

عنوان مقاله:

تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تنظیم هیجان و کیفیت زندگی در سوءمصرف کنندگان مواد

محل انتشار:

هشتمین کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم تربیتی، روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

آریتا چهری - استادیار، گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، ایران

سهیلا سیدی میانکلی - کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، دانشکده علوم پایه، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف تعیین تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تنظیم هیجان و کیفیت زندگی در سوءمصرف کنندگان مواد انجام شد. جامعه آماری شامل تمامی مردان سوءمصرف کننده تریاک مراجعه کننده به مرکز درمانی فارابی شهر کرمانشاه طی سال ۱۳۹۸-۹۹ بود. با روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۴۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش ۲۰ نفر و کنترل ۲۰ نفر جایگزین شدند. برای گردآوری داده ها از پرسشنامه تنظیم هیجان (گراس و جان، ۲۰۰۳) و پرسشنامه کیفیت زندگی (سازمان بهداشت جهانی، ۱۹۹۶) استفاده شد. در گروه آزمایش، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی در ۸ جلسه به صورت هفته ای ۱ به مدت ۱ ساعت اجرا گردید اما افراد گروه کنترل برنامه درمانی را دریافت نکرد. تحلیل داده ها علاوه بر روش های آمار توصیفی (فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار) با تحلیل کوواریانس چندمتغیری انجام شد. نتایج نشان داد که برنامه آموزشی بر بهبود نمرات کیفیت زندگی و ابعاد آن (سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و محیطی) در مرحله پس آزمون افراد گروه آزمایش موثر بوده است. ($P < 0/05$) همچنین، نتایج نشان داد که در مرحله پس آزمون بین میانگین نمره تنظیم هیجانی و ابعاد آن (بازداری هیجانی و ارزیابی مجددشناختی) آزمودنی های دو گروه از نظر آماری تفاوت معناداری وجود دارد. ($P < 0/05$)

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، تنظیم هیجان، کیفیت زندگی، اعتیاد

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1245750>

