

عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر اضطراب و افسردگی بیماران سیگاری مبتلا به کانسر حنجره

محل انتشار:

چهارمین کنفرانس بین المللی نوآوری های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسندگان:

فاطمه غیور - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قوچان

حمیدرضا آقامحمدیان شعریاف - استاد تمام دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

ذهن آگاهی، هشیاری غیر قضاوتی عاری از سوگیری، غیر قابل توصیف و مبتنی بر زمان حال نسبت به تجربه ای است که در یک لحظه خاص در محدوده توجه یک فرد قرار دارد. هدف از این پژوهش، بررسی اثر بخشی شناخت درمانی ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب و افسردگی افراد مبتلا به کانسر حنجره است. بدین منظور طی یک پژوهش شبه آزمایشی از نوع طرح پیش‌آزمون-پس آزمون با گروه گواه، گمارش تصادفی و آزمون بیش و بس، 30 بیمار مبتلا به کانسر حنجره در بیمارستان امامرضا مشهد تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل کاربندی شدند. گروه ها در ابتدا با استفاده از پرسشنامه افسردگی و اضطرابیک ارزیابی شدند. سپس شیوه ذهن آگاهی در 8 جلسه 2 ساعته به گروه آزمایش اموخته شد وگروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. بعد از درمان مجددمیزان اضطراب و افسردگی شرکت کنندگان ارزیابی شد. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نشاندهنده معنا دار بین نتایج پیش آزمون وپس آزمون گروه آزمایش بود. بدین ترتیب می توان اذعان داشت که آموزش ذهنآگاهی در کاهش اضطراب و افسردگی بیماران کانسر حنجره موثر است.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، اضطراب، افسردگی، سیگار، کانسر حنجره

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/670087>

