

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی دو روش درمان روانشناختی در کاهش علائم نشانگان خستگی مزمن در پرستاران زن شهر تهران

محل انتشار:

مجله دستاوردهای روانشناختی، دوره 9، شماره 1 (سال: 1381)

تعداد صفحات اصل مقاله: 36

نویسندگان:

صادق نصری - فارغ التحصیل دکترای روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

بهمن نجاریان - فارغ التحصیل دکترای روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

مهناز مهرابی زاده هنرمند - عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

حسین شکرکن - عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

این پژوهش به منظور بررسی میزان اثربخشی دو روش درمان شناختی - رفتاری و آموزش تن آرامی عضلانی تدریجی در کاهش خستگی، پریشانی هیجانی و اختلال کارکردی پرستاران مبتلا به نشانگان خستگی مزمن انجام شده است. جامعه آماری مورد مطالعه مشتمل بر پرستاران زن شاغل در بیمارستانهای زیر مجموعه دانشگاههای علوم پزشکی شهر تهران بوده است. از جامعه مورد نظر به شیوه تصادفی طبقه ای ۱۰۸۸ پرستار جهت تشخیص نشانگان خستگی مزمن (CFS) مورد غربال گری قرار گرفتند. بدین ترتیب، مجموعاً ۷۲ آزمودنی CFS در سه گروه ۲۴ نفری به طور تصادفی گمارده شدند. از همان بیمارستانها، ۲۴ پرستار بهنجار به طور تصادفی جهت گروه گواه بهنجار انتخاب شدند. پژوهش به شیوه آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه گواه و بهنجار در چهار گروه انجام شد. سه گروه متعلق به پرستاران CFS و یک گروه مربوط به پرستاران بهنجار بوده است. نوع مداخله در گروههای CFS به روش تصادفی تعیین شد. متغیرهای وابسته (خستگی، پریشانی هیجانی و اختلال در کارکرد) با استفاده از مقیاس خستگی چالدر و فرم خودسنجی ارزیابی شد. نتایج نشان داد که درمان شناختی - رفتاری در کاهش خستگی، و اختلال کارکردی موثرتر از آموزش تن آرامی می باشد، در حالی که برای کاهش پریشانی هیجانی، آموزش تن آرامی درمان کارآمدتری است.

کلمات کلیدی:

خستگی مزمن، همه گیرشناسی، درمان شناختی - رفتاری، تن آرامی، پرستار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1894053>

