

## عنوان مقاله:

مقایسه اثر بخشی برنامه کاهش استرس مبتنی بر بهشباری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی مرتبط با سلامت بیماران مبتلا به بیماری کرونر قلبی

## محل انتشار:

نهمین کنفرانس بین المللی دانش و فناوری علوم تربیتی مطالعات اجتماعی و روانشناسی ایران (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

## نویسندگان:

مجتبی رهنمازاده - دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

سپه‌یلا رحمانی - دکتری روانشناسی سلامت، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج، کرج، ایران

پریسا کلاهی - دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی، تهران، ایران

زهرا مرتضائی کرهرودی - دکتری روانشناسی سلامت، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر، با هدف مقایسه برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر افزایش کیفیت زندگی مرتبط با سلامت بیماران مبتلا به بیماری کرونر قلبی انجام شده است. مطالعه حاضر از نوع نیمه آزمایشی که در آن از طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل با سنجش در خط پایه پس از مداخله و پیگیری ۳ ماهه با گروه کنترل انجام گرفت. تعداد ۳۶ نفر از بیماران با تشخیص بیماری عروق کرونر قلبی از میان بیماران مراجعه کننده به بیمارستان امام رضا (ع) شهرستان آمل در ماه های تیر تا بهمن سال ۱۳۹۹ انتخاب و به طور تصادفی به گروه آزمایش اول (برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی)  $n=۱۲$ ، آزمایش دوم (درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد)  $n=۱۲$  و کنترل ( $n=۱۲$ ) گماشته شدند. کلیه شرکت کنندگان پرسشنامه دموگرافیک، پرسشنامه کیفیت زندگی مرتبط با سلامت را در سه مرحله تکمیل کردند، مقایسه اثربخشی مداخله های پژوهش با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و همچنین آزمون های توکی تحلیل شدند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد میانگین متغیر کیفیت زندگی مرتبط با سلامت، در مرحله پیش آزمون بین سه گروه تفاوت معنی داری وجود ندارد که نشانگر همگن بودن سه گروه پژوهش در مرحله پیش آزمون است، اما تفاوت بین سه گروه در مراحل پس آزمون و پیگیری تفاوت معنی داری بود که می تواند حاکی از اثربخشی مداخلات بر متغیرهای ذکر شده و نیز پایداری اثربخشی در مرحله پیگیری بوده است. بررسی و مقایسه دو گروه آزمایش نیز نشان داد که بین دو گروه آزمایش و گروه کنترل در مولفه های مورد بررسی تفاوت معنی داری وجود دارد. همچنین برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی موثر تر بوده است. با توجه به اثربخشی بیشتر برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی این درمان در اولویت درمانی قرار داده شود.

## کلمات کلیدی:

کیفیت زندگی مرتبط با سلامت، برنامه کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1637657>

