

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر مداخله ی الگوی سبک زندگی اسلامی ماخوذ از سیره ی علوی با تاکید بر نهج البلاغه بر کیفیت زندگی دانشجویان و مقایسه ی با درمان شناختی-رفتاری

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی روانشناسی و مشاوره (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 26

نویسندگان:

جواد یارعلی - عضو هیات علمی دانشگاه فرهنگیان و دانشجوی دکتری دانشگاه اصفهان

مهرداد کلانتری - استاد و عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان

حمیدطاهر نشا ط دوست - استاد و عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان

حمیدرضا عریضی - استاد و عضو هیات علمی گروه روانشناسی دانشگاه اصفهان

خلاصه مقاله:

هدف و زمینه: این پژوهش در صدد بررسی تاثیر مداخله ی مبتنی بر سبک زندگی اسلامی با CBT بر کیفیت زندگی دانشجویان دانشگاه فرهنگیان بود. افراد دارای سبک زندگی مناسب از سلامت و کیفیت زندگی بهتری برخوردارند. رفتارهای سبک زندگی به طور مستقیم با سلامتی رابطه ندارند، لکن تاثیر مهمی بر کیفیت زندگی و سلامت افراد دارند. پنج بیماری مزمن در جهان شامل چاقی، سکتة قلبی، دیابت، سرطان، و پوکی استخوان با سبک زندگی ارتباط مستقیم دارند. مداخلات سبک زندگی می تواند بسیاری از اینها را کاهش دهد. روش: پژوهش اخیر با فرض بهبودبخشی آموزش سبک زندگی علوی بر کیفیت زندگی دانشجویان به صورت کیفی-کمی با طرح، نیمه تجربی با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری انجام شد. ابتدا، الگوی سبک زندگی از منابع سیره ی علوی(جامعه 1) استخراج شد. پس از اجرای پرسشنامه ی کیفیت زندگی ایوانس و کوپ(1989) بسته های آموزشی سبک زندگی و CBT روی دو گروه از دانشجویان دانشگاه فرهنگیان (اصفهان) در سال تحصیلی 95-96 جامعه 2 به کار گرفته شد یافته ها: تحلیل واریانس با اندازه های تکراری نشان داد $P < 0/000, F = 103/040$ در گروه سبک زندگی، تفاوت نمره های کیفیت زندگی در پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش آزمون معنادار می باشد) تایید فرضیه تاثیرگذاری مثبت آموزش سبک زندگی علوی بر کیفیت زندگی). معناداری اختلاف نمرات پیش و پس آزمون با $P = 0/000, F = 10/411$ نیز نشان دهنده ی تایید فرضیه تاثیرگذاری مثبت CBT بر کیفیت زندگی دانشجویان است. در حالی که تفاوت آموزش سبک زندگی با CBT معنادار نیست (اختلاف نمرات 10/411 و $P = 0/202$ بنابراین اثر مداخله ی سبک زندگی و CBT بر کیفیت زندگی دانشجویان یکسان است بحث: این یافته ها با پژوهش های خارجی مربوط به مداخلات سبک زندگی (شای 2012) رادنی 2006 فاچا 2008 پسینگر 2009 و .. همهانگ است. همهانگ است. همچنین با نتایج تحقیقات داخلی (نقیبی و همکاران 1392 کیانی و همکاران 1388 ...) همسو است. بنابراین در یک نتیجه گیری کلی می توان گفت استفاده از آموزش سبک زندگی علوی یا درمان شناختی رفتاری برای بهبود کیفیت زندگی یکسان است و میتواند به بهبود کیفیت زندگی همه ی افراد جامعه بویژه دانشجویان بیانجامد

کلمات کلیدی:

سبک زندگی علوی، درمان شناختی-رفتاری، کیفیت زندگی، نهج البلاغه، دانشجویان، دانشگاه فرهنگیان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/770070>



