

## عنوان مقاله:

تاثیر معنادرمانی فرانکل بر بهزیستی روانشناختی و شفقت خود دانشجویان

## محل انتشار:

نشریه پژوهش توانبخشی در پرستاری، دوره 5، شماره 3 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

پریدخت اصلتی - Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran

علی عرب - Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran

ولی مهدی نژاد - Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: افسردگی یکی از شایع ترین مشکلات روانی است که می تواند باعث کاهش بهزیستی روانشناختی و شفقت خود شود. برای بهبود وضعیت روانشناختی افراد روش های مختلفی وجود دارد که یکی از آنها معنادرمانی است. پژوهش حاضر با هدف تعیین تاثیر معنادرمانی فرانکل بر بهزیستی روانشناختی و شفقت خود دانشجویان انجام شد. روش کار: این مطالعه نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش دانشجویان دختر دانشگاه فرهنگیان پردیس بیرجند در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ بودند که ۳۰ نفر با روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه جایگزین و گروه ها به روش تصادفی با کمک قرعه کشی به عنوان گروه های آزمایش و کنترل انتخاب شدند. گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای دو جلسه) با روش معنادرمانی فرانکل آموزش دید. گروه ها در مراحل پیش آزمون و پس آزمون از نظر بهزیستی روانشناختی و شفقت خود ارزیابی شدند. داده ها با آزمون های آماری تحلیل شدند. یافته ها: یافته ها نشان داد که گروه ها از نظر بهزیستی روانشناختی و شفقت خود تفاوت معناداری داشتند. به عبارت دیگر معنادرمانی فرانکل باعث افزایش معنادار بهزیستی روانشناختی ( $P < 0.001$ ) و شفقت خود ( $P < 0.001$ ) شد. نتیجه گیری: نتایج حاکی از تاثیر معنادرمانی فرانکل بر بهبود ویژگی های روانشناختی (افزایش بهزیستی روانشناختی و شفقت خود) بود. بنابراین پیشنهاد می شود که مشاوران و درمانگران از روش معنادرمانی فرانکل برای افزایش بهزیستی روانشناختی و شفقت خود دانشجویان استفاده کنند.

## کلمات کلیدی:

Compassion, Depression, Logotherapy, Psychological Well-Being, افسردگی, بهزیستی روانشناختی, شفقت, معنادرمانی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1357255>

