

عنوان مقاله:

اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر کاهش استرس بر اساس ذهن آگاهی بر سبک های مقابله ای و تاب آوری زنان آسیب دیده از خشونت خانگی

محل انتشار:

نشریه دستاوردهای روانشناسی بالینی، دوره 3، شماره 4 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

سارا کریمی - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران، ایران.

امیرحسین بهادریوند چگینی - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، سازمان زندان ها و اقدامات تأمینی و تربیتی، مرکز آموزش و پژوهش منطقه ۱۰ کشور، گیلان، ایران.

صابر کریمی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران.

فاطمه عظیمی راویز - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، کرمان، ایران.

زینب قطور - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر سبک های مقابله ای و تاب آوری زنان آسیب دیده از خشونت خانگی انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه ی این پژوهش شامل کلیه زنان آسیب دیده از خشونت خانگی در شهر قزوین بود که ۳۰ زن آسیب دیده از خشونت خانگی به روش نمونه گیری داوطلبانه و از طریق تشخیص پزشک قانونی در مراکز تحت نظارت بهزیستی انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. شرکت کنندگان گروه آزمایش در هشت جلسه ی نود دقیقه ای (هفته ای یک جلسه) برنامه درمانی کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی را دریافت کردند و گروه کنترل به مدت دو ماه در لیست انتظار بودند. به منظور جمع آوری اطلاعات از پرسش نامه های سبک های مقابله ای لازاروس و فولکمن و تاب آوری روان شناختی کانر در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون استفاده شد. داده ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس تحلیل شدند. نتایج نشان داد با کنترل اثر پیش آزمون بین میانگین نمرات پس آزمون گروه های آزمایش و گروه کنترل در متغیرهای سبک های مقابله ای و تاب آوری تفاوت معناداری وجود دارد. با توجه به یافته ها می توان بیان کرد که درمان کاهش استرس بر اساس ذهن آگاهی بر افزایش تاب آوری و راهبرد مقابله ای مساله مدار و کاهش راهبرد مقابله ای هیجان مدار زنان آسیب دیده از خشونت خانگی موثر است.

کلمات کلیدی:

استرس، تاب آوری، سبک های مقابله، خشونت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1628590>

