

## عنوان مقاله:

اثر بخشی ذهن آگاهی بر راهبردهای مقابله ای، تاب آوری و سلامت روانی زنان قربانی همسر آزاری

## محل انتشار:

هشتمین کنفرانس بین المللی روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

نسیم کمالی خراسانی - کارشناس ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی قوچان

سپیده پورحیدری - دکتری روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی قوچان

## خلاصه مقاله:

روش این تحقیق نیمه آزمایشی ( طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل نابرابر) بود. هدف پژوهش حاضر بررسی اثر بخشی ذهن آگاهی بر راهبردهای مقابله ای، و تاب آوری سلامت روانی زنان قربانی همسرآزاری بود. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه زنان مراجعه کننده به مراکز مشاوره در شهر مشهد در سال 95-69 بود و از این میان تعداد 30 نفر از آنها به صورت نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی برگزیده و به دو گروه شاهد و آزمون تقسیم شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه سلامت عمومی کلدبرگ و پرسشنامه مقابله با استرس توسط اندلر و پارکر و پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون استفاده گردید. پس از اجرای پیش آزمون، آموزش راهبردهای فراشناختی طی 10 جلسه 90 دقیقه ای به گروه آزمون ارائه گردید. برای تحلیل داده ها از روش تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج نشان داد که آموزش ذهن آگاهی بر راهبردهای مقابله ای، و تاب آوری سلامت روانی زنان قربانی همسر آزاری موثر بوده است. ( $P > 0/05$ ).

## کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، راهبردهای مقابله ای، تاب آوری، سلامت روانی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/676300>

