Psychological Achievements

(Psychol Achiev), 2025
32(*Special Issue*), 193-214
Received: 10 Nov 2024
Accepted: 17 Mar 2025
Doi: 10.22055/psy.2024.46328.3231

ISSN (E): 2588-6649
https://psychac.scu.ac.ir/

Open Access
Publish Free

Research Article

The Effect of the Kozloff Educational Program on the Emotional Burnout and Rumination in Mothers of Children with Autism

Shabnam Roshanaie[1], Heman Mahmoudfakhe[2]

1. M.Sc, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Urmia, Iran.
2. Assistant Professor, Department of Psychology, Payam Noor University, Tehran, Iran.

Article Info

Corresponding Author:
Heman Mahmoudfakhe

Email:
hemanmahmoudfakhe@pnu.ac.ir

Keywords:
Kozloff educational program, emotional burnout, rumination, autism

Citation:
Roshanaie, Sh., Mahmoudfakhe, H. (2025). The Effect of the Kozloff Educational Program on the Emotional Burnout and Rumination in Mothers of Children with Autism, *Psychological Achievements, 32*(Special Issue), 193-214.

Abstract

Background: Typically, after marriage, couples prepare for a series of changes that occur due to the birth of a new child in their lives. Sometimes the child they are expecting has a disability and these changes are much more extensive than usual and it is very difficult for the parents to face and accept this issue.

Objectives This study aimed to explore the effect of the Kozloff educational program on the of emotional burnout and rumination in mothers of children with autism.

Methods: This research was a quasi-experimental study with a pre-test-post-test control group design. The statistical population consisted of mothers who had a child with autism and lived in Urmia City in 2023. The number of these mothers was 100. From among these people, a number of 30 people were selected through convenience sampling and were assigned in two experimental and control groups via simple random assignment (15 people in each group). Maslach Burnout Inventory (1981) and Nolen Hoeksema and Morrow's rumination response Scale (1991) were employed to collect information. The people of the experimental group were also trained in the Kozloff parenting program during 12 sessions of 90 minutes.. The data obtained from this research were analyzed using SPSS-26 software and multivariate covariance analysis.

Results: The findings indicated a statistically significant difference between the experimental and control groups following the intervention. In other words, the results of the analysis of covariance revealed that the Kozlov parent training program mitigated emotional burnout ($P<0.005$) and rumination of mothers with children with autism, ($P<0.005$) were significantly effective.

Conclusion:. This program reduces the psychological burden associated with caregiving by increasing mothers' knowledge about autism, improving parent-child interaction skills, and providing practical behavioral and educational strategies. Thus, training of the Kozloff parents' program can be applied to reduce emotional burnout and rumination of mothers with autistic children.

© 2025 The Author(s). Published by Shahid Chamran University of Ahvaz. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Extended Abstract

Introduction

Normally, after marriage, couples prepare for a series of changes that occur in their lives owing to the birth of a new child. If the child they are expecting has a disability, these changes are far more extensive than usual, and it is very difficult for parents to face this issue and accept it. Autism is one of the important childhood disorders, which is a subset of autism spectrum disorders and is one of the neurodevelopmental disorders that persists throughout life. Typically, the mother is the first person who communicates with the child, and therefore mothers are given priority attention. Autistic children also need constant maintenance and require special conditions that should be provided by parents. In general, it can be stated that one of the influential factors in disorders such as autism in children and its treatment process is the mother's psychological characteristics, which has always been the focus of researchers. According to the mentioned materials, the mental health of mothers who have children with autism is very important and if their problems are not resolved, they are likely to expereince serious disorders.Thus, the aim of this study was to examine the effect of the Kozloff educational program on the of emotional burnout and rumination in mothers of children with autism.

Method

This research was a quasi-experimental study with a pre-test-post-test control group design, while based on the purpose, it is considered one of the applied studies. The statistical population consisted of mothers who had a child with autism and lived in Urmia City in 2023. The number of these mothers was 100. From among these people, a number of 30 people were selected as convenience sampling and were assigned in two experimental and control groups via simple random assignment (15 people in each group). After selecting the subjects according to the description of the sampling section and obtaining their consent, they were randomly grouped. Those in the control group did not receive any intervention. The people of the experimental group were also trained in the Kozloff parenting program along 12 sessions of 90 minutes. This program was designed by Campbell and Kozloff in 2007 and was translated into Farsi by Khodabakhshi Koolaee in 2016. After completing the training sessions, both groups were re-evaluated (post-test). Maslach Burnout Inventory (1981) and Nolen Hoeksema and Morrow's rumination response Scale (1991) were employed to collect information. In this research, the ethical points of the Declaration of Helsinki have been followed, which are: Explaining the goals for the research participants and obtaining informed written consent from them to take part in the research, giving the research sample the right to choose to enter and exit the research at any time, confidentiality of information, honesty in the selection of research units collecting as well as analyzing data. The data obtained from this research were analyzed using SPSS-26 software at two levels of descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics (multivariate covariance analysis).

Results

The results indicated that there is a significant difference between the average scores of the two control and experimental groups in the variables of rumination and emotional exhaustion after the implementation of the training of the Kozloff parents' program for mothers with children with autism. Prior to running the analysis of covariance test, its presuppositions were checked. The investigation of normality, homogeneity of variances, and the assumption of homogeneity of regression slopes was also undertaken. According to the results of the mentioned cases, the implementation of covariance analysis was unimpeded .The results of the analysis of covariance demonstrated that the Kozlov parent training program reduced emotional burnout ($F=175.419$ and $P<0.005$) and subscales of rumination, including Reflection ($F=174.109$ and $P<0.005$), Brooding ($F=2.276$ and $P<0.005$) as well as depression-related rumination ($F=82.693$ and $P=0.005$) were significantly effective.

Discussion

Based on the findings of this research considering the effectiveness of training of the Kozloff parents' program on reducing emotional burnout and rumination of mothers with autistic children, training of the Kozloff parents' program can be employed to mitigate emotional burnout and rumination of mothers with autistic children.

Author Contributions: Author 1 was responsible for research plan design, data collection and analysis. Author 2 (Corresponding Author) was responsible for leading the overall research process and all authors discussed the results, reviewed and approved the final version of the manuscript.

Acknowledgments: The current research was not possible without the cooperation of the participants; We hereby acknowledge and thank all the participants.

Conflicts of interest: The authors declare there is no conflict of interest in this article.

Funding: This research is not sponsored by any institution and all costs have been borne by the authors.

دست‌آوردهای روان‌شناختی
دانشگاه شهید چمران اهواز، ویژه‌نامه ۱٤۰٤
دوره‌ی چهارم، سال ۳۲، ص‌ص: ۲۱٤-۱۹۳
تاریخ دریافت مقاله: ۱٤۰۳/۰۸/۲۰
تاریخ پذیرش مقاله: ۱٤۰۳/۱۲/۲۷
Doi: 10.22055/psy.2024.46328.3231

ISSN (E): 2588-6649
https://psychac.scu.ac.ir/
Open Access
Publish Free
مقاله پژوهشی

تأثیر برنامه‌ی آموزشی کازلوف بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران کودک مبتلا به اوتیسم

شبنم روشنایی[۱]، هیمن محمودفخه[۲]

۱. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه، ایران.
۲. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

اطلاعات مقاله

نویسنده مسئول:
هیمن محمودفخه

ایمیل:
hemanmahmoudfakhe@pnu.ac.ir

کلید واژگان:
برنامه آموزش والدین کازلوف، فرسودگی هیجانی، نشخوار فکری، اوتیسم.

استناد به این مقاله:
روشنایی، ش.، و محمودفخه، ه. (۱٤۰٤). تأثیر برنامه‌ی آموزشی کازلوف بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران کودک مبتلا به اوتیسم، دست آوردهای روان‌شناختی، (ویژه نامه)۳۲، ص‌ص: ۱۹۳-۲۱٤.

چکیده

به‌طور معمول، بعد از ازدواج، زوجین برای یک سری تغییرات آماده می‌شوند که به دلیل تولد فرزندی جدید در زندگی شان رخ می‌دهد. گاها کودکی که آنها در انتظار تولدش هستند، دارای ناتوانی می‌باشد و این تغییرات بسیار گسترده‌تر از حد معمول هستند و مواجهه شدن والدین با این موضوع و پذیرش آن بسیار برای آنها دشوار است. هدف از پژوهش حاضر، تأثیر برنامه‌ی آموزشی کازلوف بر مؤلفه‌های فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران کودک مبتلا به اوتیسم بود. طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی همراه با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری تحقیق حاضر عبارت بود از کلیه مادران دارای کودک مبتلابه اوتیسم شهر ارومیه در سال ۱٤۰۲ که تعداد آنها ۱۰۰ نفر بود. از میان این افراد، ۳۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت گمارش تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایش(۱۵ نفر گروه آزمایش و ۱۵ نفر گروه کنترل) گمارده شدند. برنامه کوزلوف که توسط کمبل و کوزلوف تهیه شده و توسط خدابخشی کولایی به فارسی ترجمه شده است، بر بهبود تعاملات والدین و فرزند و آموزش راهبردهای عملی به والدین برای درک و مدیریت رفتارها و نیازهای رشدی فرزندانشان تمرکز دارد. جهت گردآوری اطلاعات از مقیاس فرسودگی هیجانی Maslach and Jackson و پرسشنامه نشخوار فکری Nolen-Hoeksema and Morrow استفاده شد. گروه آزمایش در طی ۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای آموزش برنامه‌ی والدین کازلوف کمپل و Kozloff را دریافت نمودند. تحلیل داده‌ها با روش کوواریانس چندمتغیره و با استفاده از نرم افزار SPSS-26 انجام شد. یافته‌ها نشان داد که پس از مداخله، تفاوت آماری معنی‌داری بین گروه‌های آزمایش و کنترل وجود دارد. بعبارتی، طبق یافته‌ها آموزش برنامه‌ی والدین کازلوف بر فرسودگی هیجانی مادران دارای کودک مبتلابه اوتیسم تأثیر گذار بود($P<۰/۰۵$). همچنین طبق نتایج، این روش آموزشی بر نشخوار فکری مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم نیز تأثیر گذار بود($P<۰/۰۵$). این برنامه با افزایش دانش مادران در مورد اوتیسم، بهبود مهارت‌های تعاملی والدین و کودک و ارائه راهبردهای رفتاری و آموزشی عملی، بار روانی مرتبط با مراقبت را کاهش می‌دهد. بنابراین، می‌توان آموزش برنامه‌ی والدین کازلوف را جهت کاهش فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران دارای کودک مبتلابه اوتیسم مورد استفاده قرار داد.

© 2025 The Author(s). Published by Shahid Chamran University of Ahvaz. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

مقدمه

به‌طور معمول، بعد از ازدواج، زوجین برای یک سری تغییرات آماده می‌شوند که به دلیل تولد فرزندی جدید در زندگی‌شان رخ می‌دهد. اگر کودکی که آنها در انتظار تولدش هستند، دارای ناتوانی باشد، این تغییرات بسیار بیشتر و گسترده‌تر از حد معمول هستند (Abdolhoseini et al., 2023) و مواجهه شدن والدین با این موضوع و پذیرش آن بسیار برای آنها دشوار است (Mohebi et al., 2023). اوتیسم ازجمله اختلالات مهم دوران کودکی به شمار می‌آید که زیر مجموعه‌ی اختلالات طیف اوتیسم است (Rahimi et al., 2020) و جزو اختلالات عصبی رشدی است که در تمام طول عمر ادامه می‌یابد (Masnavi et al., 2025Papadopoulos, 2021;). علاوه بر این که اختلال اوتیسم به صورت مادام العمر افراد مبتلا را درگیر می‌کند، فراگیر و چند وجهی نیز می‌باشد. معمولاً این اختلال با نقص‌هایی در تعاملات اجتماعی و ارتباطات، وجود الگوهای تکراری و محدودی از رفتار، فعالیت‌ها و یا علایق همراه است (Rahimi et al., 2020). در ایالات متحده‌ی آمریکا پژوهش‌های زیاد و مهمی در این باره شکل گرفته و میزان شیوع آن ۱ در ٦٨ برآورد شده است و به‌طور کلی میزان شیوع این اختلال در پسران بیشتر از دختران است. بعبارتی دیگر به صورت ۳ به ۱ می‌باشد (Baio et al. 2018; Loomes et al., 2017). فرد مبتلا به این اختلال در توانایی‌های اجتماعی، زبانی، هیجانی، شناختی، حرکتی و حسی با تاخیرها یا مشکلاتی مواجهه هستند. در سال‌های اولیه‌ی رشد، این نقص‌ها و مشکلات در فرد ظاهر می‌شوند و علاوه بر فرد مبتلا، خانواده، معلمان، مراقبین و جامعه را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهند (Asqari et al., 2018). معمولاً، مادر اولین فردی است که با کودک ارتباط برقرار می‌کند و بنابراین مادران در اولویت توجه قرار می‌گیرند. کودکان مبتلا به اوتیسم نیز نیازمند نگهداری دائمی و شرایط خاصی هستند که باید والدین برایشان فراهم کنند (Javadian et al., 2022). همچنین مادران این کودکان، بیشتر از سایر نزدیکان شاهد مشکلات این کودکان در ارتباط با زبان، ارتباطات، رفتار قالبی، قشقرق، عدم توانایی حفاظت از خود هستند و بیشتر با آنها مواجهه می‌شوند. همین عوامل موجب می‌شوند که کارکردهای طبیعی و روانشناختی مادران مختل شود (Ghanavaty et al., 2021). بطور کلی، می‌توان گفت که یکی از عوامل تأثیر گذار در اختلال‌هایی مانند اوتیسم در کودکان و روند درمانی آن، ویژگی‌های روانشناختی مادر است و همواره این امر مورد توجه محققان نیز بوده است (Ghasemi & Safarzadeh, 2023). در این میان، طبق پژوهش‌ها، مشکلات هیجانی و نشخوار فکری از مواردی هستند که این مادران را تهدید کرده و مشکلات آنها را دشوارتر می‌سازد (Amini & Shariatmadar, 2018; Kazemi et al., 2020).

نشخوار فکری یک استراتژی تنظیم هیجان است که به طور گسترده با بازتاب تکراری افکار منفی، احساسات، رویدادهای گذشته، همچنین علل و پیامدهای آن رویدادها و احساسات مشخص می‌شود که می‌تواند منجر به آسیب‌پذیری هیجانی شود (Szabo et al., 2022). همچنین باعث تفسیرهای منفی از رویدادها، افکار و احساسات می‌شود، توجه افراد را از اهداف مهم منحرف کرده (Isvand et al., 2024) و باعث می‌شوند که فرد در زمینه‌ی مشکل خود نتواند به صورتی

سازگارانه به حل مسئله بپردازد و عواطف منفی را افزایش می‌دهد. به طور کلی نشخوار فکری، افکاری را در بر می‌گیرد که دائماً و به صورتی تمام نشدنی مرور می‌شوند، باعث ناامیدی فرد نسبت به آینده شده و منجر به این می‌گردند که فرد ارزیابی‌های منفی در مورد خود داشته باشد (Lian et al., 2021). نشخوار فکری می‌تواند پیامدهای مهم و آسیب‌زایی از جمله اختلالات اضطرابی، افسردگی، خشم و مشکلات هیجانی را در پی داشته باشد (Kovács et al., 2020). از این رو بسیار حائز اهمیت‌اند.

از طرفی، همانطور که قبلاً نیز اشاره شد، یکی دیگر از مشکلات مطرح برای این مادران، مشکلات هیجانی به ویژه فرسودگی هیجانی است. معمولاً وظیفه‌ی افرادی که عهده‌دار پرستاری از افراد مبتلا به یک بیماری خاص هستند، پر استرس است. اگر این وظیفه به حدی زیاد باشد که افراد به صورت دائمی با تقاضاهای گوناگون روبرو باشند، این احتمال وجود دارد که دچار انواع فرسودگی از جمله فرسودگی هیجانی گردند (Sacadura-Leite et al., 2019). فرسودگی هیجانی حاصل اختلاف بین فشار و منابع موجود است. فرد احساس می‌کند از لحاظ نیروی جسمی و هیجانی تهی شده است و این امر ناشی از بار کاری شدید و تنش مداوم ناشی از کار است. همچنین فرد، دیگر اشتیاقی جهت انجام فعالیت‌ها و مسئولیت‌هایش ندارد (Poku et al., 2020). این موضوع زمانی بیشتر رخ می‌دهد که فرد احساس کند عملکرد و تلاش‌های وی موفقیت‌آمیز نیست و معمولاً در طی سه مرحله فرد دچار آن می‌شود. مراحل عبارتند از: خستگی شناختی (فرد احساس مبهمی از گیجی، خستگی و نارضایتی را تجربه می‌کند؛ فرسودگی جسمی (فرد دچار خشم، سردرد، ترش کردن معده و افسردگی می‌شود)؛ وبن‌بست روانشناختی (فرد تیروی خود را جهت انجام وظایف از دست داده و با اعضای خانواده مرتباً درگیر می‌شود) (Lotfi et al., 2021). فرسودگی هیجانی می‌تواند پیامدهای آسیب‌زایی همچون عدم تمایل جهت ادامه کمک به فرد بیمار، مشکلات روان‌تنی (مانند سردرد، مشکلات گوارشی، سرماخوردگی و اختلال در خواب)، کاهش بهره‌وری و عملکرد را در پی داشته باشد (Shariatnejad & Ghahramani, 2023). بنابر مطالب عنوان شده، سلامت روان مادران کودکان مبتلا به اوتیسم حائز اهمیتی جدی می‌باشد.

Kozloff (1973) موفق شد تا برنامه‌ای را برای آموزش والدین این کودکان تهیه کند. طبق این برنامه‌ی آموزشی، تنها نهاد مؤثر و مفید برای کودک مبتلا به اوتیسم، خانواده است و تنها خانواده می‌تواند خدماتی مهم و ارزشمند را در طولانی مدت به کودک ارائه دهد. بدین ترتیب، نقش خانواده و والدین بسیار مهم و حیاتی است (Khodabakhshi Koolaee et al., 2016). اهداف این برنامه‌ی آموزشی عبارت اند از: ۱- ایجاد صمیمت و پیوند به جهت توانمند سازی والدین، ایجاد خوش‌بینی و کاهش احساس گناه در آنها و ۲- بهبود تعامل بین والدین و کودک که با توجه به الگوی رشد روانی اجتماعی، بر حوزه‌های خاصی متمرکز است (Tabatabaei et al., 2022). این حوزه‌ها شامل علاقه‌مند کردن کودک به توجه و جهت گیری نسبت به محیط، مشارکت در تعامل‌های اجتماعی، هماهنگی بدنی و حرکتی، اعمال و ارتباط متقابل ساده با اشیاء، نحوه فعالیت در دنیای اطراف و سازگاری با ساختار فرهنگی و مشارکت مناسب و فزاینده در سازمان‌های

اجتماعی پیچیده‌تر هستند. به طور کلی، برنامه‌ی آموزش والدین می‌تواند در نحوه آموزش فرزندان و ایجاد انگیزه در آنها برای اجرای برنامه‌های آموزشی که تغییرات قابل توجهی در رفتار کودکان ایجاد می‌کند، مؤثر واقع شود (Kozloff, 2021). نتایج برخی از تحقیقات نیز نشان داده است که برنامه‌ی آموزش والدین می‌تواند سلامت روان والدین را تحت تأثیر قرار دهد. Kozloff (2021)، در پژوهشی تحت عنوان تبادل اجتماعی و تغییر رفتار در خانواده‌های کودکان دارای رفتارهای انحرافی: تربیت والدین به عنوان معلم، نشان داد که این روش بر متغیرهای مذکور تأثیر دارد. همچنین، پژوهش Prata et al. (2018) با عنوان آموزش والدین برای والدین کودکان در طیف اوتیسم: مروری نیز نشان داد افزایش مهارت‌های والدین به کودک فرصت‌های مستمری برای یادگیری در طیفی از موقعیت‌ها و محیط‌های مختلف می‌دهد، و آموزش والدین اکنون جزء مهمی از برنامه‌های مداخله موفق در نظر گرفته می‌شود. پژوهش Houshangi et al. (2016)، نیز با عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین و مدیریت رفتار بر سلامت عمومی مادران کودکان دارای اوتیسم که نشان داد این روش بر نشانه‌های اضطراب، افسردگی و کارکرد اجتماعی این مادران مؤثر بوده است. یافته‌های پژوهش Khodabakhshi Koolaee et al. (2016) نیز با عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین کازلوف بر ابراز هیجان و بار روانی مادران دارای کودک اوتیسم، نشان داد ابراز هیجان مثبت این مادران بعد از دریافت این آموزش افزایش داشته در صورتی که ابراز هیجان منفی آنان کاهش داشته است.

از طرفی دیگر، روش‌های مداخله‌ای متنوعی وجود دارد که در حال حاضر برای کودکان مبتلا به اوتیسم استفاده می‌شود که تفاوت‌هایی در زمینه نظری آن‌ها وجود دارد. بررسی این گزینه‌های مداخله فراتر از محدوده این مقاله است، اما همه کودکان به طور یکسان نمی‌توانند از این مداخلات بطور مشابهی بهره‌مند شوند (Prata et al., 2018). انتخاب برنامه‌های مداخله زودهنگام توسط خانواده‌ها و پزشکان تا حد زیادی به عواملی مانند در دسترس بودن/نزدیکی خدمات یا هزینه مداخلات بستگی دارد تا به اطلاعات علمی در مورد اینکه کدام مداخله بهترین نتیجه را با در نظر گرفتن فرد دارد. متاسفانه در شهر ارومیه به دلیل کمبود مراکز توانبخشی دولتی این کودکان و هزینه‌های بالای مراکز خصوصی، این مشکلات بیشتر نیز اهمیت می‌یابند. در مواجهه با منابع ناکافی و کمبود آنها جهت رفع خواسته‌ها، تعدادی از کودکان و والدین در لیست انتظار قرار می‌گیرند و والدین این فرایندها را با سطح استرس بالا و پریشانی روانی طی می‌کنند. با توجه به مطالب بیان شده، سلامت روان مادرانی که دارای کودک مبتلا به اوتیسم هستند بسیار حائز اهمیت است و اگر مشکلات آنان حل نشود، امکان ابتلا به اختلال‌های جدی در آنها افزایش می‌یابد. معمولاً عدم آگاهی این مادران در خصوص نحوه‌ی ارائه‌ی آموزش مؤثر به کودکانشان باعث فرسودگی هیجانی شده و آنها مدام در این فکر هستند که چگونه مشکلات کودک خود را حل کنند و چون راهکارهایشان درست نیست، مدام با شکست مواجه شده و این امر منجر به افزایش ناامیدی در آنان می‌شود. از این رو، پژوهش کنونی این فرض را بیان مطرح می‌سازد که برنامه آموزش والدین بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم تأثیر دارد.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

این پژوهش از نوع تحقیقات نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل می‌باشد و براساس هدف جزو مطالعات کاربردی بشمار می‌آید. جامعه آماری، شامل مادرانی بود که فرزند مبتلا به اوتیسم داشتند و در سال ۱۴۰۲ در شهر ارومیه زندگی می‌کردند. تعداد این مادران ۱۰۰ نفر بود. از میان این افراد، تعداد ۳۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت گمارش تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند (هر گروه ۱۵ نفر). لازم به ذکر است که شرایط اخلاقی لازم در این پژوهش بعمل آمد (IR.IAU.URMIA.REC.1402.044) و شرکت‌کنندگان اطمینان خاطر یافتند که نتایج به صورت محرمانه باقی خواهد ماند. پس از انتخاب آزمودنی‌ها طبق توضیحات قسمت نمونه‌گیری و کسب رضایت از آنها به صورت تصادفی گروه‌بندی شدند. افراد گروه کنترل هیچگونه مداخله‌ای دریافت نکردند. افراد گروه آزمایش نیز تحت آموزش برنامه والدین کازلوف در طی ۱۲ جلسه‌ی ۹۰ دقیقه‌ایی قرار گرفتند که خلاصه‌ایی از جلسات در جدول ۱ آورده شده است. پس از اتمام جلسات آموزش، هر دو گروه مورد ارزیابی مجدد (پس آزمون) قرار گرفتند. ملاک‌های ورود عبارت‌اند از: ۱- اعلام رضایت فرد جهت شرکت در این پژوهش و ۲- عدم شرکت در جلسات سایر رواندرمانی‌ها و عدم دریافت دارو درمانی. ملاک‌های خروج نیز عبارتند از: ۱- غیبت بیش از دو جلسه از جلسات آموزشی و ۲- عدم انجام تمرین‌های تعیین شده به صورت منظم.

ابزارهای گردآوری داده‌ها

پرسشنامه فرسودگی هیجانی: پرسشنامه فرسودگی شغلی توسط Maslach and Jackson در سال ۱۹۸۱ ساخته شد. این پرسشنامه دارای ۲۲ گویه است. دارای سه خرده مقیاس است که عبارتند از: فرسودگی هیجانی (۹ سؤال)، مسخ شخصیت (۵ سؤال) و احساس عدم موفقیت فردی (۸ سؤال). این مقیاس از طریق لیکرت ٦ درجه‌ای (هرگز=۱ تا همیشه=٦) پاسخ داده می‌شود. لازم به ذکر است که در این پژوهش فقط از زیر مقیاس فرسودگی هیجانی استفاده گردید. نمره بالاتر نشان دهنده‌ی فرسودگی هیجانی است (Golparvar et al., 2010). Maslach et al. (2001) ضریب آلفای کرونباخ این خرده مقیاس را ۰/۹۰ گزارش داده و روایی آن را نیز قابل قبول دانستند. (Arshadi and Shahbazi (2013 نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ پایایی این مؤلفه را ۰/۸٦ و ضریب روایی سازه را ۰/۷۳ اعلام کردند. ضریب اعتبار آن در پژوهش Sepahvand et al. (2021) ۰/۸۵ گزارش شد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پایایی این مقیاس برابر بود با ۰/۷۹ (Golparvar et al., 2010) پایایی و روایی این مقیاس را به‌وسیله ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون دارای توان پیش‌بینی معنی‌دار (P<0.01 یا P<0.0) به دست آوردند.

پرسشنامه نشخوار فکری (RRS[1]): این پرسشنامه به عنوان یکی از زیرمقیاس‌های پرسشنامه سبک‌های پاسخ دهی

1 - Ruminative Responses Scale

(Nolen-Hoeksema & Marrow, 1991) از ۲۲ سؤال تشکیل شده است. ماده‌های آن طبق یک مقیاس چهار درجه‌ای (تقریباً هرگز=۱ تا تقریباً همیشه=٤) نمره‌گذاری می‌شوند. حداقل نمره‌ی به دست آمده ۲۲ و حداکثر آن ۸۸ است. نمره‌ی بالاتر نشان دهنده‌ی نشخوار فکری است. از سه خرده مقیاس تفکر بی‌حاصل (۵، ۱۰، ۱۳، ۱۵، ۱٦)، تعمق (۷، ۱۱، ۱۲، ۲۰، ۲۱) و نشخوار افسرده وار (۱، ۲، ۳، ٤، ٦، ۸، ۹، ۱٤، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۲) تشکیل شده است. ضریب روایی این مقیاس، ۰/٦۲ گزارش شده است. پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ در دامنه‌ی ۰/۸۸ تا ۰/۹۰ قرار دارد. در ایران Bagherinezhad et al. (2010) آن را به فارسی ترجمه کرده و ضریب آلفای کرونباخ آن را ۰/۸۸ گزارش کرده‌اند. ضریب اعتبار بازآزمایی آن نیز ۰/۷۸ گزارش شده است (Amini & Shariatmadar, 2018). در پژوهش حاضر، پایایی کل به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۸ به دست آمد. همچنین، روایی این مقیاس از طریق همبسته کردن با پرسشنامه باورهای فراشناختی ۰/٦۵ به دست آمد (Sedighi Arfaee et al., 2021).

پروتکل برنامه آموزشی کازلوف: این برنامه توسط Campbell and Kozloff (2007) طراحی گردید و در سال 2016 توسط Khodabakhshi Koolaee به فارسی ترجمه شد و مخصوص والدین کودکان مبتلا به اوتیسم بوده و مراحل جلسات آموزشی درمانی آن با توجه به منابعی که ذکر گردیدند، به شرح زیر می‌باشد:

Table 1.
Kozloff training program protocol

Meeting	Content
جلسه اول	آشنایی با مراجعان، بیان اهداف، قوانین و فرایند روش کازلوف
جلسه دوم	آشنا ساختن مراجع با بیماری اوتیسم، تعاریف مربوطه، تاریخچه، ذکر دلایل و اهمیت آموزش، بحث در مورد مشکلات والدین پس از دریافت تشخیص اوتیسم برای کودکشان
جلسه سوم تا پنجم	آموزش جایگزین کردن الگوهای تعاملی والد کودک مناسب به جای الگوهای بی‌ثمری که تاکنون والدین از آنها استفاده کردند، بحث در مورد نحوه‌ی تغییر پیامد رفتار جهت تغییر رفتار، آموزش رفتارهای –پایه، احتمال وقوع تقویت، شکل دهی رفتار، بالا بردن احتمال وقوع آن، آموزش انواع تقویت‌ها، چگونگی استفاده از خاموشی و ... به مادر
جلسه ششم	بررسی مشکلات ارتباطی کودکان مبتلا به اوتیسم، ارزیابی و ارائه برنامه آموزشی فردی مناسب با هر خانواده با توجه به نیازهای آموزشی کودک و رفتارها و مهارت‌هایی که باید تغییر کند.
جلسه هفتم	بررسی الگوی رشد روانی–اجتماعی کودک و ارتقاء این سطح
جلسه هشتم	ارزیابی اطلاعات و بکارگیری آنها برای طرح‌ریزی برنامه‌های آموزش خانگی
جلسه نهم	ارزیابی و بازنگری برنامه آموزشی شامل: آموزش کارها و فعالیت‌های روزانه آموزش فرصت‌های جانبی
جلسه دهم	جلسات آموزش خاص، آموزش نحوه انجام بازی و فعالیت‌هایی با این کودکان
جلسه یازدهم	بررسی تعامل‌های خانوادگی، مهارت‌های مورد نظر و کار کردن روی آنها و آموزش مهارت‌های جدید و مهارت‌های اجتماعی
جلسه دوازدهم	کنترل مواردی نظیر استرس، نیاز به حمایت، دریافت کمک، اصلاح برنامه آموزش فردی و بررسی جلسات گذشته نیز از وظایف جلسه آخر است.

ملاحظات اخلاقی

در این پژوهش، نکات اخلاقی بیانیه هلسینکی، رعایت شده است که عبارتند از: تبیین اهداف برای نمونه پژوهش و کسب رضایت کتبی آگاهانه از آنها برای شرکت در پژوهش، دادن حق انتخاب به نمونه پژوهش برای ورود و خروج از پژوهش در

هر زمانی، محرمانه بودن اطلاعات، صداقت در انتخاب واحدهای پژوهشی و جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها.

داده‌های به دست آمده از این پژوهش با استفاده از نرم‌افزار SPSS-26 در دو سطح آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل کوورایانس چند متغیره) مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها

نتایج مربوط به آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) دو گروه آزمایش و کنترل در دو مرحله‌ی پیش‌آزمون و پس‌آزمون در جدول ۲ نشان داده شده است.

Table 2.
Descriptive statistics indicators related to the pre-test and post-test stages in the two experimental and control groups

Variables	Groups	N	Pre-test		Post-test	
			Mean	SD	Mean	SD
emotional burnout	intervention (Kozloff educational program)	15	41.60	7.30	39.46	39.46
	Control	15	42.80	6.07	42.86	42.86
Rumination	intervention (Kozloff educational program)	15	66.26	7.35	61.56	61.56
	Control	15	68.73	4.82	69.06	69.06
Reflection	intervention (Kozloff educational program)	15	15.53	2.35	13.53	13.53
	Control	15	15.52	1.59	15.66	15.66
Brooding	intervention (Kozloff educational program)	15	15.66	1.75	15.13	15.13
	Control	15	15.60	1.80	15.66	15.66
depression-related rumination	intervention (Kozloff educational program)	15	42.80	6.07	33.20	33.20
	Control	15	35.06	4.36	37.06	37.06

همانگونه که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین گروه آزمایش در فرسودگی هیجانی، نشخوار فکری، تفکر بی‌حاصل، نشخوار افسرده‌وار، کاهش پیدا کرده است، اما در متغیر تعمق کمترین میزان تغییر مشاهده شده است.

قبل از اجرای آزمون تحلیل کوواریانس، پیش فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفتند. جهت بررسی نرمالیتی از آزمون شاپیرو ویلکز استفاده شد و با توجه به اینکه مقدار P متغیرها در هر دو مرحله بیشتر از ۰/۰۵ بود، فرض نرمال بودن داده‌ها تأیید گردید. همچنین به منظور بررسی همگنی واریانس‌ها نیز از آزمون لوین استفاده شد و طبق نتایج آن، فرض تساوی واریانس‌ها بین دو گروه آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون برقرار بود، زیرا سطح معنی‌داری در تمامی متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ بود. نتایج بررسی مفروضه همگنی شیب‌های رگرسیون نیز حاکی از معنی‌دار نبودن تعامل متغیر کمکی (پیش آزمون) و وابسته (پس آزمون) در سطوح عامل (گروه‌های گواه و آزمایش) بود ($p>۰/۰۵$). جهت مقایسه گروه‌های آزمایشی و گواه و همچنین بررسی اثربخش بودن برنامه آموزش والدین کازلوف بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری

براساس نمره‌های پس‌آزمون‌ها پس از کنترل اثر پیش‌آزمون‌ها، در ابتدا تحلیل کوواریانس بر روی داده‌های پژوهش انجام گرفت که نتایج آن در جدول ۳ قابل مشاهده است.

Table 3.
Results of multivariate analysis of covariance on post-test scores of variables in control and experimental groups with Kozloff

Test	Value	F	Hypothesis df	Error df	sig
Pillai's trace	0.95	94.71	4.00	17.00	0.001
Wilks' lambda	0.04	94.71	4.00	17.00	0.001
Hotelling's trace	22.28	94.71	4.00	17.00	0.001
Roy's largest root	22.28	94.71	4.00	17.00	0.001

همانگونه که در جدول ۳ قابل مشاهده است، نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری در گروههای آزمایشی و گواه نشان میدهد که این گروهها لااقل در یکی از متغیرهای وابسته با هم تفاوت معنی‌داری دارند. بر طبق نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری، اثر کلی آزمایش مورد بررسی پژوهشگر قرار گرفت. در ادامه به منظور تشخیص دقیقتر این نکته که اثر متغیر آزمایشی در کدام متغیر وابسته دارای تفاوت معنی‌داری است، نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری نیز مورد ارزیابی قرار گرفت. نتایج این تحلیل در جدول ٤ گزارش شده است.

Table 4.
Results of covariance analysis

Variable	Components	Source effect	Sum of the squares	df	Mean of the squares	F	sig	Eta squared
emotional burnout	emotional burnout	Group	183.43	1	183.43	175.41	0.00	0.867
		Error	28.23	27	1.04			
Rumination	Reflection	Group	34.13	1	34.13	174.10	0.00	0.866
		Error	5.29	27	0.19			
	Brooding	Group	1.17	1	1.17	2.27	0.14	0.078
		Error	13.92	27	0.51			
	depression-related rumination	Group	28.79	1	28.79	82.69	0.00	0.754
		Error	9.40	27	0.34			

نتایج آزمون تحلیل کوواریانس در جدول ٤ نشان داد که برنامه آموزش والدین کازلوف در کاهش فرسودگی هیجانی (F=۱۷۵/٤۱۹ و P<۰/۰۰۵) تأثیر معنی‌داری داشته است. همچنین، برنامه آموزش والدین کازلوف، زیر مقیاس‌های نشخوار فکری از جمله تفکر بی‌حاصل (F=۱۷٤/۱۰۹ و P<۰/۰۰۵)، تعمق (F=۲/۲۷٦ و P>۰/۰۰۵) و نشخوار افسرده‌وار (F=۸۲/٦۹۳ و P=۰/۰۰۵) بطور معنی‌داری مؤثر بود.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از انجام پژوهش حاضر تأثیر برنامه‌ی آموزشی کازلوف بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران کودک

مبتلا به اوتیسم بود. نتایج نشان داد که برنامه آموزشی والدین کازلوف بر فرسودگی هیجانی مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم تأثیر دارد. این قسمت از نتایج با یافته‌های حاصل از پژوهش Kozloff (2021)، که تحت عنوان تبادل اجتماعی و تغییر رفتار در خانواده‌های کودکان دارای رفتارهای انحرافی: تربیت والدین به عنوان معلم انجام شد و نتایج آن تأثیر این روش را بر متغیرهای مذکور تأیید کرد؛ پژوهش Houshangi et al. (2016)، تحت عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین و مدیریت رفتار بر سلامت عمومی مادران کودکان دارای اوتیسم که نشان داد این روش بر نشانه‌های اضطراب، افسردگی و کارکرد اجتماعی این مادران مؤثر بوده است؛ پژوهش Khodabakhshi Koolaee et al. (2016)، با عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین کازلوف بر ابراز هیجان و بار روانی مادران دارای کودک اوتیسم که نشان داد ابراز هیجان مثبت این مادران بعد از دریافت این آموزش افزایش داشته در صورتیکه ابراز هیجان منفی آنان کاهش داشته است؛ پژوهش Jamab et al. (2012)، با عنوان تأثیر برنامه آموزش والدین و پروراندن مهارت‌ها بر استرس مادران کودکان مبتلا به اوتیسم که تایید کننده‌ی تأثیر این روش بر استرس مادران بود؛ و پژوهش Guercio and Hahs (2012)، تحت عنوان اجرا و مدیریت یک برنامه آموزشی برای والدین کودکان مبتلا به اوتیسم که حاکی از افزایش مهارت‌های آموزشی و درمانی مناسب و همچنین کاهش معیارهای ذهنی استرس و اضطراب والدین در هر خانواده بود، همراستا است.

در تبیین نتایج به دست آمده می‌توان گفت که اختلال اوتیسم با اختلال و ناتوانی در حوزه‌ی رشد مهارت‌های شناختی، عاطفی، کلامی، تعاملی و ارتباطی همراه است و همین امر موجب می‌شود تا تقریباً کلیه‌ی اعضای خانواده بخصوص مادران درگیر مشکلات و مسائل ناشی از این بیماری در فرزندانشان شوند. بدین ترتیب وجود این بیماری در فرزندان، به منبع مشکلاتی اساسی برای خانواده و مادران تبدیل می‌شوند که می‌تواند سلامت روان آنان را مختل سازد. آنها باید به صورت دائمی در تلاش باشند تا با نیازهای گوناگون و گاهاً غیر معمول کودک هماهنگ باشند (Ahmadi & Raeisi, 2019). به علاوه، مادران این کودکان مدام در تلاش‌اند تا آموزش‌های لازم را در حوزه‌های مختلف به کودک بدهند اما در اکثر موارد به دلیل تفاوتی که این کودکان دارند و عدم آگاهی والدین از نحوه‌ی آموزش‌های خاص این کودکان، آموزش‌ها مؤثر واقع نمی‌گردد. از طرفی دیگر، مسائل و مشکلاتی مانند نگرانی مادر در خصوص دوام وضعیت و بیماری کودک، حمایت‌های اجتماعی ضعیف، مشکلات ارتباطی و رفتاری کودک، پذیرش ضعیف اعضای خانواده و جامعه نسبت به رفتارهای کودک، مشکلات اقتصادی، عدم آگاهی مناسب والدین در خصوص رشد و پیشرفت کودک در این خانواده‌ها وجود دارد (Zare bidaki & Jahangiri, 2019). به طور کلی می‌توان گفت که مادر نتیجه‌ی مطلوبی از تلاش‌های خود در خصوص آموزش و مراقبت کودک دریافت نمی‌کند. زمانی که تلاش‌های فرد، نتایج مدنظر را در پی نداشته باشد و فرد فشار زیادی را احساس کند، فرسودگی هیجانی به وجود می‌آید (Golparvar & Safari, 2018). بر این اساس، وجود یک برنامه‌ی آموزشی برای والدین لازم و ضروری است. برنامه‌ی آموزشی کازلوف یکی از برنامه‌های آموزش والدین است که مادران را با این اختلال آشنا کرده و همچنین مهارت‌ها و راهبردهای لازم جهت مدیریت اختلال اوتیسم و

کنارآمدن با آن را نیز ارائه می‌دهد. برنامه‌ی کازلوف بر رابطه‌ی والد و کودک متمرکز است و سعی دارد تا الگوی تعامل والد-کودک را جایگزین راهبردهای ناکارآمد و بی‌نتیجه سازد (Briesmeister & Schaefer, 2007). بعبارتی دیگر، در طی این برنامه، مادران به صورت روزانه رفتار کودک شان را در موقعیت و شرایط متفاوت ثبت می‌کنند. رفتارهایی که مادران نیاز است تا آنها را ثبت کنند، عبارتند از نحوه خوردن، بازی کردن، مشارکت در فعالیت‌های منزل، لباس پوشیدن و صحبت کردن. علاوه بر موارد ذکر شده، والدین حتی می‌توانند که اطلاعات کیفی در مورد رفتارهای کودک مانند میزان صحبت کردن به صورتی مفید، مدت زمانی که کودک صرف بازی می‌کند و میزان نق زدن را نیز ثبت کنند. تمامی این اطلاعات در تهیه یک برنامه آموزشی مؤثر بسیار مفید است. همچنین انواع تقویت ها، شکل‌دهی رفتار و نحوه‌ی افزایش احتمال وقوع آن و نحوه‌ی بکارگیری خاموشی به مادران آموزش داده می‌شود (Kozloff, 1984). در پی موارد ذکر شده، تعامل والد و کودک بهبود یافته و مادر با استفاده از آموزش‌های دریافتی از این برنامه، نتایج بهتری را مشاهده می‌کند و آموزش‌های خود را مؤثر می‌بینند. در نتیجه از میزان فشاری طولانی که احساس می‌کردند کاسته می‌شود و در نحوه‌ی کنترل رفتار کودک توسط خودشان بهبود مشاهده می‌کنند. فرد احساس می‌کند زمانی را که صرف آموزش و نیازهای کودک خود می‌کند، مفید است و همچنین احساس می‌کند که توانایی‌های لازم جهت آموزش و کمک به کودک خود را دارد. بدیهی است که این عوامل موجب ایجاد انگیزه در مادران شده و در نهایت موجب کاهش فرسودگی هیجانی در آنان می‌شود.

نتیجه‌ی دیگری از پژوهش نشان داد که برنامه آموزشی والدین کازلوف بر نشخوار فکری و زیر مقیاس‌های آن در مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم تأثیر دارد. همچنین لازم به ذکر است که تأثیر برنامه‌ی آموزشی والدین بر مولفه‌ی تعمق کمتر از سایر مؤلفه‌ها بود. این قسمت از نتایج نیز با یافته‌های حاصل از پژوهش Kozloff (2021)، که تحت عنوان تبادل اجتماعی و تغییر رفتار در خانواده‌های کودکان دارای رفتارهای انحرافی: تربیت والدین به عنوان معلم انجام شد و نتایج آن تأثیر این روش را بر متغیرهای مذکور تایید کرد؛ پژوهش Prata et al. (2018)، با عنوان آموزش والدین برای والدین کودکان در طیف اوتیسم: مروری که نشان داد افزایش مهارت‌های والدین به کودک فرصت‌های مستمری برای یادگیری در طیفی از موقعیت‌ها و محیط‌های مختلف می‌دهد، و آموزش والدین اکنون جزء مهمی از برنامه‌های مداخله موفق در نظر گرفته می‌شود؛ پژوهش Houshangi et al. (2016)، تحت عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین و مدیریت رفتار بر سلامت عمومی مادران کودکان دارای اوتیسم که نشان داد این روش بر نشانه‌های اضطراب، افسردگی و کارکرد اجتماعی این مادران مؤثر بوده است؛ پژوهش Khodabakhshi Koolaee et al. (2016)، با عنوان اثربخشی برنامه آموزش والدین کازلوف بر ابراز هیجان و بار روانی مادران دارای کودک اوتیسم که نشان داد ابراز هیجان مثبت این مادران بعد از دریافت این آموزش افزایش داشته در صورتی که ابراز هیجان منفی آنان کاهش داشته است؛ پژوهش IngersollR and Wainer (2013)، تحت عنوان اثربخشی برنامه آموزشی والدین مبتنی بر مدرسه برای کودکان پیش دبستانی مبتلا به اوتیسم

که نشان داد والدین استفاده از راهبردهای درمانی را بهبود بخشیدند، کودکان میزان تعامل بیشتری را در خانه با والدین داشتند، والدین و معلمان دستاوردهای قابل توجهی در تسلط کودک بر مهارت‌های ارتباط اجتماعی گزارش کردند و والدین کاهش قابل توجهی در استرس والدین گزارش کردند؛ پژوهش Jamab et al. (2012)، با عنوان تأثیر برنامه آموزش والدین و پروراندن مهارت‌ها بر استرس مادران کودکان مبتلا به اوتیسم که تایید کننده‌ی تأثیر این روش بر استرس مادران بود؛ و پژوهش Guercio and Hahs (2012)، تحت عنوان اجرا و مدیریت یک برنامه آموزشی برای والدین کودکان مبتلا به اوتیسم که حاکی از افزایش مهارت‌های آموزشی و درمانی مناسب و همچنین کاهش معیارهای ذهنی استرس و اضطراب والدین در هر خانواده بود، همراستا است.

در تبیین نتایج به‌دست آمده می‌توان گفت که مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم فشارهای زیاد و تنیدگی‌های زیادی را تحمل می‌کنند که این موارد ناشی از مشکلات آسیب رساندن به خود، مشکلات ناشی از حضور در اجتماع و اماکن عمومی، مشکلات عدم سازگاری، حرکات کلیشه‌ای، مشکل در برقراری ارتباط، مشکلات اقتصادی و فشار مالی، عدم توانایی والدین جهت کنترل این موارد و یا عدم آگاهی در خصوص آموزش کارآ و صحیح این کوکان می‌باشد. همچنین این مادران به شدت در مورد آینده‌ی کودک خود نشخوار فکری دارند. بعبارتی دیگر، تمامی موارد ذکر شده به عنوان عواملی بیرونی درنظر گرفته می‌شوند که زندگی والدین این کودکان را تحت تأثیر قرار داده و باعث ایجاد نشخوار فکری می‌شوند (Akbari, 2019). بدیهی است که با بهبود نسبی این مشکلات تا حدود زیادی مشکل نشخوار فکری مادران نیز کاهش پیدا می‌کند. نشخوار فکری شامل افکاری است که به صورت مرتب مرور می‌شوند و باعث ایجاد ارزیابی‌های منفی و ناامیدی در خصوص آینده می‌شوند که در پی این موارد فرد انگیزه‌ی خود را از دست می‌دهد (Ebrahimi & Ebrahimi, 2021). نشخوار فکری دارای سه مؤلفه است که عبارتند از: ۱- تفکر بی حاصل: در این قسمت فرد به دنبال یافتن چرایی این اتفاقات است و به آنها فکر میکند. لازم به ذکر است که این مورد می‌تواند پریشانی افراد را بیشتر کرده و کارآمدی و سودمندی نیز برایش ندارد. ۲- تعمق انعکاسی: تحلیل افکار و احساسات از ویژگی‌های این قسمت به شمار می‌آید. علیرغم اینکه این قسمت می‌تواند در افراد باعث پریشانی گردد، می‌تواند به صورتی انطباقی نیز عمل کند (Johnson et al., 2016). ۳- نشخوار افسرده وار: نشخوار فکری در مورد تنهایی، غمگینی، عدم تمرکز، احساس خستگی، بی‌حوصلگی، بی‌تفاوتی و توجه به نقاط ضعف و شکست‌ها نیز مربوط به این بعد هستند. به نظر می‌رسد که اگر کودکان مبتلا به اوتیسم در ابعادی که قبلا مطرح شد، پیشرفت کنند، مشکلات مرتبط با سلامت روان مادران آنان نیز تا حدودی بهبود یابند. در این راستا، برنامه‌ی آموزش والدین کازلوف جزو برنامه‌هایی است که بر تعامل والد-کودک تأکید دارد. تمام تحقیقات دقیق، تشخیص‌های افتراقی، روش‌های آموزشی، قوانین و داروهایی که در طول سال‌های گذشته ایجاد شده است، این واقعیت را تغییر نمی‌دهد که برای هر خانواده، اوتیسم یک رویداد غیر منتظره است که هیچ کس برای آن آماده نیست (Newman, 2005). ارائه خدمات از طرف خانواده امری دراز مدت است و خانواده تنها گروهی است که

کودکان مبتلا به اوتیسم می‌توانند برای جستجو، دریافت و ارائه خدمات به آن وابسته باشند. همچنین کلیه‌ی مشکلات و پیامدهای این اختلال نیز متوجه والدین به ویژه مادر است. برنامه آموزش والدین می‌تواند اطلاعات ارزشمند و ضروری را در اختیار والدین قرار دهد. گاهی اوقات ایجاد اهداف آموزشی برای کودکان مبتلا به اوتیسم توسط والدین، باعث امیدواری والدین شده و باعث می‌شود که در مسیر دستیابی کودکشان به اهداف اجتماعی و تحصیلی بیشتر تلاش کند. همچنین اگر والدین بتوانند برنامه‌های آموزشی را در محیط خانه انجام دهند، کودک آن‌ها می‌تواند سریع‌تر رفتارهای مفید را یاد بگیرد و این رفتارهای مطلوب را از خانه به مدرسه و از مدرسه به خانه نیز تعمیم دهد (Hardin & Littlejohn, 1994; Newman, 2005). مدل رشد روانی اجتماعی این برنامه بر شش حوزه شایستگی (که به عنوان حوزه‌های A تا F شناسایی شده‌اند) متمرکز است که شامل رفتارهایی است که بر اساس کارکردهای مشابهی گروه‌بندی شده‌اند (Briesmeister & Schaefer, 2007). این ٦ حوزه عبارتند از: حوزه A: تمایل، توجه و جهت‌گیری نسبت به محیط که شامل (الف) ردیابی بصری حرکات دست‌ها، اشیاء و افراد، ب) نگاه کردن به اشیاء و قسمت‌های بدن بطور خود به خود و بنا به درخواست، ج) تغییر جهت برای یافتن منبع صداها و (د) توجه و جهت‌دهی به صحبت دیگران است؛ حوزه B: مشارکت در تعامل اجتماعی و شکل‌های ابتدایی آن که شامل آموزش نوبت‌گیری و مبادلات اجتماعی ابتدایی (مانند احوالپرسی و خداحافظی، پرسش و پاسخ، درخواست و کمک) است؛ حوزه C: هماهنگی حرکتی-بدنی؛ حوزه D: تعاملات و کنش‌های ساده با اشیا؛ حوزه E: اطلاعات مرسوم در مورد چگونگی کار با ساختار فرهنگ و دنیای پیرامون و حوزه F: مشارکت روز افزون و مطلوب در سازمان‌های اجتماعی پیچیده‌تر (Kozloff, 1984; Briesmeister & Schaefer, 2007). از آنجایی که کودک در مورد موارد مربوط به حوزه‌های قبلی صلاحیت بیشتری پیدا می‌کند، سایر افراد ممکن است ببینند که کودک به طور فزاینده‌ای با آنچه در حال وقوع است هماهنگ است و توانایی بیشتری برای مشارکت دارد. بنابراین، آنها ممکن است فرصت‌هایی را برای کودک فراهم کنند تا وظایف پیچیده‌تری را در اشکال پیچیده‌تر سازمان‌دهی اجتماعی مانند کمک به تهیه غذا و شرکت در گفتگوها انجام دهد. این تغییرات صلاحیت کودک را در درس ها، کارهای خانه، داستان، بازی، خرید و مکالمه بیشتر می‌کند (Kozloff, 1984). بدیهی است زمانی که مادر در سایر حوزه‌ها شاهد پیشرفت کودک و اثربخشی آموزش‌های مربوطه باشد، ارزیابی‌های مثبت، افزایش انگیزه و امیدواری نسبت به آینده‌ی کودک جایگزین افکار منفی می‌شوند و نشخوار افسرده‌وار کاهش می‌یابد. همچنین به سبب افزایش آگاهی مادران در خصوص اختلال اوتیسم و مراحل پذیرش آن توسط برنامه‌ی آموزش والدین، مادران دیگر به صورت مداوم در پی یافتن پاسخی جهت چرایی رویدادها نیستند و با پذیرش این موضوع به دنبال راهکارهایی کارآمدتر خواهند بود. همانطور که اشاره شد، تحلیل داده‌ها حاکی از تأثیرگذاری کمتر این روش آموزشی بر مؤلفه‌ی تعمق بود که در تبیین آن می‌توان به این موضوع اشاره کرد که این جنبه دربرگیرنده‌ی تحلیل احساسات و افکار است و در بسیاری از موارد می‌تواند جنبه‌ی انطباقی نیز داشته باشد.

باتوجه به نتایج پژوهش حاضر می‌توان دریافت که برنامه‌ی آموزشی کازلوف بر فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری مادران کودک مبتلا به اوتیسم تأثیر دارد. بنابراین، در دسترس بودن و اجرای این روش آموزشی می‌تواند در راستای سلامت روان مادران دارای کودک مبتلا به اوتیسم بسیار مؤثر واقع گردد.

پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی ازجمله عدم داشتن مرحله‌ی پیگیری به دلیل فرصت زمانی محدود، محدود بودن مراکز مربوط به کودکان اوتیسم، دشواری در جلب نظر مادران جهت شرکت در جلسات، کمبود ادبیات و پیشینه‌ی پژوهشی داخلی در خصوص برنامه‌ی آموزش والدین کازلوف بود و چون آزمودنی‌های این پژوهش فقط مادران بودند، بنابراین در تعمیم نتایج به پدران باید احتیاط نمود. از این رو پیشنهاد می‌گردد که در تحقیقات آتی، مرحله‌ی پیگیری نیز مورد ارزیابی قرار گیرد، اثربخشی این روش آموزشی بر پدران و سلامت روان آنان نیز مورد بررسی قرار گیرد و اثربخشی این روش آموزشی با سایر روش‌های مطرح برای ارتقای سلامت روان مادران به ویژه در خصوص فرسودگی هیجانی و نشخوار فکری نیز مورد مقایسه قرار گیرد. همچنین به لحاظ کاربردی نیز پیشنهاد می‌گردد که مراکز درمانی و مشاوره‌ای کودکان اوتیسم چون بیشتر با والدین این کودکان در ارتباط هستند، سلامت روان والدین به ویژه مادران این کودکان را مورد توجه قرار دهد و بخش‌هایی جهت ارتقای سلامت‌روان والدین داشته باشند و دوره‌های آموزشی لازم را برگزار کنند، زیرا سلامت روان مادران این کودکان بسیار حایز اهمیت است و توصیه می‌شود که مراکز درمانی کودکان اوتیسم، برنامه‌ی آموزشی والدین کازلوف را مورد استفاده قرار دهند.

سهم مشارکت نویسندگان: در پژوهش حاضر نویسنده دوم(نویسنده مسئول)، به عنوان استاد راهنما، نظارت و راهبردی روند کلی پژوهش و تدوین و نهایی‌سازی اصلاحات مقاله را بر عهده داشته‌اند. نویسنده اول در تدوین طرح تحقیق، فرآیند گردآوری، تحلیل و تفسیر یافته‌ها و نگارش متن مقاله را برعهده داشته و در مجموع نتیجه‌گیری از یافته‌ها و بسط و تفسیر به صورت مشترک و با بحث و تبادل نظر کلیه همکاران انجام شد.

قدردانی: پژوهش حاضر بدون همکاری مشارکت کنندگان امکان‌پذیر نبود؛ بدینوسیله از کلیه مشارکت کنندگان تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

تضاد منافع: نویسندگان اذعان دارند که در این مقاله هیچگونه تعارض منافعی وجود ندارد.

منابع مالی: پژوهش حاضر از هیچ موسسه و نهادی حمایت مالی دریافت نکرده و کلیه هزینه‌ها در طول فرآیند اجرای پژوهش بر عهده پژوهشگران بوده است..

References

Abdolhoseini, H., Saeidi, S., & Sharifi, M. (2023). The Effectiveness of religion-based Cognitive Therapy Based on Islamic teachings on Intolerance of Uncertainty and Positive Beliefs about Worry in Mothers with Autistic Children. *Islamic Life Journal*, 7(2), 0-0. http://islamiclifej.com/article-1-1120-fa.html [Persian]

Ahmadi, A., & Raeisi, P. D. (2019). Effectiveness of acceptance and commitment therapy in improving self-efficacy of mothers of children with autism. *Quarterly Journal of Family and Research*, 16(2), 123-137. Dor: 20.1001.1.26766728.1398.16.2.7.4 [Persian]

Akbari, B. (2019). Prediction of psychological disturbances in mothers of children with autism spectrum disorder based on mindfulness and rumination. *Quarterly Journal of Child Mental Health*, *6*(1), 200-210. Doi: 10.29252/jcmh.6.1.17 [Persian]

Amini, A., & Shariatmadar, A. (2018). The Effectiveness of Group Dialectic Behavioral Therapy on Catastrophizing & Ruminations of mothers with Mental Retarded children. *Counseling Culture and Psycotherapy*, 9(34), 171-190. Doi: 10.22054/qccpc.2018.30478.1777 [Persian]

Arshadi, N., & Shahbazi, F. (2013). Workplace characteristics and turnover intention: Mediating role of emotional exhaustion. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 84, 640–645. Doi: 10.1016/j.sbspro.2013.06.618

Asqari, R., Farhadi, V., Dust mohamady, H., & Yusefi, S.(2018). Effectiveness of Acceptance and Commitment Therapy on Stress and Care Tolerance Among Mothers with Autistic Children. *Rooyesh*, 7(4), 213-226. Dor: 20.1001.1.2383353.1397.7.4.10.5 [Persian].

Bagherinezhad, M., Salehi Fadardi, J., & Tabatabayi, S. M. (2010). The relationship between rumination and depression in a sample of Iranian student. *Foundations of Education*, 011(1), Doi: 10.22067/fe.v11i1.2246. Doi: 10.22067/FE.V11I1.2246 [Persian]

Baio, J., Wiggins, L., Christensen, D. L., Maenner, M. J., Daniels, J., Warren, Z., ... & Dowling, N. F. (2018). Prevalence of autism spectrum disorder among children aged 8 years—autism and developmental disabilities monitoring network, 11 sites, United States, 2014. *MMWR Surveillance Summaries*, *67*(6), 1. Doi: 10.15585/mmwr.ss6706a1external icon.

Briesmeister, J. M., & Schaefer, C. E. (Eds.). (2007). Handbook of parent training: Helping parents prevent and solve problem behaviors. John Wiley & Sons.

Campbell, M. O. N. I. C. A., & Kozloff, M. A. R. T. I. N. (2007). Comprehensive programs for families of children with autism. Handbook of parent training: Helping parents prevent and solve problem behaviors, 67-106.

Ebrahimi, M., & Ebrahimi, S. (2021). The Effectiveness of the Reality Therapy on the Rumination, Concern and Tolerance of Distress in Mothers of Autistic Children. *J Pediatr Nurs*, 7(2), 11-20. http://jpen.ir/article-1-432-en.html [Persian]

Ghanavaty, M., hamid, N., & Mehrabizadeh Honarmand, M. (2021). The effect of mindful parenting training on parental stress in mothers of children with autism spectrum disorders. *Journal of Pediatric Nursing,* 7(2), 75-86. URL: http://jpen.ir/article-1-496-en.html [Persian]

Ghasemi, L., & Safarzadeh, S. (2023). Designing a quality model for mother-child relationships based on the dimensions of wisdom and feeling of social-emotional loneliness with the

mediation of the lack of pleasure in mothers of children with autism in Ahvaz. *Psychological Achievements*, (), -. Doi: 10.22055/psy.2023.43257.2983 [Persian]

Golparvar, M., & Safari, S. (2018). The buffering role of affective-collective investment in the relationship between job stress and emotional exhaustion. *Contemporary Psychology, Biannual Journal of the Iranian Psychological Association*, *13*(1), 2-13. Doi: 10.32598/bjcp.13.1.2 [Persian]

Golparvar, M., Nayeri, S., & Mahdad, A. (2010). The relationship between organizational values With job stress , emotional exhaustion and Organizational deviant behaviors in Zoob Ahan Steel Company. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, *11*(42), 45-68. [Persian]

Guercio, J. M., & Hahs, A. D. (2012). Administration and Management of a Training Program for Parents of Children with Autism. *Journal of Rehabilitation Administration*, 36(2).

Hardin, D. M., & Littlejohn, W. (1994). Family-school collaboration: Elements of effectiveness and program models. *Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth, 39*(1), 4-8. DOI: 10.1080/1045988X.1994.9944943

Houshangi, H., hajihasani, M., & hasani, F.(2016). Effectiveness of Parent Training and Behavior Management on General Health of Mothers of Children with Autism. *JOEC*, 16 (2),75-8. Dor: 20.1001.1.16826612.1395.16.2.2.7 [Persian]

Ingersoll, B. R., & Wainer, A. L. (2013). Pilot study of a school-based parent training program for preschoolers with ASD. *Autism, 17*(4), 434-448. https://doi.org/10.1177/1362361311427155

Isvand, M. , Baghouli, H. , Javidi, H. A. and Barzegar, M. (2024). Comparing the Effectiveness of Cognitive Behavioral therapy and Acceptance and Commitment Therapy for Rumination, Psychological Flexibility, Resilience, and Perceived Stress among the Women Suffering from Depression. *Psychological Achievements, 31*(2), 443-476. Doi: 10.22055/psy.2023.43311.2990 [Persian]

Jamab, M. S., Hasanadadi, A., Mashhadi, A., & Asgharinekah, M.(2012). The Effects of Parent Education and Skill Training Program on Stress of Mothers of Children with Autism. *Journal of Family Research*, *8*(3), 261-272. [Persian]

Javadian, S. R., Kafi, F. S., Babaeian, N., & Sadati, A. K. (2022). The Coping Strategies to Autism Disorder among Mothers of Autistic Children: A Qualitative Study. *Iranian Journal of Rehabilitation Research*, *8*(3), 17-29. https://doi.org/10.22034/IJRN.8.3.17

Johnson, D. P., Rhee, S. H., Friedman, N. P., Corley, R. P., Munn-Chernoff, M. A., Hewitt, J. K., & Whisman, M. A. (2016). A twin study examining rumination as a transdiagnostic correlate of psychopathology. *Clinical Psychological Science*, *4*(6), 971-987. https://doi.org/10.1177/2167702616638825

Kazemi, N., Arjmandnia, A A., Moradi, R., Mohammadi, S., & Sadeghi fard, M. (2020). 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)*, 9(1), 27-36. Dor: 20.1001.1.2383353.1399.9.1.3.6 [Persian]

Khodabakhshi Koolaee, A., Arab Varamin, A., & Rooshan Cheseli, R. (2016). Effectiveness of "Kozloff Parental Training Program" on Expressed Emotion and Burden Among Mothers With

Autistic Child. *Iranian Journal of Rehabilitation Research*, 3(1), 29-34. http://dx.doi.org/10.21859/ijnr-030103 [Persian]

Kovács, L. N., Takacs, Z. K., Tóth, Z., Simon, E., Schmelowszky, Á., & Kökönyei, G. (2020). Rumination in major depressive and bipolar disorder–a meta-analysis. *Journal of affective disorders*, 276, 1131-1141. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.131

Kozloff, M. A. (1984). A training program for families of children with autism: Responding to family needs. *The effects of autism on the family*, 163-186. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2293-9_10

Kozloff, M. A. (2013). A Training Program for Families of. The Effects of Autism on the Family, 163.

Kozloff, M. A. (2021). Social Exchange and Behavioral Change in Families of Deviant Children: Training Parents as Teachers. *In Behavioral Theory in Sociology* (pp. 193-238). Routledge.

Kozloff, M. A. (1973). Reaching the autistic child: A parent training program. Research Press.

Lian, S. L., Sun, X. J., Niu, G. F., Yang, X. J., Zhou, Z. K., & Yang, C. (2021). Mobile phone addiction and psychological distress among Chinese adolescents: The mediating role of rumination and moderating role of the capacity to be alone. *Journal of Affective Disorders*, 279, 701-710. https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.10.005

Loomes, R., Hull, L., & Mandy, W. P. L. (2017). What is the male-to-female ratio in autism spectrum disorder? A systematic review and meta-analysis. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 56(6), 466-474. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.03.013

Lotfi, Z., Hassani, M., & Najjari, M. (2021). Structural Modeling of Relationship Among Ethical Climate, Emotional Exhaustion with Job Satisfaction and Turnover Intention. *Iran J Ergon*, 9 (2), 82-94. https://doi.org/10.30699/jergon.9.2.82 [Persian]

Love, S., Kannis-Dymand, L., Davey, J., & Freeman, J. (2022). Metacognition, rumination and road rage: an examination of driver anger progression and expression in Australia. *Transportation research part F: traffic psychology and behaviour*, 84, 21-32. https://doi.org/10.1016/j.trf.2021.11.015

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior, 2(2), 99–113. https://doi.org/10.1002/job.4030020205

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. Annual review of psychology, *52*(1), 397-422. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397

Masnavi, A., Zaraii Zavaraki, E., Sharifi Daramadi, P., Nili Ahmadabadi, M. R., & Delavar, A. (2025). Design and Validation of A Model of Mobile Multimedia Learning Environment and Its Effect on Learning and Learning Transfer of Social Skills of Students with High-Performance Autism Spectrum Disorder. *Psychological Achievements, 32*(2), 309-336. Doi: 10.22055/psy.2024.45645.3186 [Persian]

Mohebi, Z., Dasht Bozorgi, Z., & Johari fard, R. (2023). Predicting Family Functioning based on Control of Negative Thinking and Parental Stress with Mediating Role of Sexual Satisfaction: Model Presentation in Parents of Children with Learning Disorder. *Psychological Achievements*, *30*(2), 17-36. doi: 10.22055/psy.2022.38646.2743 [Persian]

Newman, L. (2005). Family Involvement in the Educational Development of Youth with Disabilities: A Special Topic Report of Findings from the National Longitudinal Transition Study-2 (NLTS2). *Online Submission.*

Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: the 1989 Loma Prieta Earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, *61*(1), 115. https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.1.115

Papadopoulos, D. (2021). Mothers' experiences and challenges raising a child with autism spectrum disorder: A qualitative study. *Brain Sciences*, *11*(3), 309. https://doi.org/10.3390/brainsci11030309

Poku, C. A., Donkor, E., & Naab, F. (2020). Determinants of emotional exhaustion among nursing workforce in urban Ghana: a cross-sectional study. *BMC Mursing*, *19*(1), 1-10. https://doi.org/10.1186/s12912-020-00512-z

Prata, J., Lawson, W., & Coelho, R. (2018). Parent training for parents of children on the autism spectrum: A review. *Int J Clin Neurosci Ment Health*, 5, 3. DOI: https://doi.org/10.21035/ijcnmh.2018.5.3

Rahimi, S., Yazdi, S. A. A., & Afrooz, G. A. (2020). Comparison of Developmental Family Functioning, Personality Traits, and Parenting Stress in Mothers with Autism Spectrum Disorder and Peers with Normal Counterparts. *JPEN*, *6*(3), 14-21. http://dx.doi.org/10.21859/jne-08407 [Persian]

Sacadura-Leite, E., Sousa-Uva, A., Ferreira, S., Costa, P. L., & Passos, A. M. (2019). Working conditions and high emotional exhaustion among hospital nurses. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, *17*(1), 69. Doi: 10.5327/Z1679443520190339

Sedighi Arfaee, F., Rashidi, A., & Tabesh, R. (2021). The Distress Tolerance in the Elderly: The Role of Experiential Avoidance, Rumination and Mindfulness. *Aging Psychology*, *7*(1), 12-1. Doi: 10.22126/jap.2021.6108.1498 [Persian]

Sepahvand, R., Arefnezad, M., Fathi-Chegeni, F., & Sepahvand, M. (2021). The Relationship Between workplace bullying and Deviant Workplace Behaviors with the Mediating Role of emotional exhaustion. *Journal of Psychology*, *96*(4), 417. [Persian]

Shariatnejad, A., & Ghahramani, S. (2023). The survey of the impact of learned helplessness syndrome on stagnation of the career path; Clarifying the mediating role of emotional burnout of human resources. *Organizational Culture Management*, *21*(2), 171-189. Doi: 10.22059/JOMC.2023.353269.1008511 [Persian]

Szabo, Y. Z., Burns, C. M., & Lantrip, C. (2022). Understanding associations between rumination and inflammation: A scoping review. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 135, 104523. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2022.104523

Tabatabaei, S. H., Shahrokhi, H., Gholipour, K., Iezadi, S., Rezapour, R., Naghibi, D., & Azami-Aghdash, S. (2022). The Characteristics and Results of Parent Training Interventions in Children with Autism Spectrum Disorder: A Systematic Review. *Iranian Journal of Public Health*, *51*(3), 518–530. Doi: 10.18502/ijph.v51i3.8927

Zare bidaki, Z., & Jahangiri, M. M. (2019). Effectiveness of Acceptance Commitment Therapy on the Quality of Life among Mothers with Autistic Children. *Quarterly Journal of Woman and Society, 10*(37), 29-44. Dor: 20.1001.1.20088566.1398.10.37.2.1 [Persian]