

عنوان مقاله:

تاثیر درمان ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر بهزیستی روان شناختی و اضطراب کرونا در افراد مبتلا به بیماری قلبی عروقی

محل انتشار:

فصلنامه پرستاری قلب و عروق، دوره 10، شماره 1 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

زهرا دشت بزرگی - Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University

خدیجه مقدم - Department of Counselling, Ahvaz Science and Research Unit, Islamic Azad University

فاطمه مقدم - Department of Counselling, Arak Branch, Islamic Azad University

خلاصه مقاله:

خلاصه مقدمه. هدف پژوهش حاضر بررسی تاثیر درمان ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر بهزیستی روان شناختی و اضطراب کرونا در افراد مبتلا به بیماری قلبی عروقی در شهر کرج بود. زمینه. در طول دوره پاندمی کووید-۱۹، افراد مبتلا به بیماری های قلبی عروقی مشکلات متعددی را در زمینه سلامت روان شناختی تجربه کرده اند که از آن جمله می توان به اضطراب اشاره کرد. یکی از رویکردهای موثر برای مدیریت اضطراب، ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس است که ممکن است بتواند سلامت روان شناختی را افزایش دهد. روش کار. مطالعه حاضر، نیمه تجربی از نوع پیش - آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل همه زنان مبتلا به بیماری قلبی عروقی شهر کرج در پاییز سال ۱۴۰۰ بود. تعداد ۳۰ نفر از افراد جامعه مورد نظر به صورت در دسترس انتخاب، و به صورت تصادفی در دو گروه آزمون و کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه های بهزیستی روان شناختی و اضطراب کرونا بود. برای تحلیل داده ها از شاخص های آمار توصیفی و آمار استنباطی (تحلیل کواریانس چندمتغیره و تک متغیره) در نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ استفاده شد. یافته ها. نتایج، نشان دهنده تاثیر ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر بهزیستی روان شناختی و اضطراب کرونا در زنان مبتلا به بیماری قلبی عروقی بود ($P \leq 0/0001$) و مداخله مورد نظر، ۴۳ درصد واریانس بهزیستی روان شناختی و ۲۴ درصد اضطراب کرونا در مرحله پس آزمون را تبیین کرد. نتیجه گیری. با توجه به تاثیر درمان ذهن آگاهی مبتنی بر کاهش استرس بر بهزیستی روان شناختی و اضطراب کرونا در افراد مبتلا به بیماری قلبی عروقی، پیشنهاد می شود این روش درمانی در درمانگاه های روان شناسی و مراکز بهداشتی درمانی برای کمک به بهبود سلامت روان به کار برده شود.

کلمات کلیدی:

اضطراب، Stress, Corona anxiety, Mindfulness, Psychological well-being, Cardiovascular disease

کرونا، ذهن آگاهی، بهزیستی روان شناختی، بیماری قلبی عروقی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1936660>

