

عنوان مقاله:

تدوین بسته امید درمانی با رویکرد اسلامی در مواجهه با پیامدهای روانشناختی همه گیری کرونا

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی بالینی، دوره 13، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

محمد فروش - دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

محمدرضا جهانگیرزاده - دکتری روانشناسی، دانشیار و عضو هیات علمی گروه روانشناسی، موسسه امام خمینی، قم، ایران

محمدرضا احمدی - دکتری روانشناسی، دانشیار و عضو هیات علمی گروه روانشناسی، موسسه امام خمینی، قم، ایران

مجتبی حافظی - دانشجوی دکتری روانشناسی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران

مرتضی کاشانی نژاد ابیانه - کارشناسی ارشد روانشناسی مثبت گرا، موسسه اخلاق و تربیت، قم، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر تدوین برنامه امید درمانی با توجه به آموزه‌های اسلامی و دستاوردهای روانشناسی کلاسیک برای مواجهه با بیماری کرونا بود. روش: روش این پژوهش متن محور و تحلیل محتوا بود. بدین منظور مطالب مرتبط با نظریه امید در روانشناسی و آموزه‌های اسلامی جمع آوری و تحلیل محتوا شد. بر اساس نتایج تحلیل محتوا، سازه امید شامل هفت مولفه شناخت هدف زندگی و گرایش به آن، مهارت هدف‌گذاری، انگیزش و مهارت خودانگیزی، توکل، تدبیر و مسیریابی، تلاش و پشتکار، مهارت مقابله با موانع بود. سپس بسته امید درمانی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری کرونا طراحی شد. یافته ها: یافته های پژوهش حاضر نشان داد که برنامه امید درمانی با رویکرد اسلامی برای مواجهه با بیماری کرونا، شامل هشت جلسه، نود دقیقه ای است که شامل ۱) ایجاد رابطه درمانی و ارائه اهداف و منطق درمان، ۲) آشنایی با هدف و معنای زندگی در اسلام و تقویت گرایش به آن و نقش آن در امید ۳) آموزش مهارت هدف گذاری در راستای هدف اصلی زندگی و تعیین اهداف معنادار، شفاف، منطقی، ۴) تبیین انگیزش و اهمیت آن، تقویت خودآگاهی فرد نسبت به انگیزه هایش، ۵) مهارت‌های انگیزش معنوی ۶) تدبیر و انتخاب مسیر مناسب، تقویت خلاقیت، مهارت برنامه ریزی، ۷) مهارت مقابله با موانع، مهارت انعطاف پذیری ۸) تقویت یاد خدا و توکل به او و جمع بندی، می‌باشد. نتیجه گیری: برنامه امیددرمانی با رویکرد اسلامی، دارای ابعاد مثبت معنوی و روانشناختی است. برنامه امید درمانی با رویکرد اسلامی با توجه به معنا و هدف زندگی، انگیزه ی معنوی قابل توجهی در فرد ایجاد می کند و آسیب پذیری به افسردگی را کاهش می دهد. همچنین با تقویت توکل، اضطراب را کاهش می دهد. پیشنهاد می شود بسته امیددرمانی با رویکرد اسلامی در فضای مجازی و تحت وب ارائه شود.

کلمات کلیدی:

امید درمانی، رویکرد اسلامی، امید درمانی کلاسیک، همه گیری کرونا، توکل

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1254094>



