

## عنوان مقاله:

اثر بخشی درمان مبتنی بر "نظریه انتخاب" بر اصلاح سبک زندگی زنان مبتلابه چاقی

## محل انتشار:

مجله مدیریت ارتقای سلامت, دوره 4, شماره 2 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

محمد رضا انتظاری میبیدی - Department of Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Yazd

ایمانه افخمی اردکانی - گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات یزد

منصوره نصیریان - روان پزشک، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

## خلاصه مقاله:

مقدمه: سبک زندگی ترکیبی از الگوهای رفتاری و عادات فردی در زندگی است و عوامل مختلفی بر سبک زندگی افراد چاق موثر است. این مطالعه باهدف تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر "نظریه انتخاب" بر اصلاح سبک زندگی زنان مبتلابه چاقی انجام شده است. مواد و روش ها: این مطالعه نیمه تجربی بوده و از بین کلینیک های تغذیه شهرستان اردکان در سال ۱۳۹۳، ۳۰ نفر به صورت تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری مداخله و کنترل بطور کاملا تصادفی انتخاب شدند. پیش آزمون "پرسشنامه سبک زندگی" "Lifestyle Questionnaire" با توجه به روایی و پایایی به روش آلفای کرونباخ تایید شده، از تمام افراد گرفته شد. جلسات واقعیت درمانی در ۷ جلسه برای آزمودنیهای گروه مداخله برگزار گردید. در این مدت گروه کنترل درمانی را دریافت نکردند. بعد از اتمام جلسات، بین دو گروه "پرسشنامه سبک زندگی" به عنوان پس آزمون توزیع شد. داده ها به وسیله نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها: در گروه مداخله، میانگین کل پیش آزمون ۰۷/۱۰۵ بود که در پس از آزمون به ۷۳/۱۳۵ افزایش یافت. همچنین نتایج نشان داد: درمان مبتنی بر "نظریه انتخاب" بر اصلاح ابعاد سلامت جسمانی (۰/۵)

## کلمات کلیدی:

Life style, Choice Theory, Obesity, سبک زندگی، نظریه انتخاب، چاقی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1357676>

