



The Effect of Education Based on the Theory of Planned Behavior on Parenting Stress, Feeling Trapped and Lack of Pleasure of Mothers with Mental Disabilities

Maryam Bani Najarian¹ , Amir Gamarani^{2*} , Fatemeh Khonsari³ 

1. Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Isfahan, Isfahan Branch (Khorasgan), Isfahan, Iran. Email: m.baninajar@gmail.com
2. Corresponding Author, Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. Email: a.ghamarani@edu.ui.ac.ir
3. Department of Psychology and Education of Children with Special Needs, Faculty of Education and Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran. Email: fatemehkhansari@gmail.com

ARTICLE INFO

Article type:
Research Article

Article History:
Received: 19 Apr 2022
Revised: 15 May 2022
Accepted: 14 Jun 2022
Published: 29 Jul 2024

Keywords:
Feeling of Trapped, Lack of Pleasure, Parenting Stress, Theory of Planned Behavior.

ABSTRACT

The objective of this study was to investigate the impact of an educational program that was based on the theory of planned behavior on the stress, sensation of being trapped, and lack of pleasure experienced by mothers with mental disabilities. The present research design was quasi-experimental, with a control group that underwent pre-test-post-test. The statistical population of the study comprised all mothers with children who had mental disabilities in Isfahan. In 2021, 30 individuals were selected using the convenience sampling method and subsequently assigned to two experimental and control groups, with 15 individuals in each group. The experimental group was subjected to a training program that was based on the theory of planned behavior. This program consisted of 11 90-minute sessions that were conducted twice a week. In contrast, the control group did not receive any training. The Abidin Parenting Stress Index (PSI), the Gilbert and Allan Feelings of Involvement Scale (EFS), and the Snaith and Hamilton Lack of Pleasure Scale (LPS) were the research instruments utilized. SPSS-26 was employed to analyze the data through covariance analysis. The multivariate analysis of covariance revealed that an educational program based on the theory of planned behavior is effective in reducing parental stress, the feeling of trapped, and the absence of pleasure, as well as their related dimensions. ($P < 0.05$). The psychological state of mothers with mentally disabled children has been positively and effectively impacted by the educational program that is based on the theory of planned behavior. Therefore, this program can be implemented by this particular cohort of mothers in order to enhance their psychological well-being.

Cite this article: Bani Najarian, M., Gamarani, A., & Khonsari, F. (2024). The Effect of Education Based on the Theory of Planned Behavior on Parenting Stress, Feeling Trapped and Lack of Pleasure of Mothers with Mental Disabilities. *Journal of Applied Psychological Research*, 15(2), 253-270. doi: 10.22059/japr.2024.341831.644240.



Publisher: University of Tehran Press
DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.341831.644240>

© The Author(s).



تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم توان ذهنی

مریم بنی نجاریان^۱، امیر قمرانی^{۲*}، فاطمه خونساری^۳

۱. کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، گروه روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، واحد اصفهان، دانشگاه آزاد اسلامی، اصفهان، ایران. رایانامه: m.baninajar@gmail.com
۲. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه روان شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. رایانامه: a.ghamarani@edu.ui.ac.ir
۳. دانشجوی دکتری، گروه روان شناسی و آموزش کودکان با نیازهای خاص، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران. رایانامه: fatemehkhansari@gmail.com

چکیده

اطلاعات مقاله

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی برنامه آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم توان ذهنی انجام گرفت. طرح پژوهش حاضر نیمه آزمایشی، از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مادران کودکان کم توان ذهنی در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بود که از این میان، ۳۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) گمارش شدند. گروه آزمایش با استفاده از برنامه آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده، طی ۱۱ جلسه ۹۰ دقیقه ای و ۲ روز در هفته آموزش دیدند، اما اعضای گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه های استرس والدگری آبییدین (PSI)، احساس گرفتاری گیلبرت و آلان (FES) و فقدان لذت اسنیت و همیلتون (LPS) بود. داده های پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره، با استفاده از نسخه ۲۳ نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که برنامه آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده بر کاهش استرس والدین، احساس گرفتاری، فقدان لذت و ابعاد آن ها مؤثر است ($P < 0/05$). براساس یافته های این پژوهش، برنامه آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده، اثرات مثبت و مؤثری بر وضعیت روان شناختی مادران کودکان کم توان ذهنی برجای گذاشت. به این ترتیب می توان از این برنامه در راستای ارتقای بهزیستی روان شناختی این گروه از مادران استفاده کرد.

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخ های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۱/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۲/۲۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۳/۲۴

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۰۵/۱۲

کلیدواژه ها:

احساس گرفتاری، استرس والدگری، تئوری رفتار برنامه ریزی شده، فقدان لذت.

استناد: بنی نجاریان، م، قمرانی، ا، و خونساری، ف. (۱۴۰۳). تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه ریزی شده بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم توان ذهنی. فصل نامه پژوهش های کاربردی روانشناختی، ۱۵(۲)، ۲۷۰-۲۵۳. doi: 10.22059/japr.2024.341831.644240

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.341831.644240>

© نویسندگان.



۱. مقدمه

کم‌توانی ذهنی^۱ از اختلالات بلندمدتی است که موجب بروز محدودیت در انجام فعالیت‌هایی مانند تغذیه مستقل، برقراری ارتباط و جابه‌جایی می‌شود (موکاینو و همکاران^۲، ۲۰۲۰). از این‌رو، حضور کودک کم‌توان ذهنی در خانواده می‌تواند درخواست‌های جدیدی به همراه داشته باشد و اعضای خانواده را با آشفتگی‌های روانی گوناگونی روبه‌رو کند (ترنر و همکاران^۳، ۲۰۱۸). در چنین موقعیتی همه اعضای خانواده صدمه می‌بینند (پسیولا و پوربویچ-دورسمان^۴، ۲۰۱۷)، اما مادران به دلیل داشتن نقش سنتی مراقبت، مسئولیت‌های بیشتری را در قبال فرزند کم‌توان ذهنی خود به‌عهده دارند و با تنش‌ها و مشکلات روانی بیشتری مواجه می‌شوند (سیم و همکاران^۵، ۲۰۱۸)؛ به طوری که استرس والدگری^۶، احساس گرفتاری^۷ و فقدان لذت^۸ بیشتری را نسبت به سایرین تجربه می‌کنند (پارک و کیم^۹، ۲۰۲۰).

در این میان، استرس والدگری به موقعیتی اشاره دارد که در آن، خواسته‌ها و اقتضائات محیطی فراتر از منابع و امکانات شخصی و اجتماعی والدین است (دی‌استاسیو و همکاران^{۱۰}، ۲۰۱۸). این استرس نه تنها سلامت روان والدین را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بلکه بر شیوه فرزندپروری آن‌ها نیز تأثیر می‌گذارد و رشد هیجانی و رفتاری فرزند را با چالش‌هایی روبه‌رو می‌کند (بوچارد^{۱۱}، ۲۰۱۴). در صورتی که والدین دارای کودک کم‌توان ذهنی، به دلیل مشکلات گوناگون جسمی، تحصیلی و هیجانی فرزند خود، استرس والدگری زیادی را تجربه می‌کنند (نجاتی‌فر و همکاران، ۱۴۰۱). یکی از موقعیت‌هایی که می‌تواند موجب بروز تنش در این دسته مادران شود، اظهارنظرهای دیگران در مورد شرایط فرزندشان، حضور در مکان‌های عمومی به همراه فرزند، مسائل پزشکی، آموزشی، توان‌بخشی، مشکلات مالی برای فراهم کردن مداخلات درمانی، امکانات اوقات فراغت، مشکلات آموزشی و رفتاری کودک و... است (راجان^{۱۲}، ۲۰۲۲).

علاوه بر این، همراه با استرس والدگری در مادران کودکان کم‌توان ذهنی، احساس روانی گرفتاری نیز ایجاد می‌شود. احساس گرفتاری که نوع خاصی از تفکر است، به گرفتار آمدن فرد در موقعیتی اشاره می‌کند که تمایل به دوری از آن دارد (لی و پارک^{۱۳}، ۲۰۲۱) و می‌تواند موجب توقف اجباری فعالیت او شود (شکری و مهری‌نیا، ۱۳۹۹). این‌ها در حالی است که حضور کودک کم‌توان ذهنی در خانواده، بحرانی است که به شکل عمیقی بر ارتباط‌ها و کنش‌های خانواده اثر می‌گذارد (فرامرزی و همکاران، ۱۳۹۸) و باورهای والدین مبنی بر توانایی یا ناتوانی در مدیریت وضع می‌تواند احساسات منفی گوناگونی را در آن‌ها برانگیزاند. یکی از این احساسات که در شرایط پرفشار زندگی بروز می‌کند، احساس درماندگی است و از آنجا که فرد درمانده هیچ راهی برای رهایی و خلاص شدن از شرایط موجود پیدا نمی‌کند، دچار احساس گرفتاری می‌شود (دالوس و اسمارت^{۱۴}، ۲۰۱۱).

یکی دیگر از مشکلات مادران کودکان کم‌توان ذهنی فقدان لذت است (سعادت و قمرانی، ۱۳۹۵). به عبارت دیگر، زمان‌بر و پرهزینه بودن مراقبت از کودک، خانواده را درگیر فعالیت‌های فشرده شغلی و دریافت خدمات مختلف و متناسب با مشکلات فرزند می‌کند و موجب چشم‌پوشی آن‌ها از علایق و برنامه‌های فرعی خانواده از قبیل مسافرت و رفت‌وآمد با دوستان و آشنایان می‌شود؛ بنابراین اوقات فراغت و فرصت تفریح برای خانواده محدود می‌شود و زمینه‌های کسب لذت از دست می‌رود (قمرانی و محسنی اژی، ۱۳۹۶). در این میان، فقدان لذت به‌عنوان کاهش ظرفیت تجربه لذت و کسری در لذت تعریف شده است (دی‌فرویت و

1. intellectual disability

2. Mukaino et al.

3. Turner et al.

4. Pisula & Porębowicz-Dörsmann

5. Sim et al.

6. parenting stress

7. feeling trapped

8. lack of pleasure

9. Park & Kim

10. De Stasio et al.

11. Bouchard

12. Rajan

13. Lee & Park

14. Dallos & Smart

همکاران^۱، ۲۰۲۰) و نشانه ناتوانی در کسب تجارب خوشایند هنگام پاسخگویی به فعالیت‌های فرح‌بخش است (توکلی‌زاده و همکاران^۲، ۲۰۱۳). این امر در بلندمدت می‌تواند به بروز افسردگی و اختلالات روان‌پریشی منجر شود (ولثورث و همکاران^۳، ۲۰۱۲).

بررسی مطالعات استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در والدین کودکان کم‌توان ذهنی، گویای تفاوت فاحش این گروه با هم‌تایان عادی آن‌ها است. مطالعه بیابانی و همکاران (۱۳۹۸) حاکی از آن بود که مادران کودکان کم‌توان ذهنی، به‌واسطه عواملی مانند مشکلات مالی و کمبود آگاهی، نسبت به مادران کودکان عادی استرس والدگری بیشتری را تجربه می‌کنند. همچنین در پژوهشی دیگر، فرامرزی و همکاران (۱۳۹۸) نشان دادند مادران کودکان کم‌توان ذهنی درگیر احساس گرفتاری بیشتری نسبت به مادران کودکان عادی هستند؛ چرا که افراط و تفریط آنان در مراقبت از کودکان کم‌توان خود، این احساس را در آنان شکل می‌دهد که نه‌تنها زمینه‌ای برای تغییر در سبک زندگی خود ندارند، بلکه خود را در بند و درگیر روابط و تعهداتی می‌بینند که نمی‌توانند از آن‌ها رهایی یابند. سیادتیان و همکاران (۱۳۹۲) نیز در پژوهش خود نشان دادند والدین کودکان کم‌توان ذهنی در کلیه مؤلفه‌های فقدان لذت‌جویی، در مقایسه با والدین کودکان غیر کم‌توان ذهنی نمرات کمتری کسب کرده‌اند که این تفاوت، به‌لحاظ آماری معنادار بود.

با توجه به مشکلات گوناگونی که مادران کودکان کم‌توان ذهنی تجربه می‌کنند، ضروری است تا با استفاده از برنامه‌های آموزشی و درمانی، به توانایی‌های لازم برای سازگاری با وضع موجود مجهز شوند و بتوانند از عهده پاسخگویی به نیازهای خاص فرزند خود برآیند. تاکنون مداخلات گوناگونی برای بهبود مشکلات مطرح‌شده در مادران کودکان کم‌توان ذهنی به‌کار گرفته شده است که از آن میان می‌توان به آموزش زندگی خانوادگی (حیدری کمرودی و همکاران، ۱۴۰۰)، روان‌درمانی گروهی مثبت‌نگر (کسائی اصفهانی و داوونیا، ۱۳۹۸)، آموزش گروهی فرزندپروری مثبت (باقری و همکاران، ۱۳۹۸)، درمان مبتنی بر کیفیت زندگی (آقائی و یوسفی، ۱۳۹۶) و توانمندسازی روانی-اجتماعی والدین (نعمی و همکاران، ۱۳۹۶) اشاره کرد، اما علی‌رغم اثربخشی برنامه‌ها و رویکردهای مذکور در کاهش مشکلات روان‌شناختی والدین کودکان کم‌توان ذهنی، نتایج تحقیقات جدید گویای آن است که اثربخشی این روش‌های آموزشی و درمانی در دوره‌های طولانی‌مدت ضعیف است و به بازگشت دوباره مشکلات منجر می‌شود (باتلان و همکاران^۴، ۲۰۱۷).

در این راستا، تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده^۵ در نظر دارد تا با هدف ارتقای سلامت روان و تغییر رفتار، نگرش‌ها و عزم و قصد فرد را، در بستر و شرایط موجود برای تغییر مورد توجه قرار دهد. براساس این نظریه که توسط آجزن^۶ (۱۹۹۱) معرفی شد، علت اصلی رفتار، قصد انجام آن رفتار است که تحت تأثیر سه عامل نگرش نسبت به رفتار، هنجارهای انتزاعی نسبت به رفتار و احساس کنترل فرد روی رفتار قرار می‌گیرد (هیدنریچ و همکاران^۷، ۲۰۲۰). در این میان، نگرش به رفتار، به ارزشیابی مثبت یا منفی شخص از انجام رفتار برمی‌گردد که به‌طور مستقیم تحت تأثیر باورهای او قرار دارد. هنجارهای انتزاعی نیز به فشارهای اجتماعی واردشده برای رفتار فرد اشاره می‌کند. همچنین کنترل رفتاری درک‌شده نشان می‌دهد اگر فرد انجام رفتاری را دشوار بداند و معتقد باشد دارای توان لازم برای انجام آن نیست، این احتمال وجود دارد که رفتار مورد نظر را انجام ندهد (لی و کیم^۸، ۲۰۱۸). در این تئوری که برنامه درمانی توسط تیم درمانگر ارائه می‌شود، به آزمودنی نیز به‌عنوان یک عضو فعال و منطقی نگریسته می‌شود و نقش مؤثر او در فرایند تغییر مورد توجه قرار می‌گیرد (وفایی‌نجار و همکاران، ۱۳۹۳). از دیگر ویژگی‌های مهم این برنامه، توجه ویژه به فشارهای اجتماعی است که از ناحیه دوستان، اطرافیان، جامعه و هنجارهای انتزاعی وارد می‌شود (لی و کیم، ۲۰۱۸).

1. De Fruyt et al.
2. Tavakolizadeh et al.
3. Velthorst et al.
4. Batelaan et al.
5. theory of planned behavior
6. Ajzen
7. Heidenreich et al.
8. Lee & Kim

با توجه به آنچه بیان شد، به نظر می‌رسد تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده می‌تواند به‌عنوان جزئی از رویکردهای درمانی مناسب برای تغییر و کاهش استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم‌توان ذهنی استفاده شود؛ چرا که این گروه از والدین در دنیای واقعی با فشارهای متعدد از ناحیه جامعه و اطرافیان سروکار دارند که موجب تشدید مشکلات روانی آنان می‌شود (ماسولانی-موال و همکاران^۱، ۲۰۱۸). تاکنون پژوهش‌های گوناگونی درباره اثربخشی آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده در سنین مختلف و حوزه‌های گوناگون، در ایران و خارج از ایران انجام شده است. در این راستا، یافته‌های پژوهش مهربان و همکاران (۱۴۰۰) حاکی از آن بود که برنامه آموزشی براساس تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده در ارتقای رفتار خودمراقبتی بیماران مبتلا به پرفشاری خون تأثیر دارد. عالمی و همکاران (۱۳۹۹) نیز در پژوهش خود نشان دادند مداخله آموزشی بر مبنای تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده می‌تواند بر قصد باروری زنان تک‌فرزند اثرگذار باشد. به علاوه، مطالعه جهانگیری و همکاران (۱۳۹۹) حکایت از اثربخشی مداخله آموزشی براساس تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر افزایش رفتارهای تغذیه‌ای پیشگیری‌کننده از کم‌خونی در زنان باردار داشت. در پژوهشی دیگر، علیزاده و همکاران (۱۳۹۹) نشان دادند آموزش مبتنی بر نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده موجب ارتقای سطح آگاهی و مهارت کارکنان سلامت جهت دفع صحیح پسماندهای عفونی می‌شود. همچنین پژوهش‌های خارج از کشور نیز نویدبخش اثربخشی آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر ویژگی‌های روان‌شناختی گروه‌های مختلف است؛ به طوری که چه‌ناوی و همکاران^۲ (۲۰۲۲) دریافتند نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده می‌تواند بر قصد و نیت کارآفرینی کشاورزی در دانشجویان دانشگاه مالزی تأثیر بگذارد. سومرو و همکاران^۳ (۲۰۲۲) نیز به این نتیجه رسیدند که نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده می‌تواند بر قصد و نیت پذیرش ارزش دیجیتال تأثیر بگذارد.

در نهایت، اگرچه در حوزه تأثیر آموزش نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر رفتارهای خودمراقبتی، قصد باروری، رفتارهای تغذیه‌ای پیشگیرانه، ریسک‌پذیری و سایر شاخص‌های سلامت روان، در گروه‌های مختلف افراد پژوهش‌هایی انجام شده است، اما پژوهشی یافت نشد که به‌طور مبسوط به بررسی اثربخشی این برنامه بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم‌توان ذهنی بپردازد. به این ترتیب، با توجه به این خلأ پژوهشی، هدف پژوهش حاضر بررسی تأثیر مداخله برنامه آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت مادران کودکان کم‌توان ذهنی است.

۲. روش

۲-۱. جامعه، نمونه و روش اجرا

پژوهش حاضر، یک مطالعه تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری شامل کلیه مادران کودکان کم‌توان ذهنی در شهر اصفهان بود که تعداد این مادران براساس استعلام از اداره آموزش و پرورش استان اصفهان ۲۸۱۱ نفر بود. برای اجرای پژوهش، ۳۰ نفر از مادران کودکان کم‌توان ذهنی به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به‌طور تصادفی و مساوی، در دو گروه آزمایش و گروه کنترل جایگزین شدند؛ به‌نحوی که اعضای هر گروه ۱۵ نفر بودند. شایان ذکر است که ملاک‌های ورود به پژوهش که در مورد هریک از آزمودنی‌ها کنترل شدند عبارت بودند از: داشتن حداقل یک کودک کم‌توان ذهنی، داشتن سن تقویمی ۳۵ تا ۴۵ و تکمیل فرم رضایت آگاهانه شرکت در پژوهش توسط والدین. معیارهای خروج از پژوهش نیز عبارت بودند از: وجود هرگونه اختلالات روان‌شناختی و جسمانی که مانع همکاری آزمودنی شود، عدم همکاری در روند اجرای پژوهش، غیبت بیش از ۳ جلسه در روند درمان و عدم رضایت آگاهانه شرکت در پژوهش. با استفاده از پرسشنامه‌های استرس والدگری آبدین^۴ (۱۹۹۵)، احساس گرفتاری گیلبرت و آلان^۵ (۱۹۹۸) و فقدان لذت اسنیت و همکاران^۶ (۱۹۹۵)، پیش‌آزمون برای گروه آزمایش و گروه گواه اجرا شد. پس از آن، اعضای گروه آزمایش برنامه آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار

1. Masulani-Mwale et al.

2. Che Nawi et al.

3. Soomro et al.

4. Abidin

5. Gilbert & Allan

6. Snaith et al.

برنامه‌ریزی شده را دریافت کردند؛ درحالی که اعضای گروه کنترل، در هیچ‌گونه مداخله‌ای شرکت نداشتند. در پایان نیز با استفاده از آزمون‌های نام‌برده، از هردو گروه پس‌آزمون گرفته شد.

۲-۲. ابزارهای پژوهش

۲-۲-۱. شاخص استرس والدین-فرم کوتاه^۱ (PSI)

به‌منظور سنجش استرس والدین از پرسشنامه آیدین (۱۹۹۵) استفاده شد که براساس آن می‌توان اهمیت استرس در نظام والدین-کودک را ارزشیابی کرد. این پرسشنامه ۳۶ سؤال دارد و دارای سه خرده‌مقیاس آشفتگی والدین^۲، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند^۳ و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین^۴ است. پاسخ به سؤال‌ها به‌صورت طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۵ (کاملاً موافق) تا ۱ (کاملاً مخالف) صورت می‌گیرد و افراد با توجه به فراوانی رفتارهای خود به هر سؤال پاسخ می‌دهند. شایان یادآوری است با توجه به اینکه پرسشنامه استرس والدگری به‌صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود، در این پرسشنامه کسب نمره بیشتر نشانه استرس کمتر است. در مطالعات نف^۵ (۲۰۱۵)، براینر مائو و یین^۶ (۲۰۱۰) و پیترز^۷ (۲۰۰۸) اعتبار و روایی این مقیاس مطلوب گزارش شده است. بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی این پرسشنامه بیانگر آن است که زیرمقیاس‌های این آزمون دارای همسانی درونی مناسب هستند و بین ۰/۸۷ تا ۰/۸۰ و نمره نهایی آن ۰/۹۴ در پژوهش رحیمی و همکاران (۱۳۹۹) به‌دست آمده است. بیابانی و همکاران (۱۳۹۸) نیز طی پژوهشی روایی، نمره کل این ابزار ۰/۷۵ و پایایی آن را ۰/۹۰ به‌دست آوردند. در این پژوهش، آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۰ محاسبه شد.

۲-۲-۲. مقیاس احساس گرفتاری^۱ (FES)

این پرسشنامه که توسط گیلبرت و آلان (۱۹۹۸) طراحی شده است، دارای ۱۶ سؤال و دو خرده‌مقیاس گرفتاری بیرونی و گرفتاری درونی است که برای اندازه‌گیری حالت‌های به‌تله‌افتادن و تمایل به فرار از آن طراحی شده است. پاسخ به سؤال‌ها به‌صورت طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از صفر (نه، این‌طور نیست) تا ۴ (خیلی زیاد به وضعیت من شباهت دارد) صورت می‌گیرد و افراد با توجه به فراوانی رفتارهای خود به هر سؤال پاسخ می‌دهند. همسانی درونی مقیاس با روش آلفای کرونباخ در پژوهش گیلبرت و آلان (۱۹۹۸) ۰/۸۶-۰/۹۳ و روایی هم‌زمان^۹ از طریق اجرای هم‌زمان مقیاس گرفتاری با مقیاس افسردگی بک^{۱۰}، در پژوهش شکری و مهری‌نیا (۱۳۹۹) ارزیابی شد. در پژوهش سعادت و قمرانی (۱۳۹۵)، به‌منظور پایایی مقیاس، از روش‌های همسانی درونی، ضریب الفبای کرونباخ و پایایی تنصیفی استفاده شد و روایی و پایایی مقیاس گرفتاری در پژوهش‌های متعددی مطلوب ارزیابی شد. در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۷۹ بود.

۲-۲-۳. مقیاس فقدان لذت^{۱۱} (LPS)

این پرسشنامه که توسط اسنیت و همکاران (۱۹۹۵) طراحی شده است، دارای ۱۴ ماده و چهار خرده‌مقیاس تعاملات اجتماعی^{۱۲} (سؤالات ۲، ۷، ۸، ۱۳ و ۱۴)، تجربیات حسی^{۱۳} (سؤالات ۵، ۶، ۱۲ و ۱۱)، تفریح و سرگرمی^{۱۴} (سؤالات ۱، ۳ و ۹) و آشامیدن و

1. Parenting Stress Indexed (PSI)
2. Parental confusion
3. Dysfunctional parent-child interaction
4. Characteristics of problem child
5. Neff
6. Bernier, Mao, & Yen
7. Peteers
8. Feeling of Entrapment Scale (FES)
9. simultaneous validity
10. Beck's Depression Questionnaire
11. Lack of Pleasure Scale (LPS)
12. social interactions
13. sensory experiences
14. recreation and entertainment

خوراک^۱ (سؤالات ۴ و ۱۰) است که برای ارزیابی فقدان لذت‌جویی است. سانتاگیلو و همکاران^۲ (۲۰۰۹) همسانی درونی این مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش کردند. این پرسشنامه در ایران توسط سیادتیان و قمرانی (۱۳۹۲) ترجمه و هنجاریابی شده است. در این تحقیق ضرایب پایایی عامل‌های این پرسشنامه را بین ۰/۵۹ تا ۰/۸۶ و ضریب پایایی تنصیف^۳ آن را ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ این پرسشنامه ۰/۸۶ است.

۲-۳. روش اجرای مداخله آموزشی

برای انجام پژوهش به مدارس مقطع ابتدایی در شهر اصفهان مراجعه شد و پس از انتخاب نمونه، آزمودنی‌ها به صورت تصادفی، در دو گروه آزمایش کنترل گمارده شدند. سپس اعضای گروه آزمایش، طی یازده جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (دو بار در هفته) برنامه آموزشی تئوری مبتنی بر رفتار برنامه‌ریزی‌شده را دریافت کردند، گروه کنترل هیچ برنامه‌ای دریافت نکرد. شایان ذکر است برای تدوین جلسات آموزشی و محتوای بسته طراحی‌شده براساس این مدل، از مفاهیم و اصول تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده (آچزن^۴، ۱۹۹۱) در پژوهش‌های پاک پورحاجی آقا و همکاران (۱۳۹۱)، میرزایی و همکاران (۱۳۹۹) و ابراهیمی و همکاران (۱۴۰۳) استفاده شد. همچنین در بررسی کیفی محتوا، از متخصصان درخواست شد تا بازخورد لازم را به مداخله ارائه دهند و مداخله براساس موارد پیشنهادی اصلاح شد. برای تعیین روایی محتوایی از پنج متخصص روان‌شناسی درخواست شد تا هر آیت‌م را براساس طیف سه‌گزینه‌ای (از کاملاً مناسب تا نامناسب و نیازمند اصلاح) بررسی کنند که اعتبار آن مطلوب اعلام شد. در این پژوهش، ملاحظات اخلاقی مانند کسب رضایت‌نامه از آزمودنی‌ها برای اجرای آموزش و شرکت در فرایند پژوهش، رعایت اصل ورود و خروج آزادانه شرکت‌کنندگان از پژوهش، رعایت حریم خصوصی مراجعان و انتشار صادقانه نتایج نیز رعایت شدند.

جدول ۱. شرح جلسات آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده

شماره جلسه	هدف	محتوای جلسات
جلسه اول	آشنایی با کلیات طرح	آشنایی و طرح کلیات، توصیف آموزش کارگاهی و تکالیف، تعریف مفهوم رفتار، توضیح تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده و مفاهیم آن
جلسه دوم	آموزش مفهوم استرس	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مفهوم استرس، استرس والدگری و علائم استرس، تکلیف خانگی
جلسه سوم	آموزش ارتباط مؤلفه‌های تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده با استرس	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش نحوه ارتباط مؤلفه‌های مهم تئوری رفتاری برنامه‌ریزی‌شده به نام هنجارهای انتزاعی با استرس، تأثیر این هنجارهای انتزاعی بر کاهش و یا تشدید استرس، تکلیف خانگی
جلسه چهارم	آموزش تأثیر نگرش بر استرس	بررسی تکلیف خانگی جلسه قبل، تأثیر نگرش مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده در کاهش استرس و اثرات آن بر رفتار، تکلیف خانگی
جلسه پنجم	آموزش مفهوم و تأثیر قصد بر استرس	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مفهوم و تأثیر قصد به عنوان مهم‌ترین مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر کنترل افکار استرس‌زا و در نهایت رفتار، تکلیف خانگی
جلسه ششم	آموزش مفهوم فقدان لذت و ارتباط آن با مؤلفه‌های تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مفهوم احساس فقدان لذت و علائم آن، ارتباط هنجارهای انتزاعی مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده با احساس فقدان لذت، تأثیر این هنجارهای انتزاعی بر کاهش یا افزایش احساس فقدان لذت
جلسه هفتم	آموزش تأثیر نگرش بر فقدان لذت	بررسی تکلیف جلسه قبل، تأثیر نگرش مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده در کاهش احساس فقدان لذت و اثرات آن بر رفتار، تکلیف خانگی
جلسه هشتم	آموزش مفهوم و تأثیر قصد بر فقدان لذت	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مفهوم و تأثیر «قصد» مهم‌ترین مؤلفه تئوری رفتاری برنامه‌ریزی‌شده بر کنترل احساس فقدان لذت و اثرات آن بر رفتار، تکلیف خانگی
جلسه نهم	آموزش مفهوم احساس گرفتاری و ارتباط آن با مؤلفه‌های تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده	بررسی تکلیف خانگی جلسه قبل، آموزش مفهوم احساس گرفتاری و علائم آن، ارتباط هنجارهای انتزاعی مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده با احساس گرفتاری، تکلیف خانگی

1. eating and drinking
2. Santangelo et al.
3. Semi-reliability
4. Ajzen

شماره جلسه	هدف	محتوای جلسات
جلسه دهم	آموزش تأثیر نگرش بر احساس گرفتاری	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش تأثیر نگرش، مؤلفه رفتار برنامه‌ریزی شده بر کاهش احساس گرفتاری و اثرات آن بر رفتار، تکلیف خانگی
جلسه یازدهم	آموزش مفهوم و تأثیر قصد بر احساس گرفتاری	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مفهوم و تأثیر قصد به عنوان مهم‌ترین مؤلفه تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده بر کنترل احساس گرفتاری و اثرات آن بر رفتار، تکلیف خانگی

منبع: آچن، ۱۹۹۱

۲-۴. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

برای تحلیل داده‌های حاصل از پرسشنامه‌ها، از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در بخش آمار توصیفی از میانگین و انحراف معیار و در بخش آمار استنباطی برای آزمون فرضیه‌های پژوهش از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری^۱ استفاده شد. داده‌ها با نسخه ۲۶ نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند.

۳. یافته‌ها

۳-۱. توصیف جمعیت شناختی

با توجه به اهداف و مؤلفه‌های مرتبط، پژوهش به صورت تصادفی روی ۳۰ مادر دارای کودکان ناتوان هوشی رشدی اجرا شد. از بین این مادران، ۶۶/۷ درصد ۳۵ تا ۴۰ سال و ۳۳/۳ درصد ۴۱ تا ۴۵ سال داشتند. ۴۰ درصد مادران تحصیلات سیکل و ۶۰ درصد دیپلم داشتند.

۳-۲. شاخص‌های توصیفی

شاخص‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار مربوط به نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در دو گروه آزمایش و کنترل است که در جدول ۲ مشاهده می‌شود.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار استرس والدگری، گرفتاری و فقدان لذت در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون به تفکیک گروه

متغیرها	مرحله	آزمایش		کنترل	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
استرس والدگری	پیش‌آزمون	۹۶/۶۰	۱۱/۳۱	۸۸/۳۳	۲۱/۶۶
	پس‌آزمون	۱۰۶/۲۰	۱۰/۸۶	۹۴/۶۰	۲۳/۱۱
احساس گرفتاری	پیش‌آزمون	۱۵	۵/۳۹	۲۲/۰۶	۱۵/۹۲
	پس‌آزمون	۸	۶/۰۱	۲۲/۲۶	۱۴/۱۹
فقدان لذت	پیش‌آزمون	۴۲	۷/۷۲	۴۷/۲۶	۶/۰۲
	پس‌آزمون	۴۷	۵/۷۲	۴۳/۵۳	۶/۸۳

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد میانگین و انحراف معیار نمره استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت، پیش از مداخله و پس از مداخله تغییر یافته است.

۳-۳. بررسی مفروضه‌های آزمون‌های پارامتریک

قبل از ارائه نتایج تحلیل کوواریانس، پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک سنجش شد. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو-ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای استرس والدین، احساس گرفتاری و فقدان لذت در گروه‌های آزمایش و گواه در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون برقرار است ($p > 0.05$). همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس به وسیله آزمون لوین اندازه‌گیری شد که نتایج آن معنادار نبود. این یافته نشان داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در متغیرهای استرس والدین، احساس گرفتاری و فقدان لذت رعایت شده است ($p > 0.05$). از طرفی نتایج آزمون باکس بیانگر آن است که برای نمرات استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت، تساوی کوواریانس‌ها برقرار است.

1. multivariate analysis of covariance

۳-۴. آزمون فرضیه‌ها

جدول ۴. نتایج تفکیکی تحلیل کوواریانس برای گروه‌های آزمایش و گواه در متغیرهای استرس والدگری، احساس گرفتاری، فقدان لذت

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	مجدور میانگین	F	سطح معناداری	مقدار اتا	توان آماری
پیش‌آزمون	۱۷۹۴/۳۶۷	۱	۱۷۹۴/۳۶۷	۲۳/۷۵۸	۰/۰۰۱	۰/۴۸۷	۰/۵۱۱
گروه استری والدگری	۳۲۲/۹۵۸	۱	۳۲۲/۹۵۸	۴/۲۷۶	۰/۰۴۹	۰/۱۴۶	۰/۹۹۷
پیش‌آزمون	۲۴۹/۴۶۶	۱	۲۴۹/۴۶۶	۱۸/۴۴۳	۰/۰۰۱	۰/۴۲۵	۰/۹۸۵
گروه احساس گرفتاری	۲۹۶/۸۵۸	۱	۲۹۶/۸۵۸	۳۱/۹۴۶	۰/۰۰۱	۰/۴۶۷	۰/۶۱۸
پیش‌آزمون	۱۱۷۹/۶۵۴	۱	۱۱۷۹/۶۵۴	۳۲/۶۶۰	۰/۰۰۱	۰/۵۶۶	۱/۰۰۰
گروه فقدان لذت	۱۱۸/۳۵۸	۱	۳۵۸/۱۱۸	۹/۹۱۵	۰/۰۰۴	۰/۲۸۴	۰/۸۵۷

در قسمت یافته‌های استنباطی، به‌منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش و معناداری تغییرات مشاهده‌شده، ابتدا از تحلیل کوواریانس استفاده شد. در جدول ۳ نتایج آزمون تحلیل کوواریانس برای گروه‌های آزمایش و گواه در متغیرهای استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت گزارش شده است.

جدول ۵. نتایج تفکیکی تحلیل کوواریانس چندمتغیره برای گروه‌های آزمایش و گواه در متغیرهای استرس والدگری، احساس گرفتاری، فقدان لذت و خرده‌مقیاس‌های آن‌ها

مرحله	متغیرها	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	P	میزان تأثیر	توان آماری
پیش‌آزمون	آشفگی والدین	۸۶/۶۴۱	۱	۸۶/۶۴۱	۲/۵۶۰	۰/۱۲۲	۰/۰۹۳	۰/۳۳۷
	تعاملات ناکارآمد	۰/۲۳۷	۱	۰/۲۳۷	۰/۰۰۷	۰/۹۳۶	۰/۰۰۱	۰/۰۵۱
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	۲۶/۸۹۴	۱	۲۶/۸۹۴	۰/۰۲۶	۰/۳۲۱	۰/۰۳۹	۰/۱۶۴
گروه	استرس والدگری	۱۷۹۴/۳۶۷	۱	۱۷۹۴/۳۶۷	۲۳/۷۵۸	۰/۰۰۱	۰/۴۸۷	۰/۵۱۱
	آشفگی والدین	۲/۹۸۸	۱	۲/۹۸۸	۰/۰۸۹	۰/۷۶۸	۰/۰۰۴	۰/۰۵۹
	تعاملات ناکارآمد	۱۵/۲۶۶	۱	۱۵/۲۶۶	۰/۴۴۶	۰/۵۱۰	۰/۰۱۸	۰/۰۹۹
	ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین	۲۱/۸۱۲	۱	۲۱/۸۱۲	۰/۸۳۲	۰/۳۷۰	۰/۰۳۲	۰/۱۴۲
	استرس والدگری	۳۲۲/۹۵۸	۱	۳۲۲/۹۵۸	۴/۲۷۶	۰/۰۴۹	۰/۱۴۶	۰/۹۹۷
	گرفتاری بیرونی	۱۸۵/۵۴۳	۱	۱۸۵/۵۴۳	۱۰/۷۷۰	۰/۰۰۳	۰/۲۹۳	۰/۸۸۵
پیش‌آزمون	گرفتاری درونی	۱۰/۱۴۹	۱	۱۰/۱۴۹	۹	۰/۰۰۶	۰/۲۵۷	۰/۸۲۳
	احساس گرفتاری	۳۴۹/۴۶۶	۱	۳۴۹/۴۶۶	۱۸/۴۴۳	۰/۰۰۱	۰/۴۲۵	۰/۹۸۵
	گرفتاری بیرونی	۱۰۳/۸۶۶	۱	۱۰۳/۸۶۶	۶/۰۶۱	۰/۰۲۱	۰/۱۸۹	۰/۶۵۹
گروه	گرفتاری درونی	۱۰۹/۰۴۹	۱	۱۰۹/۰۴۹	۹/۷۰۳	۰/۰۰۴	۰/۲۷۲	۰/۸۵۰
	احساس گرفتاری	۲۹۶/۸۵۸	۱	۲۹۶/۸۵۸	۳۱/۹۴۶	۰/۰۰۱	۰/۴۶۷	۰/۶۱۸
	تعاملات اجتماعی	۲۷/۵۰۱	۱	۲۷/۵۰۱	۹/۲۰۱	۰/۰۰۶	۰/۲۷۷	۰/۸۲۹
پیش‌آزمون	تجربیات حسی	۳/۲۱۸	۱	۳/۲۱۸	۱/۱۷۴	۰/۲۸۹	۰/۰۴۷	۰/۱۸۰
	تفریح و سرگرمی	۷/۳۹۲	۱	۷/۳۹۲	۲/۸۷۷	۰/۱۰۳	۰/۱۰۷	۰/۳۷۰
	آشامیدن و خوراک	۸/۳۵۱	۱	۸/۳۵۱	۶/۴۶۳	۰/۰۱۸	۰/۲۱۲	۰/۶۸۴
گروه	فقدان لذت	۱۱۷۹/۶۵۴	۱	۱۱۷۹/۶۵۴	۳۲/۶۶۰	۰/۰۰۱	۰/۵۶۶	۱/۰۰۰
	تعاملات اجتماعی	۳۳/۶۸۱	۱	۳۳/۶۸۱	۷/۹۲۳	۰/۰۱۰	۰/۳۴۸	۰/۷۷۱
	تجربیات حسی	۲۵/۹۹۳	۱	۲۵/۹۹۳	۹/۴۸۵	۰/۰۰۵	۰/۲۸۳	۰/۸۴۰
	تفریح و سرگرمی	۲۱/۱۷۴	۱	۲۱/۱۷۴	۸/۲۴۰	۰/۰۰۸	۰/۲۵۶	۰/۷۸۶
	آشامیدن و خوراک	۲۰/۶۳۴	۱	۲۰/۶۳۴	۱۵/۹۶۹	۰/۰۰۱	۰/۴۰۰	۰/۹۶۹
	فقدان لذت	۳۵۸/۱۱۸	۱	۳۵۸/۱۱۸	۹/۹۱۵	۰/۰۰۴	۰/۲۸۴	۰/۸۵۷

براساس داده‌های جدول ۴، بین دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/05$)؛ یعنی برنامه آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده توانسته است تفاوت معناداری بین دو گروه آزمایش و کنترل متغیرهای پژوهش به‌وجود آورد.

۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم‌توان ذهنی انجام شد. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری حاکی از تفاوت معنادار میان گروه آزمایش و گروه گواه بود. یافته‌های این پژوهش، با نتایج مهراییان و همکاران (۱۴۰۰)، عالمی و همکاران (۱۳۹۹)، جهانگیری و همکاران

(۱۳۹۹)، عزیززاده و همکاران (۱۳۹۹)، چه‌ناوی و همکاران (۲۰۲۲) و سومرو و همکاران (۲۰۲۲) مبنی بر اثربخشی آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده همخوان است.

در تبیین این یافته که آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر استرس والدگری مادران کودکان کم‌توان ذهنی مؤثر است، می‌توان گفت مادران کودکان کم‌توان ذهنی به دلیل درگیر شدن در مسائل مختلف مراقبتی، بهداشتی و آموزشی فرزند معلولشان، نه تنها خود را فراموش می‌کنند، بلکه از دیگر اعضای خانواده نیز غافل می‌شوند. آموزش رفتار برنامه‌ریزی‌شده به آن‌ها کمک می‌کند تا به ویژگی‌ها و توانمندی‌های خود آگاهی یابند و بر همدفندی و برنامه‌ریزی برای رسیدن به اهداف و توجه به تمام ابعاد زندگی تأکید کنند. علاوه بر این، این برنامه مادران را به توجه و تقویت عوامل درون فردی در راستای برخورد سازگاران با شرایط و موقعیت‌های چالش‌برانگیز زندگی سوق می‌دهد و موجب کاهش تنش‌های آنان می‌شود.

همچنین آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر احساس گرفتاری در مادران کودکان کم‌توان ذهنی مؤثر است. این یافته را چنین می‌توان تبیین کرد که براساس تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده، اگر فرد نگرشی مثبت به انجام رفتار داشته باشد، افرادی که از نظر وی مهم هستند، اجرای رفتار توسط او را تأیید کنند و باور داشته باشند که رفتار مورد نظر تحت کنترل اوست، قصد می‌کند که رفتار را انجام دهد. آموزش‌های مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر دانش رفتاری والدین موجب تغییر آشکار رفتار و کاهش استرس فرزندپروری والدین با ناتوانی‌های ذهنی می‌شود. چنین آموزش‌هایی می‌تواند ادراک والدینی از نحوه تعامل مادر-فرزند را بهبود ببخشد و مشکلات رفتاری و احتمال بدرفتاری حین تعامل با کودک را کاهش دهد (آساکه‌نه فرودی و همکاران، ۱۳۹۹). درواقع مادران کودکان کم‌توان ذهنی، به دلیل مشکلات ذهنی و رفتار سازش‌نا یافته کودکانشان، میل به انزوا و کناره‌گیری از دیگران دارند. این امر بر روابط اجتماعی اثر می‌گذارد و آن‌ها در چرخه معیوب تنیدگی و احساس گرفتاری قرار می‌دهد (عبدلی و همکاران، ۱۴۰۰).

افراط و تفریط این گروه از مادران در برآورده کردن نیازهای کودک کم‌توان ذهنی، این احساس را در آنان شکل می‌دهد که نه تنها زمینه‌ای برای تغییر در سبک زندگی ندارند، بلکه خود را درگیر روابط و تعهداتی می‌بینند که نمی‌توانند از شر آن خلاصی یابند. این گروه از مادران شرایط فعلی زندگی خود را با اصطلاحاتی مانند دام تعهدات، گودالی عمیق، در حال فرار از خود و ناتوان به تغییر در زندگی توصیف کرده‌اند. این در حالی است که تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده به مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی کمک می‌کند با تجربیات هیجانی نامناسب خود روبه‌رو شوند، به شیوه سازگاران‌تری به هیجان‌های خود پاسخ دهند، با تنظیم عادت‌های هیجانی، شدت و وقوع هیجانات منفی را بکاهند و میزان آسیب را کم و کارکرد را افزایش دهند؛ بنابراین کمک به ابراز و روبه‌رویی با هیجان، نقش مهمی در کاهش هیجانات منفی دارد و به طبع همسو با یافته‌های این پژوهش، احساس گرفتاری درونی و بیرونی افراد کاهش می‌یابد.

در تبیین آخرین یافته این پژوهش نیز که حاکی از تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر فقدان لذت مادران کودکان کم‌توان ذهنی است، می‌توان به نقش یکی از مهم‌ترین قسمت‌های برنامه آموزشی، یعنی کنترل رفتاری درک‌شده به معنی درک فرد از میزان سختی‌ها یا انجام رفتار اشاره کرد. طبق نتایج پژوهش سیادتیان و قمرانی (۱۳۹۲)، کودکانی که با نقایصی مواجه هستند، کمتر احساسات والدین را برای برقراری یک رابطه گرم و محبت‌آمیز برمی‌انگیزند. از سوی دیگر کم‌توجهی والدین به این دسته از کودکان، کودک را نیز در تعامل با والدین در یک موضع انفعالی قرار می‌دهد و نتیجه این تعاملات ناقص، دوری هرچه بیشتر والدین و کودکان از یکدیگر و نیز فراهم‌نشدن زمینه‌های لذت و خشنودی در خانواده است. درخصوص کودکان کم‌توان ذهنی و رشدی، این موضوع اهمیت بیشتری می‌یابد؛ چرا که هدف عمده در فراهم‌آوردن یک فضای خانوادگی مطلوب و لذت‌بخش، تقویت رفتار انطباقی فرزندان است. این در حالی است که آموزش به افراد در زمینه‌های رفتاری و شناختی می‌تواند به افزایش لذت در آن‌ها، با وجود حجم وسیعی تنش و احساسات منفی منجر شود (سعادت و قمرانی، ۱۳۹۵).

درنهایت، در تبیین کلی یافته‌های این مطالعه می‌توان گفت این دسته از مادران، همواره مقصر اصلی در تولد کودکان کم‌توان ذهنی شناخته شده‌اند (ماسولانی-موال و همکاران، ۲۰۱۸) و این موضوع موجب تشدید استرس والدگری (بیابانی و همکاران، ۱۳۹۸)، احساس گرفتاری (فرامرزی و همکاران، ۱۳۹۸) و فقدان لذت‌جویی (سیادتیان و همکاران، ۱۳۹۲) در آنان شده است.

باین‌حال، با توجه به تغییراتی که در طول اجرای پژوهش در گروه آزمایش حاصل شده، می‌توان استنباط کرد که برنامه آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده به آزمودنی‌ها کمک کرده است آگاهانه درگیر فرایند تغییر شوند، به خودآگاهی و عاملیت برسند و به این روش، مشکلات روان‌شناختی آنان کاهش یابد.

در مجموع، به نظر می‌رسد می‌توان از این برنامه به‌عنوان مداخله‌ای مؤثر برای استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت در مادران کودکان کم‌توان ذهنی استفاده کرد. به‌کارگیری این نظریه تغییر رفتار می‌تواند نگرش، هنجارهای ذهنی، کنترل رفتاری درک‌شده و قصد رفتاری مادران کودکان کم‌توان ذهنی را نسبت به شرایط ایجادشده با کودک تغییر دهد و سبب بهبود آن شود؛ بنابراین کاربرد این نظریه تغییر رفتار در مورد سایر مشکلات روان‌شناختی این مادران نیز قابل‌توصیه است و می‌توان اثربخشی آن را در مورد سایر مشکلات روان‌شناختی و بیماری‌های روانی نیز آزمود.

در این پژوهش نیز مثل دیگر پژوهش‌هایی که در حوزه علوم رفتاری و روان‌شناسی انجام می‌گیرند، محدودیت‌هایی وجود داشت که از آن بین می‌توان به جامعه آماری محدود به مادران کودکان کم‌توان ذهنی شهر اصفهان، حجم کم نمونه، ملاحظه‌کاری برخی از پاسخ‌دهندگان در پاسخگویی به سؤالات به دلایل خاص و شخصی، تأثیر متغیرهای مزاحمی مانند خستگی و حواس‌پرتی آزمودنی‌ها که امکان کنترل آن‌ها وجود نداشت و نداشتن دوره پیگیری به دلیل محدودیت زمانی و شرایط کرونایی اشاره کرد. پیشنهادهای این پژوهش نیز عبارت‌اند از اینکه در پژوهش‌های آتی، برای تعمیم نتایج در مورد اثربخشی مداخله، از نمونه‌های بزرگ‌تری استفاده شود، طول مدت جلسات بیشتر شود و مرحله پیگیری نیز اجرا شود. علاوه‌براین، با توجه به اثربخشی این مداخله بر استرس والدگری، احساس گرفتاری و فقدان لذت، پیشنهاد می‌شود از آن، به‌عنوان یک دوره آموزشی اثربخش برای ارتقای سلامت روان مادران کودکان کم‌توان ذهنی، در مدارس و مراکز مشاوره توسط متخصصان به کار گرفته شود.

۵. ملاحظات اخلاقی

در این مطالعه، کلیه استانداردهای اخلاقی از جمله کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان، اطمینان از محرمانه‌بودن اطلاعات شخصی و مشارکت داوطلبانه شرکت‌کنندگان رعایت شده است. همچنین ملاحظات اخلاقی در راستای اصول اخلاق در این تحقیق مورد توجه قرار گرفته است.

۶. سپاسگزاری و حمایت مالی

نویسندگان از کلیه والدینی که در این پژوهش شرکت کرده‌اند، قدردانی می‌کنند. شایان ذکر است این نویسندگان در این پژوهش هیچ‌گونه حمایت مالی‌ای از سازمانی دریافت نکرده‌اند.

۷. تعارض منافع

در مقاله حاضر، هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع

- آساکنه فرودی، ز، پیمان، ن، قدسی‌خواه، ف، و شاکری‌نژاد، ق. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مبتنی بر نظریه رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر فعالیت جسمانی دختران دبیرستانی. *آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت*. ۸(۳)، ۲۲۳-۲۱۰. <http://journal.ihepsa.ir/article-1-1336-fa.html>
- آقایی، ص، و یوسفی، ز. (۱۳۹۶). اثربخشی آموزش کیفیت زندگی‌درمانی بر کاهش استرس والدینی و ابعاد آن در بین مادران کودکان ناتوان هوشی. *خانواده‌پژوهی*. ۱۳(۲)، ۲۵۰-۲۳۷. https://jfr.sbu.ac.ir/article_97556.html?lang=fa
- ابراهیمی، م، محمدی زیدی، ع، محمدی زیدی، ب، و ملکی، م. (۱۴۰۳). اثربخشی مداخله آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده توسعه‌یافته بر رفتارهای حامی محیط زیست. *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*. ۱۲(۱)، ۶۲-۴۷. <http://journal.ihepsa.ir/article-1-2530-fa.html>

- باقری، م.، سجادیان، ا.، و قمرانی، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی آموزش گروهی فرزندپروری مثبت بر مشکلات رفتاری کودک و فقدان لذتجویی مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی آموزش‌پذیر. *مجله پرستاری کودکان*. ۱۶-۸، (۳)۵. <http://jpen.ir/article-1-242-fa.html>
- بیابانی، ن.، خیرجو، ا.، و علایی، پ. (۱۳۹۸). مقایسه کیفیت زندگی، عدم تحمل بلا تکلیفی و استرس والدگری در مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی و مادران دارای فرزند عادی. *سلامت اجتماعی*. ۱۷۳-۱۶۵، (۲)۶. <https://doi.org/10.22037/ch.v6i2.23949>
- پاک‌پور حاجی آقا، ا.، محمدی زیدی، ع.، و محمدی زیدی، ب. (۱۳۹۱). تأثیر آموزش مبتنی بر نظریه رفتار برنامه‌ریزی شده بر مهارت‌های پیشگیری از ایدز در نوجوانان. *نشریه پرستاری ایران*. ۱۳-۱، (۷۸)۲۵. <http://ijn.iums.ac.ir/article-1-1363-fa.html>
- جهانگیری، ز.، شمسی، م.، خورسندی، م.، و مرادزاده، ر. ا. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش بر اساس تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده در ارتقای رفتارهای تغذیه‌ای پیشگیری‌کننده از کم‌خونی در زنان باردار. *مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک*. ۲۳(۶)، ۸۸۷-۸۷۲. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.17355338.1399.23.6.4.4>
- حیدری کمرودی، ص.، مشکبید حقیقی، م.، و شجاعی، ع. ا. (۱۴۰۰). تأثیر آموزش زندگی خانوادگی بر مؤلفه‌های استرس والدگری مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی در قلمرو والد. *تعالی مشاوره و روان‌درمانی*. ۳۹(۱۰)، ۵۸-۴۸. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25382799.1400.10.39.4.0>
- رحیمی، س.، امین یزدی، س.، و افروز، غ. ع. (۱۳۹۹). مقایسه کارکرد تحولی خانواده، ویژگی‌های شخصیتی و استرس والدگری مادران دارای کودک مبتلا به اختلال طیف اوتیسم و هم‌تایان دارای کودک رشد بهنجار. *نشریه پرستاری کودکان*. ۲۱-۱۴، (۳)۶. <http://jpen.ir/article-1-479-fa.html>
- سعادت، ا.، و قمرانی، ا. (۱۳۹۵). رابطه احساس گرفتاری و فقدان لذتجویی مادران با مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دستانی دختر. *مجله پرستاری کودکان*. ۳(۲)، ۶۳-۵۶. <http://jpen.ir/article-1-74-fa.html>
- سیادتیان، س. ح.، و قمرانی، ا. (۱۳۹۲). بررسی روایی و پایایی مقیاس فقدان لذتجویی (Snaitth-Hamilton) در دانشجویان دانشگاه اصفهان: یک بررسی مقدماتی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*. ۱۲(۱۰)، ۸۱۸-۸۰۷. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.17353165.1392.12.10.7.9>
- سیادتیان، س. ح.، قمرانی، ا.، جلالی، م.، و خلقی، ز. (۱۳۹۲). بررسی مقایسه‌ای فقدان لذتجویی در والدین با و بدون کودک کم‌توان ذهنی: با رویکرد مراقبتی. *مجله مراقبت‌های پیشگیرانه در پرستاری و مامایی*. ۳(۱)، ۲۹-۲۲. <https://nmcjournal.zums.ac.ir/article-1-86-en.pdf>
- شکری، ل.، و مهری‌نیا، ف. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش خودمتمایزسازی بر انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و احساس گرفتاری مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال کم‌توجهی و فزون‌کنشی. *مجله علوم روان‌شناختی*. ۱۹(۹۲)، ۱۰۴۰-۱۰۳۱. <http://psychologicalscience.ir/article-1-362-fa.html>
- عالمی، ع.، اسمعیل‌زاده، م.، اسماعیلی، ر.، مطلبی، م.، اکرامی‌نوقابی، ع.، و صابری، م. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده بر قصد باروری زنان تک‌فرزند: یک مطالعه کارآزمایی در عرصه طب داخلی روز. ۲۶(۳)، ۲۲۷-۲۱۲. <http://imtj.gmu.ac.ir/article-1-3199-fa.html>
- عبدلی، ف.، گل‌پرور، م.، و آقایی، ا. (۱۴۰۰). اثربخشی بسته مراقبت و آموزش زود هنگام کودکی بر هوش کودکان ۲ تا ۲۴ ماهه و سرمایه عاطفی و استرس والدگری مادران آن‌ها. *مجله علمی پژوهان*. ۱۹(۴)، ۴۲-۳۳. <http://psj.umsha.ac.ir/article-1-791-fa.html>
- علیزاده، ه.، توکل، س. ی. ب.، رباط سرپوشی، د.، حشمتی، ه.، و پیمان، ن. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده بر بی‌خطر سازی پسماندهای عفونی در بین کارکنان سلامت شاغل در مراکز جامع سلامت. *مجله دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه*. ۱۸(۳)، ۸۶-۷۵. <http://jms.thums.ac.ir/article-1-618-fa.html>
- فرامرزی، س.، سیادتیان، س. ح.، رشیدی، ا.، و کاردان، ز. (۱۳۹۸). مقایسه احساس آندوه مزمن و احساس گرفتاری مادران با و بدون کودکان مبتلا به ناتوانی هوشی. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۷(۱)، ۱۲۹-۱۲۰. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.17352029.1398.17.1.12.5>

- قمرانی، ا.، و محسنی اژی، ع. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان فراتشخیصی بر فقدان لذت‌جویی و ترس از مسخره‌شدن مادران دارای فرزند مبتلا به اختلال طیف اوتیسم. *تحقیقات علوم رفتاری*. ۱۵(۱)، ۲۰-۱۳. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-510-fa.html>
- کسائی اصفهانی، ع. ر.، و داورنیا، ر. (۱۳۹۸). بررسی اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر به شیوه‌ی گروهی بر استرس والدگری مادران دارای فرزند با نشانگان داون. *پژوهش‌های علوم شناختی و رفتاری*. ۹(۲)، ۴۶-۳۳. <https://doi.org/10.22108/cbs.2021.124931.1444>
- مهربابان، ف.، فرمانبر، ر.، مهدوی روشن، م.، فرزانه، ر.، امید، س.، و عاقبتی، ر. (۱۴۰۰). تأثیر مداخله‌ی آموزشی مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی‌شده در ارتقای رفتار خودمراقبتی در بیماران مبتلا به پرفشاری خون مراجعه‌کننده به مراکز بهداشت شهر رشت. *مجله علوم پزشکی گیلان*. ۳۰(۱)، ۷۵-۶۴. <http://journal.gums.ac.ir/article-1-2344-fa.html>
- میرزایی علویجه، م.، جلیلیان، ف.، واعظی، م.، موسوی، س.، فتاحی، م.، و محبوبی، م. (۱۳۹۹). کارآمدی برنامه‌ی ارتقای رفتارهای خودمدیریتی پرفشاری خون؛ کاربرد نظریه‌ی رفتار برنامه‌ریزی‌شده. *مجله عدد درون‌رین و متابولیسم ایران*. ۲۲(۶)، ۴۹۸-۴۹۰. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.16834844.1399.22.6.5.2>
- نجاتی‌فر، س.، آقازیارتی، ع.، و عابدی، ا. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر استرس والدگری مادران و پذیرش والدینی کودکان تیزهوش پرخاشگر. *خانواده‌درمانی کاربردی*. ۳(۱)، ۲۰-۱. <https://doi.org/10.22034/aftj.2022.317599.1291>
- نعیمی، ق.، زهراکار، ک.، محسن‌زاده، ف.، و پیرساقی، ف. (۱۳۹۶). اثربخشی برنامه‌ی توانمندسازی روانی-اجتماعی بر کاهش استرس والدینی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی والدین دارای کودک کم‌توان ذهن. *توانمندسازی کودکان استثنایی*. ۸(۲)، ۱۰۷-۹۶. https://www.ceciranj.ir/article_63559.html?lang=fa
- وفایی‌نچار، ع.، مسیح‌آبادی، م.، مشک، م.، ابراهیمی‌پور، ح.، طهرانی، ه.، اسماعیلی، ح.، و دوگونچی، م. (۱۳۹۳). تعیین قدرت پیش‌بینی‌کنندگی نظریه‌ی رفتار برنامه‌ریزی‌شده بر میزان انجام بازی‌های رایانه‌ای نوجوانان. *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*. ۲(۴)، ۳۱۱-۳۰۳. <http://journal.ihepsa.ir/article-1-223-fa.html>

References

- Abdoli, F., Golparvar, M., & Aghaei, A. (2021). Effectiveness of early childhood care and education on intelligence of children 2 to 24 months, and their mother's affective capital and parenting stress. *Pajouhan Scientific Journal*, 19(4), 33-42. <http://dx.doi.org/10.61186/psj.19.4.33> (In Persian)
- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index: Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc.
- Aghaei, S., & Yousefi, Z. (2017). The effectiveness of the quality of life therapy on parental stress and its dimensions among mothers with intellectually disabled children. *Journal of Family Research*, 13(2), 237-250. https://jfr.sbu.ac.ir/article_97556.html?lang=en (In Persian)
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Alami, A., Esmailzadeh, M., Esmaeili, R., Matlabi, M., Ekrami Noghahi, A., & Saberi, M. (2020). Effectiveness of an educational intervention based on the theory of planned behavior on fertility intention of single-child women: A field trial study. *Horizon of Medical Sciences*, 26(3), 212-227. <http://dx.doi.org/10.32598/hms.26.3.2355.2> (In Persian)
- Alizadeh-Siuki, H., Tavakoli-Sani, S. B., Movahedzadeh, D., Heshmati, H., & Peyman N. (2020). The effect of education based on the theory of planned behavior on the risk of infectious residues among health workers working in health centers. *Journal of Torbat Heydariyeh University of Medical Sciences*, 8(3), 75-86. <http://jms.thums.ac.ir/article-1-618-en.html> (In Persian)

- Asa-kohnefroody, Z., Peyman, N., Ghodsikhah, F., & Shakeri-Nejad, G. (2020). The effect of education based on planned behavior theory on physical activity of high school girls. *Iran Journal of Health Education and Health Promotion*, 8(3), 210-223. <http://dx.doi.org/10.29252/ijhehp.8.3.210> (In Persian)
- Bagheri, M., Sajjadian, I., & Ghamarani, A. (2019). The effectiveness of the group positive parenting training program on behavior problems of child and anhedonia of the mothers of educable mental retarded children. *Journal of Pediatric Nursing*, 5(3), 8-16. <http://jpen.ir/article-1-242-en.html> (In Persian)
- Batelaan, N. M., Bosman, R. C., Muntingh, A., Scholten, W. D., Huijbregts, K. M., & van Balkom, A. J. (2017). Risk of relapse after antidepressant discontinuation in anxiety disorders, obsessive-compulsive disorder, and post-traumatic stress disorder: systematic review and meta-analysis of relapse prevention trials. *bmj*, 358. <https://doi.org/10.1136/bmj.j3927>
- Bernier, R., Mao, A., & Yen, J. (2010). Psychopathology, families, and culture: autism. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 19(4), 855-867. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2010.07.005>
- Biabani, N., Kheirjoo, E., & Alaie, P. (2019). Comparison of quality of life, intolerance of uncertainty and parental stress among mothers with mentally retarded children and peers. *Community Health*, 6(2), 165-173. <https://doi.org/10.22037/ch.v6i2.23949> (In Persian)
- Bouchard, G. (2014). The quality of the parenting alliance during the transition to parenthood. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 46(1), 20-28. <https://doi.org/10.1037/a0031259>
- Che Nawi, N., Mamun, A. A., Hassan, A. A., Wan Ibrahim, W. S. A. A., Mohamed, A. F., & Permarupan, P. Y. (2022). Agro-entrepreneurial intention among university students: A study under the premises of theory of planned behavior. *SAGE Open*, 12(1), 1-10. <https://doi.org/10.1177/21582440211069144>
- Dallos, R., & Smart, C. (2011). An exploration of family dynamics and attachment strategies in a family with ADHD/conduct problems. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 16(4), 535-550. <https://doi.org/10.1177/1359104510387391>
- De Fruyt, J., Sabbe, B., & Demyttenaere, K. (2020). Anhedonia in depressive disorder: a narrative review. *Psychopathology*, 53(5-6), 274-281. <https://doi.org/10.1159/000508773>
- De Stasio, S., Coletti, M. F., Boldrini, F., Bevilacqua, F., Dotta, A., & Gentile, S. (2018). Parenting stress in mothers of infants with congenital heart disease and of preterm infants at one year of age. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 15(1), 3-11. <https://psycnet.apa.org/record/2018-11717-001>
- Ebrahimi, M., Mohammadi Zeidi, I., Mohammadi Zeidi, B., & Maleki, M. (2024). The effectiveness of the educational intervention based on the extended theory of planned behavior on pro-environmental behaviors. *Iranian Journal of Health Education & Health Promotion*, 12(1), 47-62. <http://dx.doi.org/10.22034/12.1.6> (In Persian)
- Faramarzi, S., Siadatian, S. H., Rashidi, A., & Kardan, Z. (2019). The comparative study of chronic sorrow and feelings of entrapment in mothers that have children with intellectual disabilities and without. *Journal of Research in Behavioral Science*, 17(1), 120-129. <http://dx.doi.org/10.52547/rbs.17.1.120> (In Persian)
- Ghamarani, A., & Mohseni-Ezhiyeh, A. (2017). The effectiveness of transdiagnostic treatment on anhedonia and gelotophobia in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Research in Behavioral Science*, 15(1), 13-20. <http://rbs.mui.ac.ir/article-1-510-en.html> (In Persian)
- Gilbert, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine*, 28(3), 585-598. <https://doi.org/10.1017/S0033291798006710>

- Heidari Kamroudi, S., Moshkabi Haghghi, M., & Shojaei, A. (2021). The effect of family life education on parenting stress components of mothers with mentally retarded children in the parent domain. *Journal of Excellence in Counseling and Psychotherapy*, 10(39), 48-58. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jci/Article/686498?jid=686498> (In Persian)
- Heidenreich, A., Masson, T., & Bamberg, S. (2020). Let's talk about flood risk—Evaluating a series of workshops on private flood protection. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 50, 101880. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101880>
- Jahangiri, Z., Shamsi, M., Khorsandi, M., & Moradzade, R. (2020). The effect of education based on theory of planned behavior in promoting nutrition-related behaviors to prevent anemia in pregnant women. *Journal of Arak University Medical Science*, 23(6), 872-887. <http://dx.doi.org/10.32598/jams.23.6.135.37> (In Persian)
- Kasaei Esfahani, A., & Davarniya, R. (2019). Investigating the effectiveness of group positive psychotherapy on parenting stress among mothers of children with down criteria. *Research in Cognitive and Behavioral Sciences*, 9(2), 33-46. <https://doi.org/10.22108/cbs.2021.124931.1444> (In Persian)
- Lee, H. J., & Park, B. M. (2021). Feelings of entrapment during the COVID-19 pandemic based on ACE star model: A concept analysis. In *Healthcare* (Vol. 9, No. 10, p. 1305). MDPI. <https://doi.org/10.3390/healthcare9101305>
- Lee, J., & Kim, J. (2018). Association between dietary pattern and incidence of cholesterolemia in Korean adults: The Korean genome and epidemiology study. *Nutrients*, 10(1), 53. <https://doi.org/10.3390/nu10010053>
- Masulani-Mwale, C., Mathanga, D., Kauye, F., & Gladstone, M. (2018). Psychosocial interventions for parents of children with intellectual disabilities—A narrative review and implications for low income settings. *Mental Health & Prevention*, 11, 24-32. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2018.05.003>
- Mehrabia, F., Farmanbar, R., Mahdavi Roshan, M., Farzan, R., Omidi, S., & Aghebati, R. (2021). Effect of an intervention based on the theory of planned behavior on self-care behavior of patients with hypertension: A clinical trial. *Journal of Guilan University of Medical Science*, 30(1), 64-75. <http://dx.doi.org/10.32598/JGUMS.30.1.1160.5> (In Persian)
- Mirzaei-Alavijeh, M., Jalilian, F., Vaezi, M., Mousavi, S. H., Fatahi, M., & Mahboubi, M. (2021). The efficacy of hypertension self-management behaviors promotin program: An application of theory of planned behavior. *Iranian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 22(6), 490-498. <http://ijem.sbm.ac.ir/article-1-2809-en.html> (In Persian)
- Mukaino, M., Tatemoto, T., Kumazawa, N., Tanabe, S., Katoh, M., ... & Otaka, Y. (2020). Staying active in isolation: telerehabilitation for individuals with the severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 infection. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 99(6), 478-479. <https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000001441>
- Naeimi, G., Zaharakar, K., Mohsen Zadeh, F., & Pirsaghi, F. (2017). The effectiveness of psycho-social empowerment program in reducing parental stress and enhancing psychological well-being of parents with mentally retarded children. *Empowering Exceptional Children*, 8(2), 96-107. https://www.ceciranj.ir/article_63559.html?lang=en (In Persian)
- Neff, K. D., & Faso, D. J. (2015). Self-compassion and well-being in parents of children with autism. *Mindfulness*, 6(4), 938-947. <https://doi.org/10.1007/s12671-014-0359-2>
- Nejatifar, S., Aghaziarati, A., & Abedi, A. (2022). The efficacy of transactional analysis training on mother's parenting stress and parental acceptance of aggressive gifted children. *Journal of Applied Family Therapy*, 3(1), 1-20. <https://doi.org/10.22034/aftj.2022.317599.1291> (In Persian)

- Park, E. Y., & Kim, J. H. (2020). Activity limitation in children with cerebral palsy and parenting stress, depression, and self-esteem: A structural equation model. *Pediatrics International*, 62(4), 459-466. <https://doi.org/10.1111/ped.14177>
- Pakpour Haji, A. A., Mohammadi Zeidi, A., & Mohammadi Zeidi, B. (2012). The effect of theory-based planned behavior education on HIV prevention skills in adolescents. *Iranian Journal of Nursing*, 25(78), 1-13. <http://ijn.iiums.ac.ir/article-1-1363-en.html> (In Persian)
- Peteers, J. (2008). *The Construction of a New Profession: A European Perspective on Professionalism in Early Childhood Education and Care*. Amsterdam: SWP publishing.
- Pisula, E., & Porębowicz-Dörsmann, A. (2017). Family functioning, parenting stress and quality of life in mothers and fathers of Polish children with high functioning autism or Asperger syndrome. *PLoS one*, 12(10), e0186536. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0186536>
- Rahimi, S., Amin Yazdi, S. A., & Afrooz, G. (2021). Comparison of developmental family functioning, personality traits, and parenting stress in mothers with autism spectrum disorder and peers with normal counterparts. *Journal of Pediatric Nursing*, 6(3), 14-21. <http://jpen.ir/article-1-479-en.html> (In Persian)
- Rajan, S. K. (2022). Role of stress and age in resilience among parents of the children with intellectual disability. In *Research Anthology on Physical and Intellectual Disabilities in an Inclusive Society* (pp. 1428-1438). IGI Global.
- Saadat, E., & Qamrany, A. (2016). Study of the relationship between entrapment and anhedonia of mothers, behavioral disorders of preschool girl children. *Journal Pediatric Nursing*, 2(3), 56-63. <http://jpen.ir/article-1-74-en.html> (In Persian)
- Santangelo, G., Vitale, C., Trojano, L., Longo, K., Cozzolino, A., Grossi, D., & Barone, P. (2009). Relationship between depression and cognitive dysfunctions in Parkinson's disease without dementia. *Journal of Neurology*, 256(4), 632-638. <https://doi.org/10.1007/s00415-009-0146-5>
- Shokri, L., & Mehrinia, F. (2020). Effectiveness of self - differentiation training on psychological resilience and feeling entrapment in the mothers of the children with attention deficit and hyperactivity disorder. *Journal of Psychological Science*, 19(92), 1031-1040. <http://psychologicalscience.ir/article-1-362-en.html> (In Persian)
- Siadatian, S., & Ghamarani, A. (2013). The investigation of validity and reliability of snaith-hamilton anhedonia scale (shaps) in the students of Isfahan University. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*, 12(10), 807-818. <http://journal.rums.ac.ir/article-1-2024-en.html> (In Persian)
- Siadatian, S. H., Ghamarani, A., Jalali, M., & kholqi, Z. (2013). A comparative study of anhedonia among parents of children with or without mental retardation. *Preventive Care in Nursing and Midwifery Journal*, 3(1), 22-29. <http://nmcjournal.zums.ac.ir/article-1-86-en.html> (In Persian)
- Sim, A., Vaz, S., Cordier, R., Joosten, A., Parsons, D., ... & Falkmer, T. (2018). Factors associated with stress in families of children with autism spectrum disorder. *Developmental Neurorehabilitation*, 21(3), 155-165. <https://doi.org/10.1080/17518423.2017.1326185>
- Snaith, R. P., Hamilton, M., Morley, S., Humayan, A., Hargreaves, D., & Trigwell, P. (1995). A scale for the assessment of hedonic tone the Snaith-Hamilton Pleasure Scale. *The British Journal of Psychiatry*, 167(1), 99-103. <https://doi.org/10.1192/bjp.167.1.99>
- Soomro, B. A., Shah, N., & Abdelwahed, N. A. A. (2022). Intention to adopt cryptocurrency: a robust contribution of trust and the theory of planned behavior. *Journal of Economic and Administrative Sciences*. <https://doi.org/10.1108/JEAS-10-2021-0204>
- Tavakolizadeh, J., Dashti, S., & Panahi, M. (2013). the effect of rational-emotional training on mothers' mental health condition of children with mental retardation. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 649-658. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.11.457>

- Turner, D. T., McGlanaghy, E., Cuijpers, P., Van Der Gaag, M., Karyotaki, E., & MacBeth, A. (2018). A meta-analysis of social skills training and related interventions for psychosis. *Schizophrenia Bulletin*, 44(3), 475-491. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbx146>
- Vafaenajar, A., Masihabadi, M., Moshki, M., Ebrahimipour, H., Tehrani, H., Esmaily, H. & Dogonchi, M. (2015). Determining the Theory of Planned Behavior's Predictive Power on Adolescents' Dependence on Computer Games. *Iran Journal Health Education Health Promotion*. 2(4), 303-311. <http://journal.ihepsa.ir/article-1-223-en.html> (In Persian)
- Velthorst, E., Meijer, C., & G.R.O.U.P. Investigators (2012). The association between social anhedonia, withdrawal and psychotic experiences in general and high-risk populations. *Schizophrenia Research*, 138(2-3), 290-294. <https://doi.org/10.1016/j.schres.2012.03.022>