

عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر شفقت خود، ناگویی هیجانی و تحریف شناختی دانشجویان با نشانگان ضربه عشقی

محل انتشار:

پژوهش های علوم شناختی و رفتاری، دوره 11، شماره 2 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

امیر رضا افتخار افصلی - دانشجوی کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

فاطمه ایزدی - استادیار گروه روانشناسی، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، خمینی شهر، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر شفقت خود، ناگویی هیجانی و تحریف شناختی دانشجویان دارای نشانگان ضربه عشق بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانشجویان دختر دارای نشانگان ضربه عشق شهر قزوین است که در سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. نمونه پژوهش حاضر از طریق فراخوان و به شکل داوطلبانه از بین دانشجویان دختری انتخاب شد که در زندگی خود شکست عشقی را تجربه کردند. سپس این دانشجویان پرسشنامه نشانگان ضربه عشقی را تکمیل کردند و ۳۰ نفر که نمره بالای برش ۲۰ را کسب کردند، به عنوان نمونه نهایی انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه گمارده شدند. در این پژوهش، به منظور جمع آوری داده ها از پرسشنامه شکست عشقی راس (۱۹۹۹)، شفقت خود نف (۲۰۰۳)، پرسشنامه تحریف شناختی الیس (۱۹۹۸) و پرسشنامه ناگویی هیجانی تورنتو (۱۹۹۴) استفاده شد. همچنین، در پژوهش حاضر برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل داده ها نشان داد آموزش شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر ناگویی هیجانی، شفقت خود و تحریف شناختی دانشجویان دختر دارای نشانگان ضربه عشق تأثیر معناداری داشته است ($p < 0.01/0$). باتوجه به نتایج پژوهش، مشاوران و روان شناسان به منظور افزایش شفقت خود، کاهش ناگویی هیجانی و تحریف شناختی دانشجویان دارای نشانگان ضربه عشقی، می توانند از درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

تحریف شناختی، شفقت خود، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، ناگویی هیجانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1543885>

