

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب انتظار و فاجعه انگاری بدنی در افراد مبتلا به اختلال وحشت زدگی

محل انتشار:

ششمین کنفرانس ملی علوم انسانی و مطالعات روانشناسی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

مریم محمودی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری، ساری، ایران

سهیلا انتظاری - استادیار، روانشناسی تخصصی، موسسه عالی ترجمان علوم، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه: اختلال وحشت زدگی، یک اختلال اضطرابی نسبتاً شایع هست که تشخیص آن نیاز به بروز حملات عود کننده وحشت زدگی دارد. هدف: بررسی اثر بخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب انتظار و فاجعه انگاری بدنی در افراد مبتلا به اختلال وحشت زدگی بود. روش: مطالعه حاضر از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل با سنجش در خط پایه پس از مداخله بود. جامعه آماری شامل کلیه بیماران مراجعه کننده به کلینیک های خصوصی شهر کرج که توسط روان پزشک تشخیص اختلال وحشت زدگی دریافت کرده و تحت درمان دارویی بودند تشکیل دادند. تعداد ۳۰ بیمار به اختلال وحشت زدگی بر اساس نمونه گیری مبتنی بر هدف به عنوان نمونه انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (۱۵ نفر) گماشته شدند. ابزارهای این پژوهش پرسش نامه دموگرافیک محقق ساخته، پرسش نامه اضطراب بک و پرسش نامه تنظیم هیجانی بدنی و پروتکل درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بود. تحلیل داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس انجام شد. یافته ها: درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش فاجعه انگاری بدنی و علائم اضطراب افراد مبتلا به اختلال وحشت زدگی تاثیر معنادار داشت $p < 0/001$. نتیجه گیری: افراد مبتلا به اختلال وحشت زدگی که در جلسات درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی شرکت کردند میزان اضطراب انتظار و فاجعه انگاری بدنی در آن ها کاهش یافت

کلمات کلیدی:

درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی، اضطراب انتظار، افراد به اختلال وحشت زدگی، فاجعه انگاری بدنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1473906>

