

عنوان مقاله:

اثربخشی گروه‌درمانی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش بر شاخص توده بدنی در افراد مبتلا به چاقی

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مدیریت و علوم انسانی، دوره 2، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسنده:

مریم جلالی فراهانی - دکتری تخصصی روانشناسی عمومی، روان‌درمانگر تحلیلی

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی گروه‌درمانی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش بر شاخص توده بدنی در افراد مبتلا به چاقی انجام شد. این پژوهش به روش نیمه آزمایشی، از نوع پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان مراجعه‌کننده به کلینیک زیبایی غرب تهران در شش ماه اول سال ۱۳۹۹ بود. نمونه‌گیری به صورت در دسترس انجام شد. از بین زنان مراجعه‌کننده به کلینیک زیبایی، تعداد ۶۰ نفر انتخاب شدند پرسشنامه ۵ عاملی ذهن آگاهی بر روی آزمودنی‌ها اجرا شد و سپس آزمودنی‌ها به طور تصادفی به دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل تقسیم شدند. گروه آزمایش اول ۱۲ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای آموزش تنظیم هیجان و گروه آزمایش دوم ۱۲ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را دریافت کردند و پس از آن از گروه‌های آزمایش و کنترل، پس‌آزمون به عمل آمد. نتایج پژوهش نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش شاخص توده بدنی افراد مبتلا به چاقی موثر بودند.

کلمات کلیدی:

گروه درمانی مبتنی بر تعهد و پذیرش، شاخص توده بدنی، چاقی، زنان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1499813>

