

عنوان مقاله:

اثربخشی روان درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد درمانی به روش ارتباط اینترنتی بر افزایش امید به زندگی دانشجویان

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، علوم تربیتی و سبک زندگی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

میترا نظام الملکی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد امارات

مینا مجتبابی - استادیار و عضو هیات علمی دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر تبیین اثربخشی پذیرش و تعهد درمانی به روش اینترنتی بر افزایش امید به زندگی در دانشجویان است. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز در نیم سال دوم تحصیلی (93-94) شامل شد که با غربالگری وبه شیوه هدفمند انتخاب، نمونه پژوهش شامل 30 نفر که به صورت تصادفی به دو گروه کنترل (15 نفر) و آزمایش (15 نفر) تقسیم شدند. افراد گروه آزمایش 8 جلسه درمان اینترنتی (با نرم افزار اسکایپ) را گذراندند، از این افراد (گروه آزمایش و گروه کنترل) قبل و بعد از مداخله پرسشنامه امید به زندگی شناسایی گرفته شد و بعد از گذشت یکماه مجدداً از مومون بک و شناسایی به جهت پیگیری روی شرکت کنندگان هر دو گروه اجرا شد. بر اساس یافته های پژوهش بین گروه آزمایش و کنترل از نظر نمرات تفاوت معنا داری وجود دارد. میانگین امید به زندگی گروهها نشان می دهد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش اینترنتی موجب افزایش امید به زندگی دانشجویان می شود. از یافته ها نتیجه گیری می شود که اجرای مداخله ی گروهی درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد از طریق ارتباط اینترنتی، ضمن فراهم نمودن بستری به منظور پذیرش هیجانات، با بکارگیری فنون ذهن آگاهی و سایر روش های ACT به آموزش افراد را به پیگیری ارزش ها و به دنبال آن تعهد نسبت به عمل بر مبنای ارزش ها ترغیب می کند؛ در نتیجه می توان گفت که این امر منجر به افزایش امید به زندگی در دانشجویان می شود. از این رو می توان رویکرد ACT را به عنوان یک مداخله مناسب به منظور ارتقای امید به زندگی دانشجویان به کار برد

کلمات کلیدی:

پذیرش و تعهد درمانی، امید به زندگی، ارتباط اینترنتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/498293>

