

عنوان مقاله:

پیش بینی اضطراب، افسردگی و استرس بر اساس سبک زندگی ارتقاء دهنده سلامت و بهزیستی ذهنی زنان متأهل خانه دار شهر سیرجان

محل انتشار:

همایش ملی روانشناسی و مدیریت آسیب های اجتماعی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

مطهره نصرت آبادی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه شهید باهنر کرمان

لیلی اوحدی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد کرمان

خلاصه مقاله:

با توجه به اینکه گروهی از صاحب نظران، اضطراب و استرس را بیماری شایع غرب می دانند. اضطراب می تواند نیروها را تحلیل ببرد و فعالیت ها را تحت تأثیر قرار دهد. پژوهش حاضر با هدف پیش بینی اضطراب و، افسردگی و استرس زنان متأهل خانه دار شهر سیرجان بر اساس سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و بهزیستی ذهنی بود. در این طرح توصیفی نمونه ای مشتمل بر 450 زن متأهل خانه دار به شیوه نمونه برداری تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس داس (گلدبرگ 1,989) مقیاس سبک زندگی (لارسون 1,998) و مقیاس بهزیستی ذهنی (شوارزرز 1,979) پاسخ دادند. داده ها توسط تحلیل رگرسیون هم زمان با استفاده از نرم افزار SPSS20 تحلیل شدن گفته نتایج تحلیل رگرسیون هم زمان نشان دادند که بر اساس سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت و بهزیستی ذهنی ($p=0/0001$) افسردگی، اضطراب و استرس زنان متأهل خانه دار قابل پیش بینی است. افزایش میزان بهزیستی ذهنی و سبک زندگی ارتقا دهند و سلامت زنان متأهل خانه دار سبب کاهش میزان افسردگی، اضطراب و استرس و در نهایت باعث افزایش سلامت خود و خانواده آن ها می گردد. نتایج پژوهش بر اساس ادبیات پژوهشی مورد بحث قرار گرفت و بر استحسان انجام پژوهش های بیشتر تأکید شد.

کلمات کلیدی:

اضطراب، افسردگی، استرس، سبک زندگی، بهزیستی ذهنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/556953>

