

عنوان مقاله:

مداخله‌ای در تحریف‌های شناختی و خودانتقادی دختران بازمانده از ازدواج: اثربخشی و کارآمدی آموزش مهارت‌های ذهن مشفق

محل انتشار:

دوفصلنامه آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره 5، شماره 1 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 26

نویسندگان:

محمد مهدی سهرابی فرد - کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد خوراسگان، خوراسگان، ایران.

آذر صمدی فرد - کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه شهید چمران، اهواز ایران

سجاد ناصری نیا - کارشناسی ارشد دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران.

فرزانه رشیدی - کارشناسی ارشد دانشگاه شهید چمران، اهواز ایران

خلاصه مقاله:

آموزش ذهن مشفق مطابق با ساختار درمان‌های شناختی- رفتاری طراحی شد و سیر تاریخی این مدل درمانی در عدم بهبود هیجان‌های منفی در درمان شناختی رفتاری ریشه دارد؛ بنابراین این پژوهش با هدف مداخله‌ای در تحریف‌های شناختی و خودانتقادی دختران بازمانده از ازدواج: اثربخشی و کارآمدی آموزش مهارت‌های ذهن مشفق انجام گرفت. در این مطالعه از روش پژوهشی شبه آزمایشی استفاده شد. طرح شبه آزمایشی پژوهش حاضر پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش را همه دختران بازمانده از ازدواج شهرستان خرم‌آباد که پس از سن 35 سالگی به دلایل خودخواسته موفق به ازدواج نشده‌اند تشکیل می‌دهند. نمونه پژوهش شامل 30 نفر از دختران 35 ساله شهرستان خرم‌آباد بود که به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آموزش مهارت‌های شفقت‌ورزی (15 نفر) و گروه کنترل (15 نفر) گمارش شدند. هر دو گروه در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون به پرسشنامه‌های تحریف‌های شناختی میان فردی حماد چی و همکاران (2004) و مقیاس سطوح خودانتقادی تامسون و زروف (2004) پاسخ دادند. گروه آزمایش 10 جلسه آموزش مهارت‌های ذهن مشفق را به‌صورت هفته‌ای یک‌بار به مدت 5/1 ساعت دریافت کردند. نتایج برآمده از تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد که آموزش مهارت‌های ذهن مشفق بر کاهش تحریف‌های شناختی میان فردی و خودانتقادی دختران بازمانده از ازدواج مؤثر است ($P \leq 001/0$). بر پایه یافته‌ها، آموزش گروهی متمرکز بر ذهن مشفق می‌تواند به‌عنوان یک روش مداخله‌ای نوین در کاهش مشکلات هیجانی دختران بازمانده از ازدواج به کار رود.

کلمات کلیدی:

training focused on compassionate mind, cognitive distortion, self-critical and unmarried girls

آموزش مبتنی بر ذهن مشفق، تحریف‌های شناختی، خودانتقادی، دختران بازمانده از ازدواج

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1139871>

