

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در کاهش نوسانات خلقی، کیفیت خواب و بهبود عملکرد جنسی در زنان یائسه

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی سلامت، دوره 11، شماره 44 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

فرزانه ابراهیمی - کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

زیبا برقی ایرانی - دانشیار، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

مهناز علی اکبری دهکردی - استاد، گروه روانشناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی درمان پذیرش و تعهد بر نوسانات خلقی، کیفیت خواب و عملکرد جنسی در زنان یائسه بود. روش: در یک طرح توصیفی- همبستگی، تعداد ۳۰۶ نفر (۲۰۴ زن، ۱۰۲ مرد) از روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان یائسه مراجعه کننده به خانه های سلامت منطقه هفت شهر تهران در سه ماهه اول سال ۱۳۹۷ بود. از بین این جامعه تعداد ۳۰ نفر انتخاب و به دو گروه آزمایش و کنترل گمارش شدند. از جامعه آماری مورد نظر بر اساس روش نمونه گیری در دسترس تعداد ۳۰ نفر از زنان برگزیده شدند، گروه آزمایشی شامل ۱۵ نفر و گروه کنترل نیز شامل ۱۵ نفر بود. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه توسط واتسون و همکاران (۱۹۸۸)، شاخص عملکرد جنسی زنان روزن و همکاران (۲۰۰۰) و کیفیت خواب پیتزبورگ (۱۹۸۹) استفاده شد. سپس با استفاده از روش کواریانس چند متغیری نسبت به تحلیل داده ها پرداخته شد. یافته ها: نشان داد، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهبود عملکرد جنسی، کاهش خلق منفی و کیفیت خواب در زنان یائسه موثر می باشد. نتیجه گیری: این روش درمانی اجتناب ها را هدف درمانی خود قرار می دهد تا به منظور تجربه کردن به جای کنترل یا تغییر دادن ارزیابی های منفی یک بازگشایی اساسی بوجود آورد. بنابراین می توان گفت از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد جهت بهبود عملکرد جنسی، خلق و افزایش کیفیت خواب در زنان یائسه می توان استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

درمان پذیرش و تعهد، نوسانات خلقی، کیفیت خواب، عملکرد جنسی، زنان یائسه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1904453>

