

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش گروهی الگوی مراقبه اسلامی بر سبک زندگی و اضطراب فراگیر زنان متاهل مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر

محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات اسلام و روانشناسی، دوره 10، شماره 19 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 26

نویسندگان:

هاجر احمدی دستجردی - دانشجو

محمدباقر کجیاف - دانشیار

حمید کاظمی - دانشجو

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی الگوی مراقبه اسلامی بر سبک زندگی و اضطراب فراگیر زنان متاهل، به صورت نیمه تجربی در سال 1393 در منطقه بن رود اصفهان انجام شد. نمونه گیری در سه مرحله، در دسترس، هدفمند و تصادفی از بین جامعه آماری زنان متاهل مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر ساکن در منطقه بن رود انجام شد. در نهایت 24 نفر به روش تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزار مورد استفاده معیارهای تشخیصی اختلال اضطراب فراگیر براساس DSM-IV، مقیاس کوتاه شده GAD-7 و پرسشنامه سبک زندگی (LSQ) بود که این دو پرسشنامه در سه مرحله ارزیابی پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری 45 روزه توسط گروه آزمایش و کنترل تکمیل شد. داده های آماری به روش تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل گردید. نتایج نشان داد مداخلات آموزش گروهی الگوی مراقبه اسلامی منجر به ارتقای سبک زندگی و کاهش اضطراب فراگیر زنان متاهل مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر شد ($p=0/001$).

کلمات کلیدی:

الگوی مراقبه اسلامی، سبک زندگی، اختلال اضطراب فراگیر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/856170>

