

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی خودگویی های درونی مثبت بر افزایش تحمل پریشانی و خود تنظیمی شناختی عمومی زنان دارای ام اس MS

محل انتشار:

پنجمین کنفرانس ملی روانشناسی (علم زندگی) (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

نیلا علمی منش - دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه پیام نور تهران، ایران

نرگس درویشی جزی - کارشناسی ارشد روانشناسی مثبت گرا، دانشگاه پیام نور واحد نطنز، ایران

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی خودگویی های درونی مثبت بر افزایش تحمل پریشانی و خود تنظیمی شناختی عمومی زنان دارای ام اس MS بود. روش تحقیق پژوهش حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری بود. جامعه این پژوهش شامل کلیه زنان دارای بیماری ام اس شهر اصفهان ۱۴۰۰ بود. روش نمونه گیری در این پژوهش به صورت نمونه گیری در دسترس بود. نمونه پژوهش شامل دو گروه آزمایش ۱۵ نفر و گروه کنترل ۱۵ نفر از زنان دارای بیماری ام اس شهر اصفهان بود. ابزار گردآوری داده ها در این پژوهش پرسشنامه تحمل پریشانی و خود تنظیمی شناختی بودند. برای آزمون فرضیه های پژوهش و پاسخ به پرسشهای پژوهش از روش آماراستنباطی کوواریانس چند متغیره به کمک نرم افزار اس پی اس ۲۴ استفاده شده بود. یافته های پژوهش نشان داد آموزش خودگویی های درونی مثبت بر تحمل پریشانی (اندازه اثر ۰/۹۹)، خودتنظیمی شناختی ۰/۶۷ موثر است. نتایج به دست آمده نشان می دهد که خودگویی های درونی مثبت بر افزایش تحمل پریشانی و خود تنظیمی شناختی عمومی زنان دارای ام اس MS تاثیر دارد. نتیجه این پژوهش حاکی از آن است که آموزش خودگویی مثبت درونی نه تنها بر دو متغیر (تحمل پریشانی و خود تنظیمی شناختی عمومی) زنان دارای بیماری ام اس MS تاثیر مثبت و معناداری داشته بلکه تاثیر و دوام هم داشته است.

کلمات کلیدی:

خودگویی های درونی مثبت، تحمل پریشانی، خود تنظیمی شناختی عمومی، بیماری ام اس MS

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1441612>

