

## چکیده

زندگی با کودک مبتلا به اتیسم برای والدین بسیار چالش برانگیز است و سطوح متفاوتی از تنیدگی را برای آنها ایجاد می کند. هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه ذهن آگاهی، نشخوار فکری با آشفستگی روانشناختی و کیفیت زندگی مادران دارای کودکان اتیسم بود. روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی مادران دارای کودک اتیسم مراجعه کننده به مدارس کودکان با نیازهای ویژه شهر رشت، در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۷-۹۶ به تعداد ۱۵۶ نفر بودند که از این بین با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده و با توجه به شرایط ورود و خروج از پژوهش تعداد ۹۶ نفر انتخاب و پرسشنامه های ذهن آگاهی بائر و همکاران (۲۰۰۶)، نشخوار فکری نولن و هوکسما (۱۹۹۱)، پریشانی روانشناختی کسلر و همکارانش (۲۰۰۲) و کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت را تکمیل کردند. داده های به دست آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش همزمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته های پژوهش نشان داد بین نمره کل ذهن آگاهی و خرده مقیاس های مشاهده، عمل همراه با آگاهی، و عدم قضاوت به تجربه درونی، با آشفستگی روانشناختی مادران دارای اتیسم رابطه منفی و معنی دار وجود دارد ( $P < 0/0001$ ). نمره کل ذهن آگاهی و خرده مقیاس های عمل همراه با آگاهی، و عدم قضاوت به تجربه درونی، با کیفیت زندگی مادران دارای کودک اتیسم رابطه مثبت و معنی دار وجود دارد ( $P < 0/0001$ ). بین نشخوار فکری با آشفستگی روانشناختی رابطه مثبت و با کیفیت زندگی رابطه منفی و معنی دار وجود دارد ( $P < 0/0001$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که ذهن آگاهی و خرده مقیاس های آن، همچنین نشخوار فکری با اطمینان ۹۹ درصد می تواند تغییرات مربوط به متغیرهای آشفستگی روانشناختی و کیفیت زندگی مادران دارای کودک اتیسم را پیش بینی کنند. بر این اساس می توان نتیجه گرفت ذهن آگاهی و نشخوار فکری با آشفستگی روانشناختی و کیفیت زندگی مادران دارای کودک اتیسم رابطه داشته و قادر به پیش بینی معنی دار آنها هستند.

**کلید واژه ها:** مادران دارای کودک اتیسم، ذهن آگاهی، نشخوار فکری، آشفستگی روانشناختی، کیفیت زندگی