

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت بر بهزیستی ذهنی بیماران ماستکتومی شده مبتلا به افسردگی

محل انتشار:

شانزدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

کوثر امینی فر - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

پرویز عسگری - هیئت علمی گروه روانشناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت بر بهزیستی ذهنی بیماران ماستکتومی شده مبتلا به افسردگی انجام شد. این مطالعه نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه پژوهش بیماران ماستکتومی شده مبتلا به افسردگی مراجعه کننده به مراکز و کلینیک های مشاوره و خدمات روانشناختی شهر اهواز در شش ماه اول سال ۱۴۰۰ بودند. تعداد ۳۰ بیمار با توجه به ملاک های ورود به مطالعه با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی با کمک قرعه کشی در دو گروه مساوی جایگزین شدند. گروه آزمایش ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای دو جلسه) آموزش سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت آموزش دیدند و گروه کنترل در لیست انتظار برای آموزش قرار گرفت. داده ها با فرم اطلاعات جمعیت شناختی، مقیاس بهزیستی ذهنی (تینانت و همکاران، ۲۰۰۷) و سیاه ه افسردگی (بروگز و همکاران، ۲۰۰۴) جمع آوری و با روش های خی دو، تحلیل کوواریانس چندمتغیری و تک متغیری در نرم افزار SPSS-۱۷ تحلیل شدند. یافته ها نشان داد که گروه آزمایش و کنترل از نظر تحصیلات، سن و مدت زمان گذشته از ماستکتومی تفاوت معناداری نداشتند. ($P > 0/05$) همچنین، روش مداخله در مقایسه با گروه کنترل باعث افزایش بهزیستی ذهنی در بیماران ماستکتومی شده مبتلا به افسردگی شدند. ($P < 0/001$) در نتیجه، درمانگران و متخصصان سلامت می توانند از روش آموزش ذهن سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت در کنار سایر روش های موثر برای بهبود ویژگی های مرتبط با سلامت به ویژه افزایش بهزیستی ذهنی به خود استفاده نمایند.

کلمات کلیدی:

آموزش سبک زندگی ارتقاءدهنده سلامت، بهزیستی ذهنی، ماستکتومی، افسردگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1690135>

