

عنوان مقاله:

ارائه مدل مطلوب ارتقای انعطاف پذیری شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی در پرستاران

محل انتشار:

فصلنامه پویایی های روانشناختی در اختلال های خلقی، دوره 3، شماره 1 (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

مینا پرورش - دانشجوی دکتری، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران.

نوشین تقی نژاد - استادیار، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران.

آریتا امیرفخرایی - استادیار، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران.

محمود صباچی زاده - استادیار، گروه روان شناسی، واحد بندرعباس، دانشگاه آزاد اسلامی، بندرعباس، ایران.

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل مطلوب ارتقای انعطاف پذیری شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی در پرستاران انجام شد. روش و مواد: این پژوهش به لحاظ هدف، کاربردی و همچنین، به لحاظ نوع داده ها، آمیخته از نوع کیفی بود. روش پژوهش به لحاظ ماهیت تحلیل مضمون بود. جامعه مورد مطالعه شامل مقالات، کتب و مجلاتی که با انعطاف پذیری شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی مرتبط بود، استفاده شد. حجم نمونه ۱۵ مقاله و کتاب با توجه به اصل اشباع و روش نمونه گیری غیرتصادفی هدفمند در نظر گرفته شد در بخش کیفی پروتکل طراحی شد تجزیه و تحلیل داده ها تحلیل مضمون بود. یافته ها: براساس نتایج بخش کیفی پروتکل انعطاف پذیری شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی طراحی شد و سپس اعتبار آن بر اساس نظر خبرگان مورد بررسی قرار گرفت و تایید شد. نتایج نشان داد که از میان ۴۵ شاخص (گویه) موجود، ۸ مولفه اصلی شناسایی شد. نتیجه گیری: از جمله مولفه های انعطاف پذیری شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی شامل بازسازی شناختی، آرمیدگی، ادراک کنترل پذیری، مهارت حل مساله، مدیریت استرس، مهارت رویارویی با موانع، مهارت خودمراقبتی و مهارت پذیرش و تغییر بود.

کلمات کلیدی:

انعطاف پذیری شناختی، ذهن آگاهی، پرستاران

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2069974>

