

عنوان مقاله:

اثربخشی واقعیت درمانی آنلاین بر استرس ادراک شده و اجتناب تجربه ای بهبودیافتگان کووید-۱۹

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی سلامت، دوره 10، شماره 38 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

مسلم اصلی آزاد - دکتری تخصصی روان شناسی، باشگاه پژوهشگران و نخبگان، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، ایران

طاهره فرهادی - کارشناسی ارشد روان شناسی عمومی، باشگاه پژوهشگران و نخبگان، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، ایران.

سعیده خاکی - کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: بیماری کووید-۱۹ می تواند علاوه بر آسیب های فیزیولوژیک، به فرایندهای روان شناختی، شناختی و هیجانی بیماران نیز آسیب جدی وارد سازد. بر همین اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی واقعیت درمانی آنلاین بر استرس ادراک شده و اجتناب تجربه ای بهبودیافتگان کووید-۱۹ انجام گرفت. روش: پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل بیماران بهبودیافته کووید-۱۹ شهر اصفهان در سه ماهه تابستان سال ۱۳۹۹ بود. در این پژوهش تعداد ۲۴ بیمار بهبودیافته کووید-۱۹ با روش نمونه گیری گلوله برفی انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه های آزمایش و گواه گمارده شدند (هر گروه ۱۲ بیمار). گروه آزمایش واقعیت درمانی (گلاس، ۲۰۱۳) را طی یک ماه در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه ای به صورت آنلاین دریافت نمودند. پرسشنامه های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه استرس ادراک شده (کوهن و همکاران، ۱۹۸۳) و پرسشنامه اجتناب تجربه ای (بوند و همکاران، ۲۰۱۱) بود. داده های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: نتایج نشان داد که واقعیت درمانی آنلاین بر استرس ادراک شده و اجتناب تجربه ای بهبودیافتگان کووید-۱۹ تاثیر معنادار داشته ($p < 0.001$) و توانسته منجر به کاهش استرس ادراک شده و اجتناب تجربه ای بیماران این بیماران شود. نتیجه گیری: بر اساس یافته های پژوهش حاضر می توان چنین نتیجه گرفت که واقعیت درمانی با بهره گیری از فناوری همانند تمرکز بر زمان حال، اجتناب از انتقاد افراطی و آموزش مسئولیت پذیری می تواند به عنوان یک درمان کارآمد در جهت کاهش استرس ادراک شده و اجتناب تجربه ای بهبودیافتگان کووید-۱۹ مورد استفاده گیرد.

کلمات کلیدی:

اجتناب تجربه ای، استرس ادراک شده، بهبودیافتگان کووید-۱۹، واقعیت درمانی آنلاین

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1906095>

