

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت به خود بر تحمل آشفتگی در زنان سرپرست خانوار

محل انتشار:

پنجمین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره، آموزش و پژوهش (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

شهناز مذهب - کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران جنوب، تهران، ایران

سمیرا سنگی - رییس مرکز پژوهش کهریزک

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت به خود بر تحمل آشفتگی در زنان سرپرست خانوار بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان سرپرست خانواده مراجعه کننده به مرکز مشاوره افق ساجدین واقع در امام زاده عینعلی و زینعلی منطقه دو شهر تهران در سال ۱۳۹۹ بود که با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند، از میان افرادی که نمره پایین در پرسشنامه تحمل پریشانی (سیمونز و گاهر، ۲۰۰۵) پیشآزمون کسب کردند، ۳۰ نفر که دارای ملاکهای ورود و خروج بودند، به عنوان نمونه انتخاب شدند. این ۳۰ نفر به طور تصادفی در ۲ گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل گزینش شدند که گروه آزمایش، درمان مبتنی بر شفقت به خود را دریافت کرد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. همچنین برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس و برای تسریع در نتایج حاصله از نرم افزار SPSS-۲۱ استفاده شد. نتایج پژوهش حاکی از این بود که درمان مبتنی بر شفقت به خود بر تحمل آشفتگی در زنان سرپرست خانوار میشود. لذا این روش درمانی، میتواند روشی موثر جهت افزایش توانایی تحمل آشفتگی در این زنان شود.

کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر شفقت به خود، تحمل آشفتگی، زنان سرپرست خانوار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1497206>

