

عنوان مقاله:

بررسی اثر بخشی آموزش گروهی مفاهیم آرامش بخش نهج البلاغه بر رضایت زندگی سالمندان دارای اضطراب شهر ایلام

محل انتشار:

هجدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

سارا آزادی - عضو هیات علمی دانشگاه ایلام، ایلام، ایران.

فاطمه ذوالفقاری - کارشناسی ارشد روانشناسی، ایلام، ایران

خلاصه مقاله:

سالمندی پدیده ای است که با تغییرات آناتومی بدن ایجاد می شود که با مرور زمان بر عملکرد جسمانی، رفتاری و روانی سالمند اثر منفی می گذارد. و یک عامل تهدید کننده جسم و روان محسوب می گردد. پژوهش حاضر، با هدف بررسی تاثیر آموزش آرامش بخش مفاهیم نهج البلاغه بر رضایت از زندگی و اضطراب سالمندان انجام گرفت. جامعه آماری شامل کلیه سالمندان سرای سالمندان شهر ایلام؛ نمونه پژوهش ۲۴ نفر که در سال ۱۴۰۰ زندگی می کردند، که بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش ۱۲ نفر و گروه کنترل ۱۲ نفر جایگزین شدند. ابزار پژوهش شامل: پرسشنامه اضطراب بک ۱۹۹۰ و رضایت از زندگی وود و شافور ۱۹۶۹، و آموزش مفاهیم آرامبخش نهج البلاغه در ۸ جلسه؛ روش پژوهش آزمایشیبا طرح پیش آزمون پس آزمون و داده ها بوسیله نرم افزار - SPSS ۲۴ و روش آماری کوواریانس مورد تحلیل قرار گرفت، یافته ها نشان داد که آموزش مفاهیم آرامش بخش نهج البلاغه در سطح معناداری $P < 0/05$ موجب رضایت از زندگی و کاهش اضطراب در گروه آزمایش شده است. نتیجه آموزش مفاهیم آرامبخش نهج البلاغه به شیوه ی گروهی روش موثری در افزایش رضایت از زندگی و کاهش اضطراب سالمندان دارد و از آن می توان به عنوان یک درمان موثر از آن استفاده کرد

کلمات کلیدی:

مفاهیم آرام بخش، نهج البلاغه، رضایت زندگی، اضطراب، سالمند

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1949068>

