

عنوان مقاله:

اثربخشی ذهن آگاهی بر اضطراب ناشی از شیوع ویروس کووید ۱۹ در پرستاران

محل انتشار:

بیستمین کنفرانس بین المللی پژوهش در روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

ندا دهقانی دشت آبی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، سیرجان، ایران

فاطمه زیدآبادی نژاد - دکترای روانشناسی، استادیار، هیئت عملی، واحد سیرجان، دانشگاه آزاد اسلامی، سیرجان، ایران

نیلوفر ستاریان - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی سیرجان

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف بررسی تاثیر آموزش ذهن آگاهی بر اضطراب ناشی از شیوع ویروس کووید ۱۹ و دستیابی به شواهد تجربی و کاربردی در این زمینه میباشد. جامعه آماری شامل کلیه پرستاران شهر سیرجان در سال ۱۴۰۰ می باشد. این پژوهش از لحاظ هدف جزء تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا جزء تحقیقات نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل میباشد. برای انتخاب نمونه با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۴۰ نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) به صورت تصادفی جایگزین شدند و برای گروه آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای برنامه ذهن آگاهی اجرا گردید، اما برای گروه کنترل هیچ آموزش ارائه نگردید. برای گردآوری داده ها قبل و بعد از آموزش ذهن آگاهی، برای هر دو گروه پرسشنامه اضطراب CDAS استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها نیز از آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل کواریانس) با استفاده از SPSS۲۲ استفاده شد. نتایجی که از تجزیه و تحلیل داده ها بدست آمد بیانگر تایید تاثیر پروتکل آموزش ذهن آگاهی بر اضطراب در پرستاران میباشد، و نشان دهنده تایید ارتباط معناداری (با سطح معناداری ۰.۰۰۳) بین آموزش ذهن آگاهی و اضطراب می باشد.

کلمات کلیدی:

اضطراب، پرستاری، ذهن آگاهی، کووید ۱۹

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2085668>

