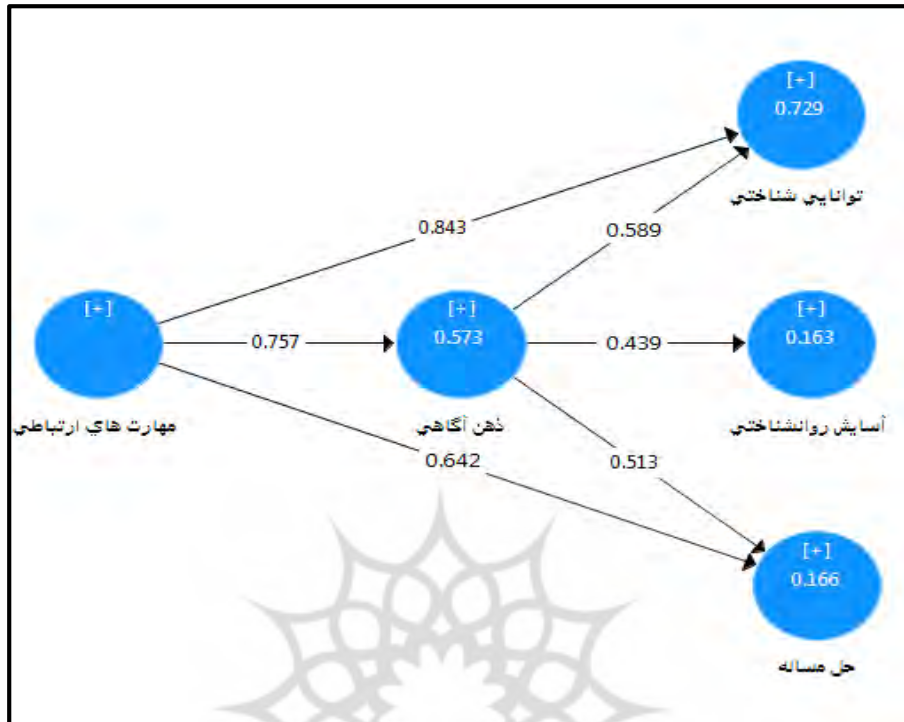
جدول ۵- همبستگی متغیرها

متغیرها	مهارت‌های ارتباطی	توانایی‌های شناختی	ذهن آگاهی	بهبودی روان‌شناختی	حل مسئله
مهارت‌های ارتباطی	—				
توانایی‌های شناختی	۰/۷۷۱	—			
ذهن آگاهی	۰/۶۲۵	۰/۷۴۱	—		
بهبودی روان‌شناختی	۰/۶۳۹	۰/۷۵۲	۰/۵۲۸	—	
حل مسئله	۰/۵۵۸	۰/۷۶۳	۰/۷۴۵	۰/۶۸۱	—

در ادامه دو مدل معناداری و مدل تخمین استاندارد، ارائه می‌گردند.



نمودار ۱. نمودار معنی‌داری



نمودار ۲. ضرایب استاندارد

با توجه به نمودار معنی‌داری و نمودار تخمین استاندارد به بررسی نوع و شدت روابط بین متغیرها پرداخته شد. نتایج در جدول ۶ نشان داده شده است.

جدول ۶. بررسی روابط بین متغیرهای درون مدل پژوهش

ردیف	رابطه بین متغیرها	آماره تی	نتیجه	شدت رابطه	نوع رابطه
۱	مهارت‌های ارتباطی با توانایی شناختی در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم رابطه دارد.	۸/۳۷۸	تأیید	۰/۸۴۳	مستقیم
۲	مهارت‌های ارتباطی با حل مسئله در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم رابطه دارد.	۷/۱۴۸	تأیید	۰/۶۴۲	مستقیم
۳	مهارت‌های ارتباطی با ذهن آگاهی در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم رابطه دارد.	۱۲/۱۴۱	تأیید	۰/۷۵۷	مستقیم
۴	ذهن آگاهی با توانایی شناختی در مادران دارای کودکان	۶/۱۵۷	تأیید	۰/۵۸۹	مستقیم



نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با...؛ ذوقی و مشهدی غلامعلی | ۱۳۱

ردیف	رابطه بین متغیرها	آماره تی	نتیجه	شدت رابطه	نوع رابطه
	مبتلا به اختلال طیف اُتیسم رابطه دارد.				
۵	ذهن آگاهی با حل مسئله در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسم رابطه دارد.	۳/۵۰۷	تأیید	۰/۵۱۳	مستقیم
۶	ذهن آگاهی با آسایش روان‌شناختی در مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسم رابطه دارد.	۶/۲۵۹	تأیید	۰/۴۳۹	مستقیم

ارزیابی کیفیت مدل اندازه‌گیری توسط شاخص اشتراک یا روایی متقاطع (Cv Com) محاسبه شد. کیفیت مدل ساختاری نیز با استفاده از شاخص ارتباط پیش‌بین  $Q^2$  مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج حاصل از این آزمون‌ها در جدول ۷ آورده شده است.

جدول ۷. نتایج آزمون کیفیت مدل اندازه‌گیری

عنوان در مدل	Cv Com	$Q^2$
مهارت‌های ارتباطی	۰/۴۲	۰/۴۲
توانایی‌های شناختی	۰/۶۶	۰/۵۵
ذهن آگاهی	۰/۲۳	۰/۶۲
بهبودی روان‌شناختی	۰/۵۸	۰/۴۷
حل مسئله	۰/۴۱	۰/۶۳

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، مثبت بودن شاخص روایی متقاطع برای تمامی متغیرهای پژوهش نشان از کیفیت مطلوب مدل اندازه‌گیری دارد. علاوه بر این با توجه به این که در مورد تمامی سازه‌های درون‌زا، سه مقدار  $0/02$ ،  $0/15$  و  $0/35$  به‌عنوان قدرت پیش‌بینی کم، متوسط و قوی تعیین شده‌اند، این معیار برای متغیرهای مدل پژوهش حاضر در سطح مناسبی قرار دارد و نشان می‌دهد که قدرت پیش‌بینی مدل در خصوص این متغیرها در حد مطلوبی است.

شاخص نیکویی برازش مدل (GOF) سازش بین کیفیت مدل ساختاری و مدل اندازه‌گیری شده را نشان می‌دهد و از طریق فرمول زیر محاسبه می‌شود:

$GOF = \sqrt{AVE} \times \sqrt{R^2}$  که در آن  $\overline{AVE}$  و  $\overline{R^2}$  میانگین AVE و  $R^2$  هستند.

بالا تر بودن شاخص مقدار نیکویی برازش از ۰/۴ برازش مدل را نشان می‌دهد. مقدار شاخص برازش برای مدل پژوهش حاضر برابر ۰/۵۶ شد که از مقدار ۰/۴ بزرگ‌تر است و نشان از برازش مناسب مدل دارد. به بیان ساده‌تر داده‌های پژوهش حاضر با ساختار عاملی و زیربنای نظری تحقیق برازش مناسبی دارند.

### بحث و نتیجه‌گیری

در پژوهش حاضر برازش مدل پیش‌بینی مهارت‌های ارتباطی بر اساس توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی با میانجی‌گری ذهن آگاهی در مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم شهر تهران تأیید شد. علاوه به این، مشخص شد که مهارت‌های ارتباطی هم به‌طور مستقیم و هم به‌طور غیرمستقیم و به‌واسطه ذهن آگاهی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی مادران دارای دانش‌آموز مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم رابطه مثبت و معنی‌دار در سطح  $P < 0/05$  دارد.

نتایج حاصل از پژوهش حاضر در خصوص وجود رابطه مثبت بین مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی و حل مسئله با پژوهش قدم پور و همکاران (۱۳۹۶) که نشان دادند توانایی‌های شناختی و حل مسئله در مادران کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم تحت تأثیر روابط مثبت آن‌ها با دیگران قرار دارد همخوان است و در خصوص رابطه مثبت بین مهارت‌های ارتباطی با آسایش روان‌شناختی با تعریف ریف (۱۹۸۶) که ارتباط مثبت با دیگران را یکی از عوامل مؤثر بر افزایش آسایش روان‌شناختی افراد می‌داند همخوانی دارد. همچنین با پژوهش‌های یان و همکاران (۲۰۲۱) جونز و همکاران (۲۰۱۴) بثر و همکاران (۲۰۱۳) و کاجیا و همکاران (۲۰۱۶) که روشن ساختند افزایش ذهن آگاهی با کاهش نشانه‌های منفی روان‌شناختی و افزایش آسایش روان‌شناختی در والدین کودکان دارای اختلالات روان‌شناختی از جمله کودکان مبتلا به اختلال طیف اُتیسْم همراه است نیز همسو است.

اهمیت مهارت‌های ارتباطی والدین دارای کودک طیف اُتیسْم، بخصوص مادر که وقت بیشتری را با فرزند خود می‌گذرانند، چه در خصوص ارتباط با کودک در جهت پذیرش مشکلات متعدد مربوط به این قبیل کودکان و ارائه رفتارها و برخوردهای سازنده در تعامل با چنین کودکانی برای کمک به رشد بهتر فردی و اجتماعی و حتی کاهش نشانه‌های بیماری کودک و چه در خصوص ارتباط با دیگران (خانواده و دوستان، مراکز حمایتی و درمانی و دیگر افراد جامعه) برای کسب حمایت‌های اجتماعی و کمک‌های لازم برای فرزندپروری پراسترس این کودکان که درنهایت هر دو وجه ارتباطی منجر به بهبود سلامت روان‌شناختی والدین، خانواده و حتی کودک طیف اُتیسْم می‌گردد، بر هیچ کس پوشیده نیست.

در همین راستا و به‌واسطه همین اهمیت ویژه، تاکنون چندین مداخله بر پایه مهارت‌های ارتباطی برای والدین کودکان طیف اُتیسْم شکل گرفته‌اند. به‌عنوان مثال، برنامه درمانی فشرده سان راینز<sup>۱</sup> باهدف بهبود ارتباطات اجتماعی که در کودکی آغاز می‌شود (هاوتون، اشوچارد، لوئیس و تامپسون؛<sup>۲</sup> ۲۰۱۳)، مدل تحولی بر اساس تفاوت‌های فردی و مبتنی بر ارتباط فلورتایم<sup>۳</sup> است و رویکردی جامع و متناسب با تفاوت‌های فردی کودک و خانواده و سطح رشد کودک است (گرینسپن؛<sup>۴</sup> ۱۹۹۲)، مدل آغاز زود هنگام دنور<sup>۵</sup> که مداخله تحولی مبتنی بر ارتباط و ترکیبی از رویکردهای تحولی کودک و علم تحلیل رفتار کاربردی است (داوسون، راجرز، مانسون، اسمیت، وینتر، گرینسان و همکاران؛<sup>۶</sup> ۲۰۱۰، راجرز و داوسون، ۲۰۱۰)، درمان تعاملی بین والدین و کودک<sup>۷</sup> که روش مشاوره رفتاری است که به خانواده‌ها کمک می‌کند تا برای رسیدن به اهداف درمانی با کودکان خود

- 
1. Son -Rise Program (SRP)
  2. Houghton, Schuchard, Lewis, & Thompson
  3. Developmental, Individual -Difference Relationship - Based Model (Floortime)
  4. Greenspan
  5. Early Start Denver Model (ESDM)
  6. Dawson, Roggers, Munson, Smith, Winter, Greenson et al.
  7. Parent -Child Interaction Therapy (PCIT)

ارتباط برقرار کرده و کار کنند (شپریس، شپریس، مانکاکس، دیویس و لویز<sup>۱</sup>، ۲۰۱۵) و مداخله توسعه ارتباط<sup>۲</sup> که متمرکز بر فعالیت‌هایی است که باعث رفتارهای تعاملی والدین با کودک با هدف درگیر کردن کودک در رابطه‌ای اجتماعی می‌شود (گاستین و شیلی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲). تمامی مدل‌ها و مداخلات فوق‌الذکر نشان داده‌اند که بهبود مهارت‌های ارتباطی والدین منجر به بهبود وضعیت کودک و خانواده می‌شوند. پژوهش حاضر هم‌راستا و در تکمیل نتایج پژوهش‌ها و مطالعات فوق‌نشان داد که بهبود مهارت‌های ارتباطی منجر به بهبود مهارت حل مسئله و توانایی‌های شناختی مادر می‌گردد و از طریق آن‌ها نتایج مثبت از مطالعات فوق‌روی می‌دهد و در نهایت بهزیستی روان‌شناختی مادر نیز از آن‌ها منتج می‌شود.

علاوه بر این، یافته مهم و درخور توجه پژوهش حاضر، تأیید نقش مثبت ذهن آگاهی در روابط بین مهارت‌های ارتباطی با دیگر متغیرهای پژوهش حاضر بود که مفهومی تحت عنوان مهارت‌های ارتباطی ذهن آگاهانه را به ذهن متبادر می‌سازد. طی دو دهه گذشته، اهمیت حضور ذهن آگاهی تقریباً در تمام حیطه‌های جامعه از رشد تصاعدی برخوردار شده است. به‌کارگیری ذهن آگاهی در خصوص آموزش‌ها، مراقبت‌های بهداشتی و مداخلات درمانی، باعث بهبود سلامت جسمی، روانی، عملکردی و رضایت زندگی افراد شده است. بسیاری از مسئولین بهداشت و سلامت جسم و روان جامعه، به مزایای نتایج حاصل از ذهن آگاهی، از جمله افزایش بهره‌وری و کاهش هزینه‌های مراقبت‌های بهداشتی پی برده‌اند.

افراد دارای مهارت‌های ارتباطی ذهن آگاهانه با توجه به این واقعیت که هر لحظه از زندگی، منحصر به فرد و غیرقابل پیش‌بینی است، به ارزیابی دقیق عوامل درونی و بیرونی موجود در هر تجربه ارتباطی پرداخته و در مورد چگونگی برقراری ارتباط مولد بر اساس این آگاهی تأمل کرده و راه‌حل درست و مناسب برای مشکلات و مسائل موجود را پیدا

- 
- 1..Sheperis, Monceaux, Cavis, & Lopez
  - 2.. Relationship -development intervention (RDI)
  - 3..Gutstein & sheely

نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با...؛ ذوقی و مشهدی غلامعلی | ۱۳۵

می‌کنند و دست به توجه انتخابی درست در لحظه و تصمیم‌گیری مؤثر که از دیگر مؤلفه‌های توانایی شناختی هستند می‌زنند. علاوه بر این، افراد مجهز به مهارت‌های ارتباطی ذهن آگاهانه، از طریق شناسایی و اصلاح عادات ارتباطی غیرمولد و ناکارآمد می‌توانند توانمندی خود در مدیریت موقعیت‌های استرس‌زا و بهبود روابط با دیگران را افزایش دهند و به دنبال آن از حمایت اجتماعی، مالی و مشاوره‌ای بیشتری در رابطه با مشکلات خود برخوردار گشته و سبک‌های حل مسئله خود را نیز ارتقاء بخشند. در نهایت، با جمع‌بندی آنچه گفته شد می‌توان به این نتیجه رسید که مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اُتیسم با دستیابی به مهارت‌های ارتباطی ذهن آگاهانه علاوه بر مدیریت بهتر شرایط پراسترس زندگی خود، می‌توانند توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی خود را ارتقاء دهند.


به این اساس، لازم است در خصوص بهبود مهارت‌های ارتباطی و مهارت ذهن آگاهی مادران دانش‌آموزان اختلال طیف اُتیسم به‌طور هم‌زمان، توجه ویژه‌ای مبذول داشت. در جهت رسیدن به این مهم، پیشنهاد می‌شود دوره‌های آموزشی مهارت‌های ارتباطی و مهارت ذهن آگاهی، به‌صورت برنامه‌های آموزشی جداگانه و یا حتی به‌صورت یک برنامه آموزشی تلفیقی، در قالب بسته‌های آموزشی خودیاری و یا جلسات آموزشی مناسب اجرا در مدارس، خانه‌های سلامت و کانون‌های آموزشی- فرهنگی مناطق مختلف شهر تهران و دیگر شهرها، مراکز آموزش استثنائی، به‌صورت برخط از طریق اینترنت و هر طریق ممکن دیگر در اختیار جامعه هدف پژوهش حاضر قرار گیرد. علاوه بر این، لازم است تمهیدات مناسب مبتنی بر توانمندسازی باهدف بهبود توانایی‌های شناختی، مهارت حل مسئله و آسایش روان‌شناختی این مادران نیز اندیشیده شود.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن جامعه پژوهش به شهر تهران، در نظر نگرفتن متغیر جنسیت کودکان جهت مقایسه تفاوت‌های موجود احتمالی بین مادران دارای فرزند دختر و یا پسر مبتلا به اختلال طیف اُتیسم به خاطر وجود مشکلات متفاوت حاصل از تفاوت‌های جنسیتی ذاتی کودکان و تفاوت‌های ناشی از دیدگاه


فرهنگی حاکم بر جامعه نسبت به جنسیت، در نظر نگرفتن تعداد فرزندان و ترتیب تولد فرزند مبتلا به اختلال طیف اُتِسم و در نظر نگرفتن پدران جهت مقایسه جنسیتی والدین اشاره کرد که پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی مورد توجه قرار گیرند.

## ORCID

Leila Zouqi

 <http://orcid.org/>

Fatemeh Mashhadi Gholam Ali

 <http://orcid.org/>



## منابع

- حسین چاری، مسعود، فداکار، محمد مهدی (۱۳۸۴). بررسی تأثیر دانشگاه بر مهارت‌های ارتباطی بر اساس مقایسه دانش آموزان و دانشجویان. *دانشور رفتار* ۱۵، ۴۵-۳۸
- حسین زاده، زهره، کاکاوند، علی‌رضا و احمدی، عبدالجواد (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای ذهن آگاهی مادر و تاب‌آوری خانواده در رابطه‌ی بین مشکلات رفتاری کودک دارای اختلال‌های طیف اُتیسْم و بهزیستی روان‌شناختی مادر. *روان‌شناسی افراد استثنایی*، ۶(۲۳)، ۱۷۸-۱۵۱.
- حلاجانی، فاطمه، جامعی‌نژاد، فرحناز، دشت‌بزرگی، زهرا و اسماعیلی‌شاد، بهرننگ (۱۳۹۸). تأثیر آموزش گروهی مثبت‌نگری بر سلامت روان‌شناختی در مادران دارای کودک مبتلا به اُتیسْم. *پژوهش توان‌بخشی در پرستاری*، ۵(۴)، ۶۵-۷۲
- خانجانی، مهدی، شهیدی، شهریار، فتح‌آبادی، جلیل، مظاهری، محمدعلی و شکری، امید (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه (۱۸ سؤالی) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دختر و پسر. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۹(۳۲)، ۲۷-۳۶
- خسرو جاوید، مهناز، اصلی پور، عادل و فیروز شاد، ماریا (۱۳۹۴). تأثیر آموزش مهارت‌های پیش از ازدواج بر مهارت‌های ارتباطی و حل مسئله در دختران شاهد و اینتارگر. *مجله طب جانباز*، ۷(۴)، ۱۹۶-۱۸۹
- عبدی، سلمان و قابلی، فاطمه (۱۳۹۳). مقیاس ذهن آگاهی: روایی و پایایی ترجمه نسخه فارسی. *دومین کنفرانس ملی روان‌شناسی و علوم رفتاری*، تهران.
- قدم پور، عزت‌اله، غلامرضایی، سیمین و رادمهر، پروانه (۱۳۹۶). اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب اجتماعی و افسردگی در نوجوانان مبتلا به همبودی اضطراب اجتماعی و افسردگی با پیگیری ۶۰ روزه. *مطالعات علوم پزشکی*، ۲۶(۱۲)، ۱۰۴۰-۱۰۲۸.
- نجاتی، وحید (۱۳۹۲). پرسشنامه توانایی‌های شناختی: طراحی و بررسی خصوصیات روان‌سنجی. *تازه‌های علوم شناختی*، ۱۵(۲)، ۱۹-۱۱.

Alhuzimi, T. (2021). Stress and emotional wellbeing of parents due to change in routine for children with Autism Spectrum Disorder (ASD)

- at home during COVID-19 pandemic in Saudi Arabia. *Research in Developmental Disabilities*, 108, 103822.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th Ed.)*, (DSM-5). American Psychiatric Pub.
- Beer, M., Ward, L., & Moar, K. (2013). The relationship between mindful parenting and distress in parents of children with an autism spectrum disorder. *Mindfulness*, 4(2), 102-112.
- Brown, K. W., & Ryan, R. M. (2003). The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(4), 822.
- Cachia, R. L., Anderson, A., & Moore, D. W. (2016). Mindfulness, stress and well-being in parents of children with autism spectrum disorder: A systematic review. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 1-14.
- Carmody, J., & Baer, R. A. (2008). Relationships between mindfulness practice and levels of mindfulness, medical and psychological symptoms and well-being in a mindfulness-based stress reduction program. *Journal of Behavioral Medicine*, 31(1), 23-33.
- Cassidy, T., & Long, C. (1996). Problem-solving style, stress and psychological illness: Development of a multifactorial measure. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(2), 265-277.
- Dawson, G., Rogers, S., Munson, J., Smith, M., Winter, J., Greenson, J., et al. Randomized, controlled trial of an intervention for toddlers with autism: The Early Start Denver Model. *Pediatrics*, 125(1), 17 -23.
- Greenspan, S. & Wieder, S. (2006). *Engaging autism: Using the floortime approach to help children relate, communicate, and think*. (1th ed.). NY: Da Capo Press. 1- 229.
- Greenspan, S. I. (1992). *Infancy and Early Childhood: The Practice of Clinical Assessments and Intervention with Emotional and Developmental Challenges*. NY: International Universities Press.
- Gutstein, S. & Sheely, R. K. (2002). *Relationship Development Intervention with Children, Adolescents and Adults: Social and Emotional Development Activities for Asperger Syndrome, Autism, PDD and NLD*. UK: Jessica Kingsley Publishers.
- Han, A., Yuen, H. K., & Jenkins, J. (2021). Acceptance and commitment therapy for family caregivers: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Health Psychology*, 26(1), 82-102.
- Houghton, K., Schuchard, J., Lewis, C., & Thompson, C. K. (2013). Promoting child -initiated social -communication in children with autism: Son -Rise Program intervention effects. *Journal of Communication Disorders*, 46(5 -6), 495 -506.



- Jones, L., Gold, E., Totsika, V., Hastings, R. P., Jones, M., Griffiths, A., & Silverton, S. (2018). A mindfulness parent well-being course: Evaluation of outcomes for parents of children with autism and related disabilities recruited through special schools. *European Journal of Special Needs Education, 33*(1), 16-30.
- Jones, L., Hastings, R. P., Totsika, V., Keane, L., & Rhule, N. (2014). Child behavior problems and parental well-being in families of children with autism: The mediating role of mindfulness and acceptance. *American journal on intellectual and developmental disabilities, 119*(2), 171-185.
- Kulasinghe, K., Whittingham, K., & Mitchell, A. E. (2021). Mental health, broad autism phenotype and psychological inflexibility in mothers of young children with autism spectrum disorder in Australia: A cross-sectional survey. *Autism, 1362361320984625*.
- O'Mahen, H. A., Boyd, A., & Gashe, C. (2015). Rumination decreases parental problem-solving effectiveness in dysphoric postnatal mothers. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 47*, 18-24.
- Pennefather, J., Hieneman, M., Raulston, T. J., & Caraway, N. (2018). Evaluation of an online training program to improve family routines, parental well-being, and the behavior of children with autism. *Research in Autism Spectrum Disorders, 54*, 21-26.
- Prata, J., Lawson, N., & Coelho, R. (2019). Stress factors in parents of children on the autism spectrum: An integrative model approach. *International Journal of Clinical Neurosciences and Mental Health, 6*(2).
- Pruitt, M. M., Rhoden, M., & Ekas, N. V. (2018). Relationship between the broad autism phenotype, social relationships and mental health for mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism, 22*(2), 171-180.
- Reed, P., Howse, J., Ho, B., & Osborne, L. A. (2017). Relationship between perceived limit-setting abilities, autism spectrum disorder severity, behaviour problems and parenting stress in mothers of children with autism spectrum disorder. *Autism, 21*(8), 952-959.
- Rogers, S. J. & Dawson, G. (2010). *Early Start Denver Model for Young Children with Autism: Promoting Language, Learning, and Engagement*. NY: Guilford Press.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the Meaning of Psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*, 1069-1081.

- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13-39.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2006). *Best news yet on the six-factor model of well-being. Social Science Research*, 35(4), 1103-1119.
- Sheperis, C., Sheperis, D., Monceaux, A., Davis, R. J., & Lopez, B. (2015). Parent-child interaction therapy for children with special needs. *The Professional Counselor*, 5(2), 248-60.
- Tang, Y. Y., Hölzel, B. K. & Posner, M. I. (2015). The neuroscience of mindfulness meditation. *Nature Reviews Neuroscience*, 16(4), 213-225.
- Valencia Medina, J. A., Rios, K., Aleman-Tovar, J., & Burke, M. M. (2020). Exploring patterns between school perceptions, child behavior, and maternal well-being among Latina mothers of children with autism spectrum disorder (ASD). *International Journal of Developmental Disabilities*, 1-9.
- Waddington, H., van der Meer, L., & Sigafos, J. (2021). Supporting parents in the use of the Early Start Denver Model as an intervention program for their young children with autism spectrum disorder. *International Journal of Developmental Disabilities*, 67(1), 23-36.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

**استناد به این مقاله:** ذوقی، لیلا، مشهدی غلامعلی، فاطمه. (۱۴۰۰). نقش ذهن آگاهی در رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با توانایی‌های شناختی، حل مسئله و آسایش روان‌شناختی در مادران دانش‌آموزان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم شهر تهران، *روان‌شناسی افراد استثنایی*، ۱۱(۴۴)، ۱۱۵-۱۴۰.

DOI: 10.22054/JPE.2022.62245.2348



Psychology of Exceptional Individuals is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.