

عنوان مقاله:

معرفی روش ذهن آگاهی و کاربرد آن در درمان اختلالات روانی

محل انتشار:

اولین همایش ملی روان درمانی ایران (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

سیده خدیجه موسوی - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی اردبیل، ایران

محمد نریمانی - استاد روانشناسی دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش یک مقاله مروری است که در آن سعی شده است درمان ذهن آگاهی معرفی شده و کاربرد آن در درمان اختلالات روانی مورد بررسی قرار گیرد. این مطالعه مروری با جستجو در موتور جستجوی Scholar Google و پایگاههای اطلاعاتی Scopus - SID - Civilica - Free paper - Magiran با کلید واژه های ذهن آگاهی و اختلالات روانی انجام شد بدین منظور پژوهشهای ایرانی و خارجی انجام شده در فاصله سال های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۰ در زمینه تاثیر ذهن آگاهی بر اختلالات روانی به صورت نظام مند بررسی و ۱۸ پژوهش جهت تحلیل انتخاب شدند نتایج تجزیه و تحلیل نشان دادند که درمان ذهن آگاهی بر اختلالات روانی (اضطراب، استرس، افسردگی) موثر است و بررسی این تاثیر می تواند در پیشگیری از اختلالات روانی موثر باشد.

کلمات کلیدی:

درمان ذهن آگاهی، اختلالات روانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1347126>

