

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش مثبت نگری بر افسردگی و امید به زندگی سالمندان

محل انتشار:

پنجمین همایش بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و مطالعات اجتماعی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

احمد عرب زاده - دکتری مشاوره خانواده، استاد گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر

حامد خاجوی - دانشجوی کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر

ساناز شجاع زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر

فاطمه زارعی - دانشجوی کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر

سارا خانی - دانشجوی کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر به منظور بررسی اثربخشی آموزش مثبت نگری بر افسردگی و امید به زندگی سالمندان انجام شد. این پژوهش یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری، سالمندان مرکز صاحب الزمان شهر برازجان می باشد. برای نمونه گیری ۳۰ نفر از این سالمندان به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند و سپس با استفاده از پرسشنامه افسردگی سالمندان و پرسشنامه امید به زندگی سنجیده شدند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه یک ساعته تحت آموزش مثبت نگری قرار گرفتند. دادهها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره (مانکووا) با نرم افزار spss تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که گروه آزمایش از نظر سطح افسردگی به طور معنادار پایین تر از گروه کنترل قرار داشتند ($P < 0.001$) همچنین سطح امید به زندگی در گروه آزمایش به طور معنادار افزایش یافته است ($P < 0.001$) بر اساس یافته های این پژوهش می توان نتیجه گرفت که آموزش مثبت نگری بر کاهش افسردگی و افزایش امید به زندگی در سالمندان موثر است.

کلمات کلیدی:

آموزش مثبت نگری، افسردگی، امید به زندگی، سالمندان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1646723>

