

بررسی کیفیت زندگی بر اساس پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی «من» و سلامت معنوی با میانجیگری استرس والدگری مادران دارای فرزند نابینا

- نگار سبحانی، دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه دولتی شهید بهشتی، تهران، ایران
 □ فرید امین انارکی، دانشجوی کارشناسی ارشد سنجش و اندازه گیری (روان سنجی)، گروه روان شناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران
 □ لاله کهن سال، مدرس گروه روان شناسی، مؤسسه آموزش عالی سارویه، ساری، ایران
 □ سهیلا اسعدی*، مدرس گروه روان شناسی، مؤسسه آموزش عالی رحمان، رامسر، ایران

• تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ • تاریخ انتشار: بهمن و اسفند ۱۴۰۳ • نوع مقاله: پژوهشی • صفحات ۵۳ - ۶۶

چکیده

زمینه و هدف: یکی از شایع ترین معلولیت ها در سراسر جهان، نابینایی است. افزون بر مشکلاتی که خود کودکان به واسطه مشکل نابینایی خویش تجربه می کنند، مادران آنها نیز مشکلات هیجانی، روان شناختی و زناشویی مختلفی را تجربه می کنند این پژوهش با هدف بررسی کیفیت زندگی براساس پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با میانجیگری استرس والدگری مادران دارای فرزند نابینا شهرستان های غرب استان مازندران انجام شده است.

روش: پژوهش حاضر، پژوهش کاربردی و از نوع همبستگی می باشد جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل تمامی مادران کودکان نابینا و شهرستان های تنکابن، رامسر، عباس آباد، چالوس در سال ۱۴۰۲ بودند، که با توجه به تعداد شاخص های آزاد، جمعاً نمونه ای به حجم ۲۳۳ مادر با استفاده از روش نمونه گیری و در دسترس در نظر گرفته است. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی- فرم کوتاه (۲۰۰۵)، مقیاس استرس در روابط والد-فرزند آبدین (۱۹۹۰)، پرسشنامه پذیرش بی قید و شرط چمبرلین و هاگا (۲۰۰۱)، پرسشنامه سلامت معنوی (۱۹۸۲)، پرسشنامه قدرتمندی ایگو روکس و همکاران (۲۰۰۳) بود. تحلیل داده ها توسط نسخه ۲۴ نرم افزار SPSS و PLS۳ و با استفاده از روش، تحلیل مدل یابی معادلات ساختاری (SEM) و مقدار بوت استرپ انجام شد.

یافته ها: یافته های پژوهش نشان داد که کیفیت زندگی براساس پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با میانجیگری استرس والدگری مادران دارای فرزند نابینا برازش مطلوب دارد. با توجه به نتایج آزمون بوت استرپ مشخص است که نقش میانجی استرس والدگری در رابطه پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با کیفیت زندگی پذیرفته می شود. **نتیجه گیری:** با توجه به تاثیرگذاری متغیرهای مورد مطالعه بر پیش بینی کیفیت زندگی مادران کودکان نابینا، باید برنامه ریزی و ایجاد زیرساخت های مناسب به منظور بهبود کیفیت زندگی مادران کودکان نابینا به عمل آید. **واژه های کلیدی:** استرس والدگری، پذیرش بی قید و شرط، سلامت معنوی، کیفیت زندگی، نیرومندی ایگو

مقدمه

نابینایی^۱ معلولیتی است که احساس عدم امنیت و ناکامی در فرد ایجاد می‌کند و با افزایش فشار عصبی می‌تواند تعادل روانی و سازمان‌یافتگی کلی شخصیت را تحت تأثیر قرار دهد (۲). آسیب بینایی، یکی از ناتوانی‌های مهم و شایع به‌شمار می‌رود و ۲۸۵ میلیون نفر در سراسر دنیا با آسیب بینایی هستند که از این تعداد، ۳۹ میلیون نفر نابینا بوده و ۲۴۶ میلیون نفر ضعف بینایی دارند. در سراسر جهان، آسیب بینایی در چهاردهمین رتبه در میان سایر آسیب‌های جسمانی قرار دارد. در ایران، تعداد افراد نابینا و کم‌بینا تقریباً ۱۸۰،۰۰۰ نفر گزارش شده است (۲). مادران کودکان با ناتوانی تمایل بیشتری به افسردگی و احساس ضعف در صلاحیت فرزندپروری خود دارند. این امر بویژه زمانی از اهمیت بیشتری برخوردار می‌شود که علائم اضطراب و افسردگی در آنان بر مهارت‌های شناختی، عاطفی و خودتنظیمی کودکانشان نیز تأثیر گذارد. علاوه بر آن، همگام‌سازی و رابطه متقابل مادر-کودک نیز ممکن است تحت تأثیر این فرایند قرار گیرد (۳).

کودک با نیاز ویژه و چالش‌های ذاتی آن می‌تواند منجر به احساساتی در مادر از قبیل احساس خشم، عصبانیت، گناه، تنهایی و ناامیدی شود (۴). سازمان جهانی بهداشت، کیفیت زندگی را نشان‌دهنده‌ی هدف، انتظارات، معیارها، آگاهی و دیدگاه‌های یک فرد نسبت به زندگی می‌داند (۵). به‌علاوه، کیفیت زندگی با چندین عامل اقتصادی-اجتماعی مانند درآمد خانواده، سطح تحصیلات والدین و زمان کار و همچنین حمایت زناشویی، شبکه‌های اجتماعی و حمایت اجتماعی ارتباط دارد (۶). از این حیث، منابع محدود مادی، مشکلات اشتغال، ویژگی‌های کودک و عدم احترام و حمایت اجتماعی پایین، باعث پریشانی والدین و کاهش کیفیت زندگی آنها می‌شود (۷). صف آرا، خانابایی (۸) در پژوهش خود با عنوان تأثیر آموزش مهارت‌های معنوی بر ارتقاء کیفیت زندگی و امید به زندگی مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی، آموزش مهارت‌های معنوی تأثیر مثبتی در ارتقای کیفیت زندگی و امید به زندگی مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی داشته است.

مادران کودکان نابینا، چالش‌های فراوانی را در زندگی روزمره تجربه می‌کنند. یکی از سازه‌های روان‌شناسی که می‌تواند سلامت روان و بهزیستی افراد را تحت تأثیر قرار دهد، پذیرش

بی‌قید و شرط خود است (۹). به جنبه ارزش‌یابانه خودپنداره، پذیرش خود می‌گویند. از نظر نولن هوکسما، فردریکسون و لوفتاس (۲۰۰۰) پذیرش خود عبارت است از درجه تصویب و تأیید و ارزشی که شخص برای خود احساس می‌کند (۱۰). پذیرش بی‌قید و شرط خود، عامل اساسی در سازگاری عاطفی-اجتماعی و یک اصل کلی برای درونی‌کردن اعتماد به خود است (۱۱). فرد خودپذیر، فردی سالم است که محدودیت‌ها و استعدادها را به خوبی می‌شناسد و کمبودهای خود را می‌پذیرد و از احساسات درونی خویش آگاه است و بر آنها تسلط دارد (۱۲). پژوهش پوپوف، رادانویچ و بیرو (۱۳) نشان داد که میان پذیرش خود و سلامت روان رابطه وجود دارد.

طبق تعریف سازمان جهانی بهداشت، سلامتی دارای ابعاد جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی است. بُعد معنوی سلامتی یکی از ابعاد سلامتی است که برخی از صاحب‌نظران معتقدند توجه جدی به این بُعد بسیار ضروری است (۱۴). امروزه معنویت به‌عنوان یک بُعد انسانی و با درک نقشی که در بهبودی افراد دارد، به‌طور روزافزونی مورد توجه قرار گرفته است. چنانکه به‌عنوان یک مفهوم اساسی برای برآورده‌شدن نیازهای روانی افراد شناخته شده است. معنویت یکی از ابعاد وجود انسان است که سبب خلق معنا در زندگی و الهام‌بخش فرد در رویارویی با مشکلات می‌شود. معنویت به‌عنوان یکی از جنبه‌های مهم از وجود آدمی، ارتباط مهمی با سلامت افراد دارد. می‌توان گفت بدون سلامت معنوی، دیگر ابعاد زیستی، روانی و اجتماعی نمی‌توانند عملکرد درستی داشته باشند و یا به بیشترین ظرفیت خود برسند (۱۵). سلامت معنوی^۲ از ابعاد مهم سلامت انسان است که به‌طور کلی ارتباط هماهنگ و یکپارچه‌ای را بین نیروهای درون آدمی فراهم می‌کند و به ایجاد ثبات در زندگی، صلح، تناسب و هماهنگی و احساس ارتباط نزدیک با خویش، خدا، جامعه و محیط می‌انجامد. سلامت معنوی، یکپارچگی و تمامیت فرد را تعیین می‌کند و نقش زیادی در سلامت روانی و جسمی افراد دارد (۱۶).

یکی از مؤلفه‌های مرتبط با کیفیت زندگی افراد دارای نقایص بینایی و خانواده‌هایشان را می‌توان نیرومندی "من"^۳ دانست. در همین راستا، رویکردهای متفاوت روان‌شناختی به بررسی علل اختلالات شخصیت و در پی آن ناتوانی‌های ارتباطی از ابتدای تولد و چگونگی تأثیرگذاری روابط والدین بر

1. Blindness
2. spiritual health

3. Ego-strength

توأم با دلبستگی با کودک، روابط با همسر، محدودتی ناشی از نقش‌پذیری مادری کردن) با خصوصیات کودک (مانند سازش‌پذیری، پذیرندگی، فزون‌طلبی، خلق، فزون‌کنشی و تقویت‌گری) می‌داند. او همچنین معتقد است که ویژگی‌های والد و کودک، همراه با متغیرهای موقعیت بیرونی و عوامل تنیدگی‌زای زندگی (مانند طلاق، مشکلات شغلی و ...) دلیل افزایش احتمال نارسایی کنش‌وری و استرس والدگری است. افزایش استرس مادر بر رشد هیجانی و رفتاری کودکان تأثیر مهمی دارد (۲۳).

این پژوهش با آزمون یک مدل علی کیفیت زندگی براساس پذیرش بی‌قیدوشرط، نیرومندی «من» و سلامت معنوی با میانجی‌گری استرس والدگری در مادران دارای فرزند نابینا، چندین خلاء و شکاف مهم در ادبیات موجود را پر نماید. این پژوهش با بررسی تعاملات میان این ۳ عامل، درک عمیق‌تری از نحوه تأثیرگذاری آنها بر کیفیت زندگی مادران ارائه خواهد کرد. دومین شکاف مربوط به نقش میانجی استرس والدگری است. این پژوهش با آزمون نقش میانجی استرس والدگری، درک بهتری از فرایندهای زیربنایی که این عوامل از طریق آنها بر کیفیت زندگی تأثیر می‌گذارند، ارائه می‌کند. سومین شکاف مربوط به جمعیت مورد مطالعه است. این پژوهش با تمرکز ویژه بر این گروه از مادران، شناخت بهتری از عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی آنها ارائه می‌نماید. در مجموع، این پژوهش با ارائه یک مدل یکپارچه و آزمون نقش میانجی استرس والدگری در رابطه میان پذیرش، نیرومندی «من»، سلامت معنوی و کیفیت زندگی در مادران دارای فرزند نابینا، دریچه‌های جدیدی را برای درک بهتر عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی این گروه از مادران می‌گشاید. یافته‌های این پژوهش می‌تواند راهنمای ارزشمندی برای طراحی مداخلات روان‌شناختی و حمایتی مؤثرتر برای این گروه باشد. با توجه به مطالب گفته شده، پژوهش حاضر با هدف بررسی کیفیت زندگی براساس پذیرش بی‌قیدوشرط، نیرومندی «من» و سلامت معنوی با میانجی‌گری استرس والدگری مادران دارای فرزند نابینای شهرستان‌های غرب استان مازندران انجام شد. بنابراین، مدل مفهومی پژوهش حاضر در شکل (۱) ارائه می‌شود.

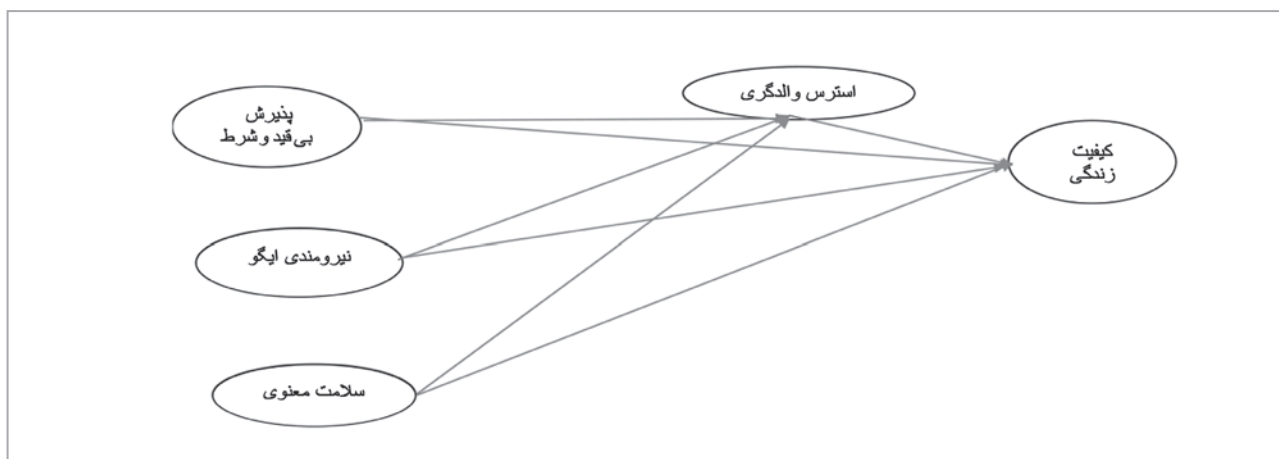
این فرایند پرداخته‌اند ولی عمیق‌ترین آنها رویکرد روان‌تحلیلی فروید^۱ بوده است (۱۷). براساس این رویکرد، شخصیت متشکل از ۳ پایگاه نهاد، من و فرامن^۲ می‌باشد. از آنجایی که "من" وظیفه مدیریت سیستم روانی را برعهده دارد، تمام مشکلات روانی زمانی ظاهر می‌شوند که "من" نتواند به مسئولیت‌هایش عمل کند. قدرت "من" توانایی حفظ هویت خود بدون توجه به استرس‌های روانی، رنج و تعارض بین پایداری از ویژگی‌های شخصیتی است که در توانایی حفظ سلامت روان منعکس می‌شود (۱۸). توجه به نقش مدیریت سیستم روانی "من"، همه مشکلات روانی موقعی ظهور پیدا می‌کنند که "من" قادر به عمل کردن به مسئولیت‌هایش نباشد. نیرومندی "من" به معنای ظرفیت فرد برای درک واقع‌بینانه شرایط مشکل‌زا و پاسخ دادن به آنها به شکل مؤثر می‌باشد (۱۹؛ ۱۷).

اثرات تولد یک کودک با نیاز ویژه بر خانواده خیلی عمیق است؛ زیرا بروز ناتوانی در فرزند یا فرزندان علاوه بر اینکه ارتباط مادر-کودک را تهدید می‌کند، اختلالات عاطفی و اقتصادی زیادی را در خانواده ایجاد می‌نماید، از آنجا که برطرف کردن نیازهای فرزندان ناتوان، مستلزم صرف زمان، انرژی، پول و هیجان بیشتری از سوی والدین است، ممکن است در والدین این احساس بوجود آید که آنها توانایی و کفایت لازم را برای برطرف کردن نیازهای کودکان‌شان ندارند. همچنین داشتن یک فرزند ناتوان می‌تواند توأم با تجربه عواطف منفی در والدین از جمله مادران آنها شود. عاطفه منفی شامل احساس‌ها و هیجان‌های منفی مانند گناه، شرم، غمگینی، اضطراب و نگرانی، خشم و تنش است (۲۰) به نحوی که یکایک افراد خانواده به نوعی دچار بحران‌های ناشی از وجود فرد ناتوان می‌شوند (۲۱). وجود کودک ناتوان در خانواده با توجه به نیازهای مراقبتی خاص کودک، برای مادران که نسبت به بقیه، بیشتر با او سر و کار دارند، منبع استرس است و بر سلامت روانی و سازگاری آنها تأثیر می‌گذارد (۲۲). آبی‌دین و بروئر (۱۹۹۵) استرس والدگری را، حاصل اثر تعامل کنش‌وری خصوصیات اصلی و آشکار والدین (مانند افسردگی، احساس صلاحیت، سلامت، روابط

1. Freud

2. ID, Ego & Superego

شکل ۱) مدل مفهومی پژوهش



روش

پژوهش حاضر، یک پژوهش کاربردی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی مادران کودکان نابینای شهرستان‌های تنکابن، رامسر، عباس‌آباد و چالوس در سال ۱۴۰۲ بود که با توجه به میانگین پژوهش‌های قبلی و نیز تعداد متغیرها، جمعاً نمونه‌ای به حجم ۲۳۳ مادر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس در نظر گرفته شد. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل کسب رضایت کتبی برای حضور در پژوهش، دامنه سنی بین ۳۵-۵۰ سال، داشتن حداقل مدرک تحصیلی سیکل و مادران دارای فرزند آسیب‌های بینایی از سطح متوسط به بالا و ملاک‌های خروج نیز شامل پاسخ ندادن به تمامی پرسش‌ها و عدم تمایل به ادامه همکاری با پژوهش بود. ملاحظات اخلاقی در پژوهش حاضر شامل کسب رضایت آزمودنی‌ها، اطمینان بخشی در رابطه با محرمانه بودن اطلاعات نزد درمانگر و امکان خروج از پژوهش در صورت عدم تمایل به همکاری بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش معادلات ساختاری (SEM) و مقدار بوت استرپ توسط نسخه ۲۴ نرم‌افزار SPSS و نسخه ۲۳ نرم‌افزار PLS۳ انجام شد.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت-فرم کوتاه

پرسشنامه فرم کوتاه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (۱۹۸۹) توسط گروهی از کارشناسان آن سازمان با ۲۶ ماده که ۴ بُعد سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی و محیط فیزیکی را

سنجش می‌کند، ساخته شده است. این پرسشنامه، به عنوان یک پرسشنامه جامع مورد استفاده قرار می‌گیرد و در مجموع شامل کیفیت زندگی کلی و سطوح سلامت عمومی می‌باشد. ماده‌های پرسشنامه ۵ گزینه‌ای هستند که اصلاً برابر با ۱ و خیلی زیاد برابر با ۵ نمره‌گذاری می‌شود. لازم به ذکر است که ماده‌های ۳ و ۴ و ۲۶ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره در این مقیاس، ۲۶ و حداکثر آن ۱۳۰ می‌باشد. در نتایج گزارش شده توسط گروه سازندگان مقیاس کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت که در ۱۵ مرکز بین‌المللی این سازمان انجام شده، ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۷۳ تا ۰/۸۹ برای خرده مقیاس‌های چهارگانه و کل مقیاس گزارش شده است (۲۴). در پژوهش حاضر، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه و ۰/۸۵۸ گزارش شد.

پرسشنامه سلامت معنوی

پرسشنامه سلامت معنوی توسط پالوتزین و الیسون (۲۵) ساخته شد و شامل ۲۰ پرسش و ۲ خرده مقیاس، شامل سلامت مذهبی که بهزیستی ناشی از ارتباط با یک قدرت متعالی است و سلامت وجودی که عنصری روانی-اجتماعی است. پرسش‌های فرد آزمون، مربوط به خرده مقیاس سلامت مذهبی بوده و میزان تجربه فرد از رابطه رضایت‌بخش با خدا را مورد سنجش قرار می‌دهد. پرسش‌های زوج، مربوط به خرده مقیاس سلامت وجودی است که احساس هدفمندی و رضایت از زندگی را می‌سنجد. مقیاس پاسخگویی به پرسش‌ها، لیکرت ۶ درجه‌ای است. در مورد پرسش‌های مثبت، گزینه کاملاً موافقم نمره ۶ و به ترتیب گزینه کاملاً مخالفم نمره ۱ می‌گیرد. نمره‌گذاری

1. Paloutzian, Ellison

پرسش‌های منفی بر عکس می‌باشد (پرسش‌های ۱-۲-۵-۶-۹-۱۲-۱۳-۱۶-۱۸ پرسش‌های منفی هستند). سلامت معنوی به ۳ سطح پایین (۲۰-۴۰)، متوسط (۴۱-۹۹) و بالا (۱۰۰-۱۲۰) تقسیم‌بندی شد. فاطمی و رضایی (۲۶)، ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس با ۵۲۱ دانشجو شامل ۳۱۲ دختر و ۲۰۹ پسر از بین دانشگاه‌های تهران انجام شد. نتایج نشان داد که همسانی درونی و پایایی بازآزمایی این مقیاس به ترتیب برابر با ۹۰/۰ و ۸۵/۰ است؛ همچنین این مقیاس دارای روایی همگرا و واگرایی مناسب می‌باشد. در پژوهش حاضر، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه و ۸۱۴/۰ گزارش شد.

فرم کوتاه مقیاس استرس والدینی

مقیاس معتبر اندازه‌گیری استرس در روابط والد-فرزند توسط آبدین^۱ (۲۷) تهیه شده است. فرم کوتاه این مقیاس مشتمل بر ۳۶ گویه با همان عبارت‌های فرم اصلی بلند ۱۰۱ گویه‌ای است. این مقیاس به منظور ارزیابی ۳ زیرمقیاس آشفتگی والدینی، تعاملات ناکارآمد والد-فرزند و ویژگی‌های کودک مشکل‌آفرین و همچنین نمره استرس کلی (مجموع همه گویه‌ها) طراحی شده است که شیوه نمره‌گذاری بر روی طیف لیکرت از ۱ تا ۵ (کاملاً موافق تا کاملاً مخالف) می‌باشد. ضریب قابلیت اعتبار همسانی درونی از طریق محاسبه آلفای کرونباخ برای یک گروه ۵۳۴ نفری از والدین ساکن در منطقه ویرجینیای ایالات متحده، ۹۰/۰ درصد به دست آمد. این ضریب در قلمرو کودک، ۸۹/۰ و در قلمرو والد ۹۳/۰ درصد بوده است (۲۷). مقدار این ضریب در سطح پژوهش دادستان و همکاران ۸۸/۰ و ضریب بازآزمایی آن با فاصله زمانی ۱۰ روز، ۹۴/۰ درصد بود (۲۸). در پژوهش حاضر، پایایی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه و ۸۶۹/۰ گزارش شد.

پرسشنامه پذیرش بی قید و شرط خود

پرسشنامه پذیرش بی قید و شرط خود توسط چمبرلین و هاگا^۲ در سال ۲۰۰۱ طراحی شد. این پرسشنامه شامل ۲۰ عبارت و دارای ۲ زیرمقیاس پذیرش بی قید و شرط خود و پذیرش مشروط خود است و برای گروه سنی ۱۴ سال و بالاتر قابل اجرا است. با توجه به اینکه پرسشنامه پذیرش بی قید و شرط خود نحوه‌ی پاسخ‌دهی به این پرسشنامه به صورت مقیاس لیکرت از کاملاً نادرست=۱، تا همیشه درست=۷ است؟ در این مقیاس، گرفتن نمره بالا در ۹ عبارت شامل ۱۸، ۱۷، ۱۶، ۱۱، ۸، ۶، ۵، ۳، ۲ نشان‌دهنده پذیرش بی قید و شرط خود است (دامنه نمرات از

۹ تا ۶۳)، درحالی‌که ۱۱ مورد دیگر (عبارت‌های ۲۰، ۱۹، ۱۵، ۱۴، ۱۳، ۱۲، ۱۰، ۹، ۷، ۴، ۱) به صورت معکوس است به طوری‌که نمره پایین‌تر نشان‌دهنده پذیرش مشروط خود است (دامنه نمرات از ۱۱ تا ۷۷). چمبرلین و هاگا (۲۹)، همسانی درونی پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش کردند که در سطح قابل قبولی است. همچنین پایایی آن از طریق دونیمه کردن آزمون و با استفاده از روش تصنف اسپیرمن ۰/۶۳ به دست آمد. روایی همگرایی این پرسشنامه از طریق همبستگی نمرات آن با نمرات پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ بررسی شد که ضریب همبستگی آن ۰/۳۷ به دست آمد (۲۹). نتایج تحلیل عاملی تأییدی شاخص ریشه میانگین مجذور خطای تقریب برابر با ۰/۰۹ و شاخص‌های برازندگی تطبیقی و نیکویی برازش به ترتیب برابر ۰/۹۵ و ۰/۹۵ به دست آمد و سایر شاخص‌ها نیز از مقادیر قابل قبولی برخوردار بودند که می‌توان گفت بر برازش خوب مدل با داده‌ها دلالت دارد (۳۰). پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ ۰/۸۳۱ به دست آمده است.

پرسشنامه نیرومندی ایگو

پرسشنامه‌ی قدرتمندی "من" توسط روکس و همکاران که در سال ۲۰۰۳ طراحی شده است و ابزار خودگزارش‌دهی ۲۷ پرسشی است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود و ۴ عامل بیان‌کننده‌ی ابعاد نظریه یعنی غم و اندوه و جستجو، ارتباط، تعهد و تحرك می‌باشد. در این پرسشنامه هم مجموع نمره‌ها (قدرت درونی کلی)، هم نمره‌های خرده مقیاس‌ها می‌تواند، محاسبه شود. نمره‌گذاری براساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالف با امتیاز ۱ تا کاملاً موافق با امتیاز ۵ انجام می‌شود (البته عامل‌های ۱۴-۲۰ به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شود) و نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده قدرت درونی خود بیشتری است. روکس و همکاران طی سال‌های ۲۰۰۳ تا ۲۰۰۴ شاخص‌های روان‌سنجی این پرسشنامه را در نمونه‌های ۲۸۱، ۱۵۴، ۲۰۷ زن مبتلا به سرطان در ۳ پژوهش بررسی کردند. در این پژوهش‌ها آلفای کرونباخ (برای نشان دادن پایایی همسانی درونی) برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۸ تا ۰/۹؛ و برای قدرت درونی کلی ۰/۹۱ به دست آمد. روایی همگرایی این پرسشنامه با استفاده از پرسشنامه‌ی تسلط بر استرس یانگر و روایی واگرایی آن نیز با استفاده از مقیاس افسردگی مرکز مطالعات اپیدمیولوژیک رادولف تأیید شده است (۳۱). در پژوهش داوری، رحیمیان بوگر، طالع پسند و اوزی (۳۲) نیز

1. Abidin

2. Chamberlain & Haaga

آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های تعهد، ارتباط، غم و اندوه و جستجو، تحرک و قدرت درونی کلی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۶۵، ۰/۷۷، ۰/۸۱ و ۰/۸۴ به دست آمد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ ۰/۸۷۸ به دست آمد.

روش اجرا

پس از کسب مجوزهای لازم از اداره کل آموزش و پرورش استان مازندران و اداره آموزش و پرورش استثنایی استان مازندران هماهنگی‌های لازم انجام شد و آموزش و پرورش و اداره بهزیستی شهرستان‌های تنکابن و رامسر و عباس‌آباد و چالوس مدارس استثنایی شهر تنکابن و رامسر و عباس‌آباد و چالوس، انجمن نابینایان تنکابن و رامسر و عباس‌آباد و چالوس را به پژوهشگر معرفی نموده و به صورت در دسترس نمونه‌های پژوهش انتخاب شدند. پژوهشگر به این مراکز مراجعه و هماهنگی با مسئولان این مراکز از روی پرونده‌های موجود در این مراکز دریافت شماره تماس مادران و از بین مراجعان

آنان ۲۳۳ نفر از مادران دارای فرزند نابینا که خودشان مایل به همکاری بودند، تعیین شد (البته لازم به توضیح است که تعداد آزمودنی‌ها در ابتدا ۳۰۰ مادر بود که طی روند پژوهش به ۲۹۸ نفر کاهش یافت). با مشخص شدن اعضای نمونه و هماهنگی با مسئولان ذیربط، طبق برنامه‌ریزی قبلی، پس از حضور اعضای نمونه در محل مناسب و برقراری ارتباط و کاهش حساسیت آزمودنی‌ها راجع به پرسشنامه‌ها دلایل انتخاب آنها در نمونه، توضیحات لازم از سوی پژوهشگر ارائه گردید. پرسشنامه‌های کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت - فرم کوتاه، پرسشنامه‌ی نیرومندی ایگو، پرسشنامه پذیرش بی قید و شرط خود، پرسشنامه سلامت معنوی، فرم کوتاه مقیاس استرس والدینی توسط شرکت‌کنندگان تکمیل شد.

یافته‌ها

در جدول (۱) ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه آماری بیان شده است.

جدول (۱) ویژگی‌های جمعیت شناختی نمونه آماری

متغیر	گویه‌ها	فراوانی	درصد فراوانی
سن	زیر ۳۵ سال	۳۸	۱۶/۳
	۳۵ تا ۵۰ سال	۱۱۱	۴۷/۶
	بالای ۵۰ سال	۸۴	۶۹/۱
تحصیلات	دیپلم و کمتر	۹۷	۴۱/۶
	فوق دیپلم	۵۲	۲۲/۴
	کارشناسی	۶۳	۲۷
	کارشناسی ارشد و بالاتر	۲۱	۹
درآمد ماهیانه	کمتر از ۷ میلیون تومان	۵۴	۲۳/۱۸
	۷ تا ۱۵ میلیون تومان	۸۵	۳۶/۴۸
	بالای ۱۵ میلیون تومان	۹۴	۴۰/۳۴
طول مدت ازدواج	کمتر از ۱۰ سال	۱۰۵	۴۵/۰۶
	بالای ۱۰ سال	۱۲۸	۵۴/۹۴
تعداد فرزندان	یک فرزند	۵۱	۲۱/۸۹
	دو فرزند	۱۱۲	۴۸/۰۷
	سه فرزند	۶۳	۲۷/۰۴
	چهار فرزند و بیشتر	۷	۳

در جدول شماره (۱) فراوانی و درصد فراوانی افراد نمونه براساس اطلاعات جمعیت شناختی ارائه شده است. جدول (۲) میانگین، انحراف استاندارد بین پذیرش بی قید و شرط

جدول (۲) مقادیر شاخص های توصیفی برای متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کمترین	بیشترین	آماره آزمون	سطح معناداری
پذیرش بی قید و شرط خود	۳۹/۷۶	۵/۲۷۴	۲۴	۵۱	۰/۰۵۸	۰/۰۳۹
پذیرش مشروط خود	۳۷/۹۷	۸/۰۵۹	۲۰	۵۵	۰/۰۹۷	۰/۰۰۱
امید	۲۸/۱۰	۵/۰۰۸	۱۶	۳۸	۰/۰۹۴	۰/۰۰۱
خواسته	۲۸/۹۰	۴/۵۴۴	۱۵	۳۸	۰/۱۱۳	۰/۰۰۱
هدف	۲۸/۹۳	۴/۹۶۶	۱۵	۳۸	۰/۰۸۰	۰/۰۰۱
شایستگی	۲۸/۲۴	۴/۹۴۹	۱۶	۳۸	۰/۰۸۰	۰/۰۰۱
وفاداری	۲۸/۹۶	۵/۳۶۶	۱۴	۳۹	۰/۰۷۵	۰/۰۰۳
عشق	۲۴/۷۵	۴/۲۳۰	۱۵	۳۳	۰/۰۶۱	۰/۰۳۶
مراقبت	۲۸/۴۸	۴/۷۷۹	۱۷	۳۸	۰/۰۹۷	۰/۰۰۱
خرد	۲۵	۴/۳۱۷	۱۵	۳۵	۰/۱۰۲	۰/۰۰۱
نیرومندی ایگو	۲۲۸/۲۴	۳۵/۵۲۴	۱۳۶	۲۹۲	۰/۰۵۲	۰/۰۴۲
سلامت مذهبی	۴۰/۶۱	۹/۸۱۷	۲۰	۵۶	۰/۱۱۶	۰/۰۰۱
سلامت وجودی	۴۱/۰۴	۱۰/۷۴۰	۱۸	۵۸	۰/۱۰۲	۰/۰۰۱
سلامت معنوی	۸۲	۲۱/۶۷۴	۳۸	۱۱۷	۰/۱۰۵	۰/۰۰۱
سلامت جسمی	۲۴/۹۳	۴/۵۷۸	۱۲	۳۵	۰/۱۰۵	۰/۰۰۱
سلامت روان شناختی	۲۱/۵۶	۴/۳۵۸	۱۰	۳۰	۰/۰۷۶	۰/۰۰۳
روابط اجتماعی	۱۰/۳۶	۲/۸۹۳	۳	۱۵	۰/۱۲۶	۰/۰۰۱
محیط اجتماعی	۲۸/۲۵	۵/۵۵۸	۱۴	۴۰	۰/۰۸۹	۰/۰۰۱
کیفیت زندگی و سلامت عمومی کلی	۶/۹۶	۱/۷۸۱	۳	۱۰	۰/۱۶۴	۰/۰۰۱
کیفیت زندگی	۹۲/۰۷	۱۶/۳۷۲	۴۶	۱۲۴	۰/۰۹۸	۰/۰۰۱
آشتی والدینی	۱۴/۵۶	۹/۵۹۱	۱۴	۵۵	۰/۱۱۴	۰/۰۰۱
تعاملات ناکارآمد والد-فرزند	۱۴/۵۶	۱۰/۷۰۴	۱۲	۵۴	۰/۱۲۸	۰/۰۰۱
ویژگی های کودک مشکل آفرین	۱۴/۵۶	۹/۴۳۹	۱۴	۵۴	۰/۱۳۶	۰/۰۰۱
استرس والدینی	۱۴/۵۶	۲۶/۵۸۵	۴۴	۱۶۱	۰/۱۱۷	۰/۰۰۱

می باشد. با توجه به اینکه مقدار چولگی و کشیدگی برای تمامی متغیرها در بازه (۲-، ۲+) قرار دارد. بنابراین توزیع تمامی متغیرها نرمال است.

با توجه به جدول (۲)، میانگین پذیرش بی قید و شرط خود برابر با (۳۹/۷۶)، پذیرش مشروط خود برابر با (۳۷/۹۷)، نیرومندی من برابر با (۲۲۸/۲۴)، سلامت معنوی برابر با (۸۲)، کیفیت زندگی برابر با (۹۲/۰۷) و استرس والدینی برابر با (۱۴/۵۶)

جدول ۳) شاخص‌های بررسی کفایت مدل پژوهش

متغیر	R^2	Q^2	f^2
پذیرش بی‌قید و شرط	--	--	۰/۰۸۲
نیرومندی ایگو	--	--	۰/۱۱۸
سلامت معنوی	--	--	۰/۳۵۰
استرس والدگری	۰/۵۵۱	۰/۱۰۶	۰/۱۰۵
کیفیت زندگی	۰/۶۲۷	۰/۳۳۹	--

سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ برای R^2 به ترتیب به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی

سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ برای Q^2 به ترتیب قدرت پیش‌بینی کم، متوسط و قوی

سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ برای f^2 به ترتیب نشان از اندازه تأثیر کوچک، متوسط و بزرگ

مربوط به آن را دارد. با توجه به جدول (۳) مقدار معیار توزیع کای ۲ محاسبه شده، نشان از قدرت پیش‌بینی مناسب مدل درخصوص سازه‌های درون‌زای مدل دارد و برازش مناسب مدل ساختاری تأیید شد. مقادیر شاخص اندازه اثر موجود در جدول بالا مناسب بودن این شاخص را نشان می‌دهد.

مدل کلی شامل هر دو بخش مدل اندازه‌گیری و مدل ساختاری می‌شود و با تأیید برازش آن، بررسی برازش در یک مدل کامل خواهد شد. برای بررسی برازش مدل کلی تنها آزمون نیکویی برازش^۳ وجود دارد. آزمون نیکویی برازش توسط تننهاوس و همکاران^۴ (۲۰۰۴) ابداع شد و طبق فرمول موجود در جدول محاسبه می‌شود.

معیار ضریب تعیین^۱ مربوط به متغیرهای پنهان درون‌زای (وابسته) مدل است. ضریب تعیین معیاری است که نشان از تأثیر یک متغیر برون‌زا بر یک متغیر درون‌زا دارد و ۳ مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی ضریب تعیین در نظر گرفته می‌شود. با توجه به جدول (۳) مقدار ضریب تعیین محاسبه شده برای سازه‌های درون‌زا، مناسب بودن برازش مدل ساختاری را تأیید می‌سازد. معیار توزیع کای^۲ قدرت پیش‌بینی مدل را مشخص می‌کند و در صورتی که مقدار آن در مورد یک سازه درون‌زا ۳ مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را کسب نماید، به ترتیب نشان از قدرت پیش‌بینی ضعیف، متوسط و قوی سازه یا سازه‌های برون‌زای

جدول ۴) نتایج برازش کلی مدل با آزمون نیکویی برازش

$\overline{R^2}$	$\overline{Communalities}$	$GOF = \sqrt{\overline{Communalities} \times \overline{R^2}}$
۰/۵۸۹	۰/۵۵۶	۰/۵۷۲

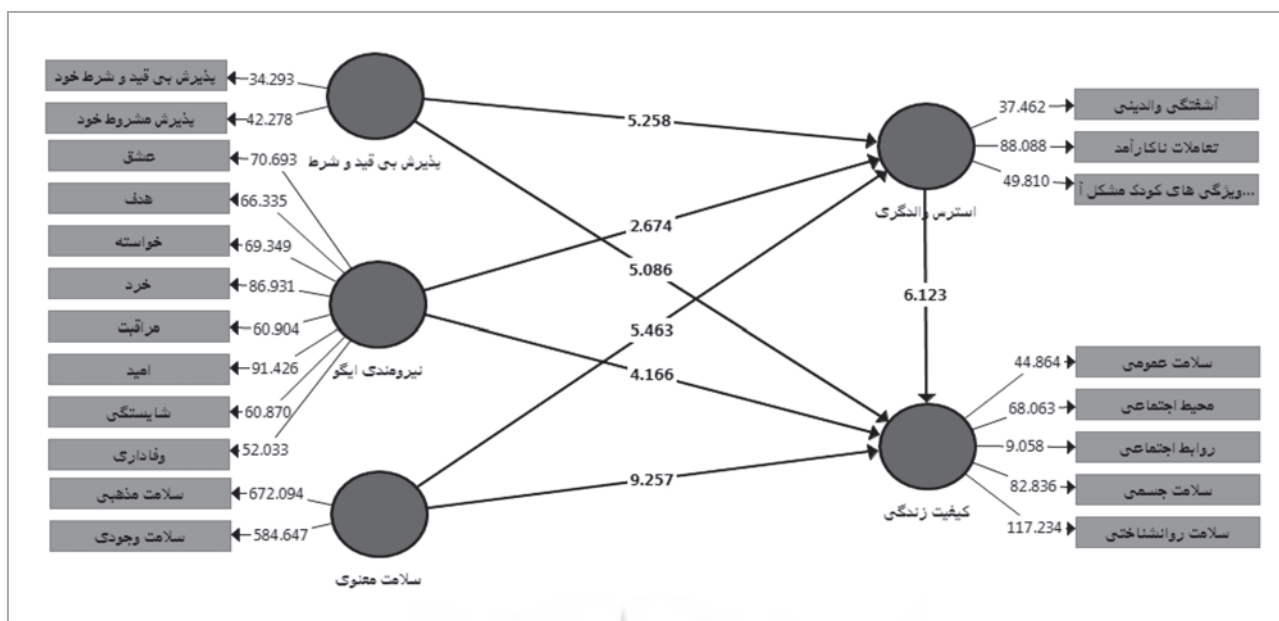
مقدار ملاک ۰/۳ بوده و نشان از برازش قوی مدل کلی پژوهش است. آزمون نیکویی برازش مدل کلی را با قدرت تأیید کرده و اجازه ورود به بخش بررسی فرضیات صادر می‌شود.

همانطور که در جدول (۴) مشاهده می‌شود، مقدار میانگین مقادیر اشتراکی^۵ مقدار ۰/۵۵۶ و میانگین مقادیر ضریب تعیین برابر ۰/۵۸۹ به دست آمده است و با توجه به فرمول مقدار آزمون نیکویی برازش معادل ۰/۵۷۲ به دست آمد که بزرگتر از

1. R-Squared) R^2 (
2. Chi Squared) Q^2 (
3. Goodness Of Fit) GOF(

4. Tenenhaus et al.
5. Communalities

شکل ۲) روش بوت استرپ برای بررسی معناداری اثر غیرمستقیم



جدول ۵) نتایج حاصل از روش بوت استرپ برای بررسی معناداری اثر غیرمستقیم

سطح معناداری	خطای برآورد	آماره t	مقدار بوت استرپ		اثر غیرمستقیم	مسیر		
			حد بالا	حد پایین		متغیر وابسته	متغیر میانجی	متغیر مستقل
۰/۰۰۱	۰/۰۴۵	۳/۶۵۲	۰/۱۳۴	۰/۰۳۱	۰/۰۷۲	کیفیت زندگی	استرس والدگری	پذیرش بی قید و شرط
۰/۲۵۱	۰/۰۳۹	۱/۰۱۵	۰/۰۸۵	-۰/۰۵۷	۰/۰۲۷	کیفیت زندگی	استرس والدگری	نیرومندی ایگو
۰/۰۰۸	۰/۰۴۴	۲/۵۲۹	۰/۱۲۸	۰/۰۳۴	۰/۰۷۳	کیفیت زندگی	استرس والدگری	سلامت معنوی

استرس والدگری مادران دارای فرزند نابینا شهرستان‌های غرب استان مازندران بود. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که مدل علی کیفیت زندگی براساس پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با میانجیگری استرس والدگری در مادران دارای فرزند نابینا، از برازش قوی برخوردار است.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که پذیرش بی قید و شرط خود به صورت مثبت و معنادار بر کیفیت زندگی والدین کودکان نابینا اثر دارد. نتیجه پژوهش حاضر با پژوهش‌های منیریور و همکاران (۹) و حسنی و همکاران (۱۱) همخوان است. پذیرش بی قید و شرط خود، عامل اساسی در سازگاری عاطفی-اجتماعی و یک اصل کلی برای درونی کردن اعتماد به خود است. فرد خودپذیر فردی سالم است که محدودیت‌ها و استعدادها را از خود را به خوبی می‌شناسد و کمبودهای خود را می‌پذیرد و از احساسات درونی خویش آگاه است و بر آنها تسلط دارد (۱۱).

برای بررسی نقش میانجی استرس والدگری از روش بوت استرپ استفاده شد. در این روش، چنانچه مقدار حد پایین و حد بالای بوت استرپ هر دو مثبت و یا هر دو منفی باشند و صفر مابین این دو حد قرار نگیرد، در آن صورت مسیر غیرمستقیم معنادار بوده و فرضیه پذیرفته خواهد شد. همچنین اگر سطح معناداری کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ باشد تأثیر غیرمستقیم پذیرفته می‌شود. با توجه به نتایج آزمون بوت استرپ مشخص است که نقش میانجی استرس والدگری در رابطه پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با کیفیت زندگی پذیرفته می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش آزمون مدل علی کیفیت زندگی براساس پذیرش بی قید و شرط، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی با میانجیگری

کیفیت زندگی، ارزیابی مثبت یا منفی فرد از خصوصیات زندگی و میزان رضایت کلی وی از زندگی خود است. این مفهوم دیدگاه فرد را درباره تفاوت درک شده بین آنچه باید باشد و آنچه هست را نشان می‌دهد. پذیرش بی‌قید و شرط باعث افزایش اعتماد به نفس می‌شود. عزت نفس مبتنی بر خودپذیری است؛ پذیرش خود به این معناست که شما باید آنچه را که هستید بپذیرد و نه آنچه را که دوست دارید باشید و باید ویژگی‌های خوب و بد خود را بپذیرید. خودپذیری نقطه‌ای است که مردم در آن با تمام ضعف‌هایی که دارند خود را می‌پذیرند و زمانی که عیب‌های خود را می‌پذیرند، سعی می‌کنند که با وجود آنها خود را دوست داشته باشند. هنگامی که فرد این احساس را به خوبی تجربه کند، خود را قدردان و سپاسگزار کسانی می‌داند که به نحوی موجب بهزیستی و رفاه و کیفیت زندگی او شده. به نظر می‌رسد، این رابطه رابطه‌ای دو سویه است، از یکسو، افرادی که قدردان دیگران باشند، نگرش مثبت دیگران را به خود ایجاد می‌کنند و از سوی دیگر، این نگرش مثبت دیگران موجب نشاط بیشتر آنها می‌شود که همه این عوامل در کنار یکدیگر باعث شده تا فرد بیش از پیش خودش را بپذیرد و سبب افزایش کیفیت زندگی او شود (۳۳).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که نیرومندی من به صورت مثبت و معنادار بر کیفیت زندگی مادران دارای فرزند نابینا اثر دارد. نتیجه پژوهش حاضر با پژوهش‌های جعفری و همکاران (۱۸) و حشمتی و همکاران (۱۹) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که نیرومندی من در همان سال‌های اولیه زندگی شکل می‌گیرد و به عنوان یک ظرفیت و توانایی در فرد برای انعطاف‌پذیر بودن و دستیابی به ثبات عاطفی عمل می‌کند و به افراد کمک می‌کند که با چالش‌های زندگی روبه‌رو شوند و همچنین هنگام روبه‌رو شدن با موقعیت‌های ناکام‌کننده و استرس‌زا به صورت مؤثر مبارزه کنند. در نتیجه روابط سالم و مؤثری با دیگران و با خودشان داشته باشند (۳۴). هرچه من افراد قوی‌تر باشد آنها خودپنداره‌ی نیرومندتر، شادی بیشتر و اضطراب کمتری را گزارش می‌دهند. در نتیجه کیفیت زندگی بیشتری را دارند ایگو یا من قدرتمند در افراد سازگاری، خودکارآمدی، شایستگی بین فردی و حتی رضایت از زندگی را منعکس کرده بنابراین توانایی‌های مقابله‌ای‌شان را تضمین کرده در نتیجه آنها را به سمت سلامتی می‌کشاند (۳۵).

براساس نتایج به دست آمده، یافته بعدی نشان داد که سلامت معنوی به صورت مثبت و معنادار کیفیت زندگی مادران

کودکان نابینا و ناشنوا را پیش‌بینی می‌کند. نتیجه پژوهش حاضر با پژوهش‌های لیتالین و همکاران (۱۵) و جعفری سلطان‌آبادی و همکاران (۱۶) همخوان و همسو می‌باشد. در مطالعه حاضر بین سلامت معنوی با تمام ابعاد کیفیت زندگی (سلامت جسمانی، سلامت روانی، روابط اجتماعی و سلامت محیطی)، ارتباط مستقیم وجود داشت. بدین معنا که با بالا رفتن میانگین نمره‌ی سلامت معنوی، میانگین نمره‌ی کیفیت زندگی و ابعاد آن نیز افزایش یافت. اشرفی و همکاران در مطالعه‌ی خود بیان کردند که بین سلامت معنوی و شرایط جسمانی ارتباط معناداری وجود دارد (۳۶). درباره‌ی نقش سلامت معنوی در زندگی افراد می‌توان به مطالعه‌ی بحرینیان و همکاران اشاره کرد که براساس نتایج آن سلامت معنوی با ابعاد مختلف کیفیت زندگی و سلامت روان ارتباط مثبتی دارد (۳۷).

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که ضریب مسیر بین استرس والدگری با کیفیت زندگی از لحاظ آماری معنادار بود. یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش‌های ماسینا و همکاران (۱۵) و آقایانی و همکاران (۱۷) همسو می‌باشد. یک مرور نظام‌مند نشان داد، والدین دارای کودک ناتوان، استرسی را تجربه می‌کنند که با توجه به بستر اجتماعی-فرهنگی متفاوت است؛ اما به طور عمده با ناتوانی که در کودک وجود دارد، مرتبط است (۳۸). در مورد مقایسه استرس والدگری در پدران و مادران، مطالعات محدودی، هر ۲ والد کودک را مورد بررسی قرار داده‌اند. یک مطالعه در مونترال کانادا بر روی والدین کودکان ۲ تا ۵ ساله باناتوانی نشان‌دهنده بیشتر بودن استرس والدگری در پدران بود (۳۹). روی هم رفته نتایج نشان می‌دهند که داشتن کودک باناتوانی، کیفیت زندگی هر ۲ والد را تحت تأثیر قرار می‌دهد اما میزان این تأثیر و حیطه‌ای که بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرد از یک جامعه به جامعه دیگر ممکن است متفاوت باشد. داشتن کودک باناتوانی علاوه بر اینکه والدین به خصوص مادران را درگیر مراقبت فیزیکی می‌کند، یک سری مشکلات دیگر را نیز پیش روی آنان قرار می‌دهد که می‌تواند باعث کاهش کیفیت زندگی روانی شود. مشکلاتی مثل استیگمای ناشی از داشتن کودک ناتوان، مشکل در زمینه تحصیل، کار و مالی از جمله هزینه‌های بهداشتی-درمانی این کودکان و دیگر مسائلی که روان را بیش از جسم تحت تأثیر قرار می‌دهند. در یک مطالعه کیفی، والدین دارای کودک اُتِستیک اظهار داشتند آنها ناتوانی بچه‌هایشان و بچه‌های ناتوانشان را به خاطر حرف و دیدگاه مردم مخفی می‌کنند. مادران نگرانند که دیگران فرزند آنان را

چگونه می‌بینند. این والدین در جامعه با یک سری مشکلات روبه‌رو بودند. آنها از نظر هیجانی خاموش بودند و دوست نداشتند در مورد کودک خود با کسی صحبت کنند (۴۰).

نتایج پژوهش نشان داد که مسیر غیرمستقیم از پذیرش خود بی‌قید و شرط به کیفیت زندگی از طریق استرس والدگری معنادار است. نتیجه پژوهش با پژوهش‌های منیرپور و همکاران (۹) میرمحمدی و همکاران (۲) همسو می‌باشد. به عبارت دیگر، پذیرش خود بی‌قید و شرط به طور غیرمستقیم و از طریق کاهش استرس والدگری، بر کیفیت زندگی تأثیر مثبت دارد. این نتیجه را می‌توان به این شکل تفسیر کرد که افرادی که پذیرش خود بی‌قید و شرط بیشتری دارند، میزان استرس والدگری کمتری را تجربه می‌کنند. این کاهش در استرس والدگری، منجر به بهبود کیفیت زندگی این افراد می‌شود. پذیرش خود بی‌قید و شرط به معنای پذیرش کامل و بدون قید و شرط خود و ویژگی‌های فردی است. افراد دارای پذیرش خود بی‌قید و شرط، کمتر به قضاوت و ارزیابی منفی خود می‌پردازند و به جای آن، خود را با مهربانی و درک بیشتری می‌پذیرند (۱۰). این نگرش مثبت به خود، منجر به کاهش استرس والدگری می‌شود. استرس والدگری به فشار روانی و احساس ناکارآمدی والدین در ایفای نقش والدینی اشاره دارد. والدینی که پذیرش خود بیشتری دارند، به احتمال بیشتری قادر به مقابله مؤثر با چالش‌های والدگری و مدیریت استرس مرتبط با آن هستند (۴۱). این امر در نهایت، به بهبود کیفیت زندگی آنها منجر می‌شود. نتایج این پژوهش با مطالعات پیشین همسو است که نشان داده‌اند پذیرش خود بی‌قید و شرط با کاهش استرس والدگری و بهبود کیفیت زندگی در ارتباط است. این یافته‌ها می‌تواند برای طراحی مداخلات و برنامه‌های آموزشی با هدف ارتقای پذیرش خود و کاهش استرس والدگری مورد استفاده قرار گیرد. در مجموع، این پژوهش نشان می‌دهد که پذیرش خود بی‌قید و شرط می‌تواند به طور غیرمستقیم و از طریق کاهش استرس والدگری، بر کیفیت زندگی والدین تأثیر مثبت داشته باشد. این یافته، اهمیت توجه به پذیرش خود و مدیریت استرس والدگری را در ارتقای کیفیت زندگی والدین برجسته می‌کند.

نتایج پژوهش نشان داد، سلامت معنوی به طور غیرمستقیم و از طریق کاهش استرس والدگری، بر کیفیت زندگی تأثیر مثبت دارد. پژوهش حاضر با پژوهش‌های جعفری سلطان‌آبادی و همکاران (۱۶)، ماسینا و همکاران (۱۵) و میرمحمدی (۱)

همسو می‌باشد. به عبارت دیگر، افرادی که سطح سلامت معنوی بالاتری دارند، میزان استرس والدگری کمتری را تجربه می‌کنند و در نتیجه، کیفیت زندگی بهتری دارند. سلامت معنوی به احساس هدفمندی، رضایت از زندگی و معنا یافتن در آن اشاره دارد. افرادی که سلامت معنوی بالاتری دارند، به احتمال بیشتری قادر به مقابله مؤثر با چالش‌های زندگی و مدیریت فشارهای روانی ناشی از آن هستند. این ویژگی به نوبه خود، به کاهش استرس والدگری در آنها می‌انجامد. استرس والدگری به فشار روانی و احساس ناکارآمدی والدین در ایفای نقش والدینی اشاره دارد. والدینی که سلامت معنوی بالاتری دارند، به احتمال بیشتری قادر به مقابله مؤثر با چالش‌های والدگری و مدیریت استرس مرتبط با آن هستند. این امر در نهایت، به بهبود کیفیت زندگی آنها منجر می‌شود. سلامت معنوی با کاهش استرس والدگری و بهبود کیفیت زندگی در ارتباط است (۳۸). سلامت معنوی می‌تواند به والدین کمک کند تا چالش‌های زندگی را با دید مثبت و معنادار ببینند و از این طریق، استرس ناشی از والدگری را کاهش دهند. در نتیجه، کیفیت زندگی بهتری را تجربه می‌کنند (۴۲). همچنین، این یافته می‌تواند در طراحی مداخلات و برنامه‌های آموزشی با هدف ارتقای سلامت معنوی و مدیریت استرس والدگری مورد استفاده قرار گیرد. به عنوان مثال، ارائه آموزش‌های مبتنی بر معنویت و معناداری به والدین، می‌تواند به کاهش استرس والدگری و در نتیجه، بهبود کیفیت زندگی آنها منجر شود. در مجموع، این پژوهش نشان می‌دهد که سلامت معنوی می‌تواند به طور غیرمستقیم و از طریق کاهش استرس والدگری، بر کیفیت زندگی والدین تأثیر مثبت داشته باشد. این یافته، اهمیت توجه به سلامت معنوی و مدیریت استرس والدگری را در ارتقای کیفیت زندگی والدین برجسته می‌کند.

طبق نتایج این پژوهش، پذیرش خود بی‌قید و شرط به طور غیرمستقیم از طریق کاهش استرس والدگری، به افزایش کیفیت زندگی والدین منجر می‌شود. این یافته‌ها با مطالعات قبلی پوپوف و همکاران (۱۳) و پورتام^۱ و همکاران (۲۳) که ارتباط پذیرش خود با سطوح پایین‌تر استرس، اضطراب و افسردگی را نشان می‌دهند، همخوانی دارد. پذیرش خود بی‌قید و شرط به معنای داشتن نگرش گرم، مهربان و فاقد قضاوت نسبت به خود، به جای انتقاد یا پرخاشگری است (۴۳). افرادی که از این ویژگی برخوردارند، توانایی بیشتری در تنظیم هیجانات و

1. Pouratam

مهارت‌های مدیریت استرس با تأکید بر استرس والدگری. این برنامه باید به صورت دوره‌ای (مثلاً هر ۶ ماه یک بار) و با پیگیری‌های منظم اجرا شود تا تأثیر آن بر کیفیت زندگی مادران به طور مستمر ارزیابی و بهبود یابد.

تعارض و منافع

نویسندگان هیچگونه تعارض منافی با یکدیگر ندارند.

References

1. Mirmohammadi F, Pourmohamadrez-Tajrishi M, Dolatshahi B, Bakhshi E. The Effectiveness of Acceptance and Commitment Group Therapy on the Self-esteem of Girls With Visual Impairment. *jrehab* 2022; 22 (4) :462-481 URL: <http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/article-1-2839-fa.html>.
2. Mirmohammadi F, Pourmohamadrez-Tajrishi M. The Effect of Acceptance and Commitment Group Therapy on Emotional Maturity in Female Adolescents With Visual Impairment. *jrehab* 2024; 25 (1) :48-71 URL: <http://rehabilitationj.uswr.ac.ir/article-1-3287-fa.html>
3. Barak-Levy, Y., & Atzaba-Poriab, N. A mediation model of parental stress, parenting, and risk factors in families having children with mild intellectual disability. *Research in developmental Disabilities*, 2020, 98, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2020.103577>
4. Alon, R. (2019). Social support and post-crisis growth among mothers of children with autism spectrum disorder and mothers of children with Down syndrome. *Journal of Research in Developmental Disabilities*, 90, 22-30. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2019.04.010>
5. Sittironnarit, G., Emprasertsuk, W., Wannasewok, K. Quality of life and subjective burden of primary dementia caregivers in Bangkok, Thailand. *Asian Journal of Psychiatry*, 2020, 48, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2019.101913>
6. Derguy, C., Roux, S., Portex, M., M'bailara, K. an ecological exploration of individual, family, and environmental contributions to parental quality of life in autism. *Journal of Psychiatry Research*, 2018. 268, 87-93. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.07.006>
7. Cappe, É., Pedoux, A., Poirier, N., Downes, N., & Nader-Grosbois, N. Adaptation and quality of life of parents with a child with autism spectrum disorder: A comparative exploratory study between France, French-Speaking Belgium and Quebec. *Psychologie française*, 2020, 65(2), 141-155. <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2018.11.002>

مقابله با استرس دارند (۴۴). در زمینه والدگری، پذیرش خود باعث می‌شود والدین با همدلی و مهربانی بیشتری با فرزندان خود رفتار کنند و در مواجهه با چالش‌های والدگری، کمتر دچار استرس و اضطراب شوند (۴۵). از سوی دیگر، استرس والدگری بالا می‌تواند اثرات منفی جدی بر سلامت روانی والدین و کیفیت زندگی آنها داشته باشد (۴۶). بنابراین، کاهش استرس والدگری از طریق افزایش پذیرش خود بی‌قید و شرط، می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی والدین کمک کند.

از مهمترین محدودیت‌های این پژوهش، محدود بودن نمونه به مادران دارای فرزند نابینا در یک منطقه جغرافیایی شهرستان‌های غرب استان مازندران، محدودیت دیگر پژوهش فقط روی مادران اجرا شد، محدودیت آخر پژوهش نمونه پژوهش حاضر ۲۳۵ نفر می‌باشد. بعد از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها در زمان اجرای تحلیل آماری متوجه شدیم که ۲ نفر از شرکت‌کنندگان ما پرسشنامه‌ها را با دقت پر نکرده‌اند و در نتیجه از پژوهش کنار گذاشته شدند. پیشنهاد می‌شود برای تعمیم‌پذیری در سایر مناطق جغرافیایی ایران اجرا شود، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از تعداد نمونه بیشتر استفاده شود. پیشنهاد می‌شود پژوهش با پدران دارای فرزند نابینا نیز اجرا شود. وزارت آموزش و پرورش، با همکاری انجمن‌های علمی روان‌شناسی و مشاوره، باید یک بسته آموزشی-حمایتی چندوجهی برای مدارس استثنایی و مراکز آموزشی کودکان نابینا تدوین کند. این بسته باید شامل: الف) دوره‌های آموزشی برای معلمان و مربیان در زمینه حمایت روانی-اجتماعی از مادران دارای فرزند نابینا، ب) برنامه‌های مشارکتی والدین-مدرسه با تمرکز بر تقویت پذیرش، نیرومندی ایگو و سلامت معنوی مادران، ج) گروه‌های حمایتی هفتگی برای مادران با هدف کاهش استرس والدگری و تبادل تجربیات، و د) جلسات مشاوره خانواده با حضور پدر و سایر اعضای خانواده برای ایجاد محیط حمایتی یکپارچه باشد. سازمان بهزیستی و مراکز توان‌بخشی باید یک برنامه جامع و یکپارچه تحت عنوان "ارتقای کیفیت زندگی مادران دارای فرزند نابینا" طراحی و اجرا کنند. این برنامه باید شامل ۴ مؤلفه اصلی باشد: الف) کارگاه‌های آموزشی پذیرش بی‌قید و شرط با تمرکز بر تکنیک‌های ذهن‌آگاهی و پذیرش و تعهد، ب) جلسات مشاوره فردی و گروهی برای تقویت نیرومندی ایگو با استفاده از رویکردهای روان‌پویشی و شناختی-رفتاری، ج) برنامه‌های معنویت‌درمانی با هدف افزایش سلامت معنوی، و د) آموزش

8. Safara M, Khanbabai M, Khanbabai M. The effect of teaching spiritual skills on improving the quality of life and life expectancy of mothers with mentally retarded children. *Psychology of exceptional people*, 2019; 10(37): 161-180. doi: 10.22054/jpe.2020.43806.2009.
9. Monirpour, Nader, Atturi, Behnaz, Zargham Hajebi, Majid. Explaining forgiveness in elderly through gratitude, happiness and self-acceptance with the mediating role of self-empowerment. *Culture of counseling and psychotherapy*, 2019; 10(39): 123-156. doi: 10.22054/qccpc.2019.42869.2151
10. Ebrahimi, M., Taher, M., hossein khazadeh, A. The Effectiveness of Reality Therapy Based on Unconditional Positive Self-Acceptance on the Attitude towards Childbearing in Mothers of Children with Autism Spectrum Disorders. *Psychology of Exceptional Individuals*, 2023; 13(50): 159-186. doi: 10.22054/jpe.2023.71031.2514
11. Hasani F, Fatholoolomi A, Najafi E, Askari Z. Role of physical appearance perfectionism, unconditional self-acceptance, and life quality on rhinoplasty demand. *Research in Medicine* 2021; 45 (1) :60-63URL: <http://pejouhesh.sbm.ac.ir/article-1-2129-fa.html>
12. Zhang, X. Y., H. F. Yang, and Y. Zhao. "The development of a domain-specific perfectionism scale for college students." *Chinese Journal of Clinical Psychology* 15 (2007): 125-131.
13. Popov S, Radanović J, Biro M. Unconditional self-acceptance and mental health in ego-provoking experimental context. *Suvremena psihologija*. 2016 Oct 10;19(1):71-9. <https://doi.org/10.21465/2016-SP-191-06>
14. Van Solinge H, & Henkens K.. Subjective life expectancy and actual mortality: results of a 10-year panel study among older workers. *European Journal of Ageing*, 2018; 15,155–164. <https://doi.org/10.1007/s10433-017-0442-3>.
15. Litalien M, Atari DO, Obasi I. The influence of religiosity and spirituality on health in Canada: A systematic literature review. *J Relig Health*. 2022; 61(1):373-414. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10943-020-01148-8>
16. Soltani F, Mardani-Hamooleh M, Seyedfatemi N, Haghani S, Hamidi H. Spiritual Well-being Among Mothers of Children With Autism in Tehran: A Descriptive Study. *IJN* 2022; 35 (135) :16-27URL: <http://ijn.iu.ac.ir/article-1-3478-fa.html>
17. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Seyyed Mohammadi Y. (Persian translator). Tehran: Ravan Publication; 2014, pp:1359.
18. Jafari S, Joharifard R. The Effectiveness of Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy on the Alexithymia, Defense Styles, and Ego Strength in Patients with Irritable Bowel Syndrome: A Quasi-Experimental Study. *JRUMS* 2023; 22 (3) :243-258. URL: <http://journal.rums.ac.ir/article-1-6877-fa.html>
19. Heshmati R, Lo C, Khooy MP, Naseri E. Pathway linking Emotional Suppression to Depression and Anxiety in Cancer Patients undergoing Chemotherapy: The Mediating Role of Ego -strength. *Curr Aging Sci* 2022; 6(1): 105.
20. Messina I, Scottà F, Marchi A, Benelli E, Grecucci A, Sambin M. Case Report: Individualization of Intensive Transactional Analysis Psychotherapy on the Basis of Ego Strength. *Front Psychol* 2021; 12(1): 1 -12.
21. Keshavarz Amir, Mehrabi Hoseinali. Psychological predictors of life satisfaction. *Developmental psychology (Iranian psychologists)* [Internet]. 2007.168-159:(22)6. Available from: <https://sid.ir/paper/101377/fa>
22. Aghajani, Sif Allelal, Afrooz, . Mohammad, Ghobari, Narimani, Ghobari Bonab, Mohammad Bagher, and Mohsenpour, Zeinab. Effectiveness of Mindfulness-Based Stress Reduction in Improving Mother-child Interaction among Mothers of Students with Intellectual Disabilities. *Exceptional Children's Quarterly*, 55, Spring 2015, No.1
23. Pouratam, R., Pouratam, R., , Tahmasian, K., & Chimeh, N. . Comparison of parenting stress in mothers of children with autism disorder and mothers of normal children. *Quarterly Journal of Family Research*, 2007 5(3), 399-387
24. Nasiri Habib Elah, checking the validity and reliability of the short scale of the quality of life of the World Health Organization and preparing its Iranian version, national seminar on students' mental health. Year: 2006.
25. Paloutzian R, Ellison C. Loneliness, spiritual well-being and the quality of life. In: Peplau D, Perlman D. Loneliness: a sourcebook of current theory, research and therapy. New York: John Wiley and Sons; 1982; p. 224-35. <https://cir.nii.ac.jp/crid/1130282270437919360>
26. Seyed Fatemi N, Rezaei M, Gyuri A, Hosseini F. The effect of prayer on the mental health of cancer patients, *Faslanema Paish*, Year 5, Number 4, Fall 2006; pp. 295-304. URL: <http://payeshjournal.ir/article-1-732-fa.html>
27. Abidin, R. R. Parenting Stress Index (PSI) manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources. 1995
28. Dadsetan P, Ahmadi Azghandi A, Hassanabadi HR. [Parenting stress and general health: A research on the relation between parenting stress and general health among housewife-mothers and nurse-mothers with young children (Persian)]. *J Dev Psychol*. 2006; 2(7):171-84.
29. Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of*

- Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy, 2001.19, 163-176.
30. Khalajzadeh, Mahdieh, Hashemi, Nizam. The effectiveness of self-compassion training on the perception of competence and psychological flexibility of abused girls. *Educational Psychology Quarterly*, 2018; 15(54): 1-32. doi: 10.22054/jep.2020.47123.2785 [persian]
 31. Dingley C, Roux G. The Role of Inner Strength in Quality of Life and Self-Management in Women Survivors of Cancer. *Research in nursing & health*. 2014;37(1):32-41.
 32. Davari Safura, Rahimian Bogar Ishaq, Talepand Siavash, Uzi Mohammadreza. The effect of religious-spiritual intervention on the inner strength of women with breast cancer. *Research in religion and health* [Internet]. 2017;4(5):27-44. Available from: <https://sid.ir/paper/379507/fa>
 33. Makarem M A, Yousefi Z. The Effectiveness of Psychodrama Group Therapy on Assertiveness, Unconditional Acceptance, and the Spirit of Gratitude among Physically Disabled Individuals: A Quasi-Experimental Study. *JRUMS* 2021; 20 (6) :681-696. URL: <http://journal.rums.ac.ir/article-1-5872-fa.html>
 34. Asvadzadeh F, Safarzadeh S, Homaei R. The Structural Model of Self-acceptance, Thematic Relationships and Hope for Employment through Mediating Sense of Agency and Its Effect on Life Quality of Blind and Low-vision Graduates. *JCHR* 2023; 12 (1) :70-80 URL: <http://jhr.ssu.ac.ir/article-1-957-en.html>
 35. Jafari Soltanabadi A, Monirpoor N, Mirzahouseini H. The Association of Couples' Feeling of Happiness with Differentiation of Self (DoS) and Early Object Relations with the Mediating Role of Religious Marital Satisfaction. *Journal of Applied Family Therapy*. 2021; 2(1): 159-7
 36. Bahreinian A, Radmehr H, Mohammadi H, Bavadi B, Mousavi MR. The Effectiveness of the Spiritual Treatment Groupon Improving the Quality of Life and Mental Health in Women with Breast Cancer. *J Res Relig Health*. 2017;3(1).64-78.
 37. Caputo EL, Porcellis da Silva RB, Leal da Cunha L, Krüger GR, Reichert FF. Physical Activity and Quality of Life in People With Visual Impairments: A Systematic Review. *Journal of Visual Impairment & Blindness*. 2022; 116(1): 48 -60.
 38. Bazarfeshan B, Kargar Dolatabadi A, Mohammadi M, Sarmadi P, Lakzaei J, Hosseinienejad S, et al . Quality of life of the mothers of children with autism. *J Gorgan Univ Med Sci* 2018; 20 (4) :77-82. URL: <http://goums.ac.ir/journal/article-1-3541-fa.html>
 39. Ashrafi Z, Ebrahimi H, Sarafha J. The relationship between hemodialysis adequacy and quality of life and spiritual wellbeing in hemodialysis patients. <https://www.sid.ir/paper/247037/en>
 40. Selman ,Lucy Ellen,., Fox. Icon,Nura Aabe,Katrina Turner,Dheeraj Rai &Sabi Redwood. You are labelled by your children's disability' – A community-based, participatory study of stigma among Somali parents of children with autism living in the United Kingdom. *Ethnicity & Health* 2018.Volume 23, 2018 - Issue 7.
 41. Danaei, Mehtab, Farah Bijari, Azam, & Chirag Molai, Leila. Investigating the mediating role of reverse parenting in the relationship between boundary ambiguity with family support, family satisfaction and perceived stress in adolescent girls from divorced families. *Family Studies*, 2017. 15(2), 231-249.
 42. Uzodinma, Uchenna Eugenia; Ede, Moses Onyemaechi ; Dike, Ibiwari Caroline et all. Improving quality of family life among Christian parents of children with low vision in Nsukka catholic diocese using rational emotive family health therapy. *Medicine* 101(25):p e27340, June 24, 2022. | DOI: 10.1097/MD.00000000000027340
 43. Braun, Elana. The Relationship Between Parental Self-Efficacy and Unconditional Self-Acceptance, Cognitive Flexibility, and Self-Forgiveness Across Different Parental Stages. Hofstra University ProQuest Dissertations Publishing, 2023.30640758. <https://www.proquest.com/openview/7aedd48a9345761605fcbac831341b/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
 44. Gouveia, M. J., Carona, C., Canavarro, M. C., & Moreira, H. Self-compassion and dispositional mindfulness are associated with parenting styles and parenting stress: The mediating role of mindful parenting. *Mindfulness*, 2016. 7(3), 700-712. <https://doi.org/10.1007/s12671-016-0507-y>
 45. Kirby, J. N., & Sanders, M. R. Self-compassion and parenting: A context for cultivating mindful parenting and secure child attachment. *Mindfulness*, 2012. 3(2), 157-173. <https://doi.org/10.1007/s12671-012-0072-7>
 46. Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. Parenting stress and child behavior problems: A transactional relationship across time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 2012. 117(1), 48-66. <https://doi.org/10.1352/1944-7558-117.1.48>