



Efficacy of positive psychotherapy on time perspective and psychological capital of mothers of children with special learning disorder

Seyeda Mohadese Abaie¹, Nasrin Bagheri²

1. Master's Student in Clinical Psychology, Rodhan Branch, Islamic Azad University, Rodhan, Iran. E-mail: St.sm_abaie@riqu.ac.ir
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran. E-mail: Na.Bagheri@iau.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 18 January 2024

Received in revised form 14 February 2024

Accepted 19 March 2024

Published Online 21 December 2024

Keywords:

positive psychology,
time perspective,
psychological capital,
specific learning disorder

ABSTRACT

Background: Positive psychology is a branch of psychology that focuses on personality strengths and behaviors that allow people to build meaningful and purposeful lives to move beyond survival to flourishing.

Aims: The purpose of this research was to determine the effectiveness of positive psychology on the perspective of time and psychological capital of mothers of children with special learning disabilities.

Methods: This research was an experimental study with a semi-experimental design and a pre-test-post-test type with a control group. The statistical population of the present study was all the mothers of children with special learning disorders in Tehran. The sample size of the study was considered equal to 30 people using the available random sampling method. The method of data collection included: library and field. In this research, two psychological capital questionnaires by Lutans, Lutans Keely and Lutans Burt (2004) and Zimbardo and Boyd's (1999) time perspective were used as data collection tools. Research data were analyzed using the Statistical Package in Social Sciences, version 21 (SPSS). To describe the data, statistical indicators of mean and standard deviation were used in the pre-test and post-test phases. In order to check the normality of the research variables, the Kalmogorov Smirnov test was used and in order to check the homogeneity of the variances, the Levine test was used. Also, in order to compare the average scores of the two experimental and control groups and the effect of the pre-test scores and other intervening variables on the post-test, covariance analysis was used.

Results: The results showed that positive psychology training has a positive and significant effect on the perspective of time and psychological capital of mothers of children with specific learning disabilities.

Conclusion: According to the results of the research, it can be said that positive psychology can improve the perspective of time and psychological capital of mothers of children with special learning disorders.

Citation: Abaie, S.M., & Bagheri, N. (2024). Efficacy of positive psychotherapy on time perspective and psychological capital of mothers of children with special learning disorder. *Journal of Psychological Science*, 23(142), 247-259. [10.52547/JPS.23.142.247](https://doi.org/10.52547/JPS.23.142.247)

Journal of Psychological Science, Vol. 23, No. 142, 2024

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.23.142.247](https://doi.org/10.52547/JPS.23.142.247)



✉ **Corresponding Author:** Nasrin Bagheri, Assistant Professor, Department of Psychology, Roudhen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran.

E-mail: Na.Bagheri@iau.ac.ir, Tel: (+98) 9122477417

Extended Abstract

Introduction

When Samuel Kirk addressed a meeting of parents, professionals, and others in Chicago in 1963, he stated that he chose the term learning disability to identify the children he was discussing (Ahmadi et al., 2022). There is a growing concern about children and adolescents with learning disabilities, because they have many problems in learning academic and other skills, despite having the mental aptitude to learn them. But the conundrum of children with extraordinary learning difficulties is not a new one. Over the years, children from all walks of life have experienced difficulties in learning (Elami et al., 2019). Learning disorders are one of the most important problems that determine the academic fate of students (Golestaneh et al., 2020). Learning disability also brings problems beyond academic problems. A comprehensive understanding of the mystery of learning disability requires attention to the social, emotional and behavioral climate of a child's life (Ebrahimi Bakht et al., 2019). Most children with learning disabilities belong to families that did not have the necessary emotional bonds with their parents during their growth. In other words, these children do not have pleasant memories and experiences in terms of emotional-psychological connections with their parents. In many cases, they have been blamed, humiliated, threatened and possibly physically punished by their parents (Sadri et al., 2021).

Recent research on parents of children with specific learning disabilities shows that mothers of these children experience higher stress compared to mothers of normal children and other children with special needs or chronic diseases, among which increasing psychological capital can be effective. Nejat Thabet et al., 2018), psychological is a combined and interconnected structure that includes four perceptual-cognitive components, namely hope, self-efficacy, resilience and optimism. Psychological capital is the development of a positive psychological state of an individual whose characteristics are 1- having self-confidence (self-efficacy), 2- creating a positive record of present and future successes (optimism), 3- being persistent and steadfast. on the

way to reach the goal and determine the paths towards the goal in order to succeed (hope) and 4- endure and return to the normal state after suffering hardships and problems (resilience) (Shafiei et al., 2019).

On the other hand, psychological capital is one of the indicators of positivism psychology, which is defined by characteristics such as a person's belief in his abilities to achieve success, being persistent in pursuing goals, creating positive documents about himself, and enduring problems. Also, having psychological capital enables people to cope better with stressful situations, to be less stressed, to have high strength against problems, to have a clear view about themselves and to be less affected by daily events. Therefore, such people have higher psychological health. In this context, mental health can be increased by looking at time and creating a positive attitude towards the future using positive psychology (Nasiri Takami et al., 2019).

Time perspective is a concept for time perception that has been highlighted in the last decade. Time perspective consists of psychological present experience and looking at the past and future in the present time (Mirghafari et al., 2020). Newer perspectives define time perspective as a cognitive structure, a motivation that varies from person to person. Currently, one of the most extensive concepts is presented by Zimbardo and Boyd (1999). They define time perspective as "an unconscious process by which the continuous flow of personal and social experiences is assigned to time periods, or time frames, and helps events find direction, coherence, and meaning." They do (Pourabdel et al., 2015).

Positive psychology is one of the newest branches of psychology that focuses on human success; While many branches of psychology focus on abnormal behaviors, this branch, instead of paying attention to human inabilities and weaknesses, focuses on human abilities; Abilities such as living happily, enjoying, problem solving and optimism (Sharifi Alun Abadi et al., 2022). One of the techniques of positive psychology is positive psychotherapy or positive thinking, which was presented by Seligman, Rashid and Parks (2006), which, despite its short life, has various applications in the field of practice, especially in the field of treatment, and Many researches have

been concluded (Niknam, 2018). Positive thinking means looking at events with the knowledge that, although good and bad exist together in the world, it is better for us to emphasize the good and have a good image of ourselves, not to always blame ourselves; It means to think well of others and have a good opinion of them and deal with others in a positive way. In other words, positive thinking means having a positive inner balance and maintaining calmness and composure in the face of problems (Ovidi et al., 2019).

The research of Chakhsi et al. (2019) titled the effectiveness of positive psychotherapy on the happiness and psychological well-being of people with depressive symptoms showed that positive psychotherapy increases the happiness and psychological well-being of people with depressive symptoms. In another research, like Azimi et al.'s research (2017), it was shown that the method of teaching positivity skills can be used as an efficient method to reduce irrational beliefs and increase the happiness of delinquent teenagers.

In the research of Sohrabi Smroud and Jafari Roshan (2015) regarding the effectiveness of positive group psychotherapy on the resilience, happiness and general health of women with addicted spouses, they found that the average scores of resilience, happiness and general health in the post-test of the experimental group were It was significantly higher than the mean post-test scores of the control group. Islamic Research and colleagues (2018) found the effectiveness of teaching positivity on creativity in their research. Also, in the research of Lu et al. (2016) under the title of the effectiveness of positive psychological interventions on patients' depression, they found that this type of intervention is effective in reducing depression and increasing well-being. Based on this, the current research aims to investigate the effectiveness of positive psychotherapy on the perspective of time and psychological capital of mothers of children with special learning disabilities.

Method

The present research was a semi-experimental study with a pre-test-post-test design, the statistical population included all mothers of children with specific learning disabilities in Tehran, the sample

size was 30 people according to semi-experimental research, and the sampling method was available. The implementation method was such that first the questionnaires (time perspective and psychological capital) were administered to the mothers of children with specific learning disabilities, then the people whose time perspective and psychological capital scores were lower than the average were identified, among them 30 People were randomly selected and divided into two equal groups, and one group was determined as the experimental group and the other group as the control group. The independent variable (positive psychotherapy) was implemented on them and the control group did not receive treatment. Then, in the post-test stage, dependent variables (time perspective and psychological capital) were performed on both groups. In order to collect data, psychological capital questionnaires by Luthans et al. (2004) and Zimbardo and Boyd (1999) time perspective list were used.

Results

As can be seen, there is no significant difference in the amount of variables of time perspective and psychological capital in the pre-test stage in the two control and experimental groups. However, the amount of psychological capital variable in the post-test stage in the experimental group has increased significantly compared to the control group, and the time perspective variable has increased in the post-test stage in the experimental group compared to the control group.

Considering that in Levin's test, the probability value is higher than the level of 0.05, the result is that the assumption of equality of variances of the two groups is confirmed, which is another prerequisite of the analysis of covariance test.

According to $F = 39.14$ and considering that the probability value is less than 0.05 level, the research hypothesis is confirmed with 0.95 confidence, and the result is that positive psychology training has an effect on the psychological capital of mothers of children. It is affected by specific learning disorders. In fact, positive psychology training improves the psychological capital of mothers of children with special learning disabilities.

Table 1. One-way covariance analysis of psychological capitals

Sources of changes	Sum of squares	Degrees of freedom	Average of squares	Fisher	Sig	Effect intensity
Corrected model	0.976	2	0.486	27.111	0.000	-
Width from the origin	0.274	1	0.273	15.536	0.001	-
Psychological capitals pre-test	0.062	1	0.062	7.386	0.009	-
group (independent variable)	0.701	1	0.701	39.149	0.000	0.633
error	0.781	27	0.017	-	-	-
Total	153.102	30	-	-	-	-
Total corrected	1.478	29	-	-	-	-

Table 2. One-way covariance analysis of time perspective

Sources of changes	Sum of squares	Degrees of freedom	Average of squares	Fisher	Sig	Effect intensity
Corrected model	0.789	2	0.377	6.052	0.006	-
Width from the origin	1.284	1	1.281	19.428	0.000	-
Time perspective pre-test	0.118	1	0.118	3.617	0.042	-
group (independent variable)	0.721	1	0.721	11.634	0.002	0.510
error	1.631	27	0.066	-	-	-
Total	189.172	30	-	-	-	-
Total corrected	2.498	29	-	-	-	-

According to $F = 11.634$ and considering that the probability value is less than 0.05 level, the research hypothesis is confirmed with 0.95 confidence, and the result is that positive psychology education has an effect on the time perspective of mothers of children. It is affected by specific learning disorders. In fact, positive psychology training improves the time perspective of mothers of children with special learning disabilities.

Conclusion

The purpose of this research was to determine the effectiveness of positive psychology on the perspective of time and psychological capital of mothers of children with special learning disabilities. The results of the research showed that positive psychology has an impact on the perspective of time and psychological capital of mothers of children with special learning disorders, these findings are in line with the research results of Sharifi Alun Abadi et al. (2014), Shafiei et al., Ahmadi et al. (2022), Ovidi et al. (2019), Chakhsi et al. (2018), Elmi et al. (2019), Lu et al. (2016) are aligned. In explaining the results, it can be acknowledged that positivity means paying attention to positive things in life and not paying attention to negative aspects in life. Positivity is not only limited to having certain thoughts, but it is a kind of general approach and orientation about life. By teaching positive psychology, mothers of children with special learning disabilities learn to think positively about children and to have good faith towards them and to treat others positively. Positivity

means having a proper inner balance and maintaining calmness and coolness in the face of problems so that a person can maintain his personal motivation, take appropriate action and feel good about what he is doing. In explaining the results, it can be acknowledged that positivity and positive thoughts reduce the level of depression and stress, this causes an increase in psychological capital in mothers of children with special learning disabilities, therefore, in the interventions considered for these mothers of children with special learning disabilities Medical interventions, psychological interventions, especially positive psychology topics, including teaching strategies to combat negative thoughts and positive mental imagery to increase the ability to adapt to conditions and situations and face the resulting stressors seem necessary.

It is obvious that removing the limitations of the research is the basis of the subsequent researches and this will lead to the prosperity of science and research. The current research is not exempted from these limitations, including the tool of collecting information from the questionnaire and the non-use of other methods. In order to collect information such as observation and interview, as well as the present research is limited to a certain part of Iran in terms of location, and the mothers of children with special learning disorders in Tehran cannot be a full representative of the whole country. Another limitation is the reluctance of some subjects to answer the relevant questions, and the fact that the respondent faces a cognitive error in the questionnaire and

answers the questions with his own understanding, and on the other hand, it is inevitable to explain his opinion within the framework of the questionnaire questions. Slow. It is possible for the respondent to answer the questions with the error of laziness, moderation, or strictness.

Finally, according to the results of the research, it is suggested that positive psychology, which is based on principles and assumptions, is in some way opposed to the principles and assumptions of normal psychology, especially clinical psychology. Should be taken seriously, because mothers of children with specific learning disorders bear a lot of psychological pressure. Mothers of children with special learning disorder are looking for more happiness, more pleasure, and more satisfaction than to reduce their sadness and worry. They are looking for building their strengths rather than correcting their weaknesses. They are looking for a meaningful and purposeful life. It is obvious that these conditions cannot be achieved simply by removing pain and discomfort.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: The necessary permits to conduct the research have been approved and issued by the Islamic Azad University, Roudhan branch. The current research was carried out in compliance with ethical standards, including obtaining informed consent from the subject, obtaining written consent from mothers of children with special learning disabilities, confidentiality of information, and voluntary entry and exit of participants from the study.

Funding: This research is without financial support.

Authors' contribution: The first author and the guidance of the second author have been extracted.

Conflict of interest: The authors also declare that there is no conflict of interest in the results of this research.

Acknowledgments: The researchers feel it their duty to express their sincere thanks to all the mothers of children with special learning disabilities and the professors and specialists who participated in this research, who provided the necessary cooperation for the implementation of the research.



اثربخشی روان درمان گری مثبت نگر بر چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص

سیده محدثه آباپی^۱، نسرين باقری^{۲*}

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

۲. استادیار، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۲۸

بازنگری: ۱۴۰۲/۱۱/۲۵

پذیرش: ۱۴۰۲/۱۲/۲۹

انتشار برخط: ۱۴۰۳/۱۰/۰۱

کلیدواژه‌ها:

روانشناسی مثبت نگر،

چشم انداز زمان،

سرمایه روانشناختی،

اختلال یادگیری خاص

زمینه: در زمینه مطالعه تأثیر پروتکل های روان درمانی، توجه به ابعاد متعدد رفاه روانی برای مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص از اهمیت برخوردار است. مادران این کودکان غالباً با چالش های عاطفی و روانشناختی منحصربه فردی مواجه هستند که می تواند بر نگرش زمانی و سطوح سرمایه روانشناختی آنها تأثیر گذارد. با این حال، مطالعات کمی به طور ویژه بر رویکردهای مثبت نگر در میان این گروه و تأثیرات بالقوه آن بر افق دید زمانی و سرمایه روانی آنها تمرکز داشته اند.

هدف: هدف از انجام این پژوهش بررسی تعیین اثربخشی روانشناسی مثبت نگر بر چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص بود.

روش: این پژوهش از نوع مطالعات آزمایشی با طرح نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، کلیه مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بود. حجم نمونه پژوهش با روش نمونه گیری تصادفی در دسترس برابر با ۳۰ نفر در نظر گرفته شد. ابزار گردآوری داده ها در این تحقیق دو پرسشنامه سرمایه روانشناختی (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷) و سیاهه چشم انداز زمان (زیملاردو و بوید، ۱۹۹۹) استفاده شد. داده های پژوهش با استفاده از نسخه ۲۱ نرم افزار (SPSS) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: نتایج نشان داد که آموزش روانشناسی مثبت نگر بر چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص تأثیر مثبت و معنادار دارد ($p < 0/05$).

نتیجه گیری: نتایج حاصل از این پژوهش نشان دهنده تأثیر مثبت روان درمانی مثبت نگر بر افزایش سطوح سرمایه روانشناختی و بهبود چشم انداز زمانی در مادران دارای فرزندان با اختلال یادگیری خاص است. این یافته ها از کاربست و اهمیت استفاده از رویکردهای مثبت نگر در مداخلات روانشناختی حمایت می کنند، که می توانند به عنوان راهکاری مؤثر برای تقویت توانایی های مقابله ای و بهزیستی روانشناختی در این جامعه مورد استفاده قرار گیرند.

استناد: آباپی، سیده محدثه؛ و باقری، نسرين (۱۴۰۳). اثربخشی روان درمان گری مثبت نگر بر چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۴۲، ۲۴۷-۲۵۹.

DOI: [10.52547/JPS.23.142.247](https://doi.org/10.52547/JPS.23.142.247) ۱۴۰۳، شماره ۱۴۲، دوره ۲۳، شماره ۱۴۲، ۲۴۷-۲۵۹.



نویسندگان.

مقدمه

اختلال یادگیری^۱ اصطلاحی گسترده و پیچیده، شامل مشکلات گوناگونی است که بر فرآیند کسب دانش و مهارت های تحصیلی اثر می گذارد. زمانی که این اختلالات معرفی شدند، برجسی بود برای توصیف کودکانی که به نظر می رسید با وجود هوش متوسط یا بالاتر، در یادگیری دچار چالش اند. چنین کودکانی نه تنها در زمینه های تحصیلی با دشواری مواجه اند، بلکه اغلب در جنبه های اجتماعی، عاطفی و حتی ورزشی نیز متحمل آسیب هایی می شوند (احمدی و همکاران، ۱۴۰۱). این مسأله بر کیفیت زندگی کودکان و خانواده های آنان به طور چشمگیری تأثیر می گذارد و باعث می شود که درک و جوه مختلف این اختلالات از اهمیت ویژه ای برای جامعه بهره مند گردد. نگرانی فزاینده ای در مورد کودکان و نوجوانان دچار ناتوانی های یادگیری وجود دارد، زیرا در یادگیری مهارت های تحصیلی و مهارت های دیگر، به رغم داشتن استعداد ذهنی برای آموختن آن ها، مشکلات بسیار زیادی دارند (المی و همکاران، ۲۰۱۹). اختلالات یادگیری یکی از معضلات مهم و تعیین کننده سرنوشت تحصیلی دانش آموزان به شمار می آید (گلستانه و همکاران، ۲۰۲۰). ناتوانی یادگیری معضلاتی فراتر از مشکلات درسی نیز به همراه دارد. درک جامع ناتوانی یادگیری مستلزم توجه به جو اجتماعی، عاطفی و رفتاری زندگی کودک است (ابراهیمی بخت و همکاران، ۲۰۱۹). اغلب کودکان دارای اختلال یادگیری متعلق به خانواده هایی هستند که در دوران رشد خود پیوندهای عاطفی لازم با والدین خود را نداشته اند. به عبارت دیگر این کودکان از نظر ارتباطات عاطفی - روانی با والدین شان، خاطرات و تجارب خوشایندی ندارند. آن ها در بسیاری موارد از سوی والدین مورد سرزنش، تحقیر، تهدید و احیاناً تنبیه بدنی واقع شده اند (صدری و همکاران، ۱۴۰۰). پژوهش های اخیر در مورد والدین کودکان دچار اختلال یادگیری خاص، نشان می دهد که مادران این کودکان در مقایسه با مادران کودکان عادی و سایر کودکانی که نیازهای ویژه یا بیماری های مزمن دارند استرس بالاتری را تجربه می کنند، که در این میان افزایش سرمایه های روانشناختی می توان مؤثر باشد (نجات ثابت و همکاران، ۱۳۹۸)، سرمایه روانشناختی سازه ای ترکیبی و بهم پیوسته است که چهار مؤلفه ادراکی - شناختی یعنی امید، خودکارآمدی، تاب آوری و

خوش بینی را در بر می گیرد. سرمایه روانشناختی توسعه یک حالت روانشناسانه مثبت فردی که ویژگی های آن شامل داشتن اعتماد به نفس (خودکارآمدی)، ایجاد یک اسناد مثبت در موفقیت های حال و آینده (خوش بینی)، پشتکار و ثابت قدم بودن در راه رسیدن به هدف و تعیین مسیرها به سوی هدف به منظور موفقیت (امیدواری) و تحمل کردن و به وضعیت عادی برگشتن بعد از تحمل مصیبت ها و مشکلات (تاب آوری) است (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۹).

از دیگر سو سرمایه روانشناختی یکی از شاخص های روانشناسی مثبت گرا می باشد که با ویژگی هایی از قبیل باور فرد به توانایی هایش برای دستیابی به موفقیت، داشتن پشتکار در دنبال کردن اهداف، ایجاد اسنادهای مثبت درباره خود و تحمل کردن مشکلات تعریف می شود (شفیعی و همکاران، ۱۳۹۹). همچنین برخوردار بودن از سرمایه روانشناختی افراد را قادر می سازد تا علاوه بر مقابله بهتر در برابر موقعیت های استرس زا، کمتر دچار تنش شده، در برابر مشکلات از توان بالایی برخوردار باشند، به دیدگاه روشنی در مورد خود برسند و کمتر تحت تأثیر وقایع روزانه قرار بگیرند، لذا این گونه افراد دارای سلامت روانشناختی بالاتری نیز هستند، در این زمینه می توان با چشم انداز زمان و ایجاد نگرش مثبت به آینده با استفاده از روانشناسی مثبت نگر سلامت روان را افزایش داد (نصیری تاکامی و همکاران، ۱۳۹۹).

چشم انداز زمانی، مفهومی برای ادراک زمان است که در دهه اخیر برجسته شده است. چشم انداز زمان متشکل از تجربه حال حاضر روانشناختی و نگرستن به گذشته و آینده در زمان حال است (میرغفاری و همکاران، ۲۰۲۰). دیدگاه های جدیدتر چشم انداز زمان را به عنوان ساختاری شناختی، انگیزشی که از فردی به فرد دیگر متفاوت است تعریف می کنند. در حال حاضر یکی از گسترده ترین مفاهیم توسط زیملباردو و بوید (۱۹۹۹) ارائه شده است. آن ها چشم انداز زمان را به عنوان "فرآیندی ناخودآگاه که به موجب آن جریان مستمر تجارب شخصی و اجتماعی به دوره های زمانی، یا چهارچوب زمانی اختصاص می یابند، و کمک می کند که وقایع جهت انسجام و معنا یابند" تعریف می کنند (پورعبدل و همکاران، ۲۰۱۵).

^۱. Learning disorders

روانشناسی مثبت یکی از جدیدترین شاخه‌های روانشناسی است که بر موفقیت انسان تمرکز دارد؛ درحالی که بسیاری از شاخه‌های روانشناسی بر رفتارهای نابهنجار تمرکز می‌نمایند، این شاخه، به جای توجه به ناتوانی‌ها و ضعف‌های بشری، روی توانایی‌های انسان متمرکز شده است؛ توانایی‌هایی از قبیل شاد زیستن، لذت بردن، قدرت حل مسئله و خوش بینی (شریفی علون آبادی و همکاران، ۱۴۰۱). یکی از فنون روانشناسی مثبت نگر، روان درمانی مثبت نگر یا مثبت اندیشی است که توسط سلیگمن و همکاران (۲۰۰۶) ارائه شد، که به رغم عمر کوتاه خود، کاربردهای متنوعی در حیطه عمل به ویژه در عرصه درمان داشته و به پژوهش‌های متعددی منتهی شده است (نیکنام، ۱۳۹۸). مثبت اندیشی یعنی نگاه به رویدادها با این معرفت که، اگرچه خوب و بد با هم در دنیا وجود دارند، ولی بهتر است بر خوبی تأکید شود و تصور خوبی از خویش داشت؛ به عبارت دیگر نیک اندیشیدن درباره‌ی دیگران و حسن ظن داشتن به آن‌ها و با دیگران به صورت مثبت برخورد کردن. به عبارتی مثبت اندیشی یعنی برخورداری از تعادل درونی مثبت و حفظ آرامش و خونسردی در مواجهه با مشکلات (اوبدی و همکاران، ۲۰۱۹).

در دهه‌های اخیر، شاهد تحولات چشم گیری در حوزه روانشناسی و روان درمانی بوده ایم که نگاهی نو بر مسئله مقابله با چالش‌های روانی ارائه می‌دهد. برجسته در این بین، پژوهش‌هایی است که روان درمانی مثبت نگر را به عنوان یک رویکرد پشتیبانی کننده برای افزایش رفاه روانشناختی و شادکامی بررسی می‌کنند. به عنوان مثال، مطالعه انجام شده توسط چاخی و همکاران در سال ۲۰۱۹ بر روی این موضوع تمرکز داشته و به نتایج قابل توجهی دست یافته است که نشان می‌دهد چنین رویکرد درمانی می‌تواند شاخص‌های شادکامی و بهزیستی روانی را در میان افراد دارای نشانه‌های افسردگی به طور قابل ملاحظه‌ای ارتقاء بخشد. در ادامه، عظیمی و همکاران نیز در سال ۱۳۹۷ پا را فراتر نهاده و نشان دادند که آموزش مهارت‌های مثبت نگر به نوجوانان بزهکار می‌تواند در کاهش نگرش‌ها و باورهای غیرمنطقی و افزایش شادکامی آنان مؤثر واقع شود. همین رویه در مطالعه‌ای دیگر توسط سهرابی اسمروود و جعفری روشن که در سال ۱۳۹۵ انجام شد و به ارزیابی تأثیر روان درمانی گروهی مثبت نگر بر تاب آوری، شادکامی و سلامت عمومی زنانی که همسرشان معتاد بودند، صحت این امر را تأیید می‌کند. این پژوهش نشان داد که تغییرات مثبت در ویژگی‌های فوق در

زنانی که از این شیوه درمان بهره بردند، بیشتر از گروهی است که چنین مداخله‌ای دریافت نکرده‌اند. همچنین اسلامی و همکاران در سال ۱۳۹۸ به این مباحث اضافه کردند که آموزش مثبت نگر می‌تواند بر خلاقیت افراد نیز تأثیر به سزایی داشته باشد. این نتیجه گیری نشان می‌دهد که تأثیرات روان درمانی مثبت نگر می‌تواند در حوزه‌های گسترده تری از تنها رفاه و شادکامی به ابعاد دیگر شکوفایی فردی نیز برسد. در همین راستا، پژوهشی انجام شده توسط لو و همکاران در سال ۲۰۱۶ نشان داد که مداخلات مبتنی بر روانشناسی مثبت نگر می‌توانند به طور مؤثری در کاهش علائم افسردگی و ارتقاء بهزیستی فردی به کار گرفته شوند. اما چالش مهمی که همچنان پیش رو قرار دارد این است که آیا این روش‌های مثبت نگر در زمینه خاصی که با چالش‌های عینی مواجه هستند، همانند مادران کودکان دارای اختلالات یادگیری خاص، کارایی دارند یا خیر. مطالعه حاضر در نظر دارد تا به این پرسش مهم پاسخ دهد و اثربخشی این رویکرد درمانی را بر دو جنبه مهم چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی در این گروه از مادران ارزیابی کند. این مطالعه می‌کوشد تا به شناخت دقیق تری از چگونگی تأثیر این درمان‌ها بر پیچیدگی‌های روانشناختی و عملکرد روزمره این قشر برسد و چارچوبی معتبر برای مداخلات آتی فراهم آورد. سؤال اصلی که مطالعه حاضر به دنبال پاسخ به آن است این می‌باشد که تا چه اندازه روان درمانی مثبت نگر می‌تواند بر چشم انداز زمانی و بهبود سرمایه‌های روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص تأثیر بگذارد و پویایی‌های زندگی آن‌ها را بهبود بخشد؟

روش

الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون بود، جامعه آماری شامل تمامی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بود، حجم نمونه طبق پژوهش‌های نیمه آزمایشی ۳۰ نفر در نظر گرفته شد، شیوه نمونه گیری در دسترس بود. روش اجرا بدین گونه بود که ابتدا پرسشنامه‌ها (چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی) روی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص منتخب اجرا شد، سپس افرادی که نمره چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی آن‌ها از متوسط پایین تر بود مشخص، از بین آن‌ها ۳۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو دسته مساوی تقسیم و به حکم قرعه

یک گروه به عنوان گروه آزمایش و گروه دیگر به عنوان گروه کنترل مشخص شد. متغیر مستقل (روان‌درمانی مثبت‌نگر) بر روی آن‌ها اجرا و گروه کنترل درمانی دریافت نکرد. سپس در مرحله پس‌آزمون متغیرهای وابسته (چشم‌انداز زمان و سرمایه روانشناختی) روی هر دو گروه (آزمایش و کنترل) اجرا شد.

(ب) ابزار

پرسشنامه سرمایه روانشناختی^۱ (PCQ): پرسشنامه سرمایه روانشناختی، توسط فرد لوتانز و همکارانش در سال ۲۰۰۷ توسعه یافت. این آزمون با هدف اندازه‌گیری چهار بعد اساسی سرمایه روانشناختی که شامل خودکارآمدی، امید، تاب‌آوری و خوش‌بینی است، طراحی شده است. آزمون شامل ۲۴ سؤال است، که به تساوی میان این چهار بعد تقسیم می‌شوند. هر بعد با ۶ پرسش ارزیابی و اندازه‌گیری می‌گردد. نمره‌گذاری آزمون بر اساس مقیاس لیکرت صورت می‌گیرد و پاسخ‌دهندگان برای هر سؤال یک ارزیابی می‌دهند که اغلب از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) متغیر است. بر این اساس، حداقل نمره ممکن برای هر بعد ۶ و حداکثر نمره ۳۶ است؛ در نتیجه، حداقل نمره کلی می‌تواند ۲۴ و حداکثر نمره ۱۴۴ باشد. روایی و پایایی پرسشنامه سرمایه روانشناختی به‌طور گسترده‌ای تحت بررسی قرار گرفته است. روایی، که نشان‌دهنده میزان دقت تست در اندازه‌گیری مفهوم مورد نظر است، اغلب از طریق تحلیل سازه و تحلیل عاملی تأییدی ارزیابی شده است. این بررسی‌ها نشان داده‌اند که PCQ مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی را با دقت بالایی اندازه‌گیری می‌کند. پایایی PCQ، که میزان ثبات نتایج آزمون بر در زمان را نشان می‌دهد، معمولاً با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی شده است. آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه، به‌طور کلی بالا است و معمولاً بالاتر از ۰/۷۰ گزارش شده، که نشان‌دهنده سطح قابل قبولی از پایایی برای این آزمون است. در این مطالعه نیز میزان پایایی برای کل آزمون ۰/۷۹ برآورد شد. لوتانز و همکاران طی مطالعات مختلف خود نشان دادند که PCQ می‌تواند به عنوان یک ابزار مؤثر برای ارزیابی سرمایه روانشناختی و توسعه برنامه‌های مداخلاتی که به بهبود عملکرد شغلی کمک می‌کند، استفاده شود.

سیاهه چشم‌انداز زمان^۲ (TPI): سیاهه چشم‌انداز زمان زیمنباردو و بوید (۱۹۹۹) یک ابزار خودگزارش‌دهی شامل ۶۶ سؤال است که پنج خرده مقیاس گذشته‌ی منفی، گذشته‌ی مثبت، حال لذت‌گرایانه، حال قضا و قدری و آینده و دیدگاه زمانی متعالی را در طیف لیکرت پنج درجه‌ای «۱= بسیار نادرست» تا «۵= بسیار درست» مورد ارزیابی قرار می‌دهد. زیمنباردو و بوید (۱۹۹۹) ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های گذشته‌ی منفی گذشته‌ی مثبت، حال لذت‌گرایانه، حال قضا و قدری و آینده به ترتیب برابر ۰/۸۲/۰/۸۰، ۰/۷۹/۰/۷۴، ۰/۷۷ و ۰/۷۷ گزارش کردند. ساختار پنج عاملی این سیاهه با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی و تأییدی در مطالعه زیمنباردو و بوید (۱۹۹۹) مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهش تقی‌لو و لطیفی (۱۳۹۵)، ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های گذشته‌ی منفی، گذشته‌ی مثبت، حال لذت‌گرایانه، حال قضا و قدری و آینده به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۷۳/۰/۷۵، ۰/۸۱ و ۰/۸۳ بدست آمد.

پروتکل آموزشی و راهنمایی مثبت‌نگر گروهی سلیگمن (۲۰۰۲): پروتکل آموزشی و راهنمایی مثبت‌نگر گروهی توسط سلیگمن ارائه شد که هدف از این پروتکل ترغیب افراد به شناخت و استفاده از نقاط قوت شخصی خود، همچنین آموزش راه‌های مقابله‌ای مبتنی بر نظریه‌های روانشناسی مثبت‌گرا می‌باشد که در پژوهش حاضر در ۶ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای اجرا شده است.

برای توصیف داده‌ها از شاخص‌های آماری میانگین و انحراف معیار، در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون استفاده شد. به منظور بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و به منظور بررسی تجانس واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده گردید. همچنین به منظور مقایسه میانگین نمرات دو گروه آزمایش و کنترل و اثر نمرات پیش‌آزمون و سایر متغیرهای مداخله‌گر بر پس‌آزمون، از تحلیل کوواریانس استفاده شد. نرم افزار مورد استفاده Spss21 بود.

یافته‌ها

در ادامه به بررسی شاخص‌های توصیفی در متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش پرداخته شده است.

^۱. Psychological Capital Questionnaire

^۲. Time Perspective Inventory

جدول ۱. پروتکل آموزشی و راهنمای مثبت نگر سلیمین (۲۰۰۲)

جلسه	اهداف و محتوا
هفته اول:	استفاده کردن از توانایی ها: پرسشنامه توانایی ها VIA را اجرا کنید تا ۵ توانایی برتر خود را ارزیابی کنید و راه هایی بیابید تا از آن توانایی ها در زندگی روزمره تان بیشتر استفاده کنید.
هفته دوم:	سه چیز خوب: هر روز سه چیز خوب را که اتفاق می افتد بنویسید و این موضوع را که چرا اتفاق افتادند را بنویسید.
هفته سوم:	خلاصه زندگی: تصور کنید که بعد از یک زندگی رضایت بخش و مثمر ثمر مرده دارید. در آگهی تحریم تان می خواهید چه چیزی بگویید. در ۱ یا ۲ صفحه آنچه دوست دارید بیشتر در مورد شما به یاد آورده شود را بنویسید.
هفته چهارم:	ملاقات قدردانی: فردی را بیابید که خیلی قدردان او هستند، اما هرگز به خوبی از او سپاسگزاری نکرده اید. برای او یک نامه بنویسید که قدردانی شما را توصیف می کند و آن نامه را با تلفن یا به صورت رودرو برای آن فرد بخوانید.
هفته پنجم:	پاسخ دادن فعال یا سازنده: یک پاسخ فعال یا سازنده پاسخی است که در آن شما در برابر اخبار خوب از جانب فردی دیگر به صورت مثبت و مشتاقانه که قابل رویت است واکنش نشان می دهید. حداقل روزی یکبار به فردی که می شناسید به صورت فعال و سازنده پاسخ دهید.
هفته ششم:	حس ذائقه: یکبار در روز زمانی را اختصاص دهید تا از چیزی که معمولاً در طی انجام آن عجله می کنید لذت ببرید (برای مثال: خوردن گوشت، یک دوش گرفتن، قدم زدن). وقتی آن کار در حال انجام است، بنویسید چه کاری کردید، چگونه آن را به نحو متفاوتی انجام دادید، و در مقایسه با وقتی که به طور سرسری از روی آن عبور می کردید، این کار چه احساسی به شما می دهد.

جدول ۲. توصیف متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه های مورد مطالعه

متغیر	گروه	مرحله	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
چشم انداز زمان	کنترل	پیش آزمون	۱۵	۲/۳۷	۰/۱۷	۰/۴۲۲	-۱/۱۹۶
		پس آزمون	۱۵	۲/۳۷	۰/۱۰	۰/۲۷۵	-۱/۱۴۰
	آزمایش	پیش آزمون	۱۵	۲/۳۳	۰/۱۸	-۰/۰۶۸	-۱/۵۹۸
		پس آزمون	۱۵	۲/۹۴	۰/۱۱	۰/۹۰۴	-۰/۹۴۲
سرمایه روانشناختی	کنترل	پیش آزمون	۱۵	۲/۴۲	۰/۳۱	۱/۱۸۴	-۰/۴۷۸
		پس آزمون	۱۵	۲/۴۲	۰/۳۱	۰/۰۳۷	-۱/۴۳۴
	آزمایش	پیش آزمون	۱۵	۲/۳۶	۰/۳۲	۰/۳۳۷	-۱/۷۱۹
		پس آزمون	۱۵	۳/۰۹	۰/۲۶	۰/۴۲۲	-۱/۱۹۶

همان طور که ملاحظه می شود مقدار متغیرهای چشم انداز زمان و سرمایه روانشناختی در مرحله پیش آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش تفاوت معنی داری وجود ندارد. اما مقدار متغیر سرمایه های روانشناختی در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش محسوسی یافته است و متغیر چشم انداز زمان در مرحله پس آزمون در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل افزایش یافت. یکی از پیش شرط های استفاده از آزمون کوواریانس، نرمال بودن توزیع آماری متغیرهای تحقیق می باشد. به این منظور با استفاده از آزمون کالموگروف اسمیرنوف، نرمال بودن متغیرها را مورد سنجش قرار گرفت. نتایج نشان داد که مقدار احتمال در هیچ کدام از متغیرها معنی دار نشده است (مقدار احتمال بزرگتر از سطح خطای ۰/۰۵ می باشد) که نشان دهنده نرمال بودن متغیرهای تحقیق می باشد که یکی از پیش شرط های استفاده از آزمون آنالیز کوواریانس می باشد.

برای بررسی همگنی واریانس گروه ها از آزمون لوین استفاده شد. با توجه به اینکه در آزمون لوین، مقدار احتمال از سطح ۰/۰۵ بیشتر برآورد شد، این نتیجه حاصل می گردد که فرض برابری واریانس های دو گروه تأیید می شود که یکی دیگر از پیش شرط های آزمون آنالیز کوواریانس می باشد. برای بررسی همگنی شیب خط رگرسیون با توجه به اینکه مقدار احتمال از ۰/۰۵ بیشتر برآورد شد، می توان نتیجه گرفت که فرضیه صفر مورد قبول و فرضیه مقابل رد می شود و پیش فرض همگونی شیب خط رگرسیون رعایت شده است. همچنین نتیجه بررسی فرض خطی بودن همبستگی متغیر همپراش و متغیر مستقل نشان داد که مقدار احتمال از سطح ۰/۰۵ کمتر می باشد و در واقع مقدار f متغیر همپراش معنی دار می باشد و این نتیجه حاصل می گردد که پیش فرض خطی بودن همبستگی متغیر همپراش و متغیر مستقل برقرار می باشد.

جدول ۳: تحلیل کوواریانس یکطرفه سرمایه‌های روانشناختی

متغیر	منابع تغییرات	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	فیشر	Sig	شدت اثر
سرمایه‌های روانشناختی	مدل تصحیح شده	۰/۹۷۶	۲	۰/۴۸۶	۲۷/۱۱۱	۰/۰۰۰	-
	عرض از مبدا	۰/۲۷۴	۱	۰/۲۷۴	۱۵/۵۳۶	۰/۰۰۱	-
	پیش آزمون سرمایه‌های روانشناختی	۰/۰۶۲	۱	۰/۰۶۲	۷/۳۸۶	۰/۰۰۹	-
	گروه (متغیر مستقل)	۰/۷۰۱	۱	۰/۷۰۱	۳۹/۱۴۹	۰/۰۰۰	۰/۶۳۳
	خطا	۰/۷۸۱	۲۷	۰/۰۱۷	-	-	-
	مجموع	۱۵۳/۱۰۲	۳۰	-	-	-	-
چشم‌انداز زمان	کل تصحیح شده	۱/۴۷۸	۲۹	-	-	-	-
	مدل تصحیح شده	۰/۷۸۹	۲	۰/۳۷۷	۶/۰۵۲	۰/۰۰۶	-
	عرض از مبدا	۱/۲۸۴	۱	۱/۲۸۴	۱۹/۴۲۸	۰/۰۰۰	-
	پیش آزمون چشم‌انداز زمان	۰/۱۱۸	۱	۰/۱۱۸	۳/۶۱۷	۰/۰۴۲	-
	گروه (متغیر مستقل)	۰/۷۲۱	۱	۰/۷۲۱	۱۱/۶۳۴	۰/۰۰۲	۰/۵۱۰
	خطا	۱/۶۳۱	۲۷	۰/۰۶۶	-	-	-
	مجموع	۱۸۹/۱۷۲	۳۰	-	-	-	-
	کل تصحیح شده	۲/۴۹۸	۲۹	-	-	-	-

با توجه به میزان $F=39/14$ و با توجه به اینکه مقدار احتمال از سطح $0/05$ کمتر می‌باشد با $0/95$ اطمینان فرضیه تحقیق تأیید می‌گردد و این نتیجه حاصل می‌گردد که آموزش روانشناسی مثبت‌نگر بر سرمایه‌های روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص تأثیر دارد. در واقع آموزش روانشناسی مثبت‌نگر موجب بهبود سرمایه‌های روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص می‌گردد.

با توجه به میزان $F=11/634$ و با توجه به اینکه مقدار احتمال از سطح $0/05$ کمتر می‌باشد با $0/95$ اطمینان فرضیه تحقیق تأیید می‌گردد و این نتیجه حاصل می‌گردد که آموزش روانشناسی مثبت‌نگر بر چشم‌انداز زمان مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص تأثیر دارد. در واقع آموزش روانشناسی مثبت‌نگر موجب بهبود چشم‌انداز زمان مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص می‌گردد.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام این پژوهش بررسی تعیین اثربخشی روانشناسی مثبت‌نگر بر چشم‌انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص بود. نتایج پژوهش نشان داد روانشناسی مثبت‌نگر بر چشم‌انداز زمان و سرمایه روانشناختی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص تأثیر دارد، این یافته‌ها با نتایج پژوهش شریفی علون‌آبادی و همکاران (۱۴۰۱)، شفیع

و همکاران (۱۳۹۹)، صدری و همکاران (۱۴۰۰)، احمدی و همکاران (۱۴۰۱)، اویدی و همکاران (۲۰۱۹)، چاخی و همکاران (۲۰۱۸)، المی و همکاران (۲۰۱۹)، لو و همکاران (۲۰۱۶) همسو می‌باشد. در تبیین نتایج می‌توان اذعان داشت که مثبت‌نگری یعنی توجه به امور مثبت در زندگی و نپرداختن به جنبه‌های منفی در زندگی. مثبت‌نگری صرفاً در داشتن افکاری خاص خلاصه نمی‌شود، بلکه نوعی رویکرد و جهت‌گیری کلی درباره زندگی است. با آموزش روانشناسی مثبت‌نگر مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص مثبت‌اندیشیدن درباره‌ی کودکان و حسن ظن داشتن به آن‌ها و با دیگران به صورت مثبت برخورد کردن را می‌آموزند. مثبت‌نگری به معنای برخورداری از تعادل درونی مناسب و حفظ آرامش و خونسردی در مواجهه با مشکلات برای اینکه فرد بتواند انگیزه‌ی شخصی خود را حفظ کند، به اقدام مناسب پردازد و از عملی که انجام می‌دهد احساس خوبی داشته باشند. در تبیین نتایج می‌توان اذعان داشت مثبت‌نگری و تفکرات مثبت باعث کاهش میزان افسردگی، استرس می‌شود این امر موجب افزایش سرمایه‌های روانشناختی در مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص می‌گردد از این رو در مداخلات در نظر گرفته شده برای این مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص بر مداخلات پزشکی، مداخلات روانشناختی خصوصاً مباحث روانشناسی مثبت‌گرا شامل آموزش راهکارهای مبارزه با افکار منفی و تصویرسازی ذهنی مثبت جهت افزایش قدرت سازگاری با

روانشناختی زیادی تحمل می کنند. مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص در پی خشنودی بیشتر، لذت بیشتر و رضایتمندی بیشترند تا صرف کمتر کردن غم و نگرانی آنان به دنبال ساخت نقاط قوتند نه اصلاح نقاط ضعفشان، آن ها به دنبال زندگی معنادار و دارای قصد و هدفمندند. بدیهی است که این شرایط به سادگی و با رفع درد و ناراحتی حاصل نمی شوند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: مجوزهای لازم جهت انجام پژوهش از سوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن تأیید و صادر شده است. پژوهش حاضر با رعایت موازین اخلاقی شامل کسب رضایت آگاهانه آزمودنی، اخذ رضایت کتبی از مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص، محرمانه بودن اطلاعات و ورود و خروج داوطلبانه شرکت کنندگان از پژوهش اجرا شد.

حامی مالی: این پژوهش بدون حمایت مالی می باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: نویسنده اول و به راهنمایی نویسنده دوم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می دارند که در نتایج این پژوهش هیچ گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: پژوهشگران بر خود وظیفه می دانند از تمامی مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص و اساتید و متخصصان امر شرکت کننده در این پژوهش که همکاری لازم را برای اجرای پژوهش داشتند، صمیمانه تشکر و سپاس گزاری نمایند.

شرایط و موقعیت ها و رویارویی با عوامل استرس زای ناشی از آن ضروری به نظر می رسد. بدیهی است که رفع محدودیت های پژوهش زیربنای پژوهش های بعدی قرار می گیرد و این امر موجب شکوفایی در امر علم و پژوهش خواهد بود پژوهش حاضر نیز از این محدودیت ها مستثنی نبوده است و از آن جمله ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه و عدم استفاده از سایر روش ها برای جمع آوری اطلاعات همچون مشاهده و مصاحبه و همچنین تحقیق حاضر از نظر مکانی صرفاً محدود به بخش خاصی از ایران می باشد و مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص شهر تهران نمی تواند نماینده کاملی در کل کشور باشد. از دیگر محدودیت ها عدم تمایل برخی از آزمودنی ها به پاسخگویی سؤالات مربوطه و اینکه پاسخ دهنده در پرسشنامه با خطای ادراکی مواجه می شود و با درک خاص خود به سؤالات پاسخ می دهد و از سوی دیگر ناگزیر است در چارچوب سؤالات پرسشنامه نظر خود را تبیین کند. ممکن است پاسخ دهنده با خطای سهل گیری، متوسط گیری و یا سخت گیری به سؤالات پاسخ دهد. در نهایت با توجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می شود روانشناسی مثبت که مبتنی بر اصول و مفروضه هایی است به نوعی در تقابل با اصول و مفروضه های روانشناسی معمولی و به ویژه روانشناسی بالینی قرار گیرد همینطور پیشنهاد می شود آموزش مثبت نگر را در مراکز مختص کودکان با اختلال یادگیری خاص جدی گرفته شود، زیرا مادران کودکان با اختلال یادگیری خاص فشارهای

منابع

احمدی، سها؛ شب خیز، زهرا؛ ولی پور، ریحانه. (۱۴۰۱). دین و روانشناسی مثبت گرا، شادکامی و خوش بینی، مطالعات راهبردی علوم انسانی و اسلامی، ۴۹.

<https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/2046824>

شریفی علون آبادی، محسن؛ آقایی، اصغر؛ عارفی، مژگان. (۱۴۰۱). مقایسه اثربخشی آموزش گروهی سرزندگی تحصیلی، مثبت نگر و چشم انداز زمان بر اضطراب تحصیلی و فرسودگی تحصیلی دانش آموزان پسر پایه نهم، راهبردهای شناختی در یادگیری، ۱۹، ۱۷۱-۱۸۹.

<https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1984320>

شفیعی، صابر. (۱۳۹۹). بررسی سرمایه روانشناختی در دانش آموزان ابتدایی، پژوهش و مطالعات اسلامی، ۲(۱۴)، ۴۶-۵۴.

[https://joisas.ir/fa/showarticle-c8644b9377d9ef71e157755b4c104294](https://joisas.ir/fa/showarticle/c8644b9377d9ef71e157755b4c104294)

صدری، محمدرضا؛ آقایی، اصغر؛ گیلیام، لورا. (۱۴۰۰). مقایسه اثربخشی آموزش معنامحور تحصیلی و آموزش روانشناسی مثبت نگر بر خوش بینی تحصیلی و معنای تحصیلی، پژوهش نامه روانشناسی مثبت، ۳(۲۷)، ۳۱-۵۰.

<https://doi.org/10.22108/ppls.2021.129078.2133>

نجات ثابت، زین العابدین و محمدی، ارسلان. (۱۳۹۸). رابطه سرمایه روانشناختی و رفتار شهروندی سازمانی در وزارت ورزش و جوانان، مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱۸(۴۳)، ۲۸۹-۳۰۲.

https://fasname.msy.gov.ir/article_308.html

نصیری تاکامی، غلامرضا؛ طالع پسند، سیاوش. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی روان درمانی مثبت نگر و درمان شناختی رفتاری گروهی بر سرمایه های روانشناختی نوجوانان با علائم افسردگی، پژوهش نامه روانشناسی مثبت، ۶(۲)، ۷۹-۹۸.

<https://doi.org/10.22108/ppls.2021.117838.1768>

نیکنام، ماندانا. (۱۳۹۸). اثربخشی مداخله مبتنی بر روانشناسی مثبت نگر بر سرسختی روانشناختی و استرس ادراک شده زنان دارای همسر معتاد، پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۴(۵۴)، ۲۳۱-۲۵۱.

<https://dori.net/dor/20.1001.1.27173852.1398.14.54.11.6>

References

Awidi, I. T., & Paynter, M. (2019). The impact of a flipped classroom approach on student learning experience. *Computers & Education*, 128, 269-283. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2018.09.013>

Azimi, D., Gadimi, S., Khazan, K. and Dargahi, S. (2017). The Role of Psychological Capitals and academic motivation in academic vitality and decisional procrastination in nursing students. *Journal of Educational Development*, 12(3), 143-153, [in Persian]. <https://www.sid.ir/paper/208161/fa>

Chakhssi, F., Kraiss, J. T., Sommers-Spijkerman, M., & Bohlmeijer, E. T. (2018). The effect of positive psychology interventions on well-being and distress in clinical samples with psychiatric or somatic disorders: a systematic review and meta-analysis. *BMC psychiatry*, 18(1), 211. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1739-2>

Ebrahimi Bakht, H., Yarahmadi, H., Asadzadeh, H., & Ahmadian, H. (2019). The effectiveness of academic vitality curriculum on students' academic performance, academic motivation and academic vitality. *Teaching Research*, 6(2), 163-182. <https://doi.org/10.30486/jrsp.2022.1948690.3301>

Elmimanesh, N., & fazelipour, M. (1970). The Effectiveness of the Positive Thinking Intervention on Academic Buoyancy of PNU Students. *Research in School and Virtual Learning*, 6(3), 29-36. <https://doi:10.30473/etl.2019.5404>

Eslami, M., Dortaj, F., Sadipour, E., & Delavar, A. (2016). The causal modeling of academic engagement based on personal and social resources among undergraduate students at Amir Kabir University in Tehran. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 7(28), 133-161. <https://doi:10.22054/qccpc.2017.7096>

Golestaneh, S. M., & Behzadi, A. (2019). Effectiveness of Positive Psychology Intervention training on increasing well-being, academic buoyancy and academic achievement in female students. *Quarterly of Applied Psychology*, 13(2), 187-208. <https://doi:10.29252/apsy.13.2.187>

Lu, Y. Y., Chen, H. T., Hong, Z. R., & Yore, L. D. (2016). Students' awareness of science teachers' leadership, attitudes toward science, and positive thinking. *International Journal of Science Education*, 38(13), 2174-2196. <https://doi:10.1080/09500693.2016.1230792>

Pourabdol, S., Sobhi -Gharamaleki, N., & Abbasi, M. (2015). A comparison of academic procrastination and academic vitality in students with and without specific learning disorder. *Journal of Learning Disabilities*, 4(3), 22-38. https://jld.uma.ac.ir/article_276.html?lang=en