

اثربخشی آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک شده، سلامت روان و امیدواری مادران کودکان مبتلا به سرطان خون

تاریخ ارسال: ۱۴۰۴/۰۱/۲۴

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۲/۲۸

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۳/۰۳

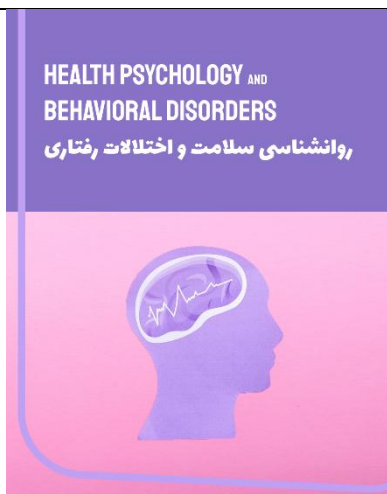
تاریخ چاپ: ۱۴۰۴/۰۳/۱۰

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک شده، سلامت روان و امیدواری مادران کودکان مبتلا به سرطان خون بود. این پژوهش کاربردی با طرح نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون — پس‌آزمون همراه با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون مراجعه‌کننده به بیمارستان محک در سال ۱۴۰۳ بود. نمونه شامل ۳۰ نفر بود که به روش تصادفی ساده انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. ابزارها شامل مقیاس استرس ادراک‌شده کوهن و همکاران (۱۹۸۳)، مقیاس سلامت روان گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۲)، مقیاس امیدواری اشنایدر (۱۹۹۱) و پروتکل روان‌درمانی مثبت سلیگمن (۲۰۱۰) بود. پروتکل مداخله در شش جلسه ۴۵ دقیقه‌ای هفتگی برای گروه آزمایش اجرا شد. داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چندمتغیره و نرم‌افزار SPSS-۲۶ تحلیل گردید. نتایج نشان داد آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت به طور معناداری استرس ادراک شده را کاهش و سلامت روان و امیدواری را در مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون افزایش داد ($p < 0.01$). میزان اثربخشی بر استرس ادراک شده ۸۹٫۴ درصد، بر سلامت روان ۲۱٫۸ درصد و بر امیدواری ۷۸٫۵ درصد بود. آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت به عنوان یک مداخله مؤثر می‌تواند در ارتقای سلامت روان و امیدواری و کاهش استرس ادراک شده مادران کودکان مبتلا به سرطان خون نقش مهمی ایفا کند و به آنان در مواجهه با چالش‌های ناشی از بیماری فرزند کمک نماید.

کلیدواژه‌گان: روان‌درمانی مثبت، استرس ادراک‌شده، سلامت روان، امیدواری، مادران کودکان مبتلا به

سرطان خون

فاطمه مقراتی^۱، سعید جهانیان^{۲*}

۱. کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، واحد تهران

جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۲. گروه روانشناسی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد

اسلامی، تهران، ایران

* ایمیل نویسنده مسئول: S_jahanian@azad.ac.ir

شیوه استناددهی: مقراتی، فاطمه، و جهانیان، سعید. (۱۴۰۴). اثربخشی آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک شده، سلامت روان و امیدواری مادران کودکان مبتلا به سرطان خون. *روانشناسی سلامت و اختلالات رفتاری*، ۳(۱)، ۱-۱۳.

Effectiveness of Teaching Positive Psychotherapy Techniques on Perceived Stress, Mental Health, and Hope of Mothers of Children with Leukemia

Submit Date: 13/04/2025

Revise Date: 18/05/2025

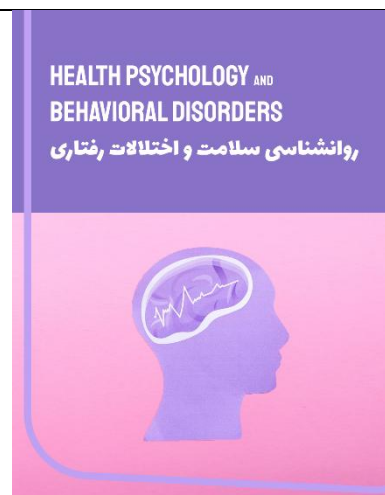
Accept Date: 24/05/2025

Publish Date: 31/05/2025

Abstract

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of positive psychotherapy techniques training on perceived stress, mental health, and hope among mothers of children with leukemia. This applied study employed a quasi-experimental pre-test–post-test design with a control group. The statistical population included all mothers of children with leukemia referred to Mahak Hospital in 2024. A total of 30 participants were selected through simple random sampling and assigned to an experimental group ($n=15$) and a control group ($n=15$). Data collection tools included the Perceived Stress Scale (Cohen et al., 1983), the General Health Questionnaire (Goldberg & Hiller, 1972), the Hope Scale (Snyder, 1991), and Seligman's Positive Psychotherapy Protocol (2010). The intervention consisted of six 45-minute weekly sessions delivered to the experimental group. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance and SPSS version 26. The results indicated that positive psychotherapy techniques training significantly reduced perceived stress and improved mental health and hope in mothers of children with leukemia ($p<0.01$). The intervention accounted for 89.4% of the variance in perceived stress reduction, 21.8% in mental health improvement, and 78.5% in hope enhancement. Positive psychotherapy techniques proved to be an effective intervention for reducing perceived stress and enhancing mental health and hope in mothers of children with leukemia, helping them better cope with the psychological burden of their child's illness.

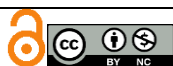
Keywords: Positive psychotherapy, perceived stress, mental health, hope, mothers of children with leukemia

Fateme. Moghararati¹, Saeed. Jahanian^{2*}

1. Master's degree, Department of Psychology, ST.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran
2. Department of Psychology, ST.C., Islamic Azad University, Tehran, Iran

*Corresponding Author's Email:
S_jahanian@azad.ac.ir

How to cite: Moghararati, F., Jahanian, S. (2025). Effectiveness of Teaching Positive Psychotherapy Techniques on Perceived Stress, Mental Health, and Hope of Mothers of Children with Leukemia. *Health Psychology and Behavioral Disorders*, 3(1), 1-13.



مقدمه

سرطان در کودکان یکی از مهم‌ترین چالش‌های نظام‌های بهداشتی و روانی در سراسر جهان محسوب می‌شود. ابتلای کودک به بیماری‌های صعب‌العلاج نه تنها جسم او را تحت تأثیر قرار می‌دهد بلکه خانواده، به ویژه مادران را نیز با فشارهای روانی و اجتماعی سنگینی مواجه می‌سازد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که مادران در مقایسه با پدران در فرآیند درمان و پس از آن، میزان بیشتری از استرس و آشفتگی روانی را تجربه می‌کنند و این امر می‌تواند سلامت روان و کیفیت زندگی آنان را به طور جدی تهدید کند (Ljungman et al., 2015). تجربه اضطراب و فشار روانی ناشی از بیماری کودک، نوعی استرس ادراک‌شده ایجاد می‌کند که فراتر از توان مقابله والدین ارزیابی می‌شود و می‌تواند کارکردهای روان‌شناختی و اجتماعی آنان را مختل سازد (Bebrafkan, 2022).

مطالعات متعدد نشان داده‌اند که سطوح بالای استرس در والدین کودکان مبتلا به سرطان خون با پیامدهایی همچون کاهش امیدواری، افزایش افسردگی، و ضعف در سلامت روان همراه است (Kianrad et al., 2019). از این رو، مداخلاتی که بتوانند این چرخه منفی را تعدیل کنند، اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کنند. یکی از متغیرهای کلیدی در این زمینه، امیدواری است که به عنوان یک منبع مقابله‌ای و عامل حفاظتی در برابر فشارهای روانی والدین شناخته می‌شود (Koyu et al., 2024). امید، فرآیندی شناختی-انگیزشی است که شامل توانایی تعیین اهداف، یافتن مسیرهای دستیابی به آنها و انگیزش لازم برای پیگیری این مسیرها است و می‌تواند به مادران کودکان سرطانی در تحمل فشارهای روانی کمک کند (Matthews, 2024).

در سال‌های اخیر، روان‌درمانی مثبت به عنوان رویکردی نوین و مؤثر در بهبود سلامت روان بیماران و خانواده‌های آنان مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است. این رویکرد با تمرکز بر تقویت هیجانات مثبت، امید، و فضیلت‌های فردی، می‌کوشد کیفیت زندگی افراد را ارتقا دهد و توانایی آنان را در مقابله با شرایط دشوار افزایش دهد (Diener et al., 2018). یافته‌های پژوهشی نشان داده‌اند که مداخلات روان‌درمانی مثبت می‌تواند علائم افسردگی، اضطراب و استرس را در بیماران سرطانی و خانواده‌های آنها کاهش دهد و در مقابل، به افزایش تاب‌آوری و سلامت روان کمک کند (KhodaBakhsh et al., 2015).

پژوهش‌های داخلی و خارجی گویای آن است که آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر امیدواری و سلامت روان مادران کودکان مبتلا به سرطان تأثیر معناداری دارد. به عنوان مثال، مداخله‌های مبتنی بر روان‌درمانی مثبت باعث افزایش امید به زندگی و بهزیستی روان‌شناختی در زنان مبتلا به سرطان پستان شده‌اند (Karimi et al., 2022). همچنین، مطالعات نشان داده‌اند که این رویکرد می‌تواند در ارتقای رشد پس از سانحه و امید به زندگی بیماران مبتلا به سرطان نیز نقش‌آفرین باشد (Teymourizadeh et al., 2020). پژوهش‌های دیگر نیز بیان کرده‌اند که مداخلات روان‌درمانی مثبت می‌تواند استرس ادراک‌شده را کاهش داده و معنا و هدف زندگی را در والدین دارای فرزند بیمار افزایش دهند (Rezaei Kalantari et al., 2019).

مطالعات انجام شده بر روی مادران کودکان مبتلا به سرطان خون در ایران نیز نتایج مشابهی را گزارش کرده‌اند. یافته‌ها نشان می‌دهد که تکنیک‌های مثبت‌نگر می‌توانند سلامت روان و امیدواری مادران را ارتقا دهند (Jowkar, 2018; Mohammadian & Maarefi, 2016). همچنین، آموزش این تکنیک‌ها در کاهش استرس ادراک‌شده مادران این بیماران نقش مؤثری دارد و می‌تواند به آنها در مدیریت فشارهای روانی کمک کند (Rezaei Kalantari et al., 2019).

ابعاد گسترده‌تری از روان‌درمانی مثبت نیز در پژوهش‌های اخیر مطرح شده است. برای نمونه، مداخلات روان‌درمانی مثبت بر انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل پریشانی زنان مطلقه مؤثر بوده است (Khorasani, 2024). همچنین، آموزش این رویکرد توانسته است در کاهش تعارضات زناشویی و ارتقای سلامت معنوی زنان نقش ایفا کند (Davoodifar & Esmaeilian, 2024). در حوزه شغلی نیز روان‌درمانی مثبت با کاهش فرسودگی شغلی و خستگی دلسوزی در کادر درمانی در دوران همه‌گیری کرونا نتایج مثبتی داشته است (Bagheri-Shalamzari).

(Khoshakhlagh, 2024). افزون بر این، ابزارهای جدیدی برای ارزیابی تجربه‌های مثبت و منفی روان‌درمانی توسعه یافته‌اند که نشان می‌دهند بیماران تا چه حد از این مداخلات سود می‌برند (Dandachi-FitzGerald, 2024).

بر اساس شواهد موجود، استفاده از رویکرد روان‌درمانی مثبت نه تنها در بهبود وضعیت بیماران بلکه در حمایت از خانواده‌های آنان اهمیت دارد. در ایران نیز نهادهایی همچون انجمن علمی خون و سرطان کودکان ایران با هدف حمایت از کودکان و خانواده‌های آنان تلاش کرده‌اند تا رویکردهای حمایتی و درمانی مؤثری را توسعه دهند (Abolghasemi et al., 2024). این اقدامات نشان‌دهنده اهمیت توجه به سلامت روان والدین در کنار درمان جسمی کودکان است.

به طور کلی، مرور ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت می‌تواند به طور معناداری استرس ادراک‌شده را کاهش داده و سلامت روان و امیدواری را در مادران کودکان مبتلا به سرطان خون ارتقا دهد. این یافته‌ها با توجه به تأثیر عمیق بیماری کودک بر روان والدین، ضرورت اجرای مداخلات مبتنی بر روان‌درمانی مثبت را بیش از پیش آشکار می‌سازد. از این رو، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک‌شده، سلامت روان و امیدواری مادران کودکان مبتلا به سرطان خون انجام شد.

روش‌شناسی

پژوهش از نظر هدف کاربردی و از لحاظ روش یک طرح نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود که در آن از یک گروه آزمایشی و یک گروه کنترل استفاده شد.

جامعه آماری پژوهش حاضر، شامل کلیه مادران دارای کودک سرطان خون که در سال ۱۴۰۳ به بیمارستان محک مراجعه کردند، بود. نمونه‌ها به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شدند و به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایشی (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند. در هر دو گروه آزمایش و کنترل، بیشتر افراد شرکت کننده در پژوهش دارای فرزند پسر بوده، بیشتر آن‌ها در رده سنی ۱۱ تا ۱۴ سال بوده، بیشتر مادران در رده سنی ۲۵ تا ۳۵ سال بوده، تحصیلات آن‌ها غالباً لیسانس بوده، از نظر اشتغال بیشتر مادران خانه‌دار بوده و بیشتر آن‌ها چند فرزند داشتند.

۱- **مقیاس استرس ادراک شده (PSS-14)** توسط کوهن، کاماراک و مرملاستین (۱۹۸۳) تهیه شده است و دارای ۱۴ سوال است. نمره گذاری مقیاس براساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت به هرگز (۰)، تقریباً هرگز (۱)، گاهی اوقات (۲)، اغلب اوقات (۳)، و بسیاری اوقات (۴) است. سوالات ۴-۵-۶-۷-۹-۱۰ و ۱۳ به طور معکوس نمره گذاری میشوند. کمترین امتیاز کسب شده صفر و بیشترین نمره ۵۶ است. نمره بالاتر نشان دهنده استرس ادراک شده بیشتر است. کوهن، کاماراک و مرملاستین (۱۹۸۳) آلفای کرونباخ برای این مقیاس را ۰/۸۵ به دست آوردند. صالحی قدری (۱۳۷۳) ضریب آلفای کرونباخ برای پایایی این آزمون را ۰/۷۵ ذکر کرده است، در پژوهش انجام شده توسط سپهوند (۱۳۸۷) نیز ضریب آلفای کرونباخ برای مقیاس ۰/۸۰ به دست آمده است (مقدم، رشی دزاده، شمس علیزاده و فلاحی، ۱۳۹۸).

۲- **مقیاس سلامت روان (GHQ-28)** توسط گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۲) تنظیم شده و این دارای ۲۸ سؤال است. سوالات آن در بر گیرنده چهار خرده مقیاس (علائم جسمانی، اضطراب، اختلال عملکرد اجتماعی، افسردگی) می‌باشد که هر یک از آن‌ها خود شامل ۷ سوال می‌باشند. نمره گذاری مقیاس بر اساس طیف ۴ درجه‌ای لیکرت (صفر تا ۳) است. گلدبرگ و ویلیامز^۳ (۱۹۸۸) پایایی به روش دو نیمه کردن برای این مقیاس را ۰/۹۵ گزارش کردند. چان^۴ (۱۹۸۵) پس از اجرای مقیاس بر روی ۷۲ دانشجو در هنگ کنگ، ضریب همسانی درونی

¹ perceived stress scale

² general health questionnaire-28

³ Williams, A.

⁴ Chan, D

این مقیاس را با استفاده از روش آلفای کرونباخ $0/93$ گزارش کرد. رابینسون^۱ و پرایس^۲ (۱۹۸۶) از 103 بیمار که قبلاً سکتة قلبی کرده بودند خواستند که در دو نوبت به فاصله ۸ ماه، مقیاس سلامت روان را تکمیل کنند. تحلیل نتایج، ضریب پایایی $0/90$ به دست آمد. همچنین در ایران تقوی (۲۰۰۱) پایایی مقیاس سلامت روان را بر اساس سه روش بازآزمایی، دو نیمه کردن و آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار داد که به ترتیب، ضرایب پایایی $0/93$ ، $0/70$ و $0/90$ را به دست آورد.

۳- مقیاس امیدواری (SHS) توسط اشنایدر (۱۹۹۱) برای سنین ۱۵ سال به بالا طراحی شده است و شامل ۱۲ گویه و دو خرده مقیاس گذرگاه و انگیزش می‌باشد. برای پاسخ دادن به هر سوال، پیوستاری از ۱ (کاملاً غلط) تا ۵ (کاملاً درست) در نظر گرفته شده است. در پژوهشی که توسط گلزاری (۱۳۸۶) بر روی ۶۶۰ دانش آموز دختر در استان تهران انجام شد، پایایی مقیاس امید اشنایدر با مقیاس‌های فرآیندهای شناختی مشابهی را می‌سنجد، همبستگی بالایی دارد. به عنوان مثال، نمره‌های مقیاس امید به میزان $0/50$ تا $0/60$ با مقیاس خوشبینی شیبورو کارور^۴ همبستگی دارد. همچنین، نمرات این مقیاس با نمرات سیاهه افسردگی همبستگی منفی دارد. به علاوه، طبق نظر متخصصان بالینی، روایی این مقیاس به روش محتوای نیز مورد تأیید قرار گرفته است.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با کمک نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ از آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی تحلیل کوواریانس و مفروضه‌های آن (آزمون کولموگروف اسمیرنوف، آزمون لون، آزمون ام‌باکس، اثر پیلائی، لامبدای ویلکز، اثر هتلینگ و آزمون بزرگترین ریشه روی) استفاده شد.

یافته‌ها

نظر به نتایج جدول در پس‌آزمون، نمره استرس ادراک شده و نمره سلامت روان گروه آزمایش دارای کاهش بوده است. نمره امیدواری گروه آزمایش دارای افزایش بوده است.

جدول ۱. میانگین و انحراف استاندارد

متغیر	نوبت آزمون	گروه	میانگین	انحراف استاندارد
استرس ادراک شده	پیش‌آزمون	کنترل	۴۷.۵۳	۳.۳۱۳
		آزمایش	۴۷.۴۶	۳.۱۱۳
	پس‌آزمون	کنترل	۴۷.۵۳	۲.۶۱۴
		آزمایش	۳۱.۶۶	۳.۰۱۵
سلامت روان	پیش‌آزمون	کنترل	۶۹.۹۳	۴.۹۹۲
		آزمایش	۶۹.۶۰	۵.۹۷۳
	پس‌آزمون	کنترل	۶۹.۸۰	۵.۰۰۲
		آزمایش	۶۰.۶۶	۵.۰۵۲
امیدواری	پیش‌آزمون	کنترل	۱۳.۵۳	۲.۳۵۶
		آزمایش	۱۳.۵۳	۲.۴۴۵
	پس‌آزمون	کنترل	۱۳.۴۰	۲.۰۶۳
		آزمایش	۲۰.۳۳	۱.۶۷۶

¹ Rabinson, C.

² Prise, K.

³ snyder hope scale

⁴ Shibri Karor

نظر به نتایج جدول سطح معنی داری های به دست آمده بزرگتر از ۰/۰۱ است و لذا با اطمینان می توان بیان نمود که توزیع داده های پژوهش از ویژگی نرمال بودن تبعیت می کنند و لذا می توان از آزمون تحلیل کوواریانس برای تحلیل فرضیه های پژوهش استفاده کرد.

جدول ۲. نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف

متغیر	آزمایش K-S	سطح معناداری	کنترل آماره K-S	سطح معناداری
استرس ادراک شده	۰.۲۰۸	۰.۰۶۲	۰.۰۹۷	۰.۲۱۳
سلامت روان	۰.۰۹۳	۰.۲۰۰	۰.۱۵۱	۰.۰۷۸
امیدواری	۰.۱۴۴	۰.۱۱۵	۰.۱۳۷	۰.۱۶۲

نظر به نتایج جدول سطح معنی داری های به دست آمده بزرگتر از ۰/۰۱ است و لذا با اطمینان می توان بیان نمود که واریانس گروه ها از تجانس برخوردار بوده و فرض صفر در آزمون لون که عبارت از آن است که واریانس دو گروه دارای تجانس است، مورد تایید قرار می گیرد و با توجه به اینکه فرض همگنی واریانس ها رعایت شده است، از آزمون تحلیل کوواریانس می توان برای تحلیل فرضیه های پژوهش استفاده نمود.

جدول ۳. نتایج آزمون لون برای بررسی همگنی واریانس ها

متغیر	آزمایش آماره لون	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	کنترل سطح معناداری	سطح معناداری
استرس ادراک شده	۰.۰۰۵	۱	۲۸	۰.۹۴۵	۰.۳۹۴
سلامت روان	۰.۰۲۲	۱	۲۸	۰.۸۸۳	۰.۷۴۳
امیدواری	۱.۰۹۱	۱	۲۸	۰.۳۰۵	۰.۷۷۴

نظر به نتایج جدول سطح معنی داری های به دست آمده بزرگتر از ۰/۰۱ است و لذا با اطمینان می توان بیان نمود که واریانس گروه ها از تجانس برخوردار بوده و فرض صفر در آزمون لون که عبارت از آن است که واریانس دو گروه دارای تجانس است، مورد تایید قرار می گیرد و با توجه به اینکه فرض همگنی واریانس ها رعایت شده است، از آزمون تحلیل کوواریانس می توان برای تحلیل فرضیه های پژوهش استفاده نمود.

جدول ۴. نتایج آزمون امباکس برای بررسی همسانی ماتریس های کوواریانس

Si g	آماره آزمون F	آماره آزمون امباکس
۰.۸۴۰	۰.۴۵۸	۳.۱۰۹

نظر به نتایج جدول مقدار آزمون امباکس (۳/۱۰۹) بزرگتر از سطح معناداری ۰/۰۱ مورد نیاز برای رد فرض صفر است، لذا فرض صفر مبنی بر همسانی ماتریس کوواریانس ها مورد تایید قرار می گیرد. بدین ترتیب مفروضه همسانی ماتریس کوواریانس ها، به عنوان یک از مفروضه های آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیری برقرار می باشد.

جدول ۵. نتایج آماره های تحلیل کوواریانس چند متغیره مانکوا برای بررسی اثر اصلی گروه بر متغیرهای وابسته

آزمون	مقدار	df فرضیه	df خطا	F	سطح معناداری P
آزمون اثر پیلای	۰.۹۰۱	۳	۲۶	۷۹	۰.۰۰۰
آزمون لامبدای ویلکز	۰.۰۹۹	۳	۲۶	۷۹	۰.۰۰۰
آزمون اثر هتلینگ	۹.۱۲۲	۳	۲۶	۷۹	۰.۰۰۰
آزمون بزرگترین ریشه روی	۹.۱۲۲	۳	۲۶	۷۹	۰.۰۰۰

**P<۰/۰۰۱

نظر به نتایج جدول نتایج هر چهار آزمون اثر پیلایی (۰/۹۰۱)، لامبدای ویلکز (۰/۰۹۹)، اثر هتلینگ و بزرگترین ریشه روی (۹/۱۲۲) نشان می‌دهد که اثر گروه (آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت) بر متغیرهای منتخب پژوهش در نمونه مورد مطالعه معنادار می‌باشد ($P < ۰/۰۰۱$) و ($F=۷۹$). آزمون فوق قابلیت استفاده از تحلیل کواریانس چندمتغیره را مجاز شمرده است.

جدول ۶. نتایج تحلیل کواریانس در پیش‌آزمون و پس‌آزمون فرضیه اصلی پژوهش

متغیر	منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	آماره F	سطح معناداری	مجدور اتا (اندازه اثر)	توان آماری
استرس ادراک شده	پیش‌آزمون	۴۷۰۴۴.۸۰۰	۱	۴۷۰۴۴.۸۰۰	۵۹۰۵.۲۰۵	.۰۰۰	.۹۹۵	۱
	اثر گروه	۱۸۸۸.۱۳۳	۱	۱۸۸۸.۱۳۳	۲۳۷	.۰۰۰	.۸۹۴	۱
	خطا	۲۲۳.۰۶۷	۲۸	۷.۹۶۷	-	-	-	-
	کل	۴۹۱۵۶.۰۰۰	۳۰	-	-	-	-	-
سلامت روان	پیش‌آزمون	۱۳۵۶۰۹.۶۳۳	۱	۱۳۵۶۰.۹۶۳۳	۵۳۶۵.۱۱۴	.۰۰۰	.۹۹۵	۱
	اثر گروه	۱۹۷.۶۳۳	۱	۱۹۷.۶۳۳	۷.۸۱۹	.۰۰۹	.۲۱۸	۱
	خطا	۷۰۷.۷۳۳	۲۸	۲۵.۲۷۶	-	-	-	-
	کل	۱۳۶۵۱۵.۰۰۰	۳۰	-	-	-	-	-
امیدواری	پیش‌آزمون	۸۵۳۴.۵۳۳	۱	۸۵۳۴.۵۳۳	۲۴۱۵.۴۳۴	.۰۰۰	.۹۸۹	۱
	اثر گروه	۳۶۰.۵۳۳	۱	۳۶۰.۵۳۳	۱۰۲	.۰۰۰	.۷۸۵	۱
	خطا	۹۸.۹۳۳	۲۸	۳.۵۳۳	-	-	-	-
	کل	۸۹۹۴.۰۰۰	۳۰	-	-	-	-	-
$P < ۰/۰۰۱$								

نظر به نتایج جدول گروه آزمایش پس از دریافت آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت تفاوت معنی‌داری در نمرات استرس ادراک شده، سلامت روان و امیدواری در مقایسه با گروه کنترل کسب کرده است (به ترتیب $P < ۰/۰۱$ و $F=۲۳۷$ ، $F=۷/۸۱۹$ ، $F=۱۰۲$). بنابراین آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک شده، سلامت روان و امیدواری در مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون اثربخش بوده است و با توجه به مجدور اتا (اندازه اثر) می‌توان گفت میزان اثربخشی آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر استرس ادراک شده در مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون ۸۹/۴ درصد بر سلامت روان مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون ۲۱/۸ درصد و بر امیدواری مادران دارای کودک مبتلا به سرطان خون ۷۸/۵ درصد می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت توانست به طور معناداری استرس ادراک‌شده مادران کودکان مبتلا به سرطان خون را کاهش داده، سلامت روان آنان را ارتقا بخشد و همچنین امیدواری را در میان این گروه افزایش دهد. این نتایج همسو با ادبیات پژوهشی پیشین است که بر کارایی مداخلات مثبت‌نگر در بهبود وضعیت روان‌شناختی بیماران و خانواده‌های آنان تأکید داشته‌اند. کاهش استرس ادراک‌شده که در این مطالعه مشاهده شد، بیانگر آن است که مادران پس از شرکت در جلسات روان‌درمانی مثبت توانسته‌اند با استفاده از تکنیک‌های ارائه شده، ارزیابی‌های شناختی و هیجانی خود را نسبت به شرایط بیماری فرزند بازسازی کرده و فشارهای روانی را بهتر مدیریت کنند. چنین تأثیری پیش‌تر نیز در پژوهش‌های مرتبط گزارش شده است، به طوری که آموزش‌های مثبت‌نگر موجب کاهش علائم استرس و بهبود سازگاری روانی در والدین بیماران خاص شده است (Rezaei Kalantari et al., 2019).

یکی از دلایل کاهش استرس ادراک‌شده در مادران، تقویت نگرش‌های مثبت و تمرکز بر منابع درونی و بیرونی قابل اتکا است. روان‌درمانی مثبت با ایجاد تغییر در الگوهای تفکر و بازنگری در برداشت‌های فرد از موقعیت‌های استرس‌زا، به افراد کمک می‌کند که احساس کنترل

بیشتری بر شرایط داشته باشند. این یافته همسو با پژوهش (Taghipour, 2019) است که نشان داد استفاده از تکنیک‌های مثبت‌نگر می‌تواند سطح استرس مادران کودکان سرطانی را به طور معناداری کاهش دهد. همچنین، نتایج با مطالعه (Bebrafkan, 2022) همخوانی دارد که در آن استرس به عنوان عاملی مخرب برای سلامت روان کودکان و والدین معرفی شده و تأکید شده است که مداخلات حمایتی و روان‌درمانی می‌توانند اثرات منفی استرس را تعدیل نمایند.

بهبود سلامت روان مادران نیز از دیگر دستاوردهای پژوهش حاضر بود. آموزش تکنیک‌های مثبت‌نگر باعث شد که مادران نه تنها استرس کمتری تجربه کنند، بلکه سطح اضطراب و افسردگی آن‌ها کاهش یافته و عملکرد اجتماعی و هیجانی بهتری از خود نشان دهند. یافته‌های به‌دست‌آمده با نتایج پژوهش (Mohammadian & Maarefi, 2016) همسو است که نشان داد تکنیک‌های مثبت‌نگر توانستند سلامت روان مادران کودکان مبتلا به سرطان را بهبود بخشند. همچنین، پژوهش (Jowkar & Rahmani, 2018) گزارش کرد که این مداخلات موجب ارتقای امیدواری و سلامت روان مادران در شرایط مشابه شدند. یافته‌های حاضر همچنین با مطالعه (Karimi et al., 2022) قابل مقایسه است که در آن استفاده از روان‌درمانی مثبت موجب افزایش امید به زندگی و بهزیستی روان‌شناختی زنان مبتلا به سرطان پستان گردید. این شواهد نشان می‌دهد که روان‌درمانی مثبت به واسطه تمرکز بر منابع مثبت و توانمندی‌های فردی، سازوکارهای موثری برای ارتقای سلامت روان فراهم می‌کند.

افزایش امیدواری در مادران کودکان مبتلا به سرطان خون نیز یافته قابل توجهی بود. امید به عنوان یک منبع مهم مقابله‌ای در شرایط دشوار شناخته می‌شود و تقویت آن می‌تواند تاب‌آوری افراد را ارتقا بخشد. در پژوهش حاضر، آموزش تکنیک‌های مثبت‌نگر منجر به افزایش امیدواری مادران گردید که همسو با نتایج (Koyu et al., 2024) است. در آن مطالعه نشان داده شد که تاب‌آوری روان‌شناختی و سلامت معنوی نقش مهمی در تجربه امید والدین کودکان سرطانی ایفا می‌کند. همچنین، پژوهش (Teymourizadeh et al., 2020) اثبات کرد که روان‌درمانی مثبت در بیماران سرطانی می‌تواند رشد پس از سانحه و امید به زندگی را تقویت کند. یافته‌های حاضر با نتایج پژوهش (Matthews, 2024) نیز مطابقت دارد که رابطه میان تفکر مثبت و سلامت روان در بیماران سرطانی را نشان داده و تأکید کرده است که امید و نگرش مثبت می‌تواند مسیر بهبود روان‌شناختی را هموار سازد.

با وجود این، نتایج پژوهش حاضر تنها محدود به مادران کودکان مبتلا به سرطان خون نیست و می‌توان آن‌ها را در زمینه‌های مشابه نیز بسط داد. برای نمونه، پژوهش (KhodaBakhsh et al., 2015) نشان داد که روان‌درمانی مثبت بر کاهش علائم افسردگی و افزایش تاب‌آوری در بیماران سرطانی تأثیر معناداری دارد. همچنین، نتایج (Davoodifar & Esmaeilian, 2024) نشان داد که این رویکرد در کاهش تعارضات زناشویی و افزایش سلامت معنوی زنان با مشکلات خانوادگی مؤثر بوده است. این شواهد نشان می‌دهد که کاربرد روان‌درمانی مثبت محدود به شرایط خاصی نیست و می‌تواند در زمینه‌های مختلفی از جمله مشکلات خانوادگی، بیماری‌های صعب‌العلاج و حتی اختلالات روان‌شناختی متنوع مفید باشد.

مطالعات بین‌المللی نیز یافته‌های پژوهش حاضر را تقویت می‌کنند. برای مثال، (Ljungman et al., 2015) در مطالعه‌ای طولی نشان داد که والدین کودکان مبتلا به سرطان در گذر زمان دچار علائم استرس پس از سانحه می‌شوند و نیازمند مداخلات حمایتی هستند. در چنین شرایطی، روان‌درمانی مثبت با تمرکز بر ایجاد هیجانات مثبت و بازسازی شناختی می‌تواند راهکاری کارآمد برای کاهش فشار روانی باشد. افزون بر این، پژوهش (Diener et al., 2018) نشان داده است که پیشرفت‌های حاصل از پژوهش‌های بهزیستی ذهنی، اهمیت تقویت تجارب مثبت و خوشایند را در ارتقای سلامت روان برجسته می‌کند. یافته‌های حاضر با این دیدگاه همخوان است زیرا مداخلات مثبت‌نگر توانستند امیدواری و رضایت روانی مادران را بهبود دهند.

از منظر گسترده‌تر، می‌توان گفت یافته‌های این پژوهش همسو با تلاش‌های نهادی برای حمایت از خانواده‌های کودکان مبتلا به بیماری‌های صعب‌العلاج است. در ایران، انجمن علمی خون و سرطان کودکان ایران نقش مهمی در ارتقای حمایت‌های روانی و اجتماعی والدین ایفا کرده

است (Abolghasemi et al., 2024). همچنین، کاربست روان‌درمانی مثبت در محیط‌های شغلی نیز اثربخشی خود را نشان داده است؛ برای نمونه، (Bagheri-Shalamzari & Khoshakhlagh, 2024) در پژوهش خود اثبات کردند که این رویکرد توانسته است در کاهش فرسودگی شغلی و خستگی دلسوزی کادر درمانی در دوران کرونا مؤثر باشد. این نتایج نشان می‌دهد که روان‌درمانی مثبت ظرفیت بالایی در پاسخگویی به طیف متنوعی از مشکلات روانی و اجتماعی دارد.

به طور کلی، یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت بر سه متغیر اصلی یعنی استرس ادراک‌شده، سلامت روان و امیدواری مادران کودکان مبتلا به سرطان خون اثرات معناداری داشته است. این نتایج نه تنها همسو با پژوهش‌های پیشین هستند، بلکه ضرورت توجه به مداخلات مثبت‌نگر در حمایت از خانواده‌های کودکان سرطانی را نیز تقویت می‌کنند. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که روان‌درمانی مثبت یک رویکرد مؤثر و کاربردی در بهبود کیفیت زندگی مادران در شرایط پرتنش ناشی از بیماری کودک است.

این پژوهش با محدودیت‌هایی همراه بود. نخست آنکه جامعه آماری صرفاً شامل مادران کودکان مبتلا به سرطان خون در بیمارستان محک بود و بنابراین تعمیم نتایج به سایر گروه‌ها باید با احتیاط انجام شود. دوم اینکه به دلیل شرایط بالینی کودکان و لزوم رعایت پروتکل‌های درمانی، اجرای جلسات مداخله‌ای گاهی با تأخیر یا تغییر زمان مواجه شد. سوم، حجم نمونه محدود بود که ممکن است بر قدرت تعمیم نتایج تأثیر گذاشته باشد. همچنین، این پژوهش تنها از ابزارهای خودگزارشی برای سنجش متغیرها استفاده کرد که احتمال خطای پاسخ‌دهی را افزایش می‌دهد.

در پژوهش‌های آتی پیشنهاد می‌شود جامعه آماری متنوع‌تری شامل پدران و دیگر مراقبان کودکان سرطانی مورد بررسی قرار گیرد تا تصویر کامل‌تری از نقش خانواده در مدیریت استرس و امیدواری حاصل شود. همچنین، استفاده از طرح‌های طولی و پیگیری‌های چندماهه یا چندساله می‌تواند پایداری اثرات روان‌درمانی مثبت را آشکار سازد. به علاوه، ترکیب روش‌های کمی و کیفی به پژوهشگران کمک خواهد کرد تا درک عمیق‌تری از تجربه‌های زیسته مادران در فرایند درمان فرزندان‌شان به دست آورند. همچنین مقایسه رویکرد روان‌درمانی مثبت با سایر مداخلات روان‌شناختی مانند درمان شناختی-رفتاری یا درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند مفید واقع شود.

با توجه به نتایج این پژوهش، پیشنهاد می‌شود که آموزش تکنیک‌های روان‌درمانی مثبت به عنوان بخشی از خدمات حمایتی در بیمارستان‌های تخصصی کودکان به‌ویژه در بخش‌های انکولوژی گنجانده شود. برگزاری کارگاه‌های آموزشی برای مادران و والدین، فراهم کردن بسته‌های روانی-آموزشی، و ادغام این رویکرد در خدمات مشاوره‌ای مراکز درمانی می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای سلامت روان خانواده‌ها داشته باشد. همچنین، آموزش روان‌درمانی مثبت به روان‌شناسان بالینی و مشاوران فعال در بیمارستان‌ها می‌تواند به استانداردسازی این مداخلات کمک کند و مسیرهای حمایتی پایدارتر برای خانواده‌های کودکان مبتلا به سرطان ایجاد نماید.

مشارکت نویسندگان

در نگارش این مقاله تمامی نویسندگان نقش یکسانی ایفا کردند.

موازین اخلاقی

در انجام این پژوهش تمامی موازین و اصول اخلاقی رعایت گردیده است.

تعارض منافع

در انجام مطالعه حاضر، هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران از تمامی شرکت کنندگان که در اجرای پژوهش حاضر کمک نمودند نهایت قدردانی و سپاس را دارند.

شفافیت داده‌ها

داده‌ها و مآخذ پژوهش حاضر در صورت درخواست از نویسنده مسئول و ضمن رعایت اصول کپی رایت ارسال خواهد شد.

حامی مالی

این پژوهش حامی مالی نداشته است.

چکیده گسترده

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Childhood cancer, particularly leukemia, represents one of the most severe health challenges for families, with long-term implications for both the patients and their caregivers. When a child is diagnosed with cancer, the burden is not limited to physical treatment but extends deeply into the psychological and emotional lives of parents, especially mothers, who often serve as the primary caregivers. Numerous studies have demonstrated that mothers experience higher levels of stress and psychological distress compared to fathers during and after the child's treatment trajectory (Ljungman et al., 2015). This high perceived stress has been associated with negative cognitive evaluations of the illness, increased vulnerability to psychological disorders, and overall impairment of mental health (Bebrafkan, 2022).

Perceived stress is defined as an individual's cognitive appraisal that environmental demands exceed their available resources, leading to feelings of helplessness and psychological pressure (Kianrad et al., 2019). Mothers of children with leukemia often report more intense and persistent stressors compared to other parents due to the prolonged and invasive treatment processes their children endure. These stressors can result in compromised mental health and diminished psychological resilience (Rezaei Kalantari et al., 2019). Importantly, such stress also undermines a vital psychological resource—hope—which plays a significant role in coping, motivation, and meaning-making in adverse life circumstances (Koyu et al., 2024).

Hope is conceptualized as a cognitive-motivational construct involving goal-directed energy and planning to achieve goals. It has been identified as a protective factor that sustains psychological well-being and enables individuals to endure hardship. In the context of pediatric cancer, parental hope has been shown to act as a buffer against emotional exhaustion and psychological breakdown (Matthews, 2024). Studies emphasize that higher hope levels in parents can contribute not only to their own well-being but also to better caregiving behaviors and greater support for the ill child (Karimi et al., 2022).

Given the severe challenges faced by mothers of children with leukemia, there is a growing emphasis on psychological interventions designed to reduce perceived stress, enhance mental health, and foster hope. Positive psychotherapy, introduced by Seligman and colleagues, has emerged as a promising intervention in this context. Unlike traditional approaches that primarily address psychopathology, positive psychotherapy focuses on cultivating positive emotions, strengths, and virtues, thereby enhancing overall well-being (Diener

et al., 2018). It has been widely applied across clinical populations, including individuals with depression, anxiety, trauma, and chronic illness (KhodaBakhsh et al., 2015).

Research evidence supports the effectiveness of positive psychotherapy in diverse populations. For instance, it has been found to increase resilience and decrease depressive symptoms in cancer patients (KhodaBakhsh et al., 2015), to promote post-traumatic growth and hope among individuals with severe illnesses (Teymourizadeh et al., 2020), and to improve psychological well-being and hope in women with breast cancer (Karimi et al., 2022). Moreover, studies on mothers of children with cancer confirm that positive thinking techniques can significantly reduce stress, improve mental health, and raise levels of hope (Jowkar & Rahmani, 2018; Mohammadian & Maarefi, 2016; Taghipour, 2019).

The practical relevance of positive psychotherapy is not limited to individual patients. Its benefits have also been documented in relational and occupational domains. For example, interventions based on positive psychotherapy have successfully reduced marital conflicts and enhanced spiritual well-being among women experiencing family difficulties (Davoodifar & Esmaeilian, 2024). In occupational settings, they have helped healthcare workers manage compassion fatigue and job burnout during the COVID-19 pandemic (Bagheri-Shalamzari & Khoshakhlagh, 2024). In addition, recent methodological advancements have provided tools to assess clients' positive and negative experiences of psychotherapy, offering better monitoring of treatment processes (Dandachi-FitzGerald, 2024).

In the Iranian context, the importance of psychological interventions for families of children with cancer is further underscored by institutional initiatives. The Iranian Scientific Association of Pediatric Hematology and Oncology has highlighted the necessity of supportive programs addressing both medical and psychological aspects of pediatric hematologic diseases (Abolghasemi et al., 2024). Against this backdrop, interventions such as positive psychotherapy become not only therapeutic strategies but also essential public health tools. Therefore, the present study was designed to evaluate the effectiveness of positive psychotherapy techniques on perceived stress, mental health, and hope in mothers of children with leukemia. It builds on a robust body of literature underscoring the urgent need for psychological support among this population and contributes new empirical evidence from the Iranian healthcare setting.

Methods and Materials

This study employed an applied quasi-experimental design with a pre-test–post-test format and a control group. The statistical population consisted of all mothers of children diagnosed with leukemia who were referred to Mahak Hospital in 2024. A total of 30 participants were recruited using simple random sampling and were randomly assigned to an experimental group ($n=15$) and a control group ($n=15$).

The research instruments included Cohen, Kamarak, and Mermelstein's Perceived Stress Scale (1983), Goldberg and Hiller's General Health Questionnaire (1972), and Snyder's Hope Scale (1991). The experimental group received positive psychotherapy training based on Seligman's (2010) protocol, which was delivered in six weekly sessions lasting 45 minutes each. The control group did not receive any intervention during the study period.

Data analysis was performed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA) with SPSS version 26, after confirming assumptions such as normality, homogeneity of variances, and equality of covariance matrices.

Findings

The results of the analysis indicated that positive psychotherapy techniques had significant effects on all three dependent variables. Specifically, mothers in the experimental group reported a substantial decrease in perceived stress compared to the control group at post-test. Furthermore, the intervention led to a marked improvement in mental health outcomes, as indicated by lower levels of anxiety, depression, and somatic

symptoms. Finally, hope scores significantly increased among mothers who participated in the positive psychotherapy sessions, whereas no such changes were observed in the control group.

Effect size estimates confirmed the strength of these findings. Positive psychotherapy accounted for 89.4% of the variance in reduced perceived stress, 21.8% of the variance in improved mental health, and 78.5% of the variance in enhanced hope. These results demonstrate the broad and meaningful impact of the intervention on the psychological functioning of mothers caring for children with leukemia.

Discussion and Conclusion

The findings of this study highlight the powerful role of positive psychotherapy in alleviating psychological distress and promoting adaptive coping among mothers of children with leukemia. The significant reduction in perceived stress observed aligns with prior evidence that positive interventions help individuals reframe their appraisal of stressful situations and foster greater psychological control (Rezaei Kalantari et al., 2019; Taghipour, 2019). This result underscores the relevance of stress management approaches that move beyond symptom reduction and instead emphasize the cultivation of positive cognitions and emotions (Bebrafkan, 2022).

The improvement in mental health outcomes is consistent with prior research demonstrating the ability of positive psychotherapy to reduce depressive symptoms, anxiety, and psychological distress across clinical and non-clinical populations (KhodaBakhsh et al., 2015; Mohammadian & Maarefi, 2016). Such improvements may result from the therapy's focus on enhancing strengths, practicing gratitude, and engaging in activities that promote meaning and fulfillment, all of which can buffer against the detrimental effects of caregiving stress.

Equally important is the increase in hope among participants. Hope has been identified as a crucial psychological resource that not only sustains parents' motivation but also improves their caregiving capacity (Koyu et al., 2024). The current findings echo those of (Teymourizadeh et al., 2020) and (Karimi et al., 2022), which documented similar gains in hope and psychological well-being following positive psychotherapy among cancer patients. Moreover, these results are consistent with (Matthews, 2024), who emphasized the close relationship between positive thinking and mental health outcomes in oncology settings. Beyond the individual effects, the study's findings contribute to the broader discourse on family-centered care in pediatric oncology. By supporting mothers, who are often the primary caregivers, interventions like positive psychotherapy indirectly enhance the quality of life and potentially even treatment adherence of the child. This is aligned with institutional calls for comprehensive support programs for families of children with cancer (Abolghasemi et al., 2024). Furthermore, the applicability of positive psychotherapy across contexts—such as marital conflict (Davoodifar & Esmailian, 2024), occupational burnout (Bagheri-Shalamzari & Khoshakhlagh, 2024), and clinical psychotherapy monitoring (Dandachi-FitzGerald, 2024)—underscores its versatility and potential for integration into multidisciplinary care.

In conclusion, the study provides robust evidence that teaching positive psychotherapy techniques is an effective and practical approach to reducing perceived stress, improving mental health, and enhancing hope in mothers of children with leukemia. These results validate the growing emphasis on strength-based interventions in clinical psychology and highlight the necessity of incorporating such programs into pediatric oncology settings. By fostering psychological resilience and promoting well-being, positive psychotherapy not only benefits the mothers but also contributes to the holistic care of children battling life-threatening illnesses.

References

- Abolghasemi, H., Faranoosh, M., & Gholizadeh, G. (2024). Leadership in supporting children with hematologic diseases and cancer: The story of the Iranian Scientific Association of Pediatric Hematology and Oncology. *Journal of the Medical System Organization of the Islamic Republic of Iran*, 42(2), 79-83. https://jmciri.ir/browse.php?a_id=3321&sid=1&slc_lang=fa
- Bagheri-Shalamzari, R., & Khoshakhlagh, H. (2024). Comparison of the effectiveness of positive psychotherapy and reality therapy training on compassion fatigue and job burnout among healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Avicenna Journal*, 26(3). <https://ebnesina.ajauims.ac.ir/article-1-1328-en.html>
- Bebrafkan, N. (2022). The impact of stress on children's mental health. Proceedings of the 3rd National Conference on Management, Psychology, and Behavioral Sciences, Tehran. https://jmciri.ir/browse.php?a_id=3321&sid=1&slc_lang=fa
- Dandachi-FitzGerald, B. (2024). A Scale for Measuring Positive and Negative Experiences of Psychotherapy (PNEP): First Psychometric Findings of a New Instrument for Monitoring Clients' Experiences. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 31(3). <https://doi.org/10.1002/cpp.3014>
- Davoodifar, F., & Esmaeilian, Z. (2024). The Effectiveness of Positive Psychotherapy on Marital Conflicts and Spiritual Wellbeing of Women With Marital Conflicts. *PWJ*, 5(2), 51-58. <https://doi.org/10.61838/kman.pwj.5.2.8>
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Jowkar, S., & Rahmani, S. (2018). The effectiveness of positive thinking techniques on mental health and hopefulness of mothers of children with cancer. *QUARTERLY JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY*, 4, 305-315. <https://sid.ir/paper/213999/fa>
- Karimi, R., Mirzaeian, B., & Abbasi, G. (2022). The effectiveness of positive psychotherapy on hope for life and psychological well-being of women with breast cancer. *Quarterly Journal of Applied Family Therapy*, 3(5), 35-54. <https://doi.org/10.61838/kman.afj.3.5.4>
- KhodaBakhsh, R., Khosravi, Z., & Shahangian, S. (2015). The impact of positive psychotherapy on depressive symptoms and resilience capacities in cancer patients. *Journal of Positive Psychology Research*, 1(1), 35-50. https://pppls.ui.ac.ir/article_18993.html
- Khorasani, A. H. (2024). Investigating the effectiveness of positive psychotherapy on cognitive flexibility and distress tolerance in divorced women. *J Fam Relat Stud*, 4(13), 32-39. <https://doi.org/10.32598/jfrs.4.13.32>
- Kianrad, N., Neshat Doost, H. T., & Sarafraz, M. R. (2019). Self-regulation mediation model in the relationship between perceived stress and detrimental effects of stress in mothers of children with cancer. *Quarterly Journal of Research in Psychological Health*, 13(3), 15-30. https://rph.khu.ac.ir/browse.php?a_id=3596&slc_lang=fa&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1
- Koyu, H. O., Algül, G., Altay, N., & Kilcarslan, E. (2024). The effect of psychological resilience and spiritual well-being on the experience of hope in parents of children with cancer. *Journal of Pediatric Nursing*, 76, 34-41. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.01.016>
- Ljungman, L., Hovén, E., Ljungman, G., Cernvall, M., & von Essen, L. (2015). Does time heal all wounds? A longitudinal study of the development of posttraumatic stress symptoms in parents of survivors of childhood cancer and bereaved parents. *Journal of Psycho-Oncology*, 24, 1792-1798. <https://doi.org/10.1002/pon.3856>
- Matthews, A. (2024). The relationship between positive thinking and mental health in cancer patients undergoing therapy. *Jurnal Eduhealth*, 15(01), 251-266. <https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health/article/view/3894>
- Mohammadian, S., & Maarefi, M. (2016). The effectiveness of positive thinking techniques on mental health and hopefulness of mothers of children with cancer. *Quarterly Journal of Rehabilitation Psychology*, 4, 15-27. <https://elmnet.ir/doc/2746208-85687>
- Rezaei Kalantari, M., Danyavi, R., & Rostamian, M. (2019). The effect of positive psychotherapy on perceived stress and life meaning in mothers of children with autism. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 29(180), 86-94. <https://www.sid.ir/paper/406256/>
- Taghipour, M. (2019). The effectiveness of positive thinking techniques on perceived stress and mental health of mothers of children with cancer. *QUARTERLY JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY*, 1, 75-85. <https://www.sid.ir/paper/406256/>
- Teymourizadeh, R., Alipour, A., & Elmi Manesh, N. (2020). The effectiveness of positive psychotherapy on post-traumatic growth and hope for life in cancer patients. Proceedings of the 3rd International Conference on Psychology, Educational Sciences, and Social Studies, Hamedan. <https://civilica.com/doc/1223477/>