

عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذه ناگاهی بر کاهش اضطراب و افسردگی 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:

دوران نوجوانی اهمیت خاصی در زندگی انسان دارد و روانشناسان آن را دوران احساس گرایی، بحران های سازنده و دوره فشار و طوفان نامیده اند. با توجه به حساس بودن این دوره و نقش آن در شکل گیری شخصیت آینده فرد، بررسی وضعیت نوجوانان در مراکز نگهداری بسیار حیاتی می باشد. در این تحقیق، استفاده از رویکرد شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی برای درمان اختلالات روانی اضطراب و افسردگی، در دختران نوجوان بی سرپرست و بدسرپرست پیشنهاد شده است. زیرا علاوه بر کارایی و اثر بخشی 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، همهدختران 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، اضطراب و افسردگی را به طور معنی دار کاهش داده است.

کلمات کلیدی:

ذهن آگاهی، اضطراب، درمان، افسردگی، دختران بی سرپرست و بدسرپرست

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/702460>

