

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش معنویت درمانی مبتنی بر مثبت نگری بر میزان شادکامی و خوشبینی نوجوانان

محل انتشار:

مجله روانشناسی اجتماعی، دوره 3، شماره 36 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

سامان کمری - دانشگاه شیراز

رقیه زارعی

محمدباقر ریحانی

لیلا شیرجنگ

احمدعلی امامی

خلاصه مقاله:

مقدمه: تحقیقات فراوانی اثربخشی معنویت درمانی را در درمان بیماری های روانی از قبیل افسردگی و اضطراب نشان داده اند و اخیراً از رویکرد معنویت درمانی برای ارتقاء سطح شادکامی و خوشبینی افراد نیز استفاده می شود. بنابراین هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی آموزش معنویت درمانی مبتنی بر مثبت نگری بر افزایش میزان سطح شادکامی و خوشبینی افراد نوجوان بود. روش: روش پژوهش حاضر از نوع تحقیقات نیمه آزمایشی و طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش تمامی دانش آموزان سال اول دبیرستان شهر شیراز بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس تعداد ۶۰ نفر از آنها انتخاب شد و سپس بر اساس تخصیص تصادفی افراد به دو گروه آزمایش و کنترل، (هر گروه ۳۰ نفر) گمارده شدند. آزمودنی ها به پرسشنامه های شادکامی آکسفورد و آزمون جهت گیری زندگی (LOT) پاسخ دادند. داده های پژوهش با استفاده از روش تحلیل کوواریانس تک متغیره (ANCOVA) مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته ها: نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیره نشان داد که آموزش معنویت درمانی بر افزایش میزان شادکامی افراد گروه آزمایش تاثیر معناداری داشت ($P < 0/044$)، همچنین آموزش معنویت درمانی در افزایش میزان خوشبینی افراد گروه آزمایش نیز تاثیر معناداری داشت ($P < 0/017$). نتیجه گیری: یافته ها به طور کلی بیانگر آن است که معنویت درمانی نه تنها در درمان انواع بیماریهای روانی تاثیر دارد بلکه از آن می توان برای افزایش میزان شادکامی و خوشبینی افراد هم استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

معنویت درمانی، مثبت نگری، شادکامی، خوشبینی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1366704>

