

Research Paper

Effectiveness of the Nurturing Program for Parents and their Children with Special Needs and their Health Challenges on the Perceived Energy for Parenting and Mindfulness

Vahid Hajjaliani¹, Afshin Tahmasbi², Adeleh Shakhs Bolandghadr³, Reza Shabahang^{*4}, Farzin Bagheri Sheykhgafshe⁵

1. Ph.D. Student in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran, Iran

2. B.A. in General Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Payame Noor University, Kermanshah, Iran

3. M.A. in Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Iran

4. M.A. in General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran

5. Ph.D. Student in Psychology, Faculty of Humanities, Tarbiat Modares University, Tehran, Iran

Citation: Hajjaliani V, Tahmasbi A, Shakhs Bolandghadr A, Shabahang R, Bagheri Sheykhgafshe P. Effectiveness of the nurturing program for parents and their children with special needs and their health challenges on the perceived energy for parenting and mindfulness. *J Child Ment Health.* 2021; 7(4): 233-247.

URL: <http://childmentalhealth.ir/article-1-844-en.html>



doi [10.52547/jcmh.7.4.15](https://doi.org/10.52547/jcmh.7.4.15)
20.1001.1.24233552.1399.7.4.15.3

ARTICLE INFO

ABSTRACT

Keywords:

Nurturing program, perceived energy for parenting, mindfulness, parents and children with special needs

Background and Purpose: Previous studies indicate the importance of the perceived energy for parenting and mindfulness in the optimal upbringing of children with special needs. In this regard, the present study aimed to investigate the effect of nurturing program for parents and children with special needs and their health challenges on the perceived energy for parenting and mindfulness.

Method: The present research was a quasi-experimental study with pretest- posttest control group design. The population of the study consisted of parents of children with special needs in the exceptional schools of the first district of Rasht city in the first semester of academic year 2019-2020. The sample consisted of 60 parents (mother/father) who were selected by convenience sampling and randomly assigned to the experimental or control group. The applied instruments were Perceived Energy for Parenting Scale (Janisse, Barnett, & Nies, 2009) and Freiburg Mindfulness Inventory-Short Form (Walach et al., 2006). The experimental group, including children with special needs and their parents received twelve sessions of nurturing program for parents and children with special needs and their health challenges (Burton et al., 2018), but the control group did not receive any intervention. Eventually, the data were analyzed by one-way analysis of covariance.

Results: The findings indicated that the nurturing program for parents and their children with special needs and their health challenges had a significant effect on increasing perceived energy for parenting ($F=80.94$) and mindfulness ($F=9.10$) ($P<0.01$).

Conclusion: Considering the importance of perceived energy for parenting and mindfulness in optimal child rearing, the current nurturing program with a focus on attitudes, needs, independence, empathy, and parent-child relationship can be an effective intervention for enhancing perceived energy for parenting and mindfulness in the parents of children with special needs.

Received: 5 Jun 2019

Accepted: 8 Dec 2020

Available: 17 Mar 2021

* **Corresponding author:** Reza Shabahang, M.A. in General Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Tehran, Tehran, Iran.

E-mail: Reza.shabahang@ut.ac.ir

Tel: (+98) 2161111

2476-5740/ © 2021 The Authors. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).



Extended Abstract

Introduction

Children with disabilities and developmental delays are known as children with special needs. This concept includes a range of disorders in cognitive, physical, motor, verbal and social dimensions (2). One of the most important issues faced by the parents of children with special needs is parenting; specifically the perceived energy for parenting. Perceived energy for parenting is a new concept introduced in relation to the parenting. Like any other social role, parenting requires sufficient energy. In fact, the perceived energy for parenting consists of cognitions, behaviors, and emotions related to parenting, which refer to the physical, cognitive and emotional capacities required to perform parenting duties (10). Parents can suffer from parental burnout, which is characterized by physical and emotional fatigue, emotional distance in parent-child relationship, and feeling inadequate to play the role of a parent (11-15).

Mindfulness is another important issue that can be considered in relation to parents of children with special needs and the children themselves. One of the most characteristic definitions of mindfulness includes awareness arising from purposeful, instantaneous and non-biased attention (18-24). Petcharat and Liehr (20) associate mindful parenting with lower levels of stress, anxiety, and depression, and higher levels of psychological well-being in the parents of children with special needs. Also, findings show the effect of conscious parenting on the increase of acceptance in the children with special needs.

Parents of children with special needs face many difficulties in finding appropriate care for their children (30) and for many reasons; they have limited access to adequate and high-quality care. However, effective interventions can play a very prominent role in improving the family, children and related dimensions (2). Accordingly, the aim of this study was to investigate the effect of parenting and children with special needs and their health struggles on the perceived energy for parenting and mindfulness.

Method

The present research was a quasi-experimental study with pretest- posttest control group design. The population of the study consisted of parents of children with special needs in the exceptional schools of the first district of Rasht city in the first semester of academic year 2019-2020. The sample consisted of 60 parents who were selected by convenience sampling and then randomly assigned to the experimental or control group. The applied instruments were as follows:

Perceived energy for parenting scale: Janisse, Barnett & Nies designed this scale to assess parents' energy levels in their parenting roles. The content of the items are based on the literature related to parenting tasks as well as on the assessment of the overall energy metering of McNair et al (10).

Freiburg Mindfulness Inventory-Short Form: Walach et al designed the Freiburg Mindfulness Questionnaire to assess the experience of mindfulness (37). The short form of the Freiburg Mindfulness Inventory is a self-report and one-factor tool that consists of 14 items about mindfulness experience and is scored in 4-point Likert scale from (1) rarely to (4) almost always.

The parenting program for children with special needs and their health challenges (31) belongs to a broader set of parenting programs. In general, this program was designed to substitute dysfunctional parenting of children with special needs with nurturing parenting program. The parenting program for parents of children with special needs and their children includes 12 two-hour group sessions (one session per week). In the first 90 minutes, parents and children were visited separately, and then in the last 30 minutes, parents and children gathered for food and family activities.

Results

Table 1 shows the mean and standard deviation of pre-test and post-test scores on perceived energy for parenting and mindfulness in the experimental and control groups. Also in this table, the results of Kolmogorov-Smirnov test (K-S Z) are reported to check the normality of the distribution of variables in the two groups. According to this table of Z

statistics, the K-S test is not significant for all variables. Therefore, it can be concluded that the distribution of variables is normal.

Table 1. Descriptive Indices of Study's Variables in Experimental and Control Groups

Variables		Groups	Mean	SD	K-S Z	P
Perceived Energy for Parenting	Pre-test	Experimental Group	35.20	4.51	0.140	0.135
		Control Group	41.56	7.19	0.114	0.052
	Post-test	Experimental Group	48.70	4.20	0.147	0.098
		Control Group	45.50	6.51	0.104	0.166
Mindfulness	Pre-test	Experimental Group	31.43	5.01	0.145	0.107
		Control Group	39.43	4.21	0.108	0.081
	Post-test	Experimental Group	46.80	3.41	0.145	0.111
		Control Group	44.01	4.31	0.105	0.094

One-way analysis of covariance was used for each of them to investigate the effect of the nurturing program on the perceived energy for parenting and mindfulness, considering that these two variables are completely separated from each other. Also, before performing the analysis, all the assumptions of one-way univariate analysis of covariance were checked and established.

The results of one-way analysis of covariance to investigate the difference between the experimental and control groups in the perceived energy for parenting showed that the F-statistic was significant at the post-test phase (53.86, $p < 0.001$). This shows that there is a significant difference between the two groups in terms of the perceived energy for parenting. Also, the effect size of 0.48 showed that this difference was large in the population. The F-statistic of perceived energy for parenting was significant at the level of 0.001 (80.94).

The results of one-way analysis of covariance to examine the difference of mindfulness between the experimental and control groups showed that the F-statistic was significant at the post-test phase ($F = 17.89$, $p < 0.001$), indicating that there was a significant difference between the two groups in terms of mindfulness. The effect size of .24 showed that this difference was large in the population. The F-statistic for mindfulness at the pre-test phase (9.10) was significant at the level of 0.004. This

indicates that pre-test had a significant effect on the post-test scores.

Conclusion

The results of this study showed that the nurturing program for parents has a significant effect on the perceived energy for parenting of parents of children with special needs. According to the results of the present study, the nurturing program for parents increased the perceived energy for parenting in the participant parents through focusing on the cognitive, social and emotional dimensions (11-15). On the other hand, the nurturing program had a significant effect on the mindfulness of children with special needs.

These parents mostly have lower level of mindfulness which may cause numerous problems for them and their families. So, it can be concluded that the nurturing program, by emphasizing the acceptance of differences, peace, comfort, achieving peace, grief, and loss in both parents and children, led to an increase in parental awareness (20-24).

One of the limitations of the present study was the lack of continuous assessment of parents during the presentation of the parenting program, which resulted in the lack of full awareness of the impact of each session. It is suggested that next studies assess the parents during the intervention to determine the impact of the program.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This study was conducted independently and is not the result of an approved dissertation or research project. It was conducted with the permission No. 3701/28130/937 dated 30.05.2019 by the Education Administration of District One of Rasht and with the full consent of the sample.

Funding: The present study was conducted without any financial support from a specific organization.

Authors' contribution : In the present study, the first and second authors participated in the intervention sessions. The

third and fourth authors were involved in writing and editing the article, and the fifth author was involved in data collection and analysis.

Conflict of interest: The authors declared no conflict of interest and the results have been reported clearly with no bias.

Acknowledgments: We sincerely thank the officials of the exceptional schools in District One of Rasht, the educated and kind parents of children with special needs, and the children participating in the research.

مقاله پژوهشی

اثربخشی برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی

وحید حاجی علیانی^۱، افشین طهماسبی^۲، عادلہ شخص بلندقدر^۳، رضا شباهنگ^{۴*}، فرزین باقری شیخانگفشه^۵

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

۲. کارشناسی روان‌شناسی عمومی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه پیام نور، کرمانشاه، ایران

۳. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

۴. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران

۵. دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس، تهران، ایران

مشخصات مقاله

چکیده

کلیدواژه‌ها:

برنامه پرورشی،
انرژی والدگری،
ذهن آگاهی،

والدین و کودکان با نیازهای ویژه

زمینه و هدف: نتایج پژوهش‌های پیشین حاکی از اهمیت انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی در پرورش مطلوب کودکان با نیازهای ویژه است. در این راستا، مطالعه حاضر با هدف بررسی تأثیر برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی انجام شده است.

روش: روش پژوهش حاضر شبه‌تجربی و طرح آن به صورت پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل والدین کودکان با نیازهای ویژه مدارس استثنایی ناحیه یک شهر رشت در نیم‌سال اول تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود. نمونه مورد مطالعه شامل ۶۰ والد (مادر یا پدر) بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه جایدهی شدند. ابزار گردآوری اطلاعات شامل مقیاس انرژی ادراک شده والدگری (یانیس، بارت و نیس، ۲۰۰۹) و فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ (والاچ و همکاران، ۲۰۰۶) بود. گروه آزمایش شامل والدین کودکان با نیازهای ویژه به همراه فرزندانشان، دوازده جلسه برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها (برتون و همکاران، ۲۰۱۸) را دریافت کردند، ولی گروه گواه هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. در پایان داده‌های به دست آمده با آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره یکراهه تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر افزایش انرژی ادراک شده والدگری ($F=80/94$) و ذهن آگاهی ($F=9/10$) والدین کودکان با نیازهای ویژه تأثیر معناداری دارد ($P<0/01$).

نتیجه‌گیری: با در نظر گرفتن اهمیت والدگری و ذهن آگاهی در پرورش مطلوب، برنامه پرورشی حاضر با تمرکز بر نگرش‌ها، نیازها، استقلال، همدلی و ارتباط والد-فرزند می‌تواند مداخله‌ای کارآمد در بهبود انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه باشد.

دریافت شده: ۹۸/۰۳/۱۵

پذیرفته شده: ۹۹/۰۹/۱۸

منتشر شده: ۹۹/۱۲/۲۷

* نویسنده مسئول: رضا شباهنگ، کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تهران، ایران.

رایانامه: Reza.shabahang@ut.ac.ir

تلفن: ۰۲۱-۶۱۱۱۱

مقدمه

بر طبق آمار سازمان جهانی سلامت^۱، برآورد می‌شود که ۹۵ میلیون کودک بین ۰-۱۴ سال، برخی از انواع کم‌توانی^۲ و اختلالات را دارا باشند که اختلال طیف اوتیسم^۳، تأخیرهای تحولی^۴، اختلالات رفتاری^۵ و مشکلات یادگیری^۶ از جمله شایع‌ترین کم‌توانی‌ها هستند (۱). کودکان با کم‌توانی و تأخیرهای تحولی^۷، به عنوان کودکان با نیازهای ویژه^۸ شناخته می‌شوند. مفهومی که دامنه اختلالات در ابعاد شناختی، جسمانی، حرکتی، کلامی، و اجتماعی را شامل می‌شود (۲). به بیانی دیگر، مفهوم با نیازهای ویژه، معادل ملایم و غیرمستقیم^۹ مفهوم کم‌توانی است که به دارا بودن نیازهایی خاص از جانب کودکان اشاره دارد و طیف گسترده‌ای از اختلالات جسمانی و روان‌شناختی را در بر می‌گیرد و بر اساس تقسیم‌بندی‌های مختلف باید توجه شود که گروه تیزهوشان و با استعداد نیز در فهرست افراد با نیازهای ویژه قرار دارند (۳).

از جمله موضوعات بسیار مهم در مورد والدین دارای کودکان با نیازهای ویژه^{۱۰}، والدگری و به طور مشخص انرژی ادراک‌شده والدگری^{۱۱} آنها است. والدگری شامل نگرش‌ها، باورها، و رفتارهای والدین است (۴) و عاملی بسیار مهم و تأثیرگذار در سلامت (۵)، تحول شناختی (۶)، تحول اجتماعی (۷)، رفتارهای اجتماعی متناسب (۸) و تحول اجتماعی - هیجانی (۹) فرزندان است که این تأثیرات در مورد کودکان با نیازهای ویژه می‌تواند برجسته‌تر باشد. انرژی ادراک‌شده والدگری از جمله مفاهیم جدیدی است که در رابطه با والدگری مطرح شده است. نقش والدگری همچون هر نقش اجتماعی دیگری، نیازمند انرژی کافی است. در واقع، انرژی ادراک‌شده والدگری متشکل از شناخت‌ها، رفتارها، و هیجانات مرتبط با والدگری است که به ظرفیت‌های جسمانی، شناختی، و هیجانی برای ایفای نقش والدگری و انجام وظایف والدگری اشاره دارد (۱۰). به بیانی دیگر، والدین می‌توانند دچار فرسودگی والدگری^{۱۲} شوند که مشخصه‌های آن خستگی جسمانی و هیجانی، فاصله‌گیری هیجانی از فرزند، و احساس عدم لیاقت در ایفای

نقش والدگری است (۱۱). با توجه به مشخصه‌های خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه، مشکلات والدگری در این دسته از خانواده‌ها تقریباً برجسته است (۱۲) و انرژی اندک والدگری موضوع بسیار مهمی به حساب می‌آید. در همین رابطه، ها، گرینبرگ و سلترز (۱۳) بر اهمیت والدگری کودک با کم‌توانی و دشواری آن تأکید می‌کنند. اوکونل، اووالوران و دودی (۱۴) بیان می‌کنند که والدین کودکان با کم‌توانی به طو عمده با تغییراتی در انتظارات، برنامه‌های خانواده، زندگی شغلی، وضعیت اجتماعی و اقتصادی، و همچنین سلامت خود مواجه می‌شوند که والدگری را برای آنها دشوار می‌کند. کراون (۱۵) نیز مطرح می‌کند، والدگری کودک با کم‌توانی تحولی، تجربه پیچیده‌ای است که با تردید، وحشت و احساس از دست دادن همراه است. همچنین گرین و زچ (۱۶) گزارش می‌دهند که والدین کودکان با نیازهای ویژه در مقایسه با سایر والدین، فرسودگی والدگری بیشتری را تجربه می‌کنند. با در نظر گرفتن نتایج مطالعات پیشین، باید اذعان داشت که والدگری و به طور مشخص انرژی ادراک‌شده والدگری، موضوعاتی بسیار مهمی در مورد والدین و کودکان با نیازهای ویژه هستند. بدین معنا که والدین کودکان با نیازهای ویژه در مقایسه با سایر والدین از انرژی ادراک‌شده والدگری کمتری برخوردار هستند که در این بین، یافتن مداخله‌ای موثر برای بهبود والدگری و انرژی ادراک‌شده والدگری، می‌تواند برای والدین و کودکان با نیازهای ویژه بسیار مفید باشد.

ذهن آگاهی^{۱۳} مسئله برجسته دیگری است که می‌توان در رابطه با والدین دارای کودکان با نیازهای ویژه و فرزندان‌شان در نظر داشت. مفهوم ذهن آگاهی به وضعیت روان‌شناختی آگاهی اشاره دارد (۱۷). یکی از مشخص‌ترین تعاریف ذهن آگاهی شامل آگاهی برخاسته از توجه هدفمند، در لحظه و غیرسوگیرانه است (۱۸). نورتون و گرفت (۱۹) ذهن آگاهی را به صورت مشاهده غیرسوگیرانه جریان محرک‌های داخلی و خارجی تعریف می‌کنند. مطالعات انجام شده بیانگر اهمیت مولفه ذهن آگاهی در مورد خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه است.

8. Children with special needs
9. Euphemism
10. Parents have children with special needs
11. Perceived energy for parenting
12. Parental burnout
13. Mindfulness

1. World Health Organization
2. Disability
3. Autism spectrum
4. Developmental delays
5. Behavioral disorders
6. Learning problems
7. Children with developmental disabilities

برچسب‌های اجتماعی مواجه می‌شوند که می‌توانند نشانه‌های سلامت جسمانی، عواطف منفی و بهزیستی روان‌شناختی کمتر را در این دسته از والدین موجب شوند (۲۹-۲۶). بر همین اساس، دریافت مداخلات کارآمد می‌توانند بر سلامت والدین و کودکان با نیازهای ویژه آن‌ها تأثیر باشد. والدین کودکان با نیازهای ویژه، با کشاکش‌های بسیاری در یافتن مراقبت‌های مناسب برای فرزندان‌شان مواجه می‌شوند (۳۰) و به دلایل بسیار، دسترسی محدودی به مراقبت‌های کافی و با کیفیت دارند؛ در حالی که مداخلات کارآمد می‌توانند نقشی بسیار برجسته در بهبود خانواده، فرزندان و ابعاد مرتبط با آنها داشته باشند (۲).

با توجه به وجود مشکلاتی در انرژی ادراک‌شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه، برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها به عنوان مداخله‌ای گسترده و جدید می‌تواند روشی کارآمد و مفید برای والدین و کودکان با نیازهای ویژه آنها باشد. برنامه پرورشی در نظر دارد که تحول بهینه خانواده کودکان با نیازهای ویژه را از طریق کمک به آنها برای دستیابی به نگرش‌های مثبت، استقلال، باروری و درآمیختگی، موجب شود. برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بخشی از مجموعه گسترده‌تری به نام برنامه‌های پرورش والدگری^۱ است که جایگزینی والدگری پرورشی را به جای والدگری‌های سواستفاده‌کننده^۲ و غفلت‌شده^۳ در نظر دارد. در واقع، برنامه پرورشی متکی بر نظریه مراقبت خانواده‌محور^۴ (خانواده بخش اصلی در تحول و موفقیت کودک است)، نظریه آدلری^۵ (هر کودکی فارغ از توانایی‌هایش، تمایل به تعلق و احساس مهم بودن دارد)، نظریه زیستی‌عصبی بین‌فردی^۶ (نقش ارتباطات بین‌فردی در شکل‌دهی مغز) و نظریه دلبستگی (چگونگی ارتباط والد و فرزند و پیامدهای آن) است و مداخله‌ای است که به صورت همزمان والدین و کودکان با نیازهای ویژه را مورد هدف قرار می‌دهد تا افزایش قدرت خانواده^۷ را موجب شود (۳۱). با توجه به مشخصه‌های برجسته برنامه پرورشی همچون تأکید بر نگرش، همدلی و ارتباط والد-فرزند، تمرکز بر هر دو والدین و

پتچارات و لیهر (۲۰) عنوان می‌کنند که والدگری ذهن آگاهانه با سطوح پایین تر تنش، اضطراب، افسردگی و سطح بالاتر بهزیستی روان‌شناختی والدین کودکان با نیازهای ویژه مرتبط است. همچنین نتایج حاکی از تأثیر والدگری ذهن آگاهانه بر پذیرش بیشتر فرزند با نیازهای ویژه خود بود. ویتینگهام (۲۱) با بررسی مطالعات انجام شده درباره تأثیر مداخلات والدگری موج سوم با تأکید بر ذهن آگاهی و پذیرش، بیان می‌کند که ذهن آگاهی و پذیرش، عواملی مهم در خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه است. نتایج مطالعه چان و لام (۲۲) نشان می‌دهد که والدگری کودک کم‌توان ذهنی و با مشکلات رفتاری، الزاماً به معنای تنش بیشتر نیست و در این بین ذهن آگاهی عاملی بسیار با اهمیت به حساب می‌آید. در واقع، والدین کودکان با نیازهای ویژه به طور عمده از ذهن آگاهی کمتری برخوردار هستند که این مسئله منجر به تنش بیشتر در آنها می‌شود. هم راستا با مطالعات دیگر، مک‌دونالد و هستینگ (۲۳) نیز بر نقش ذهن آگاهی در خانواده کودکان با نیازهای ویژه تأکید می‌کنند؛ بدین مفهوم که سطوح کمتر ذهن آگاهی نسبت به والدگری در پدران کودکان با نیازهای ویژه، به کاهش در آمیختگی با فرزندان منجر می‌شود. همچنین رایان و احمد (۲۴) منطبق با مطالعه مروری خود گزارش می‌دهند که ذهن آگاهی موضوعی اساسی در والدگری کودکان با نیازهای ویژه است و مداخلات ذهن آگاهی بر تنش والدین این دسته از کودکان مؤثر است. با توجه به نتایج پژوهش‌های پیشین، ذهن آگاهی مسئله دیگری است که در رابطه با والدین کودکان با نیازهای ویژه، بسیار اهمیت دارد و سطوح کمتر ذهن آگاهی در آنها برجسته است. بر این اساس، ارائه مداخله‌ای در رابطه با ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه می‌تواند تأثیرات مثبتی بر روی خانواده کودکان با نیازهای ویژه بگذارد.

در مجموع، نگهداری و پرورش کودکان با نیازهای ویژه، می‌تواند پیامدهای منفی مشخصی را برای سلامت جسمانی و روان‌شناختی والدین به همراه داشته باشد (۱۳-۲۵). در واقع، والدین کودکان با نیازهای ویژه، با کشاکش‌های همچون مشکلات اقتصادی، رفتارهای مشکل‌زا و

5. Adlerian theory
6. Interpersonal neurobiology theory
7. Family strength

1. Nurturing parenting programs
2. Abusive
3. Neglectful
4. Family centered care

علاقمندی به شرکت در مطالعه و رضایت شخصی بودند. ملاک‌های ورود به پژوهش برای کودکان نیز شامل سن والدین، تحصیلات و سن والدین، رضایت کتبی، زندگی با والدین، دامنه سنی ۹ تا ۱۵ سال و بررسی پرونده دانش آموز جهت شدت اختلال بود. همچنین، غیبت بیش از دو جلسه و عدم تمایل به ادامه همکاری در پژوهش به عنوان ملاک‌های خروج شرکت کنندگان در نظر گرفته شدند. میانگین سنی شرکت کنندگان گروه آزمایش و گواه ۳۸/۵۷ و ۳۹/۱۱ سال بود. ۳۸ درصد از والدین دارای شغل دولتی و ۶۲ درصد نیز دارای شغل آزاد بودند. از نظر سطح تحصیلات، ۱۸ درصد زیر دیپلم، ۵۳ درصد دیپلم، و ۲۹ درصد نیز دارای تحصیلات دانشگاهی بودند. همچنین، میانگین سطح درآمدی خانواده‌ها نیز نزدیک به دو میلیون تومان بود.

ب) ابزار

۱. *مقیاس انرژی ادراک شده والدگری*: یانیس، بارت و نیس (۱۰) مقیاس انرژی ادراک شده والدگری را برای ارزیابی سطح انرژی والدین در ایفای نقش والدگری، طراحی کرده‌اند. محتوای گویه‌های مقیاس انرژی ادراک شده والدگری بر اساس مطالعه پیشینه‌های پژوهشی مرتبط با تکالیف والدگری و همچنین ارزیابی سنج انرژی کلی مک نیر^۳ و همکاران تدوین شدند (مثل؛ من از ورزش کردن و فعالیت‌های جسمانی با فرزندم لذت می‌برم). این مقیاس تک‌عاملی و متشکل از ۱۰ گویه است که به صورت لیکرت ۶ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم پاسخ‌دهی و نمره‌دهی می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این مقیاس به ترتیب ۱۰ و ۶۰ است که نمرات بالاتر، حاکی از انرژی ادراک شده والدگری بیشتر است. یانیس، بارت و نیس (۱۰) همسانی درونی مقیاس را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آوردند. همچنین پایایی دو نیمه‌سازی مقیاس ۰/۸۰ به دست آمد. به منظور سنجش روایی افتراقی^۴ مقیاس، تحلیل ساختاری بر روی گویه‌های مقیاس انرژی ادراک شده والدگری، برآورد فعالیت والدگری^۵ و سنج نیمرخ وضعیت‌های خلقی^۶ انجام شد. یافته‌ها بیانگر روایی افتراقی مناسب مقیاس بود؛ همچنین روایی همگرایی این ابزار با توجه به محاسبه همبستگی مثبت آن با فعالیت ورزشی و جسمانی، تأیید شد (۱۰). در مطالعه حاضر، آلفای کرونباخ

فرزندان‌شان و همچنین ارزان و کوتاه‌مدت بودن آن، می‌تواند از برنامه پرورشی به عنوان مداخله‌ای کارآمد برای خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه بهره برد. بدین مفهوم که با در نظر گرفتن تأثیر مؤلفه‌هایی همچون شناخت مثبت، استقلال، همدلی و درآمیختگی بر والدگری و ذهن آگاهی (۳۶-۳۲)، برنامه پرورشی می‌تواند مداخله‌ای بسیار کارآمد برای افزایش انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه باشد.

از این رو، بررسی این موضوع که آیا برنامه پرورشی می‌تواند بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه تأثیر بگذارد یا خیر، بسیار مهم است. با توجه به فقدان مطالعه‌ای در مورد برنامه پرورشی در داخل کشور و همچنین با در نظر گرفتن مطالعات اندک انجام شده درباره تأثیرات برنامه پرورشی در خارج از کشور، پژوهش حاضر در آگاهی بهتر از برنامه پرورشی و پیامدهای آن می‌تواند بسیار کمک‌کننده باشد. بر این اساس، هدف از پژوهش حاضر بررسی تأثیر برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی است.

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت‌کنندگان: طرح پژوهش حاضر، شبه‌تجربی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل والدین کودکان با نیازهای ویژه (طیف اوتیسم، کم‌توانی یادگیری، نشانگان داون، و نارسایی توجه-فزون‌کنشی^۱) مدارس استثنایی ناحیه یک شهر رشت در نیمسال اول تحصیلی سال ۱۳۹۸-۱۳۹۹ بود. نمونه‌ها شامل ۶۰ والد (پدر و مادر) بودند که با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و گواه (۳۰ نفر) جایدهی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش برای والدین کودکان شامل تعلق به جامعه پژوهش، نبود مشکلات جسمانی و روان‌شناختی جدی گزارش شده (بررسی پرونده پزشکی)، دارا بودن سواد خواندن و نوشتن، دامنه سنی بین ۳۰ تا ۴۵،

4. Differential validity
5. Parenting activity estimates
6. Profile of mood states inventory

1. Attention Deficit Hyperactivity
2. Perceived energy for parenting scale
3. McNair

روایی همزمان مناسب پرسشنامه را گزارش کردند. همچنین نتایج بیانگر اعتبار مناسب پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ (۰/۹۲)، ضرایب استاندارد شده (۰/۹۳) و بازآزمایی (۰/۸۳) بود. آلفای کرونباخ فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ در مطالعه حاضر، ۰/۹۱ به دست آمد که حاکی از همسانی درونی مناسب پرسشنامه است.

ج) برنامه مداخله‌ای: برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها (۳۱) به مجموعه گسترده‌تری به نام برنامه‌های پرورش والدگری^۲ تعلق دارد. به طور کلی، این برنامه به منظور جایگزینی والدگری پرورشی با والدگری‌های ناکارآمد والدین کودکان با نیازهای ویژه طراحی شد. برنامه پرورشی بر نظریه مراقبت خانواده محور^۳، نظریه آدلری^۴، نظریه زیستی-عصبی بین فردی^۵، و نظریه دلبستگی^۶ مبتنی است و پنج سازه مهم شامل انتظارات نامتناسب از فرزند، کمبود همدلی والدگرایانه نسبت به نیازهای فرزندان، ارزش تنبیه بدنی، بازیابی نقش والد-فرزند و سرکوب قدرت و استقلال کودکان را در بر دارد.

برای مقیاس انرژی ادراک شده والدگری، ۰/۸۶ به دست آمد و روایی آن را متخصصان تأیید کردند.

۲. فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ^۱: والاچ و همکاران (۳۷) به منظور سنجش تجربه ذهن آگاهی، پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ را طراحی کردند. فرم کوتاه پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ، ابزاری خود گزارشی و تک‌عاملی است که متشکل از ۱۴ گویه در مورد تجارب ذهن آگاهی است و به صورت لیکرت ۴ گزینه‌ای از به ندرت (۱) تا تقریباً همیشه (۴) پاسخ‌دهی و نمره گذاری می‌شود. حداقل و حداکثر نمره در این پرسشنامه به ترتیب ۱۴ و ۵۶ است که افراد با ذهن آگاهی بیشتر، نمرات بیشتری در این پرسشنامه کسب می‌کنند. والاچ و همکاران (۳۷) با بررسی نسخه کوتاه پرسشنامه، ساختار تک‌عاملی و مشخصه‌های روان‌سنجی مناسب آن را گزارش کردند. آلفای کرونباخ و میانگین همبستگی بین گویه‌ای به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۲۱ به دست آمد. در ایران، قاسمی جوینه و همکاران (۳۸)، با بررسی همبستگی پرسشنامه ذهن آگاهی فرایبورگ با ابزارهای خودمهارگری (تنگنی، بامیستر، و بون، ۲۰۰۴) و تنظیم شناختی هیجانی (گارنفسکی و کرایچ، ۲۰۰۶)،

جدول ۱: محتوای جلسات مداخله

جلسات	فعالیت‌های بزرگسالان	فعالیت‌های کودکان
جلسه ۱		جهت‌گیری من و خانواده من
جلسه ۲	مقدمه و آشنایی	پذیرش تفاوت‌ها، آرامش، راحتی، دستیابی به آرامش
جلسه ۳	تحول مغزی، سنین مختلف و مراحل تحولی، آرامش و دستیابی به آرامش سنین مختلف و مراحل تحولی، شخصیت، ساختار خانواده، حزن و از دست دادن	احساسات، درک تفاوت‌ها
جلسه ۴	قدرت و استقلال شخصی	تحسین، حرمت خود
جلسه ۵	نظم	قدرت شخصی
جلسه ۶	نظم	مالکیت بدن
جلسه ۷	سلامت و بهبودی	امید و بهبودی
جلسه ۸	احساسات و نیازها	احساسات، فهم و ابراز خشم
جلسه ۹	کمک کردن به توانایی مقابله فرزندان، اجتماعی شدن، حمایت برادران و خواهران تنش، شوخی، نیازهای سلامتی، نیازهای ویژه	برادران، خواهران و دوستان
جلسه ۱۰	تعامل، هوداری	ابراز نگرانی‌ها و تنش‌ها
جلسه ۱۱	جمع‌بندی، اختتامیه، جشن گرفتن	تعامل
جلسه ۱۲		جمع‌بندی، اختتامیه، جشن گرفتن

4. Adler theory
5. Interpersonal neural biological theory
6. Attachment theory

1. Short form of Freiburg mindfulness inventory
2. Parenting programs
3. Family-centered care theory

محتوای جلسات مداخله ارائه شده است. همچنین به منظور رعایت نکات اخلاقی، به والدین اطمینان داده شد که اطلاعات پژوهش به صورت گروهی مورد تحلیل قرار خواهد گرفت. پس از جمع آوری اطلاعات، داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس یک‌راهه بررسی شد.

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد نمرات پیش‌آزمون- پس‌آزمون انرژی ادراک شده والدگری و ذهن‌آگاهی در گروه آزمایش و گواه در جدول ۲ ارائه شده است. همچنین در این جدول نتایج آزمون کالموگروف-اسمیرنف برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها در دو گروه گزارش شده است. با توجه به این جدول آماره Z آزمون کالموگروف-اسمیرنف برای تمامی متغیرها معنادار نیست، در نتیجه می‌توان نتیجه گرفت که توزیع متغیرها نرمال است.

د) روش اجرا: پس از هماهنگی‌ها و اخذ مجوز از سازمان آموزش و پرورش ناحیه یک شهر رشت، با مراجعه به مدارس استثنایی منطقه، ۶۰ والد با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه گمارده شدند. در ابتدا، توضیحاتی کلی به والدین داده شد و پس از در نظر گرفتن ملاک‌های ورود و خروج و اخذ رضایت از آنها، شرکت کنندگان وارد پژوهش شدند. پژوهشگران این مقاله، برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها را طی ۱۲ جلسه (هر هفته یک جلسه) دو ساعته گروهی در یکی از کلاس‌های مدرسه انجام دادند (در دامنه زمانی حداکثر ۴ ماه در سال ۱۳۹۸). روش اجرا بدین صورت بود که در ۹۰ دقیقه ابتدایی، والدین و کودکان به صورت مجزا ملاقات می‌شدند؛ سپس در ۳۰ دقیقه انتهایی، والدین و کودکان برای خوردن خوراکی و فعالیت خانوادگی جمع می‌شدند. در جدول ۱، شرح مختصر

جدول ۲: شاخص‌های توصیفی نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون در دو گروه آزمایش و گواه (۶۰ نفر)

متغیر	وضعیت	گروه	میانگین	انحراف استاندارد	K-S Z	سطح معناداری
انرژی ادراک شده والدگری	پیش‌آزمون	آزمایش	۳۵/۲۰	۴/۵۱	۰/۱۴۰	۰/۱۳۵
		گواه	۴۱/۵۶	۷/۱۹	۰/۱۱۴	۰/۰۵۲
	پس‌آزمون	آزمایش	۴۸/۷۰	۴/۲۰	۰/۱۴۷	۰/۰۹۸
		گواه	۴۵/۵۰	۶/۵۱	۰/۱۰۴	۰/۱۶۶
ذهن‌آگاهی	پیش‌آزمون	آزمایش	۳۱/۴۳	۵/۰۱	۰/۱۴۵	۰/۱۰۷
		گواه	۳۹/۷۶	۴/۲۱	۰/۱۰۸	۰/۰۸۱
	پس‌آزمون	آزمایش	۴۶/۸۰	۳/۴۱	۰/۱۴۵	۰/۱۱۱
		گواه	۴۴/۰۱	۴/۳۱	۰/۱۰۵	۰/۰۹۴

برای بررسی تأثیر برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن‌آگاهی با توجه به اینکه این دو متغیر کاملاً از یکدیگر مجزا هستند، برای هر کدام از آنها از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری یک‌راهه استفاده شد. نتایج آزمون بررسی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون انرژی ادراک شده والدگری در گروه آزمایش و گواه، نشان داد که شیب رگرسیون در هر دو گروه برابر است ($F_{1,58} = 0/549, p < 0/606$). نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیر وابسته در گروه‌ها نشان داد که واریانس ذهن‌آگاهی در گروه‌ها برابر است ($P = 0/29 > 0/05$), در جدول ۳ و ۴ نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای بررسی تفاوت گروه‌های آزمایش و گواه در پیش‌آزمون و پس‌آزمون متغیر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن‌آگاهی گزارش شده است.

برای بررسی تأثیر برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک شده والدگری و ذهن‌آگاهی با توجه به اینکه این دو متغیر کاملاً از یکدیگر مجزا هستند، برای هر کدام از آنها از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری یک‌راهه استفاده شد. نتایج آزمون بررسی شیب رگرسیون پیش‌آزمون و پس‌آزمون انرژی ادراک شده والدگری در گروه آزمایش و گواه، نشان داد که شیب رگرسیون در هر دو گروه برابر است ($F_{1,57} = 0/379, p < 0/987$). نتایج آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس متغیر وابسته در گروه‌ها نشان داد که واریانس ذهن‌آگاهی در گروه‌ها برابر است ($p = 0/49 > 0/05$).

جدول ۳: نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای بررسی تفاوت گروه آزمایش و گواه در انرژی ادراک شده والدگری

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	اندازه اثر
الگوی اصلاح شده	۱۱۷۵/۶۶	۲	۱۱۷۵/۶۶	۴۶/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۶۲
پیش‌آزمون	۱۰۲۲/۰۶	۱	۱۰۲۲/۰۶	۸۰/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۵۸
عضویت گروهی	۶۸۰/۱۵	۱	۶۸۰/۱۵	۵۳/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۴۸
خطا	۷۱۹/۷۳	۵۷	۱۲/۶۲			

با توجه به جدول ۳ آماره F انرژی ادراک‌شده والدگری در پس‌آزمون (۵۳/۸۶) است که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است که این نشان می‌دهد که بین دو گروه در میزان انرژی ادراک‌شده والدگری تفاوت معناداری وجود دارد. اندازه اثر ۰/۴۸ نیز نشان می‌دهد که این تفاوت در جامعه بزرگ است. آماره F پیش‌آزمون انرژی ادراک شده والدگری

نیز (۸۰/۹۴) است که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است. این یافته نشان می‌دهد که پیش‌آزمون تأثیر معناداری بر نمرات پس‌آزمون دارد. با توجه به بالا بودن میانگین نمرات پس‌آزمون در گروه آزمایش، میزان انرژی ادراک‌شده والدگری والدین کودکان با نیازهای ویژه نسبت به گروه گواه افزایش یافته است.

جدول ۴: نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری برای بررسی تفاوت گروه آزمایش و گواه در ذهن آگاهی

منبع	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معناداری	اندازه اثر
الگوی اصلاح‌شده	۱۱۹/۲۴	۲	۱۱۹/۲۴	۸/۹۷	۰/۰۰۱	۰/۲۳
پیش‌آزمون	۱۲۰/۸۹	۱	۱۲۰/۸۹	۹/۱۰	۰/۰۰۴	۰/۱۴
عضویت گروهی	۲۳۷/۸۷	۱	۲۳۷/۸۷	۱۷/۸۹	۰/۰۰۱	۰/۲۴
خطا	۷۵۷/۹۱	۵۷	۱۳/۲۹			

با توجه به جدول ۴ آماره F ذهن آگاهی در پس‌آزمون (۱۷/۸۹) است که در سطح ۰/۰۰۱ معنادار است که این نشان می‌دهد که بین دو گروه در میزان ذهن آگاهی تفاوت معناداری وجود دارد. اندازه اثر ۰/۲۴ نیز نشان می‌دهد که این تفاوت در جامعه بزرگ است. آماره F پیش‌آزمون ذهن آگاهی نیز (۹/۱۰) به دست آمد که در سطح ۰/۰۰۴ معنادار است. این یافته نشان می‌دهد که پیش‌آزمون تأثیر معناداری بر نمرات پس‌آزمون دارد. با توجه به بالا بودن میانگین نمرات پس‌آزمون در گروه آزمایش، میزان ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه نسبت به گروه گواه افزایش یافته است.

انرژی ادراک‌شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه دارد. هم راستا با نتایج مطالعات پیشین در مورد تأثیر بر شناخت مثبت، استقلال، همدلی و در آمیختگی والد-فرزند بر والدگری و ذهن آگاهی (۳۶-۳۲)، نتایج مطالعه حاضر نشان می‌دهد که برنامه پرورشی با تأکید بر مؤلفه‌هایی همچون نگرش مثبت، استقلال و همدلی، بر والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه مؤثر است. همچنین یافته‌های پژوهش حاضر به طور مشخص با نتایج مطالعه برتون و همکاران (۳۱) هم‌راستا است؛ بدین مفهوم که برنامه پرورشی تأثیری مثبت بر والدگری، شناخت‌های والدین، قدرت خانواده، و کیفیت رابطه والد-فرزند دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی تأثیر برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها بر انرژی ادراک‌شده والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه انجام شد. نتایج حاصل از تحلیل داده‌های پژوهش نشان داد که برنامه پرورشی تأثیر معناداری بر

بر اساس مطالعات پیشین، باید اظهار داشت که پرورش و نگهداری کودکان با نیازهای ویژه می‌تواند مسئله‌ای کشاکش‌برانگیز برای والدین این دسته از کودکان باشد (۱۳) و پیامدهای بسیاری را سطوح مختلف برای خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه به همراه آورد (۲۹-۲۶). در این بین، انرژی ادراک‌شده والدگری و ذهن آگاهی از جمله مهم‌ترین

مسائلی هستند که در رابطه با خانواده کودکان با نیازهای ویژه می‌توان مطرح کرد.

انرژی ادراک شده والدگری به عنوان ظرفیت‌ها و توانایی‌های جسمانی، شناختی، رفتاری، عاطفی و هیجانی برای ایفای نقش والدگری شناخته می‌شود. منطبق با مطالعات پیشین، مشکلات والدگری، سطوح کم انرژی والدگری، فرسودگی والدگری از جمله موضوعات برجسته در مورد والدین کودکان با نیازهای ویژه هستند (۱۵-۱۳)؛ بدین مفهوم که والدین کودکان با نیازهای ویژه در مقایسه با سایر والدین، سطوح بالاتر مشکلات والدگری، کمبود انرژی و فرسودگی والدگری را تجربه می‌کنند (۱۶). بر اساس نتایج پژوهش حاضر، برنامه پرورشی والدین و کودکان با نیازهای ویژه و کشاکش‌های سلامتی آنها از طریق تمرکز و تأکید بر ابعاد شناختی، اجتماعی و هیجانی در هر دو والدین و کودکان به افزایش انرژی ادراک شده در والدین شرکت‌کننده در پژوهش منجر شد. در واقع، برنامه پرورشی با مورد هدف قرار گرفتن هر دو والدین و کودکان، منجر به بهبود رفتارهای سازش‌یافته در هر دو آنها شد که در نتیجه آن، مشکلات والد-فرزند کمتر و انرژی ادراک شده والدگری بیشتر در والدین را موجب شد. به بیانی دیگر، برنامه مداخله پیش‌رو با شامل شدن هم والدین و هم فرزندان (به طور مشخص والدین)، آگاهی نسبت به رفتارهای سازش‌یافته را در آنها افزایش می‌دهد که به موجب رفتارهای سازش‌یافته بیشتر طرفین، والدین انرژی بیشتری برای والدگری و نگهداری از فرزندان‌شان ادراک می‌کنند.

از سویی دیگر، ذهن آگاهی مسئله بسیار برجسته دیگری است که در رابطه با والدین کودکان با نیازهای ویژه اهمیت دارد. ذهن آگاهی به عنوان مشاهده غیرسوگیرانه جریان محرک‌ها (۱۹) و آگاهی ناشی از توجه هدفمند، در لحظه و غیرسوگیرانه (۱۸)، موضوعی است که در خانواده‌های کودکان با نیازهای ویژه می‌تواند سطوح پایین‌تری داشته باشد. پژوهش‌های پیشین بیانگر وجود مشکلاتی در ذهن آگاهی والدین کودکان با نیاز ویژه است (۲۴-۲۰). به این معنا که این دسته از والدین به طور عمده از ذهن آگاهی کمتری برخوردار هستند که این سطوح کمتر ذهن آگاهی می‌تواند مشکلات بسیاری را برای این خانواده‌ها به همراه بیاورد. برنامه پرورشی با تأکید بر پذیرش تفاوت‌ها، آرامش، راحتی، دستیابی به آرامش، حزن و از دست دادن در هر دو والدین و فرزندان،

منجر به افزایش ذهن آگاهی در والدین شد؛ به بیانی دیگر، برنامه مداخله پیش‌رو با افزایش رفتارهای سازش‌یافته در والدین و ایجاد تغییراتی شناختی در چگونگی ادراک از شرایط خود به عنوان والدین کودکان با نیازهای ویژه، منجر به افزایش ذهن آگاهی والدین می‌شود.

در مجموع، برنامه پرورشی با تمرکز بر نگرش‌ها، نیازها، قدرت و استقلال، همدلی و ارتباط والد-فرزند در هر دو والدین و کودکان با نیازهای ویژه آنها، منطبق با نتایج مطالعات پیشین در مورد ارتباط شناخت‌ها، استقلال، همدلی و درآمیختگی والد-فرزند بر والدگری و ذهن آگاهی (۳۶-۳۲)، بر انرژی ادراک شده و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه موثر واقع شد. به بیانی دیگر، برنامه پرورشی با بهره‌گیری از نظریه مراقبت خانواده‌محور، نظریه آدلری، نظریه زیستی-عصبی بین‌فردی و نظریه دلبستگی، منجر به افزایش قدرت خانواده و به طور مشخص افزایش انرژی والدگری و ذهن آگاهی والدین کودکان با نیازهای ویژه می‌شود.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر، عدم سنجش مداوم والدین در طول ارائه برنامه پرورشی بود که منجر به عدم آگاهی کامل از تأثیر هر یک از جلسات شد. پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی، سنجش والدین در طول مداخله انجام شود که روند تأثیر برنامه پرورشی مشخص شود. عدم کنترل موضوعات بسیار مهم مرتبط با فرزندان همچون نوع اختلال فرزندان، شدت اختلال فرزندان، امکانات درمانی فرزندان، تعداد فرزندان با نیازهای ویژه از جمله محدودیت‌های دیگر پژوهش بود. با توجه به تأثیر برنامه پرورشی بر هر دو والدین و فرزندان‌شان، عدم ارزیابی تأثیر مداخله بر کودکان از دیگر محدودیت‌های این پژوهش بود. از این رو پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های بعدی علاوه بر ارزیابی تأثیر برنامه پرورشی بر والدین، تأثیر برنامه پرورشی را بر کودکان نیز بسنجند. در پایان با توجه به ماهیت گروهی بودن، شامل شدن هر دو والدین و کودکان با نیازهای ویژه و همچنین فشرده و کوتاه‌مدت بودن برنامه پرورشی به کار رفته شده در این مطالعه، توصیه می‌شود که سازمان‌های مربوطه با بهره‌گیری از این برنامه، انرژی ادراک شده والدگری و ذهن آگاهی را در والدین کودکان با نیازهای ویژه بهبود دهند.

ملاحظات اخلاقی

پیروزی از اصول اخلاق پژوهش: این مطالعه به صورت مستقل اجرا شده و حاصل پایان‌نامه و طرح پژوهشی مصوب نیست. همچنین پژوهش حاضر با مجوز اداره آموزش و پرورش ناحیه یک شهر رشت با شماره نامه ۳۷۰۱/۲۸۱۳۰/۹۳۷ مورخه ۹۸/۳/۹ و با رضایت کامل افراد نمونه انجام شد.

حامی مالی: پژوهش حاضر بدون هیچ گونه حمایت مالی از سوی سازمان خاصی انجام شده است.

نقش هر یک از نویسندگان: در پژوهش حاضر نویسنده نخست و دوم در جلسات مداخله مشارکت داشتند. نویسنده سوم و چهارم در نگارش و ویرایش مقاله، و نویسنده پنجم نیز در جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها، نقش داشتند.

تضاد منافع: انجام این پژوهش برای نویسندگان هیچ گونه تعارض در منافع را به دنبال نداشته است و نتایج آن به صورت کاملاً شفاف و بدون سوگیری، گزارش شده است.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از مسئولان مدارس استثنایی ناحیه یک رشت، والدین فرهیخته و مهربان کودکان با نیازهای ویژه، و همچنین کودکان شرکت‌کننده در پژوهش، صمیمانه سپاس‌گزاریم.

References

1. Maciver D, Rutherford M, Arakelyan S, Kramer JM, Richmond J, Todorova L, et al. Participation of children with disabilities in school: A realist systematic review of psychosocial and environmental factors. *PLOS ONE*. 2019; 14(1): e0210511. DOI: 10.1371/journal.pone.0210511 [Link]
2. Sullivan AL, Farnsworth EM, Susman-Stillman A. Patterns and predictors of childcare subsidies for children with and without special need. *Children and Youth Service Review*. 2018; 88: 218-228. [Link]
3. Gernsbacher MA, Raimond AR, Balinghasay MT, Boston JS. "Special needs" is an ineffective euphemism. *Cogn Res Princ Implic*. 2016; 1: 29. DOI: 10.1016/j.chilyouth.2018.03.002 [Link]
4. Bagheri Sheykhangafshe F, Shabahang R, Abolghasemi A. Prediction of the Food Neophobia by Dimensions of Personality and Parenting Styles. *J Child Ment Health*. 2018; 5(2): 25-35. [Persian]. [Link]
5. Serbin LA, Hubert M, Hastings PD, Stack DM, Schwartzman AE. The influence of parenting on early childhood health and health care utilization. *J Pediatr Psychol*. 2014; 39(10): 1161-1174. DOI: 10.1093/jpepsy/jsu050 [Link]
6. He J, Shi J, Luo B. Parenting and children's cognitive development. *Gifted Education International*. 2006; 22(1): 86-100. DOI: 10.1177/026142940602200112 [Link]
7. Mensah MK, Kuranchie A. Influence of parenting styles on the social development of children. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*. 2013; 2(3): 123-129. DOI: 10.5901/ajis. 2013. V2n3p123 [Link]
8. Danzig AP, Dyson MW, Olino TM, Lupton RS, Klein DN. positive parenting interacts with child temperament and negative parenting to predict children's socially appropriate behavior. *J Soc Clin Psychol*. 2015; 34(5): 411-435. DOI: 10.1521/jscp.2015.34.5.411 [Link]
9. Ong MY, Eilander J, Saw SM, Xie Y, Meaney MJ, Broekman BFP. The influence of perceived parenting styles on socio-emotional development from pre-puberty into puberty. *Eur Child Adolesc Psychiatry*. 2018; 27(1): 37-46. DOI: 10.1007/s00787-017-1016-9 [Link]
10. Janisse HC, Barnett D, Nies MA. Perceived energy for parenting: a new conceptualization and scale. *J Child Fam Stud*. 2009; 18: 312-322. DOI: 10.1007/s10826-008-9232-z [Link]
11. Hubert S, Aujoulat I. Parental burnout: when exhausted mothers open up. *Front Psychol*. 2018; 9: 1021. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.01021 [Link]
12. Algood CL, Harris C, Hong JS. Parenting success and challenges for families of children with disabilities: an ecological systems analysis. *J Hum Behav Soc Environ*. 2013; 23(2): 126-136. DOI: 10.1080/10911359.2012.747408 [Link]
13. Ha J-H, Greenberg JS, Seltzer MM. Parenting a child with a disability: the role of social support for African American parents. *Fam Soc*. 2011; 92(4): 405-411. DOI:10.1606/1044-3894.4150 [Link]
14. O'Connell T, O'Halloran M, Doody O. Raising a child with disability and dealing with life events: a mother's journey. *J Intellect Disabil*. 2013; 17(4): 376-386. DOI: 10.1177/1744629513509794. [Link]
15. Crown NJ. Parenting a child with disabilities: personal reflections. *J Infant Child Adolesc Psychother*. 2009; 8(1): 70-82. DOI: 10.1080/15289160802683492 [Link]
16. Gérain P, Zech E. Does informal caregiving lead to parental burnout? Comparing parents having (or not) children with mental and physical issues. *Front Psychol*. 2018; 9: 884. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.00884 [Link]
17. Davis DM, Hayes JA. What are the benefits of mindfulness? A practice review of psychotherapy-related research. *Psychotherapy*. 2011; 48(2): 198-208. DOI: 10.1037/a0022062 [Link]
18. Ruiz-Fernández MD, Ortíz-Amo R, Ortega-Galán ÁM, Ibáñez-Masero O, Rodríguez-Salvador MD, Ramos-Pichardo JD. Mindfulness therapies on health professionals. *International journal of mental health nursing*. 2020; 29(2):127-40. DOI: 10.1111/inm.12652 [Link]
19. Norton KR, Griffith GM. The impact of delivering mindfulness-based programs in schools: A qualitative study. *Journal of Child and Family Studies*. 2020; 29(9):2623-36. DOI: 10.1007/s10826-020-01717-1 [Link]
20. Petcharat M, Liehr P. Mindfulness training for parents of children with special needs: Guidance for nurses in mental health practice. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs*. 2017; 30(1): 35-46. DOI: 10.1111/jcap.12169 [Link]
21. Whittingham K. Parents of children with disabilities, mindfulness and acceptance: a review and a call for research. *Mindfulness*. 2014; 5(6): 704-709. DOI: 10.1007/s12671-013-0224-8 [Link]
22. Chan TO, Lam S-F. Mediator or moderator? The role of mindfulness in the association between child

- behavior problems and parental stress. *Res Dev Disabil.* 2017; 70: 1-10. DOI: 10.1016/j.ridd.2017.08.007 [Link]
23. McDonald EE, Hasting RP. Mindful parenting and care involvement of fathers of children with intellectual disabilities. *J Child Fam Stud.* 2010; 19(2): 236-240. DOI: 10.1007/s10826-008-9243-9 [Link]
24. Rayan A, Ahmad M. Mindfulness and parenting distress among parents of children with disabilities: A literature review. *Perspect Psychiatr Care.* 2018; 54(2): 324-330. DOI: 10.1111/ppc.12217 [Link]
25. Shabahang R, Khosrojoavid M, Ahmadi A. The role of attitude and resiliency in predicting the quality of life of parents of children with special needs. *J Child Ment Health.* 2018; 5(3): 11-21. [Persian]. [Link]
26. Lecavalier L, Leone S, Wiltz J. The impact of behaviour problems on caregiver stress in young people with autism spectrum disorders. *J Intellect Disabil Res.* 2006; 50(3): 172-183. DOI: 10.1111/j.1365-2788.2005.00732.x [Link]
27. Ha J-H, Hong J, Seltzer MM, Greenberg JS. Age and gender differences in the well-being of midlife and aging parents with children with mental health or developmental problems: report of a national study. *J Health Soc Behav.* 2008; 49(3): 301-316. DOI: 10.1177/002214650804900305 [Link]
28. Seltzer MM, Greenberg JS, Floyd FJ, Hong J. Accommodative coping and well-being of midlife parents of children with mental health problems or developmental disabilities. *Am J Orthopsychiatry.* 2004; 74(2): 187-195. DOI: 10.1037/0002-9432.74.2.187 [Link]
29. Singer GHS. Meta-analysis of comparative studies of depression in mothers of children with and without developmental disabilities. *Am J Ment Retard.* 2006; 111(3): 155-169. DOI: 10.1352/0895-8017 [Link]
30. Cohen HJ. Child care for children with special needs. *Pediatrics.* 1994; 94(6): 1055-1059. [Link]
31. Burton RS, Zwahr-Castro J, Magrane CL, Hernandez H, Farley LG, Amodei N. The nurturing program: an intervention for parents of children with special needs. *J Child Fam Stud.* 2018; 27(4): 1137-1149. DOI: 10.1007/s10826-017-0966-3 [Link]
32. Hirsjärvi S, Perälä-Littunen S. Parental beliefs and their role in child-rearing. *European Journal of Psychology of Education.* 2001; 16(1): 87-116. DOI: 10.1007/BF03172996 [Link]
33. Bornstein MH, Hahn C-S, Haynes OM. Maternal personality, parenting cognitions and parenting practices. *Dev Psychol.* 2011; 47(3): 658-675. DOI: 10.1037/a0023181 [Link]
34. Bailie C, Kuyken W, Sonnenberg S. The experiences of parents in mindfulness-based cognitive therapy. *Clin Child Psychol Psychiatry.* 2012; 17(1): 103-119. DOI: 10.1177/1359104510392296 [Link]
35. Brems C, Sohl MA. The role of empathy in parenting strategy choices. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies.* 1995; 44(2): 189-194. DOI: 10.2307/584808 [Link]
36. Ridderinkhof A, De Bruin EI, Brummelman E, Bögels SM. Does mindfulness meditation increase empathy? An experiment. *Self-Identity.* 2017; 16(3): 251-269. DOI: 10.1080/15298868.2016.1269667 [Link]
37. Walach H, Buchheld N, Buttenmüller V, Kleinknecht N, Schmidt S. Measuring mindfulness—the Freiburg Mindfulness Inventory (FMI). *Pers Individ Dif.* 2006; 40(8): 1543-1555. DOI: 10.1016/j.paid.2005.11.025 [Link]
38. Ghasemi Jobaneh R, Arab Zadeh M, Jalili Nikoo S, Mohammad Alipoor Z, Mohsenzadeh F. Survey the validity and reliability of the Persian version of short form of Freiburg mindfulness inventory. *JRUMS.* 2015; 14(2): 137-150. [Persian]. [Link]