

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی آموزش روان شناسی مثبت نگر و مصاحبه انگیزشی بر سبک زندگی و سرمایه روان شناختی در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲

محل انتشار:

دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، دوره 21، شماره 1 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

سید حمید حسینی توان - دکتری تخصصی روان شناسی، گروه روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران .

محبوبه طاهر - استادیار، گروه روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران .

شهناز نوحی - استادیار، گروه روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران

اسدالله رجب - رئیس انجمن دیابت ایران، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: دیابت یک بیماری مزمن است که به درمان طولانی، مراقبت و اصلاح در شیوه زندگی نیاز دارد. علاوه بر مکانیسم های زیستی درگیر، عاملی که می تواند در بیماری دیابت اثرگذار باشد، عوامل روان شناختی است؛ بنابراین، هدف مطالعه مقایسه اثربخشی آموزش روان شناسی مثبت نگر و مصاحبه انگیزشی بر سبک زندگی و سرمایه روان شناختی در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ بود. روش: پژوهش آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل ۴۵ بیمار مبتلا به دیابت نوع ۲ در شهر تهران مراجع کننده به پژوهشکده غدد درون ریز و متابولیسم در سال ۱۳۹۸ بوده که به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب و به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل جای دهی شدند. به منظور جمع آوری داده ها هم پیش آزمون و هم پس آزمون از پرسشنامه سبک زندگی والکر (۱۹۹۷) و پرسشنامه سرمایه روان شناختی لوتانز (۲۰۰۷) استفاده شد. افراد به طور تصادفی در سه گروه ۱۵ نفری (دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل) تقسیم شدند، گروه اول برنامه درمانی روان شناسی مثبت نگر (سلیگمن، ۲۰۰۶) که شامل ۸ جلسه ۶۰ دقیقه ای به شیوه گروهی را دریافت کردند، گروه دوم برنامه درمانی مصاحبه انگیزشی (میلر، ۱۹۸۳) ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه ای را دریافت کردند اما گروه کنترل، مداخله ای را دریافت نکردند. نتایج: نتایج نشان داد که بین اثربخشی روش روان شناسی مثبت نگر و مصاحبه انگیزشی بر سرمایه روان شناختی و سبک زندگی تفاوت معناداری مشاهده شد ($p < 0/05$). همچنین روش آموزش مصاحبه انگیزشی در خرده مقیاس های سبک زندگی (تغذیه، ورزش، مسئولیت پذیری در مورد سلامت، مدیریت استرس و خودشکوفایی) در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ موثرتر از روش روان شناسی مثبت نگر بود. اما در خرده مقیاس حمایت بین فردی هیچ تفاوت معناداری بین دو رویکرد درمانی وجود نداشت. در ضمن روش روان شناسی مثبت نگر بر خرده مقیاس های سرمایه روان شناختی (خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی) در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ به طور معناداری موثرتر از روش مصاحبه انگیزشی بود ($p < 0/05$). بحث و نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده روش روان شناسی مثبت نگر و مصاحبه انگیزشی به بهبود کیفیت سبک زندگی و سرمایه روان شناختی افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ بینجامد. پیشنهاد می شود در مراکز مشاوره و مراکز درمانی در مورد افراد مبتلا به دیابت به عنوان رویکردهای درمانی استفاده شود.

کلمات کلیدی:

سبک زندگی، سرمایه روان شناختی، روان شناسی مثبت نگر، مصاحبه انگیزشی، دیابت نوع ۲

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1842319>



