

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش مهارت های تحمل پریشانی- هیجانی مبتنی بر رفتار درمانی دیالکتیک بر مشکلات خواب در زنان مبتلا به کم کاری تیروئید

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی مطالعات میان رشته علوم انسانی و اسلامی ایران (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

الناز کولانی - دانشجوی گروه روان شناسی، واحد سنج، دانشگاه آزاد اسلامی، سنج، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت های تحمل پریشانی- هیجانی مبتنی بر رفتار درمانی دیالکتیک بر مشکلات خواب زنان مبتلا به کم کاری تیروئید انجام شد. روش مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری در این پژوهش را تمامی زنان بالای ۳۰ سال مبتلا به کم کاری تیروئید مراجعه کننده به کلینیک های پزشکان غدد و متابولیسم توحید سنج در سه ماهه اول سال ۱۳۹۹ تشکیل می دادند، که به روش نمونه گیری در دسترس، تعداد ۲۰ نفر از بیمارانی که از ملاک های ورود به پژوهش برخوردار بودند، انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. برای سنجش متغیر وابسته از پرسشنامه مشکلات خواب (ISI) استفاده گردید. تجزیه و تحلیل داده های این تحقیق، در دو سطح آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام شد، که در سطح آمار استنباطی از آماره آنکووا استفاده شد. نتایج تحقیق نشان داد که آموزش مهارت های تحمل پریشانی- هیجانی مبتنی بر رفتار درمانی دیالکتیک بر بهبود مشکلات خواب در زنان مبتلا به کم کاری تیروئید تاثیر معناداری داشت. بدین معنی که آموزش مهارت های تحمل پریشانی- هیجانی مبتنی بر رفتار درمانی دیالکتیک به کاهش میزان مشکلات خواب در زنان مبتلا به کم کاری تیروئید گروه آزمایش انجامید. بدین ترتیب می توان از مهارت های تحمل پریشانی هیجانی در کاهش مشکلات خواب در افراد دارای بیماری های مختلف روحی و جسمی از جمله کم کاری تیروئید استفاده نمود.

کلمات کلیدی:

مهارت های تحمل پریشانی- هیجانی، رفتار درمانی دیالکتیک، مشکلات خواب، کم کاری تیروئید

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1402856>

