

عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تحمل پریشانی، خودپنداره بدنی و بهشیاری در زنان متقاضی جراحی زیبایی

محل انتشار:

فصلنامه تازه های علوم شناختی، دوره 23، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

امین روستائی - *Department of Psychology, Payame Nour University, Tehran, Iran*

مریم کوشکی - *Department of Psychology, Rudehen Branch, Islamic Azad University, Rudehen, Iran*

سعید یزدی راوندی - *Behavioral Disorders and Substance Abuse Research Center, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran*

باب الله بخشی پور - *Department of Counseling, Payame Nour University, Sari, Iran*

امید شکوه فر - *Physician, Managing Director of Skin, Hair and Beauty Clinic, Tehran, Iran*

خلاصه مقاله:

مقدمه: از آن جایی که جراحی های زیبایی بیشتر برای تغییر ظاهر افراد و افزایش اعتماد به نفس آنها انجام می شود، می توان گفت در متقاضیان جراحی زیبایی، تحمل آشفتگی و بهشیاری پایین و خودپنداره بدنی منفی بالا است. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر مولفه های تحمل پریشانی، خودپنداره بدنی و بهشیاری در زنان متقاضی جراحی زیبایی بود. روش کار: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش را کلیه زنان متقاضی جراحی زیبایی که در شش ماه اول سال ۱۳۹۹ به درمانگاه زیبایی شکوفه شهر تهران مراجعه کردند، تشکیل دادند. از بین آنها ۴۰ نفر (۲۰ نفر در گروه) به روش نمونه گیری هدفمند، انتخاب شدند سپس به صورت کاملاً تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گمراهه شدند. گروه آزمایش در هشت جلسه نود دقیقه ای، آموزش ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت درمانی را دریافت نمودند اما گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های تحمل پریشانی، خودپنداره بدنی و بهشیاری استفاده شد. داده ها با آزمون تحلیل کوواریانس در نرم افزار آماري SPSS-۲۴ تحلیل شدند. یافته ها: نتایج نشان داد پس از کنترل پیش آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل در متغیر تحمل پریشانی، خودپنداره بدنی منفی و بهشیاری تفاوت معنادار وجود دارد. یعنی، میانگین نمرات تحمل پریشانی و بهشیاری گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل به طور معناداری افزایش و میانگین نمرات خودپنداره بدنی منفی به طور معناداری کاهش یافته است. نتیجه گیری: با توجه به تاثیر این مداخله در افزایش تحمل پریشانی و بهشیاری و کاهش خودپنداره بدنی منفی متقاضیان جراحی زیبایی می توان کارگاه ها و دوره های آموزشی مبتنی بر ذهن آگاهی برای مشاوران مراکز و بیماران در نظر گرفته شود.

کلمات کلیدی:

Mindfulness-based cognitive therapy, Distress tolerance, Physical self-concept, Mindfulness

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، تحمل پریشانی، خودپنداره بدنی، بهشیاری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1276889>



