

عنوان مقاله:

اثر بخشی گروه درمانی شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش کیفیت زندگی و کاهش اضطراب بیماران مبتلا به MS

محل انتشار:

اولین همایش ملی تازه های تعلیم و تربیت در نظام آموزشی ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

حسین نوین - دانشجوی رشته روانشناسی

محمد حسن گرامی

مزگان بهراد

خلاصه مقاله:

هدف اصلی پژوهش حاضر اثر بخشی گروه درمانی شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر افزایش کیفیت زندگی و کاهش اضطراب بیماران مبتلا به MS می باشد. گروه نمونه از 30 نفر در محدوده سنی 20-40 سال، مبتلا به MS تشکیل می شد این به صورت تصادفی انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. گروه آزمایش 8 جلسه گروه درمانی شناختی مبتنی بر حضور ذهن را دریافت کردند، اما گروه کنترل تحت درمان قرار نگرفتند. هر دو گروه در دو مرحله ی پیش آزمون و پس آزمون با پرسشنامه کیفیت زندگی بر بیماران ام اس (MSIS-29) پرسشنامه اضطراب کتل مورد ارزیابی قرار گرفتند. داده ها با استفاده از آزمون t مستقل مورد بررسی قرار گرفت؛ یافته ها؛ نتایج نشان داد که گروه درمانی شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی به طور معناداری در افزایش کیفیت زندگی و کاهش اضطراب موثر است.

کلمات کلیدی:

درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن کیفیت زندگی اضطراب مولتیپل

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/646560>

