

# The Role of Resilience and Gratitude in Predicting The Psychological Health of Mothers of Students With Special Learning Disabilities

## ARTICLE INFO

### Article Type

Research Article

### authors

Kazem Jafari  
Mohammad Elahi\*  
Anahita Sefigaran  
Faezeh Yarahmadi

### How to cite this article

Kazem Jafari, Mohammad Elahi, Anahita Sefigaran, Faezeh Yarahmadi, The Role of Resilience and Gratitude in Predicting The Psychological Health of Mothers of Students With Special Learning Disabilities, *Journal of Islamic Life Style Centered on Health*, 2023:7: 447-453.

1. MA, Department of Psychology, Allameh Tabatabaie University, Tehran, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Islamic Studies, Fasa University of Medical Sciences, Fasa, Iran (corresponding author)
3. MA, Department of General Psychology, Payam Noor University, Karaj, Iran.
4. MA, Department of General Psychology, Azadshahr Branch, Islamic Azad University, Azadshahr, Iran.

## ABSTRACT

**Purpose:** It is necessary and necessary to investigate the effective factors in improving the psychological health of mothers of students with special learning disabilities, so the present study was conducted with the aim of determining the role of resilience and gratitude in the psychological health of mothers of students with special learning disabilities.

**Materials and Methods:** The present research method was descriptive-correlation. The research community included all the mothers of students with special learning disabilities in the two Shahr districts of Baharestan in the academic year 2022-2023. 120 people were selected from among the eligible people by available sampling method and according to the resilience questionnaires of Connor and Davidson (2003), Gratitude Guderzi et al. (2013) and psychological health Najarian and Davoudi (2001) answered. To analyze the data, Pearson's correlation test and multiple regression were used with SPSS version 24 software.

**Findings:** The results showed that there is a correlation between resilience ( $r=0.57$ ), moral gratitude ( $r=0.58$ ), inner gratitude ( $r=0.63$ ), verbal gratitude ( $r=0.41$ ) and gratitude ( $r=0.68$ ). There is a significant negative relationship with psychological health ( $r=-0/0$ ) ( $p<0.01$ ).

**Conclusion:** Promoting resilience and gratitude in mothers of students with special learning disabilities can create a basis for improving their psychological health.

**Keywords:** Resilience, Gratitude, Psychological health, Special learning disability, Mothers.

\* Correspondence:

Address:

Phone:

Email elahi@gmail.com

### Article History

Received: 2023/03/24

Accepted: 2023/05/06

## نقش تاب آوری و شکرگزاری در پیش بینی سلامت روان شناختی مادران دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص

کازم جعفری

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

محمد الهی\*

استادیار، گروه معارف اسلامی، دانشگاه علوم پزشکی فسا، فسا، ایران (نویسنده مسئول)

آناهیتا سفیدگران

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، کرج، ایران.

فائزه یاراحمدی

کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی عمومی، واحد آزادشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، آزادشهر، ایران.

چکیده

هدف: بررسی عوامل مؤثر در بهبود سلامت روانشناختی مادران دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص لازم و ضروری است، لذا پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش تاب آوری و شکرگزاری در سلامت روانشناختی مادران دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص انجام شد.

مواد و روش ها: روش پژوهش حاضر توصیفی- همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی مادران دارای دانش آموزان با اختلال یادگیری خاص ناحیه دو شهر بهارستان در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ تشکیل می دادند که از بین افراد واجد شرایط ۱۲۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه های تاب آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳)، شکرگزاری گودرزی و همکاران (۱۳۹۳) و سلامت روانشناختی نجاریان و داودی (۲۰۰۱) پاسخ دادند. جهت تحلیل داده ها از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه با نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ استفاده شد.

یافته ها: نتایج نشان داد بین تاب آوری  $r(0/57) = -$ ، شکرگزاری اخلاقی  $r(0/58) = -$ ، شکرگزاری درونی  $r(0/63) = -$ ، شکرگزاری افعالی  $r(0/41) = -$  و شکرگزاری  $r(0/68) = -$  با سلامت روان شناختی رابطه منفی معناداری وجود دارد  $(p < 0/01)$ . نتیجه گیری: ارتقای تاب آوری و شکرگزاری در مادران دانش آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص، می تواند زمینه ی بهبود سلامت روان شناختی آنان را ایجاد کند. واژگان کلیدی: تاب آوری، شکرگزاری، سلامت روان شناختی، ناتوانی یادگیری خاص، مادران.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۱/۰۴

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۲/۱۶

\*نویسنده مسئول: elahi@gmail.com

مقدمه

ناتوانی یادگیری خاص یا اختلال یادگیری خاص (Special learning disabilities) بر مبنای راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی اختلالی عصبی- تحولی با منشأ زیستی است که موجب نابهنجاری هایی در سطح شناختی می شود و از اصطلاح اختلال یادگیری خاص برای پوشش دادن اختلالاتی استفاده می شود که هرکدام یکی از عملکردهای افراد در آزمون های استاندارد شده را تحت تأثیر قرار می دهند مثل خواندن، نوشتن و ریاضیات و دانش آموزان مبتلا به این ناتوانی ها بسیار کمتر از آنچه از سن و سطح هوشی آنها انتظار می رود، موفق می شوند (۱). ناتوانی های یادگیری معضلاتی فراتر از مشکلات درسی نیز به همراه دارد که می تواند با افت تحصیلی، شکست تحصیلی، ترک تحصیل، مشکلات و پیامدهای جدی از جمله مشکلات ارتباطی با همسالان و معلم، مشکلات سلامت روان در بزرگسالی همراه شود (۲). والدین کودکان دچار ناتوانی یادگیری خاص و به ویژه مادران معمولاً با عوامل استرسزا و فشارهای روانی و اجتماعی متفاوتی مواجه می شوند این والدین استرس و افسردگی بیشتری را نسبت به دیگر والدین تجربه می کنند و اهمیت سلامت آنها بیش از پیش احساس می رود (۳).

سلامت روانشناختی (Psychological Health)، یکی از ابعاد مهم سلامت و شامل آسایش ذهنی، احساس خود توانمندی، خودمختاری، کفایت، ارتباط با دیگران و شناخت توانمندی های در تحقق ظرفیت های خود است و افراد دارای سلامت روانشناختی بالا دارای مشکلات روانشناختی، عاطفی و شخصیتی کمتری اند (۴). سلامت روانشناختی به عنوان یکی از دغدغه های مهم و کلیدی در سطح جامعه هست که کارکردهای مهمی در عرصه های اجتماعی دارد و بهبود آن یکی از اهداف مهم در کشورهای توسعه یافته هست که به عنوان یک دغدغه همواره مورد توجه بوده است (۵). نتایج پژوهش ها نشان می دهد که رضایت زناشویی، تاب آوری و سلامت روان والدین دانش آموزان کودکان دارای اختلال یادگیری کمتر از والدین عادی است (۶، ۷). در همین راستا بانگا و گووش، در مطالعه ای نشان دادند که مادران دارای کودکان مبتلا به اختلال یادگیری به طور قابل توجهی سطح پایین بهزیستی روانشناختی رادارند و به مراقبت بیشتر برای بهبودی نیاز دارند (۸).

از جمله عواملی که به فرد در برخورد و سازگاری با موقعیت های دشوار و تنش زای زندگی کمک می کند و افراد را در برابر اختلال آسیب شناختی و دشواری های زندگی در امان نگه می دارد، تاب آوری (Resilience) است (۹). تعاریف مختلفی برای تاب آوری و ویژگی های آن وجود دارد، تاب آوری به عنوان توانایی کنار آمدن موفقیت آمیز با مشکلات و شرایط استرسزا تعریف می شود، اما مفهوم کلی مورد توافق برای آن توانایی کنار آمدن موفقیت آمیز با مشکلات و شرایط استرسزا است (۱۰). تاب آوری کمک می کند تا افراد بدون اینکه آسیب ببینند با استرس ها و شرایط سخت مواجه شده و این شرایط را به فرصتی برای رشد خود تبدیل کنند (۱۱)، از ویژگی های اصلی تاب آوری می توان به انعطاف پذیری هوش هیجانی، بینش هیجانی، سرسختی، امید، دیدگاه مثبت و اعتماد به نفس اشاره کرد، این ویژگی ها به رشد مهارت های مقابله منجر شده و از افراد

نمرات بین ۱۰ تا ۵۰ هست و نمرات بیشتر نشان‌دهنده تاب‌آوری بالاتر هست (۱۶). کمبل-سیلس و همکاران، روایی سازه را به روش تحلیل عاملی تأییدی مطلوب و قابل قبول گزارش نمودند و پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ گزارش نمودند (۱۷). در ایران در مطالعه کیهانی و همکاران، روایی سازه به روش تحلیل عاملی تأییدی، مطلوب ارزیابی شد و پایایی به روش آلفای کرونباخ و دو نیمه‌سازی اسپیرمن-برون به ترتیب برابر با ۰/۶۶۹ و ۰/۶۶۵ به دست آمد (۱۸). در پژوهش حاضر پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسش‌نامه شکرگزاری: این پرسش‌نامه ۲۶ سؤالی توسط گودرزی، نوری و مرزوقی (۱۳۹۳) ساخته شده که سه خرده مقیاس شکرگزاری اخلاقی (قدر داشته‌ها، صلح، سلامتی، ایثار دیگران و خدا را دانستن) شکرگزاری درونی (توکل، استمرار، شکرگزاری در شرایط نامساعد) و شکرگزاری افعالی (رفتارها و الگوهای فکری مربوط به شکرگزاری) را در یک مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۰) تا کاملاً موافقم (۴) می‌سنجد و سؤالات (۰، ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۲۰) به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. در مطالعه گودرزی و همکاران، روایی همگرای آن با مقیاس نگرش‌های مذهبی مسلمانان ۰/۵۹ و روایی واگرایی آن با مقیاس افسردگی یک ۰/۶۷ به دست آمد و پایایی برای مقیاس کلی و خرده مقیاس‌های شکرگزاری اخلاقی، درونی و افعالی به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۴، ۰/۸۰، ۰/۷۸ و ۰/۷۸ گزارش شد (۱۹). در پژوهش حاضر، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمد.

مقیاس سلامت روانشناختی: این مقیاس ۲۵ سؤالی را نجاریان و داودی (۲۰۰۱) ساختند که نه مؤلفه جسمانی سازی، وسواس-اجبار، حساسیت بین فردی، افسردگی، اضطراب، خصومت، هراس، اندیشه پردازی پارانویید و روان‌گسسته‌گرایی که بر روی یک مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (صفر=هیچ تا ۴=شدت) نمره‌گذاری می‌شود؛ بنابراین، دامنه نمرات بین صفر تا ۱۰۰ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده سلامت روانشناختی کمتر است. نجاریان و داودی، روایی همگرای ابزار را با فرم بلند ۹۰ گوی‌های آن، ۰/۶۱ و پایایی آن را با روش آلفای کرونباخ، ۰/۹۰ گزارش کردند (۲۰). در پژوهش حاضر، مقدار پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

پس از تعیین حجم نمونه و انتخاب آزمودنی‌ها، پژوهشگران نسبت به برگزاری جلسه توجیهی با مادران و دانش‌آموزان اقدام کردند. در این جلسه‌ها اطلاعاتی درباره هدف پژوهش، ویژگی‌های کودکان و نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها داده شد. برای رعایت اصول اخلاقی پس از توضیحات لازم درباره اهداف پژوهش و اطمینان بخشی از فاش نشدن نام شرکت‌کنندگان و فرزندان آنان و جلب مشارکت و همکاری ایشان و همچنین با توضیح دادن درباره هر یک از ابزارها بدون آنکه پاسخی القا شود از شرکت‌کنندگان خواستند تا به سؤالات پاسخ دهند. پس از تکمیل ابزارهای پژوهش و جمع‌آوری اطلاعات لازم تجزیه و تحلیل آن‌ها با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ صورت گرفت.

در برابر مشکلات حفاظت و حمایت می‌کند (۱۲). مطالعات نشان داده که تاب‌آوری تأثیر حوادث آسیب‌زا را کاهش داده احتمال بروز اختلالات و استرس روانی را کاهش داده و سازگاری مثبت را در زمینه آسیب‌های چشمگیر تقویت می‌کند (۱۳). از طرفی یکی دیگر از موضوعات مهم در روان‌شناسی مثبت شکرگزاری (Gratitude) است که می‌تواند موجب بهبود سلامت شود و محققان شکرگزاری را به دو صورت معرفی کردند: شکرگزاری به صورت حالتی گذرا (نتیجه درک این موضوع است که منفعتی از جانب منبع بیرونی به فرد رسیده است و این منبع بیرونی ممکن است شخصی دیگر یا قدرتی معنوی باشد) و شکرگزاری به صورت صفتی پایدار (آمادگی فرد برای بیان راحت عبارات شکر گزارانه در اکثر موقعیت‌هاست) (۱۴). شکرگزاری موجب مثبت نگری می‌شود و به افراد کمک می‌کند در صورت بروز بیماری یا ناکامی‌ها، مواجهه موفقیت با آن داشته باشند. توانایی یافتن نعمت‌ها و نکات مثبت در زندگی و شکر گزار بودن به خاطر آن‌ها، تاب‌آوری افراد را در واکنش به وقایع منفی زندگی افزایش می‌دهد، بنابراین شکرگزاری تأثیر بسزایی در سلامتی دارد و عاطفه مثبت و رضایت از زندگی را افزایش و عاطفه منفی را کاهش می‌دهد (۱۵).

با توجه به شیوع روزافزون ناتوانی یادگیری خاص و مشکلات ناشی از این اختلال برای کودکان و والدین آنان، بررسی عوامل مؤثر در بهبود وضعیت روانشناختی والدین این کودکان که نقش بسزایی در کارکردهای روانی اجتماعی و تحصیلی دانش‌آموزان دارند بسیار بااهمیت است، علاوه بر این مطالعات کمی به مشکلات روانشناختی مادران این کودکان پرداخته‌اند؛ لذا با توجه به خلأ پژوهشی موجود و اهمیت و ضرورت توجه به مشکلات مادران کودکان دارای ناتوانی یادگیری خاص این پژوهش باهدف تعیین نقش تاب‌آوری و شکرگزاری در پیش‌بینی سلامت روانشناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص انجام شد و به دنبال پاسخ به این سؤال است که آیا تاب‌آوری و شکرگزاری در پیش‌بینی سلامت روانشناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص، نقش دارند؟

#### مواد و روش‌ها

روش پژوهش حاضر توصیفی-همبستگی بود. جامعه پژوهش شامل تمامی مادران دارای دانش‌آموزان با اختلال یادگیری خاص ناحیه دو شهر بهارستان در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ تشکیل می‌دادند که از بین افراد واجد شرایط ۱۲۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود عبارت بودند از تکمیل فرم رضایت‌نامه کتبی شرکت در مطالعه، عدم ابتلا به مشکلات روانشناختی حاد بر اساس اظهار خود نمونه‌ها، داشتن حداقل سواد ابتدایی برای پاسخگویی به پرسشنامه‌ها و ملاک‌های خروج شامل عدم تمایل به شرکت در مطالعه و مخدوش بودن ابزار پژوهش بود. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش‌نامه زیر بودند:

مقیاس تاب‌آوری: این مقیاس ۱۰ سؤالی توسط کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) طراحی شده است که بر روی مقیاس لیکرت پنج‌درجه‌ای از هرگز (نمره یک) تا همیشه (نمره ۵) نمره‌گذاری می‌شود، دامنه

همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه بین متغیر ملاک با متغیرهای پیش بین ارائه داده است.

### یافته‌ها

در جدول ۱. اطلاعاتی در مورد میانگین، انحراف معیار، آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای نرمال بودن داده‌ها و ماتریس ضریب

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کولموگروف اسمیرنوف	سطح معناداری	۱	۲	۳	۴	۵	۷
تاب‌آوری	۳۱/۴۵	۶/۷۵۱	۰/۰۸۸	۰/۲۹۳	۱					
شکرگزاری اخلاقی	۱۸/۸۷	۳/۵۳۸	۰/۰۹۸	۰/۱۸۳	**۰/۶۱	۱				
شکرگزاری درونی	۱۵/۲۲	۳/۶۴۰	۰/۱۱۷	۰/۰۹۶	**۰/۵۹	**۰/۶۶	۱			
شکرگزاری افعالی	۱۷/۳۷	۳/۸۷۶	۰/۱۲۱	۰/۰۵۵	**۰/۲۷	**۰/۲۵	**۰/۴۰	۱		
شکرگزاری	۵۱/۴۵	۸/۷۳۴	۰/۰۶۵	۰/۶۷۰	**۰/۶۲	**۰/۷۹	**۰/۸۶	**۰/۷۱	۱	
سلامت روان شناختی	۵۲/۵۵	۱۰/۵۸	۰/۰۷۷	۰/۶۱۷	**۰/۵۷	**۰/۵۸	**۰/۶۳	**۰/۴۱	**۰/۶۸	۱

\*\* $p < .01$

جدول ۲. اطلاعات تحلیل رگرسیون چندگانه را نشان می‌دهد که در آن میزان ضریب همبستگی، ضریب تعیین، برآورد ضرایب و خصوصیات مربوط به آزمون آن‌ها، میزان معنی‌داری متغیرهای پیش‌بین ارائه شده است و شاخص تحمل و عامل تورم واریانس از مفروضه‌های هم خطی چندگانه متغیرها نیز نشان داده شده است. طبق جدول ۲. از آنجا که باید شاخص تحمل بیشتر از ۰/۱ و عامل تورم واریانس کمتر از ۱۰ باشد می‌توان گفت که مفروضه هم خطی چندگانه متغیرها رعایت شده است.

در جدول ۱. نتایج ضریب همبستگی پیرسون نشان داد بین تاب‌آوری ( $r = -.057$ )، شکرگزاری اخلاقی ( $r = -.058$ )، شکرگزاری درونی ( $r = -.063$ )، شکرگزاری افعالی ( $r = -.041$ ) و شکرگزاری ( $r = -.068$ ) با سلامت روان شناختی رابطه منفی معناداری وجود دارد. با توجه به اینکه نمره بالاتر نشان‌دهنده سلامت روانشناختی کمتر است نتیجه گرفته می‌شود افرادی که تاب‌آوری و شکرگزاری بالاتری دارند، از سلامت روان شناختی بیشتری برخوردارند.

جدول ۲. مدل رگرسیون سلامت روان‌شناختی مادران بر اساس تاب‌آوری و مؤلفه‌های شکرگزاری

متغیر	B	SE.B	Beta	R	R <sup>2</sup>	F	t	Sig	Tolerance	VIF
تاب‌آوری	-.0349	0.137	-.0225	0.711	0.506	29.438	-2.556	0.012	0.554	1.805
شکرگزاری اخلاقی	-.0595	0.280	-.0201	0.711	0.506	29.438	-2.127	0.036	0.480	2.081
شکرگزاری درونی	-.0845	0.280	-.0294	0.711	0.506	29.438	-3.024	0.003	0.455	2.199
شکرگزاری افعالی	-.0482	0.194	-.0178	0.711	0.506	29.438	-2.481	0.015	0.830	1.204

پژوهش حاضر باهدف تعیین نقش تاب‌آوری و شکرگزاری در پیش‌بینی سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص انجام شد. نتایج نشان داد بین تاب‌آوری با سلامت روان شناختی رابطه منفی معناداری وجود دارد و تاب‌آوری، سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص را به‌صورت منفی پیش‌بینی می‌کند، با توجه به اینکه نمره بالاتر نشان‌دهنده سلامت روان‌شناختی کمتر است نتیجه گرفته می‌شود افرادی که تاب‌آوری بالاتری دارند، از سلامت روان شناختی بیشتری برخوردارند. نتیجه به‌دست‌آمده با نتایج مطالعات پیشین در این زمینه همسو است، هرچند در جوامعی متفاوت از پژوهش حاضر انجام شده است، به‌عنوان مثال پژوهش باباپور خیرالدین و همکاران (۱۳۹۷)، نشان داد که رابطه مثبت و معنی‌داری بین

نتایج جدول ۲. نشان می‌دهد متغیرهای پیش‌بین ۵۰/۶ درصد از واریانس سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص را تبیین می‌کنند. تاب‌آوری، شکرگزاری اخلاقی، شکرگزاری درونی و شکرگزاری افعالی می‌توانند سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص را به‌صورت منفی پیش‌بینی کنند. بدین‌صورت که با افزایش تاب‌آوری و شکرگزاری، سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص افزایش یابد.

### نتیجه‌گیری

بررسی عوامل مؤثر در بهبود سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص لازم و ضروری است، لذا

زندگی‌اش کمک بزرگی می‌کند و در نتیجه می‌تواند سلامت فرد را نیز بهبود بخشد (۲۸). از طرفی طبق تئوری ساخت گسترش فردریکسون زمانی که سپاسگزار هستیم آماه‌های ذهنی ما در حال گسترش این تفکر هستند که دیگران در رفاه ما سهیم‌اند و این امر موجب بالا رفتن احساس امید و خوش‌بینی نسبت به دنیایی می‌شود که آن را خیرخواه و دارای افراد نیکوکار می‌دانیم که در مواقع سختی به یاری ما می‌شتابند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به عدم امکان کنترل کامل سطح اقتصادی- اجتماعی آزمودنی‌ها، محدود بودن جامعه آماری به مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص که باعث کاهش تعمیم‌پذیری نتایج می‌شود، اشاره کرد. بر این اساس به پژوهشگران آینده پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی تفاوت‌های فردی آزمودنی‌ها به‌خصوص تفاوت‌های مربوط به سطح اقتصادی- اجتماعی، محیط تربیتی و اجتماعی و متغیرهای دیگری که بر روی وضعیت سلامت اجتماعی نمونه مؤثر هستند مورد بررسی و کنترل قرار گیرد. همچنین پژوهشی در جوامع دیگر با شرایط سنی، اجتماعی و تحصیلی دیگر نیز مورد بررسی قرار گیرد. از نتایج به‌دست‌آمده را می‌توان در راستای بهبود الگوهای درمانی و آموزشی، به‌منظور بهبود سلامت روانشناختی، توسط درمانگران و مشاوران و مراکز مشاوره مورد استفاده قرار داد. همچنین پیشنهاد می‌شود که کارگاه‌های آموزشی به‌منظور ارتقاء سلامت روانشناختی، در زمینه‌ی افزایش تاب‌آوری و شکرگزاری برای مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص برگزار گردد.

## Reference

1. Bateni P, Beirami M, Siavoshifar N. The effectiveness of affect regulation training on increasing self-regulation and reducing feelings of shame and guilt in mothers of students with special learning disabilities. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*. 2021;10(6):129-38.
2. Lipka O, Forkosh Baruch A, Meer Y. Academic support model for post-secondary school students with learning disabilities: student and instructor perceptions. *International Journal of Inclusive Education*. 2019;23(2):142-57.
3. Kazemi N, Arjmandnia AA, Moradi R, Mohammadi sT, Sadeghi fard M. The effectiveness of self compassion training program on psychological well-being and rumination of the Mothers of Children with Special Learning Disabilities. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ)*. 2020;9(1):27-36. (Persian).

تاب‌آوری با سلامت روانشناختی دانشجویان وجود داشت (۲۱). نتایج مطالعه‌ی دیگر نشان دادند که سازه‌های تاب‌آوری و سخت‌کوش می‌توانند تغییرات مربوط به موفقیت ورزشی و سلامت روانی را در ورزشکاران پیش‌بینی کنند (۲۲). یافته‌های پژوهش موسوی و الوانی (۱۳۹۹)، نشان داد بین ابعاد سلامت روانشناختی با تاب‌آوری پرستاران رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (۲۳). در تبیین یافته فوق می‌توان گفت تاب‌آوری به‌عنوان یک احساس بنیادی از کنترل به فرد امکان ترسیم و دسترسی به فهرستی از راهبردهای را نیز خواهد داد که این خود نقش مهمی در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی به‌عنوان منبع مقاومت و سپر محافظ دارد، به عبارتی افرادی که تاب‌آوری بالایی دارند به دلیل داشتن یک حس خاصی از کنترل از راه‌های مقابله با شرایط سخت و طاقت‌فرسا به نحو مطلوبی استفاده می‌کنند و تاب‌آوری با ویژگی‌هایی چون توان اجتماعی، توانایی حل کارآمد مسئله، هدفمندی و امید به آینده مشخص می‌گردد که این ویژگی‌ها خود با سلامت روانشناختی رابطه مثبت دارند و موجب می‌شوند که تاب‌آوری سلامت روانشناختی را ارتقاء بخشد (۲۴).

دیگر یافته پژوهش نشان داد بین شکرگزاری و ابعاد آن شامل شکرگزاری اخلاقی، شکرگزاری درونی، شکرگزاری افعالی با سلامت روان شناختی رابطه منفی معناداری وجود دارد. و شکرگزاری، سلامت روان‌شناختی مادران دانش‌آموزان دارای ناتوانی یادگیری خاص را به‌صورت منفی پیش‌بینی می‌کند با توجه به اینکه نمره بالاتر نشان‌دهنده سلامت روانشناختی کمتر است نتیجه گرفته می‌شود افرادی که شکرگزاری بالاتری دارند، از سلامت روان شناختی بیشتری برخوردارند. در زمینه یافته به‌دست‌آمده، مطالعه‌ی مرتبط و مشابه پیشین در این زمینه همسو است، نتایج مطالعات مرتبط و مشابه پیشین در این زمینه همسو است، به‌طور مثال مطالعه شریعتی مقدم و همکاران (۱۴۰۱)، نشان داد شکرگزاری از خداوند و امیدواری نسبت به خداوند موجب افزایش تاب‌آوری افراد در مقابل مشکلات خواهد شد (۲۵). یافته‌های پژوهشی دیگر نشان داد که بین شکرگزاری و حمایت اجتماعی با رشد پس از آسیب رابطه معناداری وجود دارد و این متغیرها می‌توانند به‌طور معناداری رشد پس از آسیب زنان مبتلا به سرطان خون را پیش‌بینی کنند (۲۶). در پژوهش دوبری و همکاران (۲۰۱۸)، رابطه مثبتی بین شکرگزاری و سلامت روان گزارش شد، به این معنا که هر چه شکرگزاری در افراد بیشتر باشد احتمال اختلالات روانی از جمله افکار و قصد خودکشی در آنان کاهش و احتمال سلامت روان در آنان افزایش می‌یابد (۲۷). در تبیین نتیجه به‌دست‌آمده می‌توان گفت شکرگزاری باعث شود افراد از زمان حال خود لذت ببرند و اضطراب کمتری را از خود نشان بدهند. همچنین جدای از جلب توجه به زمان حال، افراد شکرگزار با داشتن نگرشی شکرگزارانه نسبت به وقایع زندگی، زندگی خود را معنادارتر می‌یابند و روزهای گذرانده شده در زندگی را مفیدتر و مثبت‌تر ارزیابی می‌کنند. پس شکرگزاری سبب می‌شود افراد وقایع زندگی خود را با دیدی شکرگزارانه مرور کند و در نتیجه روزهایی که سپری شده را خوب و معنادار ببیند، که این امر موجب به‌دست‌آمده معنادار زندگی می‌شود و به حل بحران یکپارچگی در

- Measure of Nurses' Personal Resilience. *Avicenna Journal of Nursing and Midwifery Care*. 2021;29(1):1-13. (Persian).
12. Cooper AL, Brown JA, Rees CS, Leslie GD. Nurse resilience: A concept analysis. *International journal of mental health nursing*. 2020;29(4):553-75.
  13. Masten AS, Cicchetti D. Resilience in development: Progress and transformation. 2016.
  14. McCullough ME, Emmons RA, Tsang J-A. The grateful disposition: a conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*. 2002;82(1):112.
  15. Chan DW. Gratitude, gratitude intervention and subjective well-being among Chinese school teachers in Hong Kong. *Educational Psychology*. 2010;30(2):139-53.
  16. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*. 2003;18(2):76-82.
  17. Campbell-Sills L, Stein MB. Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *Journal of Traumatic Stress: Official Publication of The International Society for Traumatic Stress Studies*. 2007; 20(6):1019-28.
  18. Keyhani M, Taghvaei D, Rajabi A, Amirpour B. Internal Consistency and Confirmatory Factor Analysis of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) among Nursing Female. *Iranian Journal of Medical Education*. 2015;14(10):857-65. (Persian).
  19. Goodarzi MA, Marzooghi R, Noori A. Development and validation of the Islamic-Iranian gratitude questionnaire (IIGQ) in Iranian undergraduate students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2014;16(62):120-29.
  4. Joe GW, Lehman WE, Rowan GA, Knight K, Flynn PM. The role of physical and psychological health problems in the drug use treatment process. *Journal of substance abuse treatment*. 2019;102:23-32.
  5. Tamura A, Murayama K, Ishii R, Sakaki M, Tanaka A. The effect of low-intensity exercise on emotional and cognitive engagement in the classroom. *npj Science of Learning*. 2022;7(1):9-16
  6. Meikaeilei N, Ganji M, Talebi Joybari M. A comparison of resiliency, marital satisfaction and mental health in parents of children with learning disabilities and normal children. *Journal of Learning Disabilities*. 2012;2(1):120-37. (Persian).
  7. Pourtaleb N, Pourtaleb S, Armun S. Predicting the psychological well-being of mothers of children with special learning disabilities based on their level of perfectionism and life hope. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*. 2021;10(9):125-36. (Persian).
  8. Banga G, Ghosh S. The impact of affiliate stigma on the psychological well-being of mothers of children with specific learning disabilities in India: The mediating role of subjective burden. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*. 2017;30(5):958-69.
  9. Amirimoghdam A, Sodani M, Khojasteh Mehr R, Mehrabi Zadeh Honarmand M. Identifying the Factors of Resilience in Mothers Having Children with Attention-Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD): A Qualitative Research. *Jundishapur Scientific Medical Journal*. 2020;19(2):227-42. (Persian).
  10. Henshall C, Davey Z, Jackson D. Nursing resilience interventions—A way forward in challenging healthcare territories. *Journal of Clinical Nursing*. 2020;29(19-20):3597.
  11. Soltani Shal R, Ahmadpour Z, Abbastabar Bozrudi M. Psychometric Characteristics of Multidimensional

28. Poordad S, Momeni K, karami J. Death Anxiety and Its Relationship With Social Support and Gratitude in Older Adults. *Salmand: Iranian Journal of Ageing*. 2019;14(1):26-39. (Persian).
20. Najarian B, Davodi I. Development and reliability of SCL-25; short form of SCL-90. *Journal of psychology*,2001,18, 136-49. (Persian).
21. Babapour Kheiroddin J, Pour Sharifi H, Ghobari Bonab B, Khanjani Z, Bahrami M. Relationship between Adult Attachment and God to Attachment with Mental Health Mediation Resilience. *Journal of Psychology*. 2018;84(4):369-83. (Persian).
22. Nezhad MAS, Besharat MA. Relations of resilience and hardiness with sport achievement and mental health in a sample of athletes. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 2010;5:757-63. (Persian).
23. Mosavi A, Alvani J. Investigating the relationship between the dimensions of nurses' psychological health with resilience. *Journal of Neyshabur University of Medical Sciences*. 2020;8(29):35-44. (Persian).
24. Bagherinia H, Yamini M, Ilderabadi E-h, Bagherinia F. Relationship between personality traits and mental health with resilience mediation in nurses. *Journal of Sabzevar University of Medical Sciences*. 2016;22(6):1063-70. (Persian).
25. Shariati Moghadam F, Maghsoodi S, Daneshvarinasab A. Predicting Resilience Based on Hope Through the Mediation of Gratitude in Female Heads of Households During the Covid-19 Pandemic. *Religion and Health*. 2023;10(2):1-2. (Persian).
26. Mousavi S, Goodarzi M, Taghavi SM. Prediction of Post Traumatic Growth based on Gratitude and Perceived Social Support in Women with Blood Cancer. *Journal Health Psychology*. 2020;8(30):39-53. (Persian).
27. Duprey EB, McKee LG, O'Neal CW, Algoe SB. Stressful life events and internalizing symptoms in emerging adults: The roles of mindfulness and gratitude. *Mental Health & Prevention*. 2018; 12:1-9.