

## عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تنظیم شناختی هیجان بیماران مبتلا به دیابت نوع دو

## محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 3، شماره 2 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

اصغر علیزاده - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات آذربایجان شرقی، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز،  
ایران

حمید پورشریفی - دانشیار روانشناسی سلامت، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف تعیین اثر بخشی شناخت درمانی گروهی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تنظیم شناختی هیجان بیماران مبتلا به دیابت نوع 2 انجام پذیرفت. این پژوهش، در گروه پژوهش های نیمه تجربی قرار می گیرد. روش: طرح تحقیق پژوهش به صورت دو گروهی (گروه آزمایش و کنترل) و شامل سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری بود. جامعه ی آماری پژوهش شامل کلیه ی بیماران زن و مرد 30-50 ساله ی شهر تبریز در سال 1394 بود که توسط پزشک متخصص، تشخیص دیابت نوع 2 دریافت کرده بودند. به روش نمونه گیری در دسترس نمونه به تعداد 24 نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفت. افراد گروه آزمایش مداخله ی درمانی را در 8 جلسه (60 تا 90 دقیقه ای) به صورت گروهی دریافت کردند و گروه کنترل، مداخله ای دریافت نکرد. هر دو گروه قبل از شروع مداخلات، پایان جلسات و در پیگیری یک ماهه، پرسشنامه تنظیم شناختی هیجان را تکمیل نمودند. داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چند متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معنی داری بین دو گروه در استفاده از راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در مرحله پس آزمون و پیگیری وجود دارد. نتیجه گیری: در مدیریت دیابت هرچند مصرف داروها و تغییر سبک زندگی ارکان اصلی درمان قلمداد می شوند ولی تاثیر عوامل روان شناختی بر زندگی افراد مبتلا به بیماری های مختلف ثابت شده است. بنابراین، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی باعث افزایش استفاده از راهبردهای سازگار تنظیم شناختی هیجان به عنوان مسایل روانی - اجتماعی مطرح در این بیماری شد.

## کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، تنظیم شناختی هیجان، دیابت نوع دو

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/804382>

