

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت خواب و پرخاشگری دختران مبتلا به نشانگان ملال پیش از قاعدگی

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های میان رشته ای زنان، دوره 5، شماره 4 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

فرزانه شقاقی - واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران.

هادی اکبری نژاد - گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، موسسه آموزش عالی نبی اکرم، تبریز، ایران.

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت خواب و پرخاشگری دختران مبتلا به نشانگان ملال پیش از قاعدگی انجام شد. روش پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. جامعه آماری را دانش آموزان دختر دبیرستانی مبتلا به نشانگان ملال پیش از قاعدگی شهر تبریز در سال ۱۴۰۲ تشکیل داد. ۳۰ نفر با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب، و به صورت تصادفی در دو گروه (هر کدام ۱۵ نفر) قرار گرفتند. اعضای گروه آزمایش درمان مختص گروه خود را در ۸ جلسه ۵/۱ ساعته دریافت کرد؛ اما گروه کنترل درمانی دریافت نکرد. هر دو گروه، پیش، پس و ۴ ماه پس از مداخله به پرسشنامه های ۱۹ سوالی کیفیت خواب پیتزبورگ و ۲۹ سوالی پرخاشگری باس و پری پاسخ دادند. داده ها توسط آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، کیفیت خواب و پرخاشگری دختران مبتلا به نشانگان ملال پیش از قاعدگی را در پس آزمون به ترتیب افزایش و کاهش داد. در مرحله پیگیری، اثر این درمان بر کیفیت خواب و پرخاشگری ماندگار بود. با توجه به نتایج پژوهش حاضر می توان گفت که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد احتمالا می تواند سبب افزایش کیفیت خواب و کاهش پرخاشگری دختران مبتلا به نشانگان ملال پیش از قاعدگی شود.

کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، کیفیت خواب، پرخاشگری، نشانگان ملال پیش از قاعدگی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2029170>

