**روان­شناسی عمومی**

**عنوان**

**اثربخشی درمان گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش افسردگی و استرس ادراک شده­ی مادران کودکان اتیستیک**

فهرست

[چکیده فارسی 9](#_Toc21601620)

[فصل اول کلیات پژوهش 10](#_Toc21601621)

[1-1 مقدمه 11](#_Toc21601622)

[1-2 بیان مسئله 12](#_Toc21601623)

[1-3 اهمیت و ضرورت پژوهش 13](#_Toc21601624)

[1-4 اهداف و فرضیات پژوهش 14](#_Toc21601625)

[1-4-1 اهداف پژوهش 14](#_Toc21601626)

[2-4-1 فرضیات پژوهش 15](#_Toc21601627)

[5-1 تعریف لغات و اصطلاحات (تعاریف نظری و عملیاتی) 15](#_Toc21601628)

[1-5-1 تعاریف نظری 15](#_Toc21601629)

[2-5-1 تعاریف عملیاتی 16](#_Toc21601630)

[6-1 خلاصه فصل اول 16](#_Toc21601631)

[فصل دوم ادبیات و پیشینه پژوهش 17](#_Toc21601632)

[1-2 مقدمه 18](#_Toc21601633)

[2-2 مبانی نظری 19](#_Toc21601634)

[1-2-2 بخش اول : اختلالات اتیسم 19](#_Toc21601635)

[2-2-2 بخش دوم : درمان مبتنی پذیرش و تعهد 19](#_Toc21601636)

[3-2-2 فرآیندهای بنیادین درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد 21](#_Toc21601637)

[1-3-2-2 پذیرش 22](#_Toc21601638)

[2-3-2-2 گسلش (ناهمامیزی) شناختی 22](#_Toc21601639)

[3-3-2-2 خویشتن مشاهده گر (**بافتار انگاشتن خویشتن**) 23](#_Toc21601640)

[4-3-2-2 تماس با لحظه‌ اکنون 25](#_Toc21601641)

[5-3-2-2 ارزش‌ها 26](#_Toc21601642)

[6-3-2-2 اقدام متعهدانه 26](#_Toc21601643)

[4-2-2 انعطاف‌پذیری روان‌شناختی 27](#_Toc21601644)

[5-2-2 فرآیندهای ذهناگاهی و پذیرش 28](#_Toc21601645)

[شکل (2-2) فرآیندهای بینادین در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد 28](#_Toc21601646)

[6-2-2 هدف ACT 29](#_Toc21601647)

[7-2-2 مفهوم توجه آگاهی 29](#_Toc21601648)

[8-2-2 تفاوت ACT با دیگر رویکردهای مبتنی بر توجه آگاهی 29](#_Toc21601649)

[9-2-2 خصوصیات منحصر به فرد ACT 30](#_Toc21601650)

[10-2-2 بهنجار بودن سالم 30](#_Toc21601651)

[11-2-2 دلیل مخالفت ACT با روانشناسی بهنجار بودن سالم 30](#_Toc21601652)

[12-2-2 بهنجار بودن مخرب 31](#_Toc21601653)

[13-2-2 اجتناب تجربه‌ای 32](#_Toc21601654)

[14-2-2 مداخلات درمانی 33](#_Toc21601655)

[15-2-2 بخش سوم : استرس 34](#_Toc21601656)

[16-2-2 تأثيرهاي استرس 34](#_Toc21601657)

[17-2-2 استرس در زنان 36](#_Toc21601658)

[18-2-2 نظريهها و الگوهاي استرس 36](#_Toc21601659)

[1-18-2-2 نظرية روانتحليلگري 37](#_Toc21601660)

[2-18-2-2 نظرية ضعف جسماني 37](#_Toc21601661)

[3-18-2-2 نظرية تكوين و تعادل خودكار 38](#_Toc21601662)

[4-18-2-2 نظرية پردازش اطلاعات 38](#_Toc21601663)

[19-2-2 استرس فرزندپروری 39](#_Toc21601664)

[20-2-2 انعطاف پذیری فرزندپروری 40](#_Toc21601665)

[21-2-2 تاثیر اختلالات اتیسم در استرس خانوادهها 41](#_Toc21601666)

[22-2-2 بخش چهارم : افسردگی 43](#_Toc21601667)

[23-2-2 انواع افسردگي 44](#_Toc21601668)

[1-23-2-2 افسردگي اساسي  يا ماژور 44](#_Toc21601669)

[2-23-2-2 ملاکهای افسردگی اساسی 45](#_Toc21601670)

[3-23-2-2 افسرده خويي يا  مينور 46](#_Toc21601671)

[4-23-2-2 اختلال دوقطبي 47](#_Toc21601672)

[5-23-2-2 افسردگي فصلي 47](#_Toc21601673)

[24-2-2 استرس در خانواده های دارای کودک اتیستیک 48](#_Toc21601674)

[3-2 پیشینه پژوهش 49](#_Toc21601675)

[1-3-2 پیشینه داخلی 49](#_Toc21601676)

[2-3-2 پیشینه خارجی 50](#_Toc21601677)

[4-2 خلاصه فصل دوم 51](#_Toc21601678)

[فصل سوم روش اجرای پژوهش 53](#_Toc21601679)

[1-3 مقدمه 54](#_Toc21601680)

[2-3 جامعه آماری 54](#_Toc21601681)

[1-2-3 حجم و روش نمونه گیری 55](#_Toc21601682)

[3-3 روش پژوهش 55](#_Toc21601683)

[جدول (1-3) محتوای جلسات مبتنی بر تعهد و پذیرش 56](#_Toc21601684)

[1-3-3 روش جمع آوری اطلاعات 57](#_Toc21601685)

[2-3-3 ابزار جمع آوری اطلاعات 57](#_Toc21601686)

[جدول (2-3) امتیازات پرسشنامه افسردگی 58](#_Toc21601687)

[3-3-3 روش تجزیه و تحلیل 58](#_Toc21601688)

[4-3-3 ابزار تجزیه و تحلیل اطلاعات 59](#_Toc21601689)

[4-3 خلاصه فصل سوم 59](#_Toc21601690)

[فصل چهارم 60](#_Toc21601691)

[تجزیه و تحلیل داده‌ها 60](#_Toc21601692)

[1-4. یافته‌های توصیفی 61](#_Toc21601693)

[جدول 1-4. میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش در مرحله پیش‌آزمون 61](#_Toc21601694)

[جدول 2-4. میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش در مرحله پسازمون 61](#_Toc21601695)

[جدول 3-4. میانگین، انحراف معیار، کمترین و بیشترین نمره‌های شرکت‌کنندگان در متغیرهای پژوهش در مرحله پیگیری 62](#_Toc21601696)

[نمودار1-4. میانگین‌های پیش‌آزمون، پسازمون و پیگیری افسردگی در گروه‌های آزمایش و گواه 63](#_Toc21601697)

[نمودار2-4. میانگین‌های پیش‌آزمون، پسازمون و پیگیری استرس ادراک شده در گروه‌های آزمایش و گواه 64](#_Toc21601698)

[2-4. آزمون نرمال بودن داده‌ها 64](#_Toc21601699)

[جدول 4-4. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای متغیرهای پژوهش در مرحلۀ پیش‌آزمون و پسازمون 64](#_Toc21601700)

[3-4. بررسی مفروضه‌هاي تحليل كواريانس 65](#_Toc21601701)

[1-3-4. خطی بودن 65](#_Toc21601702)

[نمودار 3-4. خط رگرسیون و پراکنش نمره‌های پیش‌آزمون و پسازمون افسردگی 66](#_Toc21601703)

[نمودار 4-4. خط رگرسیون و پراکنش نمره‌های پیش‌آزمون و پسازمون استرس ادراک شده 67](#_Toc21601704)

[2-3-4. هم‌خطی چندگانه 68](#_Toc21601705)

[3-3-4. همگنی ماتریس-کواریانس و همگنی واریانسها 68](#_Toc21601706)

[جدول 5-4. نتایج آزمون ام باکس و آزمون لوین جهت برابری واریانس خطای متغیر‌های وابسته (افسردگی و استرس ادراک شده) در گروه‌های آزمایشی و گواه 68](#_Toc21601707)

[4-3-4. همگنی رگرسیون 69](#_Toc21601708)

[نمودار 5-4. خطوط رگرسيون و پراكنش نمره‌های پیش‌آزمون و پسازمون افسردگی در سطوح عامل (گروه‌هاي آزمایش و گواه) 70](#_Toc21601709)

[نمودار 6-4. خطوط رگرسيون و پراكنش نمره‌های پیش‌آزمون و پسازمون استرس ادراک شده در سطوح عامل (گروه‌هاي آزمایش و گواه) 71](#_Toc21601710)

[4-4. یافته‌های استنباطی 72](#_Toc21601711)

[جدول 6-4. نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیری برای مقایسۀ نمره‌های پسازمون متغیرهای افسردگی و استرس ادراک شده گروه‌های آزمایش و گواه 72](#_Toc21601712)

[جدول 7-4. نتایج تحلیل کواریانس یک‌راهه برای مقایسۀ نمره‌های پسازمون متغیرهای وابستۀ افسردگی و استرس ادراک شده گروه‌های آزمایش و گواه 73](#_Toc21601713)

[جدول 8-4. نتایج تحلیل کواریانس چندمتغیری برای مقایسۀ نمره‌های پیگیری متغیرهای وابستۀ افسردگی و استرس ادراک شده گروه‌های آزمایش و گواه 73](#_Toc21601714)

[جدول 9-4. نتایج تحلیل کواریانس یک‌راهه برای مقایسۀ نمره‌های پیگیری متغیر وابستۀ افسردگی و استرس ادراک شده گروه‌های آزمایش و گواه 74](#_Toc21601715)

[فصل پنجم 75](#_Toc21601716)

[بحث و نتیجه‌گیری 75](#_Toc21601717)

[1-5. تبیین یافته‌های مربوط به فرضیه‌های پژوهش 76](#_Toc21601718)

[2-5. محدودیت‌ها 80](#_Toc21601719)

[3-5. پیشنهادات 81](#_Toc21601720)

[1-3-5. پیشنهادهای نظری 81](#_Toc21601721)

[2-3-5. پیشنهادهای کاربردی 82](#_Toc21601722)

[منابع و ماخذ 84](#_Toc21601723)

[منابع داخلی 84](#_Toc21601724)

[منابع لاتین 86](#_Toc21601725)

[پیوستها 92](#_Toc21601726)

[پرسشنامه افسردگی بک 93](#_Toc21601727)

[پرسشنامه استرس ادراک شده کوهن 96](#_Toc21601728)

[چکیده انگلیسی 97](#_Toc21601729)