

عنوان مقاله:

مقایسه اثر بخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر نارضایتی از تصویر بدنی در افرادی با علائم اختلالات خوردن

محل انتشار:

مطالعات روان شناختی، دوره 17، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 21

نویسندگان:

ماهرخ رضایی - دانشجوی دکترا، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز، تهران، ایران

پروانه محمد خانی - دکترای روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم رفتاری، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی تهران، ایران

مرجان جعفری روشن - گروه روانشناسی عمومی استثنایی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی- واحد تهران مرکزی، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

هدف از انجام این پژوهش مقایسه اثر بخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان هیجان مدار بر نارضایتی از تصویر بدنی در افرادی با علائم اختلالات خوردن بود. روش پژوهش، نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و یک دوره پیگیری بود. جامعه آماری پژوهش شامل مراجعان مبتلا به اختلال خوردن بیمارستان چمران بود. تعداد ۳۶ نفر به روش دردسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل (هرگروه ۱۲ نفر) جایگزین شدند. افراد هر سه گروه، پرسشنامه نگرانی از تصویر بدنی لیتلتون و همکاران را تکمیل کردند. گروه اول تحت درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی و گروه دوم تحت درمان هیجان مدار قرار گرفتند و گروه کنترل، درمانی دریافت نکردند. برای تحلیل داده ها از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و آزمون تعقیبی استفاده شد. نتایج نشان داد هر دو روش درمانی بر کاهش نارضایتی از تصویر بدنی اثربخش بودند، لیکن بین دو درمان تفاوت معناداری وجود نداشت. بنابراین می توان نتیجه گرفت هر دو درمان می تواند نارضایتی از تصویر بدنی را کاهش دهد و درمانگران می توانند از هر دو رویکرد برای افراد دارای علائم اختلالات خوردن استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

اختلالات خوردن، تصویر بدنی، درمان هیجان مدار، ذهن آگاهی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1383271>

