

عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش علائم اضطراب (صفت و حالت) در دانشجویان مقطع کارشناسی بهبود یافته ویروس کووید ۱۹ استان همدان

محل انتشار:

اولین کنگره ملی دانشگاه و کووید - ۱۹ (سال: ۱۳۹۹)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۱

نویسندگان:

علیرضا واحدی همت - کارشناس ارشد گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد همدان، همدان

نجمه عزیزی - دانشجو پزشکی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی استان همدان

خلاصه مقاله:

طبق مشاهدات و تحقیقاتی که توسط پژوهشگران انتشار یافته یکی از مهم ترین موضوعات بعد از بهبودی از ویروس کووید ۱۹، اضطراب ابتلا مجدد به این بیماری است به گونه ای که این اضطراب باعث اختلال در عملکرد سیستم ایمنی شده و بیمار بهبود یافته دوباره در خطر ابتلا به ویروس و یا مشکلات روانی و ریمی دیگری شوند. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش علائم اضطراب (صفت و حالت) در دانشجویان مقطع کارشناسی بهبود یافته ویروس کووید ۱۹ استان همدان انجام شد. این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی استان همدان در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ بود که ۳۰ نفر از دانشجویان بهبود یافته ویروس کووید ۱۹ به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار داده شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۱ ساعته تحت آموزش ذهن آگاهی قرار گرفتند. روش جمع آوری داده ها بر اساس پرسشنامه اضطراب (صفت- حالت) اسپیل برگر (۱۹۷۰) انجام گرفت. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه ها از طریق نرم افزار SPSS ۲۳ در بیش استنباطی (تحلیل کوواریانس) انجام پذیرفت. نتایج پژوهش نشان داد که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش علائم اضطراب (صفت و حالت) در دانشجویان مقطع کارشناسی بهبود یافته ویروس کووید ۱۹ استان همدان، تاثیر دارد.

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی، ذهن آگاهی، اضطراب (حالت- صفت)، کووید ۱۹

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1223409>

