

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش نگرشهای ناکارآمد بیماران مبتلا به پرفشاری خون در شهر بوشهر

محل انتشار:

سومین همایش ملی راهکارهای توسعه و ترویج علوم تربیتی، روانشناسی، مشاوره و آموزش در ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

عاطفه عباسی - دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بوشهر، گروه روانشناسی بالینی، بوشهر، ایران

ناصر امینی - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بوشهر، گروه روانشناسی بالینی، بوشهر، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش نگرش های ناکارآمد در بیماران دارای پرفشاری خون در شهر بوشهر می پردازد. هدف این پژوهش کاهش نگرشهای ناکارآمد در این بیماران است. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری دو ماهه می باشد. نمونه ها با استفاده از نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه 16 نفره آزمایش و کنترل قرار گرفتند. نمونه این پژوهش را 32 بیمار بانو و آقا که دارای پرفشاری خون هستند؛ تشکیل می دهد که در سال 94 به بیمارستان خلیج فارس در شهر بوشهر مراجعه کرده بودند. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه نگرش های ناکارآمد وایزمن و بک می باشد. آموزش ذهن آگاهی به صورت گروهی در 8 جلسه بر روی گروه آزمایش انجام گردید و به منظور دستیابی به نتایج از آزمون های تحلیل کوواریانس استفاده شد. نتایج نشان داد که نمرات به دست آمده نشاندهنده اثر بخشی محسوس روش درمانی ذهن آگاهی بر بهبود نگرش های ناکارآمد در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل است.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، نگرش ناکارآمد، شهر بوشهر، پیگیری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/594752>

