Iranian Journal of Rehabilitation Research in Nursing Original Article

Autumn 2022, Volume 9, Issue 1 https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75

The Effectiveness of Cognitive Therapy Training Based on Mindfulness on the Parent-child Relationship and Consensual Custody of Children in Parents Applying for an Irreconcilable Divorce

Alireza Yousefi[1], Farideh Hamidi[2*], Hossein Fakouri HajiYar[3]

1- PhD Student of Educational Psychology, Department of Psychology, Bojnourd Branch, Islamic Azad University, Bojnourd, Iran.
2- Associate Professor of Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Humanities, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran.
3-Assistant Professor, Department of Educational Sciences, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran.

***Corresponding author:** Farideh Hamidi, Associate Professor of Psychology, Department of Educational Sciences, Faculty of Humanities, Shahid Rajaee Teacher Training University, Tehran, Iran.
Email: fhamidi@sru.ac.ir

Received: 2022/04/23 Accepted: 2022/08/19

Abstract

Introduction: Divorce has many negative consequences and affects family relationships, including parent-child relationship and custody of children. As a result, the aim of this research was to determine the effectiveness of cognitive therapy training based on mindfulness on the parent-child relationship and consensual custody of children in parents applying for an irreconcilable divorce.

Methods: The present study was a semi-experimental study with a pre-test-post-test design with a control group. The research community was the parents of unreconciled divorce applicants who referred to counseling centers in Mashhad in the spring of 1400. A sample consisting of 20 couples was selected by purposive sampling method after reviewing the inclusion criteria and randomly replaced by lottery in two equal groups. The experimental group was trained in eight 90-minute sessions (one session per week) with cognitive therapy based on mindfulness, and the control group remained on the waiting list for training. The data were collected with the parent-child relationship scale and the researcher-made questionnaire of consensual custody of the children and were analyzed with chi-square, independent t-tests and multivariate covariance analysis in SPSS-22 software.

Results: The findings showed that there was no significant difference between the experimental and control groups in terms of age, education and occupation ($P>0.05$). Also, there was a significant difference between the test and control groups in terms of both variables of parent-child relationship and consensual custody of children in parents applying for an irreconcilable divorce. In other words, the cognitive therapy training method based on mindfulness improved the parent-child relationship and consensual custody of children in parents applying for an unconsolidated divorce ($P<0.001$).

Conclusions: According to the results of the present study, it is necessary to plan to improve the health of the family, especially to improve the parent-child relationship and consensual custody of children. For this purpose, cognitive therapy based on mindfulness can be used along with other educational methods.

Keywords: Mindfulness-Based Cognitive Therapy, Child-Parent Relationship, Consensual Custody, Divorce.

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری
مقاله پژوهشی

پاییز ۱۴۰۱، دوره ۹، شماره ۱

https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75

اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد– فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته

علیرضا یوسفی[۱]، فریده حمیدی[۲*]، حسین فکوری حاجی‌یار[۳]

۱– دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران.
۲ – دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.
۳ – استادیار، گروه علوم تربیتی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران.

***نویسنده مسئول:** فریده حمیدی، دانشیار روانشناسی، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت دبیر شهید رجایی، تهران، ایران.
ایمیل: fhamidi@sru.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۲/۳ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۵/۲۸

چکیده

مقدمه: طلاق دارای عواقب منفی بسیاری است و بر روابط خانوادگی از جمله رابطه والد- فرزندی و حضانت فرزندان تاثیر می‌گذارد. در نتیجه، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته بود.

روش کار: مطالعه حاضر نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه پژوهش والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر مشهد در فصل بهار سال ۱۴۰۰ بودند که نمونه‌ای متشکل از ۲۰ زوج پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی با قرعه‌کشی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) با روش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی آموزش دید و گروه گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. داده‌ها با مقیاس رابطه والد- فرزندی و پرسشنامه محقق‌ساخته حضانت توافقی فرزندان جمع‌آوری و با آزمون‌های خی‌دو، تی مستقل و تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS-22 تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد که گروه‌های آزمایش و گواه از نظر سن، تحصیلات و شغل تفاوت معنی‌داری نداشتند ($P<۰/۰۵$). همچنین، بین گروه‌های آزمایش و گواه از نظر هر دو متغیر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته تفاوت معنی‌داری وجود داشت. به عبارت دیگر، روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شد ($P<۰/۰۰۱$).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج مطالعه حاضر، برنامه‌ریزی جهت ارتقای سلامت خانواده به‌ویژه برای بهبود رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان ضروری است که برای این منظور می‌توان از روش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی در کنار سایر روش‌های آموزشی استفاده کرد.

کلید واژه‌ها: شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی، رابطه والد- فرزندی، حضانت توافقی، طلاق.

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]
[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

مقدمه

ازدواج اساس تشکیل خانواده برای داشتن یک زندگی شادتر، سالم‌تر و بانشاط‌تر در سایه همکاری، مشارکت، حمایت، تعامل و ارضای نیازها است [۱]. گاهی ازدواج‌ها به دلایل درونی و بیرونی مختلف تهدید می‌شوند و عدم سازش‌یافتگی آنها را به سوی طلاق می‌کشاند [۲]. حدود ۵۰ درصد ازدواج‌ها به طلاق منجر می‌شوند و بیشتر از نیمی از افراد طلاق‌گرفته متقاضی ازدواج مجدد می‌باشند که باز هم حدود ۵۰ درصد از آنها مجددا خواستار طلاق هستند. طبق آمارها در کشور ایران میزان طلاق در حال افزایش است و از ۹۴ هزار طلاق در سال ۱۳۸۵ به ۱۷۲ هزار طلاق در سال ۱۳۹۵ و ۱۷۵ هزار طلاق در سال ۱۳۹۶ رسیده است [۳]. طلاق به‌عنوان یک عامل ایجادکننده اختلال و آشفتگی شدید در زندگی یکی از بحران‌های اساسی زندگی زناشویی یا خانوادگی است که سبب عدم احترام و همکاری متقابل بین اعضای خانواده، عدم ارضای نیازهای زناشویی و افزایش تنش‌های زندگی خانوادگی می‌شود [۴]. طلاق معمولا باعث اختلال در رابطه والد- فرزندی می‌شود [۵]. این رابطه یک رابطه مهم و حیاتی برای ایجاد امنیت، صمیمیت و عشق می‌باشد که طلاق یا تقاضای طلاق سبب آسیب به آن می‌شود [۶]. رابطه والد- فرزندی رابطه‌ای دوسویه است که رفتارهای والدین بر رشد و تحول شناختی، اجتماعی و هیجانی فرزندان تاثیر می‌گذارد و ویژگی‌ها و رفتارهای فرزندان نیز سبب فراخوانی نوع خاصی از فرزندپروری در والدین می‌شود [۷]. این رابطه تا حدود زیادی به سبک والدگری والدین بستگی دارد که در جریان تعامل بین والدین و فرزندان رخ می‌دهد و غالبا دارای الگویی نسبتا ثابت است [۸]. رابطه والد- فرزندی مطلوب نقش مهمی در سلامت روان والدین و فرزندان دارد؛ به‌طوری که روابط مطلوب به‌عنوان عاملی محافظتی در برابر نشانگان و اختلال‌های روانشناختی عمل می‌کند و سبب رشد و شکوفایی فرزندان می‌شود [۹]. یکی از دیگر مباحث مهم در والدین طلاق‌گرفته یا متقاضی طلاق، بحث حضانت فرزندان است و برخلاف کشورهای غربی که در بیشتر مواقع طلاق با توافق طرفین و در فضایی مسالمت‌آمیز اتفاق می‌افتد، در ایران با ایجاد تنش و استرس فراوانی همراه است و هر یک از زوجین می‌خواهند که یادگار مشترک زندگی شکست‌خورده را پیش خود نگهدارند تا بتوانند دردها و رنج‌های جدایی را با محبت‌کردن به او زودتر فراموش نمایند [۱۰]. حضانت به معنای در آغوش‌گرفتن فرزند توسط والدین است که به نگهداری و تربیت جسمی و روانی کودک اشاره دارد [۱۱] و قوانین حضانت فرزندان برای حمایت از فرزندان وضع‌شده و والدین ملزم به اجرای آنها می‌باشند [۱۲].

یکی از روش‌های بهبود ویژگی‌ها، روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی است که جزء روش‌های درمانی برگرفته از موج سوم روان‌درمانی می‌باشد [۱۳]. ذهن‌آگاهی یعنی توجه ویژه، هدفمند، هوشمند و بدون قضاوت و پیشداوری در زمان حال است که سبب می‌شود افکارها و رفتارهایی که قبلا به‌صورت ناهشیار و غیرارادی انجام می‌شدند به پدیده‌هایی هشیار، ارادی و آگاهانه تبدیل شوند [۱۴]. روش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی نوع شناخت درمانی شامل مراقبه‌های مختلف، یوگا، تنفس ذهن‌آگاهانه (آگاهی از تنفس) و فعالیت‌های روزمره، وارسی بدن و تمرین‌های شناخت درمانی استفاده می‌کند تا ارتباط بین خلق‌ها، افکار، احساس‌ها و حس‌های بدنی را در لحظه حال بهینه سازد و سبب کاهش تنش‌های روانشناختی شود [۱۵]. هدف‌های اصلی این روش درمانی شامل تنظیم توجه، توسعه آگاهی فراشناختی و تمرکززدایی و توسعه پذیرش پدیده‌های ذهنی است [۱۶]. افراد در نتیجه شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی می‌توانند افکار را بدون قضاوت فقط به‌صورت افکار محض مشاهده کنند، آنها را قابل آزمون بدانند و معنای جدید و مناسبی برای آنها بیابند [۱۷].

پژوهش‌های اندکی درباره اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی انجام شده است. برای مثال نتایج پژوهش Cowling & Van Gordon [۱۸] و Duncan و همکاران [۱۹] نشان داد که والدگری ذهن‌آگاهانه نقش موثری در بهبود رابطه والد- فرزند داشت. در پژوهشی دیگر Rahimi Shadbad گزارش کرد که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث کاهش علائم پرخاشگری و تعارض والد- فرزندی در کودکان طلاق شد [۲۰]. Aslami & Parvandeh ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که مداخله ذهن‌آگاهی مبتنی بر کاهش استرس باعث افزایش سازگاری زناشویی، کیفیت رابطه والد- فرزندی و شفقت‌ورزی به خود در کارکنان زن شد [۲۱]. در پژوهشی دیگر Baharvand و همکاران گزارش کردند که آموزش کاهش تنیدگی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث کاهش

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

تعارض والد- فرزند و قلدری در نوجوانان مادر سرپرست شد [۲۲]. Pourhaydari و همکاران ضمن پژوهشی به این نتیجه رسیدند که آموزش ذهن‌آگاهی باعث بهبود کیفیت رابطه مادر- فرزند در خانواده‌های دارای کودک دچار کاستی توجه/ فزون‌کنشی شد [۲۳]. همچنین، نتایج پژوهش Derafshi & Zarnaghash نشان داد که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث کاهش احساس تنهایی و افزایش بهزیستی روانشناختی مادران مطلقه‌ای شد که حضانت فرزندان را برعهده گرفته بودند [۲۴]. در پژوهشی دیگر Sadoughi و همکاران گزارش کردند که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود عملکرد خانواده و الگوهای ارتباطی زوجین متقاضی طلاق شد [۲۵].

طلاق یا متقاضی طلاق‌بودن یکی از شاخص‌های معتبر نارضایتی زناشویی و گسستگی عاطفی بین زوجین است و افزایش روزافزون مشکلات زناشویی، آمار طلاق و پیامدهای سوء آن اهمیت و ضرورت توجه به موضوع روابط زوجین و کاهش مشکلات آنها را مشخص می‌سازد [۲۶]. والدین متقاضی طلاق علاوه بر مشکلات رابطه والد- فرزندی دارای مشکل دیگری بنام حضانت فرزند یا فرزندان هستند که این مسائل تنش‌های زیادی بر آنها وارد می‌کند، لذا باید به دنبال راهکارهایی برای بهبود مشکلات آنها بود که از روش‌های درمانی برگرفته از موج سوم روان‌درمانی می‌توان به روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی اشاره کرد که درباره اثربخشی آن بر رابطه والد- فرزندی پژوهش‌های بسیار اندکی انجام شده و پژوهشی درباره اثربخشی آن بر حضانت توافقی فرزندان یافت نشد. در نتیجه، هدف این پژوهش تعیین اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته بود.

روش کار

مطالعه حاضر نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه پژوهش والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر مشهد در فصل بهار سال ۱۴۰۰ بودند. برای تعیین حجم نمونه از فرمول زیر و پژوهش Roghanchi و همکاران [۲۷] با مقادیر σ=۲/۶۲ (انحراف معیار رابطه والد- فرزندی پیش‌آزمون گروه آزمایش)، d=۳/۹۴ (اختلاف میانگین پس‌آزمون گروه گواه از پیش‌آزمون گروه آزمایش)، ۰/۹۰=توان آزمون و α=۰/۰۵ استفاده شد که بر اساس آن حجم نمونه برای هر گروه ۱۸/۰۸ برآورد که در این پژوهش حجم نمونه برای هر گروه با توجه به ریزش‌های احتمالی ۱۰ زوج لحاظ شد. بنابراین، نمونه‌ای متشکل از ۲۰ زوج پس از بررسی ملاک‌های ورود به مطالعه با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند.

$$n_1 = n_2 = \frac{2\sigma^2(z_{1-\frac{\alpha}{2}}+z_{1-\beta})^2}{d^2} = \frac{2(2.62)^2(10.4976)}{(3.94)^2} = \frac{144.119}{15.523} = ۹/۲۸$$

در این پژوهش ملاک‌های ورود به مطالعه شامل متقاضی طلاق توافقی سازش‌نایافته، داشتن فرزند، عدم اعتیاد و مشکلات روانشناختی، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی، عدم استفاده از سایر روش‌های آموزشی و درمانی به‌صورت همزمان و ملاک‌های خروج از مطالعه شامل انصراف یک یا هر دو زوج از پژوهش و غیبت بیشتر از دو جلسه بودند. نحوه انجام پژوهش این‌طور بود که پس از دریافت کد اخلاق از کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد به مراکز مشاوره شهر مشهد مراجعه و از آنان خواسته شد تا زوجین متقاضی طلاق توافقی سازش‌نایافته را به پژوهشگر معرفی نمایند. زوجین یا والدین از نظر ملاک‌های ورود به مطالعه بررسی و برای آنها اهمیت و ضرورت پژوهش بیان و موافقت آنها جهت شرکت در پژوهش جلب و نمونه‌گیری تا زمان رسیدن نمونه‌ها به ۲۰ زوج ادامه یافت. زوجین به روش تصادفی ساده با قرعه‌کشی در دو گروه مساوی جایگزین و گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای (هفته‌ای یک جلسه) با روش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی آموزش دید و گروه گواه در لیست انتظار برای آموزش ماند. مداخله توسط پژوهشگر اول که دارای مدرک دوره شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی است در یکی از کلینیک‌های خدمات روانشناختی شهر مشهد به مدت دو ماه با رعایت پروتکل‌های بهداشتی مرتبط با شیوع کووید-۱۹ انجام شد. برای انجام مداخله آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی از پکیج Segal و همکاران [۲۸] استفاده که هدف، محتوا، تغییر رفتار مورد انتظار و تکلیف آن به تفکیک جلسات در جدول ۱ ارائه شد.

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

جدول ۱: هدف، محتوا، تغییر رفتار مورد انتظار و تکلیف آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی به تفکیک جلسات

جلسه	هدف	محتوا	تغییر رفتار مورد انتظار	تکلیف
اول	معارفه و هدایت خودکار	معرفی برنامه و شرح مختصر جلسات، آشنایی اعضای گروه با یکدیگر و آموزش‌دهنده، تعیین اهداف و قوانین گروه، آشنایی با مفاهیم شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی و تشریح هدایت خودکار و مراقبه و خوردن کشمش	آگاهی نسبت به افکار غیرمنطقی و تاثیر آن بر روابط والد- فرزندی به‌ویژه حضانت	تمرین وارسی بدن طی ۶ روز متوالی
دوم	رویارویی با موانع	بررسی تکلیف جلسه قبل، شناسایی موانع تمرین و ارائه راه حل‌های برنامه ذهن‌آگاهی برای آن، تمرین مراقبه ذهن‌آگاهی تنفس، بحث درباره تفاوت بین افکار و احساسات و انجام مراقبه در حالت نشسته	کاهش اهمیت افکار منفی و غیرمنطقی	تمرین ۱۰ الی ۱۵ دقیقه‌ای مراقبه نشسته و ثبت افکار و احساسات روزانه
سوم	حضور ذهن یا تکنیک تنفس آگاهانه	بررسی تکلیف جلسه قبل، تنفس همراه با حضور ذهن ۱۰ الی ۱۵ دقیقه‌ای، آموزش تکنیک دم و بازدم همراه با آرامش و بدن تفکر درباره چیزی و آموزش تکنیک تماشای تنفس	کسب توانایی توجه به افکار و احساسات یکدیگر و افزایش شفقت	ثبت افکار و احساسات روزانه و تمرین هفت دقیقه‌ای دیدن یا شنیدن
چهارم	اجرای تکنیک ذهن‌آگاهی	بررسی تکلیف جلسه قبل، آموزش مراقبه نشسته (آگاهی از تنفس، صدا، بدن و افکار)، بررسی آگاهانه تاثیر وقایع خوشایند و ناخوشایند بر افکار، احساسات و حس‌های بدنی	تمرکز بر حال و کاهش تعارضات بین زوجین	ثبت افکار و احساسات روزانه، تمرین تنفس و اجرای تمرین خانگی ریلکسشن
پنجم	اجازه/ مجوز حضور (پذیرش افکار و احساسات)	یوگای هشیارانه، بحث متفاوت دیدن افکار یا افکار جانشین و مراقبه نشسته (صدا و افکار)	تمایل به برقراری ارتباط مثبت با یکدیگر و افزایش صمیمیت و همدلی با همسر و فرزند	ثبت افکار و احساسات روزانه و مراقبه هدایت‌شده حداقل ۴۰ دقیقه‌ای
ششم	افکار حقایق نیستند	تنفس با حضور ذهن و بهداشت خواب	کاهش آشفتگی‌های هیجانی و افزایش درک متقابل در زوجین	تهیه فهرستی از فعالیت‌های لذت‌بخش
هفتم	چطور بهتر از خود مراقبت کنم؟	آموزش و تمرین مراقبه نشسته و آگاهی هشیارانه، تهیه لیستی از رویدادهای خوشایند و ناخوشایند زندگی و پذیرش بدون قضاوت	آرامش عضلانی و افزایش واقع‌گرایی	نوشتن تجربه‌های منفی و مثبت روزانه بدون قضاوت آنها
هشتم	پذیرش و تغییر	مراقبه وارسی بدن، تمرین فضای تنفس سه دقیقه‌ای، بحث درباره روش‌های کنارآمدن با موانع مراقبه، بحث درباره دستیابی به انتظارات حاصل از اجرای جلسات مداخله و مفیدبودن مداخله و خلاصه و جمع‌بندی	آگاهی از احساسات، کاهش عواطف و اعمال منفی و کاربست ذهن‌آگاهی در زندگی	تمرین تکنیک‌های موثر جلسات قبل

در این پژوهش از فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی شامل سن، تحصیلات و شغل و مقیاس رابطه والد- فرزندی و پرسشنامه محقق‌ساخته حضانت توافقی فرزندان استفاده شد؛ به‌طوری که میانگین نمره زوجین به‌عنوان نمره نمره رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در نظر گرفته شد.

مقیاس رابطه والد- فرزندی: این مقیاس توسط Pianta با ۳۳ گویه طراحی شد که در آن گویه‌ها با استفاده از مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت شامل قطعا صدق نمی‌کند (نمره ۱)، واقعا نه (نمره ۲)، مطمئن نیستم (نمره ۳)، تا حدودی صدق می‌کند (نمره ۴) و قطعا صدق می‌کند (نمره ۵) نمره‌گذاری و نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود. بنابراین، حداقل نمره در آن ۳۳ و حداکثر نمره در آن ۱۶۵ و نمره بالاتر به معنای رابطه والد- فرزندی مناسب‌تر است. روایی سازه ابزار با روش تحلیل عاملی اکتشافی بررسی و نتایج حاکی از وجود سه عامل تعارض، نزدیکی و وابستگی بود و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آمد [۲۹]. در ایران، روایی محتوایی ابزار با نظر متخصصان ۰/۷۲ و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۴ گزارش شد [۳۰]. در پژوهش حاضر روایی محتوایی با نظر ۱۵ نفر از متخصصان روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ محاسبه شد.

پرسشنامه محقق‌ساخته حضانت توافقی فرزندان: این پرسشنامه توسط پژوهشگران پژوهش حاضر با ۴ گویه طراحی شد که در آن گویه‌ها با استفاده از مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت شامل کاملا مخالفم (نمره ۱)، مخالفم (نمره ۲)، نظری ندارم (نمره ۳)، موافقم (نمره ۴) و کاملا موافقم (نمره ۵) نمره‌گذاری و نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه می‌شود. بنابراین، حداقل نمره در آن ۴ و حداکثر نمره در آن ۲۰ و نمره بالاتر به معنای حضانت توافقی بیشتر درباره فرزندان است. روایی محتوایی ابزار با

[Downloaded from ijm.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

نظر ۱۵ نفر از متخصصان روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد تایید و پایایی آن با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ محاسبه شد.

این پژوهش دارای کد اخلاق با شناسه IR.IAU.BOJNOURD.REC.1400.020 از کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد است و در آن نکات و ملاحظات اخلاقی رعایت و فرم رضایت‌نامه شرکت در پژوهش به امضای والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته رسید. در مطالعه حاضر، برای تحلیل داده‌ها از آزمون‌های خی‌دو، تی مستقل و تحلیل کوواریانس چندمتغیری در نرم‌افزار SPSS-22 در سطح معنی‌داری ۰/۰۵ استفاده شد.

یافته‌ها

ریزشی در نمونه‌های هیچ‌یک از گروه‌های آزمایش و گواه اتفاق نیفتاد و نتایج مقایسه اطلاعات جمعیت‌شناختی تحصیلات، شغل و سن گروه‌ها در جدول ۲ ارائه شد.

جدول ۲: نتایج مقایسه اطلاعات جمعیت‌شناختی گروه‌های آزمایش و گواه در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته

متغیر	طبقه	گروه آزمایش		گروه گواه		معنی‌داری
		تعداد	درصد	تعداد	درصد	
تحصیلات	زیر دیپلم	۵	۲۵	۸	۴۰	خی‌دو (P>۰/۰۵)
	دیپلم	۳	۱۵	۵	۲۵	
	دانشگاهی	۱۲	۶۰	۷	۳۵	
شغل	شغل دولتی	۶	۳۰	۲	۱۰	خی‌دو (P>۰/۰۵)
	شغل آزاد	۷	۳۵	۱۳	۶۵	
	بیکار/ خانه‌دار	۷	۳۵	۵	۲۵	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	
میانگین سنی (سال)		۳۵/۳۰	۵/۰۷	۳۸/۲۵	۴/۴۲	تی مستقل (P>۰/۰۵)

طبق یافته‌های جدول ۲، گروه‌های آزمایش و گواه بر اساس آزمون خی‌دو از نظر تحصیلات و شغل و بر اساس آزمون تی مستقل از نظر سن تفاوت معنی‌داری نداشتند (P>۰/۰۵). نتایج میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان گروه‌ها در جدول ۳ ارائه شد.

جدول ۳: نتایج میانگین و انحراف معیار پیش‌آزمون و پس‌آزمون رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان گروه‌های آزمایش و گواه در والدین متقاضی طلاق سازش نایافته

متغیر	گروه/ مرحله	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
رابطه والد- فرزندی	آزمایش	۶۹/۱۵	۱۵/۹۲	۷۶/۶۰	۵/۹۹
	گواه	۶۳/۶۰	۱۴/۱۴	۵۸/۴۰	۱۲/۱۱
حضانت توافقی فرزندان	آزمایش	۷/۳۵	۱/۶۹	۱۸/۰۰	۰/۹۷
	گواه	۷/۲۰	۱/۶۴	۷/۱۰	۰/۹۷

بررسی مفروضه‌های تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشاد داد که فرض نرمال‌بودن متغیرهای رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان گروه‌ها در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون بر اساس آزمون شاپیرو- ویلک، فرض همگنی واریانس‌های هر دو متغیر بر اساس آزمون لوین و فرض همگنی ماتریس‌های واریانس- کوواریانس بر اساس آزمون ام.باکس و فرض همگنی رگرسیون هر دو متغیر بر اساس رابطه تعامل متغیر مستقل و همپراش تایید شدند (P>۰/۰۵). بنابراین، شرایط استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیری جود داشت. همچنین، نتایج آزمون لامبدای ویلکز از مجموعه آزمون‌های چندمتغیری نشان داد که بین گروه‌های آزمایش و گواه حداقل از نظر یکی از متغیرهای رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته تفاوت معنی‌داری وجود داشت

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

($F=۶۱۶/۴۹, P<۰/۰۰۱$). نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای تعیین اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته در جدول ۴ ارائه شد.

جدول ۴: نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری برای اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته

متغیر	منبع اثر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	مقدار F	معنی‌داری	اندازه اثر
رابطه والد- فرزندی	پیش‌آزمون	۱۷۵۱/۱۵	۱	۱۷۵۱/۱۵	۳۶/۳۸	۰/۰۰۱	۰/۵۱
	عضویت گروهی	۲۳۳۲/۴۳	۱	۲۳۳۲/۴۳	۴۸/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۵۸
حضانت توافقی فرزندان	پیش‌آزمون	۶/۳۲	۱	۶/۳۲	۷/۶۵	۰/۰۰۹	۰/۱۸
	عضویت گروهی	۱۱۳۸/۵۷	۱	۱۱۳۸/۵۷	۳۷۸/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۹۸

طبق یافته‌های جدول ۴، بین گروه‌های آزمایش و گواه از نظر هر دو متغیر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته تفاوت معنی‌داری وجود داشت. به عبارت دیگر و با توجه به جدول میانگین‌ها، روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شد ($P<۰/۰۰۱$).

بحث

انجام پژوهش با هدف بهبود ویژگی‌های روانشناختی به‌ویژه در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته برای کاهش آثار و پیامدهای منفی طلاق ضروری است. در نتیجه، هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته بود. یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از آن بود که آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود یا افزایش رابطه والد- فرزندی در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شد که این یافته با یافته پژوهش‌های Cowling & Van Gordon [۱۸] و Duncan و همکاران [۱۹] مبنی بر نقش موثر والدگری ذهن‌آگاهانه در بهبود رابطه والد- فرزند، Rahimi Shadbad مبنی بر تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کاهش تعارض والد- فرزندی در کودکان طلاق [۲۰]، Aslami & Parvandeh مبنی بر تاثیر مداخله ذهن‌آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر افزایش کیفیت رابطه والد- فرزندی در کارکنان زن [۲۱]، Baharvand و همکاران مبنی بر تاثیر آموزش کاهش تنیدگی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کاهش تعارض والد- فرزند در نوجوانان مادر سرپرست [۲۲] و Pourhaydari و همکاران مبنی بر تاثیر آموزش ذهن‌آگاهی بر بهبود کیفیت رابطه مادر- فرزند در خانواده‌های دارای کودک دچار کاستی توجه/ فزون‌کنشی [۲۳] همسو بود. در تبیین و تفسیر این یافته‌ها می‌توان گفت که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی با ترغیب فرد به تمرین برای توجه به ویژگی‌های تجربه‌ها با شیوه بدون قضاوت سبب بهبود مهارت حل مسئله در افراد می‌شود. بنابراین، روش مداخله مذکور سبب می‌شود که والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته به جای اجتناب از ارتباط با همسر خود به دنبال حل مشکلات ارتباطی خود با همسر بوده و از این طریق نگرش‌های ناکارآمدی خود را نسبت به همسر کاهش داده و در جهت بهبود ارتباط با همسر خود گام بردارند. در نتیجه، آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی سبب می‌شود تا والدین متقاضی طلاق با افکار و احساسات ناکارآمدی که به روابط زوجی آنها آسیب وارد می‌کند، درگیر نشوند و با مشاهده بدون قضاوت آنها دریابند که درگیری با افکار و احساسات ناکارآمد سبب تخریب بیشتر روابط زناشویی شده و قدرت و انرژی آنها را در جهت حل نامناسب مشکلات زناشویی می‌گیرد. نکته مهم دیگر اینکه یکی از مولفه‌های مهم در آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی، توجه است و ذهن‌آگاهی به واسطه توجه به صورت عمدی و به اینجا و اکنون باعث می‌شود که افکار مزاحم به حاشیه آگاهی برده شود و علاوه بر آن، آموزش مراقبه سبب می‌شود که افراد از تجارب خود در لحظه حال آگاه‌تر شوند و از خلق و افکار منفی و مثبت خود آگاهی بیشتری یابند و تلاش نمایند تا در روابط خود با دیگران از جمله فرزندان از خلق

[Downloaded from ijm.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

و افکار مثبت استفاده نمایند. با توجه به مطالب مطرح‌شده می‌توان انتظار داشت که آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود رابطه والد- فرزندی در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شود.

یافته‌های دیگر پژوهش حاضر حاکی از آن بود که آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود یا افزایش حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شد. با اینکه پژوهشی در این زمینه یافت نشد، اما این یافته از جهاتی با یافته پژوهش‌های Derafshi & Zarnaghash مبنی بر تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کاهش احساس تنهایی و افزایش بهزیستی روانشناختی مادران مطلقه دارای حضانت فرزند [۲۴] و Sadoughi و همکاران مبنی بر تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر بهبود عملکرد خانواده و الگوهای ارتباطی زوجین متقاضی طلاق [۲۵] همسو بود. در تبیین و تفسیر این یافته‌ها می‌توان گفت که آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی از طریق اصول تقویت شرطی منجر به تغییر شناخت، افکار و اعمال والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته می‌شود و از این طریق فرد برای دستیابی به نتایج سطح بالاتر و دستیابی به کیفیت زندگی مطلوب‌تر تلاش بیشتری می‌کند. این تلاش مستمر سبب بهبود تدریجی و مرحله به مرحله والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته و آنان در وضعیتی آگاهانه همراه با آرامش اقدام به بهبود ویژگی‌های خود و کاهش یا رفع مشکلات ارتباطی خود در روابط زناشویی می‌کنند. نکته حائز اهمیت دیگر اینکه روش مداخله مذکور به والدین متقاضی طلاق مهارت‌های شناختی و رفتاری مورد نیاز جهت مدیریت استرس، اضطراب و علائم و نشانگان آسیب‌های روانشناختی و هیجانی را آموزش می‌دهد و به آنان کمک می‌کند تا با انجام فعالیت‌های مناسب بتوانند افکار و احساسات خود و همسر و فرزندان خود را مدیریت نمایند که این عوامل از طریق کاهش افکار و نگرش‌های ناکارآمد می‌توانند سبب اثربخشی روش مداخله مذکور یعنی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر بهبود حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شوند.

مهم‌ترین محدودیت‌های پژوهش حاضر شامل دشواری گرفتن موافقت والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته جهت شرکت در پژوهش، دشواری اجرای مداخله به دلیل شیوع کووید-۱۹، عدم پیگیری نتایج در بلندمدت و استفاده از روش نمونه‌گیری غیرتصادفی هدفمند بودند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود که پژوهشگران در صورت امکان جهت انجام پژوهش از روش‌های نمونه‌گیری تصادفی به دلیل خطای نمونه‌گیری کمتر استفاده و پایداری اثربخشی روش آموزش را چند ماه پس از اتمام مداخله بررسی کنند. پیشنهاد پژوهشی دیگر اینکه اثربخشی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی را بر سایر متغیرهای مرتبط با زندگی والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته مانند پرخاشگری ارتباطی پنهان، سبک‌های حل تعارض والدین، راهبردهای حفظ ارتباط و غیره بررسی نمایند. به‌عنوان آخرین پیشنهاد می‌توان به مقایسه اثربخشی روش مداخله مذکور یعنی آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی با سایر روش‌های مداخله برگرفته از موج سوم روان‌درمانی مانند آموزش پذیرش و تعهد، آموزش شفقت به خود و غیره اشاره کرد.

نتیجه گیری

نتایج مطالعه حاضر حاکی از آن بود که روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی باعث بهبود رابطه والد- فرزندی و حضانت توافقی فرزندان در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته شد. این نتایج برای مشاوران و روانشناسان دادگاه‌های خانواده و مراکز و کلینیک‌های مشاوره و خدمات روانشناختی دارای تلویحات کاربردی است و آنها برای کاهش مشکلات به ویژه در والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته می‌توانند از روش مداخله مذکور یعنی روش آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی استفاده و یا اینکه آنها برای بهره‌گیری از روش مداخله مذکور به مراکز و کلینیک‌های خدمات روانشناختی معتبر ارجاع و نتایج را پیگیری نمایند.

سپاسگزاری

در پایان، نویسندگان از مسئولان مراکز مشاوره شهر مشهد و والدین متقاضی طلاق سازش‌نایافته تشکر و قدردانی خود را اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان هیچگونه تعارض منافعی در انتشار این مطالعه ندارند.

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

References

1. Schaan VK, Schulz A, Schachinger H, Vogele C. Parental divorce is associated with an increased risk to develop mental disorders in women. Journal of Affective Disorders. 2019;257:91-9. https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.071
2. Chen IH, Niu SF, Yeh YC, Chen IJ, Kuo SF. Psychological distress among immigrant women who divorced: Resilience as a mediator. Archives of Psychiatric Nursing. 2022;39:1-6. https://doi.org/10.1016/j.apnu.2021.11.006
3. Ahadi H, Abdollahi A, Tajeri B, HajiAlizadeh K. Developing a conceptual model of the factors forming divorce in the first five years of life: a grounded theory study. Journal of Psychological Science. 2021;20(97):1-11. [Persian]
4. Klurfeld ZB, Buqo T, Sanderson WC, Ward-Ciesielski EF. (2020). Comparing the nature of grief and growth in bereaved, divorced, and unemployed individuals. Journal of Affective Disorders. 2020;274:1126-33. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.008
5. Smith-Etxeberria K, Eceiza A. Mother-child and father-child relationships in emerging adults from divorced and non-divorced families. Social Sciences. 2021;10(382):1-17. https://doi.org/10.3390/socsci10100382
6. Solecki S. The phubbing phenomenon: The impact on parent-child relationships. Journal of Pediatric Nursing. 2022;62:211-4. https://doi.org/10.1016/j.pedn.2021.09.027
7. Gong J, Zhou Y, Wang Y, Liang Z, Hao J, Su L, et al. How parental smartphone addiction affects adolescent smartphone addiction: The effect of the parent-child relationship and parental bonding. Journal of Affective Disorders. 2022;307:271-7. https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.014
8. Steele EH, McKinney C. Emerging adult psychological problems and parenting style: Moderation by parent-child relationship quality. Personality and Individual Differences. 2019;146:201-8. https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.04.048
9. Rojo-Wissar DM, Owusu JT, Nyhuis C, Jackson CL, Urbanek JK, Spira AP. Parent-child relationship quality and sleep among adolescents: modification by race/ethnicity. Sleep Health. 2020;6(2):145-52. https://doi.org/10.1016/j.sleh.2019.12.010
10. Mirzaee Sagherlo P, Khodabakhshi Koolaee A. Child custody challenges for divorced mothers: A phenomenological study. Iranian Journal of Pediatric Nursing. 2020;6(3):53-61. [Persian]
11. Saei SMH, Kamyab Mansouri N. Remarriage of the mother, custody and the best interest of the child. Public Law Studies Quarterly. 2017;46(4):771-801. [Persian]
12. Kranz DF, Roff J, Sun H. Can economic incentives for joint custody harm children of divorced parents? Evidence from state variation in child support laws. Journal of Economic Behavior & Organization. 2021;189:1-27. https://doi.org/10.1016/j.jebo.2021.06.020
13. Shallcross AJ, Duberstein ZT, Sperber SH, Visvanathan PD, Lutfeali S, Lu N, et al. An open trial of telephone-delivered mindfulness-based cognitive therapy: Feasibility, acceptability, and preliminary efficacy for reducing depressive symptoms. Cognitive and Behavioral Practice. 2022;29(2):280-91. https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2020.12.004
14. Geurts DEM, Haegens NM, Van Beek MHCT, Schroevers MJ, Compen FR, Speckens AEM. Putting mindfulness-based cognitive therapy to the test in routine clinical practice: A transdiagnostic panacea or a disorder specific intervention? Journal of Psychiatric Research. 2021;142:144-52. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.07.043
15. Kim HA, Seo L, Jung JY, Kim YW, Lee E, Cho SM, Suh CH. Mindfulness-based cognitive therapy in Korean patients with systemic lupus erythematosus: A pilot study. Complementary Therapies in Clinical Practice. 2019;35:18-21. https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2019.01.009
16. Adam F, De Sutter P, Day J, Grimm E. A Randomized Study Comparing Video-Based Mindfulness-Based Cognitive Therapy With Video-Based Traditional Cognitive Behavioral Therapy in a Sample of Women Struggling to Achieve Orgasm. The Journal of Sexual Medicine. 2020;17(2):312-24. https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2019.10.022
17. Mathur S, Sharma MP, Balachander S, Kandavel T, Reddy YCJ. A randomized controlled trial of mindfulness-based cognitive therapy vs stress management training for obsessive-compulsive disorder. Journal of Affective Disorders. 2021;282:58-68. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.12.082

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]

18. Cowling C, Van Gordon W. (2022). Mindful parenting: Future directions and challenges. International Journal of Spa and Wellness. 2022;5(1):50-70. https://doi.org/10.1080/24721735.2021.1961114
19. Duncan LG, Coatsworth JD, Greenberg MT. A model of mindful parenting: Implications for parent-child relationships and prevention research. Clinical Child and Family Psychology Review. 2009;12(3):255-70. https://doi.org/10.1007/s10567-009-0046-3
20. Rahimi Shadab N. The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on reducing the symptoms of aggression and parent-child conflict in divorce children. International Journal of Advances in Science Engineering and Technology. 2018;6(1):69-74.
21. Aslami E, Parvandeh N. Effectiveness of mindfulness based of stress reduction on marital adjustment, quality of parent- child relationship and self- compassion in women employees of Shiraz University. Quarterly Journal of Woman & Society. 2020;11(43):1-24. [Persian]
22. Baharvand I, Sodani M, Abbaspour Z. The effectiveness of mindfulness-based stress reduction training on parent-child conflict and bullying in single mother-headed adolescents. Journal of Family Psychology. 2019;6(1):69-80. [Persian] https://doi.org/10.29252/ijfp.6.1.69
23. Pourhaydari S, Bassaknejad S, Davoodi I, Mehrabizade Honarmand M. Comparing effectiveness of positive parenting and mindfulness on healthy mother-child and sibling relationship in families with an ADHD child. Quarterly of Applied Psychology. 2017;11(1):7-26. [Persian]
24. Derafshi B, Zarnaghash M. Effectiveness of mindfulness based cognitive therapy on loneliness and psychological well-being of mothers of divorced. Quarterly Journal of Woman & Society. 2020;11(42):105-22. [Persian]
25. Sadoughi L, Salahyan A, Nasrolahi B. Effect of mindfulness-based cognitive therapy on family functioning and communication patterns of divorce applicant couples. Biannual Journal of Applied Counseling. 2019;9(1):111-30. [Persian]
26. Saadati Shamir A, Saniee M, Zare E. Effectiveness of couple therapy by Gottman method on family function and marital adjustment in divorce applicant couples. Iranian Journal of Rehabilitation Nursing. 2019;5(2):10-17. [Persian].
27. Roghanchi M, Jazayeri R, Etemadi O, Fatehizade M, Momeni KhM. Effectiveness of group counseling based on resiliency on quality of parent-child relationship and family functioning in mother headed families. Journal of Family Research. 2017;13(3):423-45. [Persian]
28. Segal ZV, Williams JMG, Teasdale JD. Mindfulness-based cognitive therapy for depression: A new approach to preventing relapse. New York: Guilford Press; 2002.
29. Schuiringa H, Van Nieuwenhuijzen M, Orobio De Castro B, Matthys W. Parenting and the parent-child relationship in families of children with mild to borderline intellectual disabilities and externalizing behavior. Research in Developmental Disabilities. 2015;36:1-12. https://doi.org/10.1016/j.ridd.2014.08.018
30. Pourmohammadreza-Tajrishi M, Ashouri M, Afrouz GhA, Arjmandnia AA, Ghobari-Bonab B. The effectiveness of positive parenting program (Triple-P) training on interaction of mother-child with intellectual disability. Journal of Rehabilitation. 2015;16(2):128-37. [Persian]

[Downloaded from ijrn.ir on 2026-11-12]

[DOI: https://doi.org/10.22034/IJRN.9.1.75]