

عنوان مقاله:

اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش استرس و افزایش ابراز وجود دختران نوجوان بی سرپرست و بدسرپرست

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

فایزه صمدی میبدی - دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد یزد

قاسم دستجردی - استادیار، گروه روان پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

احمد عبدالحسینی - استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد میبد

خلاصه مقاله:

سرپرستی، مسیله ای مربوط به کودکی و نوجوانی بوده و دوره نوجوانی، از نظر سن شروع، سرعت و طول مدت رشد، می تواند به گونه ای منفی یا مثبت، دوره ای بسیار حساس در شکل گیری شخصیت فرد در آینده باشد. بنابراین، بررسی وضعیت نوجوانان در مراکز نگهداری امری لازم و ضروری است. در این تحقیق، استفاده از رویکرد شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی برای درمان اختلالات روانی استرس و عدم ابراز وجود، در دختران نوجوان بی سرپرست و بدسرپرست پیشنهاد شده است. زیرا علاوه بر کارایی و اثربخشی اثبات شده این روش، می توان با صرف وقت و هزینه کمتری به نتیجه مطلوبی برای درمان اختلالات مذکور در این گروه از نوجوانان پرداخت. روش تحقیق در این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با استفاده از طرح دوگروهی، یک گروه آزمایش و یک گروه شاهد می باشد. جامعه آماری این تحقیق، همه دختران 12-18 ساله با حداقل تحصیلات اول راهنمایی است که در مرکز شبانه- روزی نگهداری دختران بی سرپرست و بدسرپرست شهرستان میبد نگهداری می شوند. از میان آنها دو گروه 12 نفره به عنوان گروه آزمایش و شاهد توسط روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شده و به پرسش نامه های تحقیق جواب دادند. نتایج نهایی نشان داد که درمان مبتنی بر ذهن آگاهی گروهی، استرس را به طور مینی دار کاهش داده است. لیکن، در زمینه افزایش ابراز وجود، شاهد کافی به دست نیامد.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، استرس، درمان، ابراز وجود، دختران بی سرپرست و بدسرپرست

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/702459>

