مقایسه ی اثربخشي آموزش مهارت های زندگی و مهارت های عاطفی بر استرس والد گری مادران دارای کودکان اوتیسم

**ادریس اعظمی[[1]](#footnote-1)،زهرا حاج صادقی[[2]](#footnote-2)،فریبا جعفری روشن [[3]](#footnote-3)، فرزاد مرادی[[4]](#footnote-4)،گلاره جلیلی[[5]](#footnote-5)**

**چكيده**

**هدف از پژوهش حاضرمقایسه اثربخشی آموزش مهارتهای زندگی و مهارتهای عاطفی بر استرس والدگری مادران دارای کودکان طیف اوتیسم است. بدين منظور طي يك طرح نيمه آزمايشي با پيش آزمون، پس آزمون و گروه گواه، 45نفراز مادركودكان 6 تا 12 ساله داراي اختلال اوتیسم به شيوه ي هدفمند انتخاب و به صورت تصادفي در سه گروه 15 نفري دو گروه آزمايش ویک گروه گواه قرار گرفتند. والدين در ابتدا از نظر استرس والدگری مورد ارزيابي قرار گرفتند؛ سپس، گروه های آزمايش طي 8 جلسه ي 90 دقيقه اي، برنامه هاي آموزشي آموزش مهارت‌های زندگی و مهارت های عاطفی بر استرس والد گری را دريافت كردند ولي گروه گواه آموزشي دريافت نكرد. در انتها هر سه گروه مجدد از نظر استرس والد گری مورد آزمون قرار گرفتند. نتايج تحليل کوواریانس** که هر دو روش موثر بودند و آموزش مهارت های عاطفی تاثیر بیشتری نسبت به مهارتهای زندگی داشت.

**واژه هاي كليدي:اختلال اوتیسم،مهارتهاي عاطفی،استرس والد گری،مهارت های زندگی**

**Comparing the effectiveness of emotional skills and life skills trainingon the parenting stress in mothers of children with autism**

**Abstract**

**The purpose of this research was to compare the effectiveness of emotional skills and life skills training on the parenting stress in mothers of children with autism. For this purpose, with a quasi-experimental design with pre-test, post-test and control group, 30 mothers of 6 to 12 year old children with autism were selected and randomly divided into 1 control and 2 experimental groups each with 10 members. First the parenting stress of the parents was assessed. Next, the experimental groups received the learning programs of life skills and emotional skills training on parenting stress through 8 90-minute sessions while the control group did not. At the end, the parenting stress of all three groups was reassessed.The results of thetwo-way ANOVA showed that emotional skills training was more effective than life skills** **.**

**Keywords:Autism, emotional skills, parenting stress, life skill**

1. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه ازاد کرمانشاه، ایران (نویسنده مسئول مکاتبات) [e\_azami@yahoo.com](mailto:e_azami@yahoo.com) [↑](#footnote-ref-1)
2. . کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد خوزستان، اهواز، ایران. Zahra.hajsadeghi@yahoo.com [↑](#footnote-ref-2)
3. . کارشناس ارشد روانشناسی بالینی. دانشگاه علامه طباطبایی، ایران jafarif87@gmail.com [↑](#footnote-ref-3)
4. . کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه ازاد مرودشت، شیراز، ایران farzadkochi@ Gmail.com [↑](#footnote-ref-4)
5. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد کرمانشاه، ایران Gelare.jalili@gmail.com [↑](#footnote-ref-5)