

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی روان درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بر کاهش فرا نگرانی و احساس تنهایی در بین زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (ام اس)

محل انتشار:

هفتمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسنده:

فاطمه السادات نقیعی - مدرس مدعو دانشگاه امام صادق (ع) ، دانشگاه های استان البرز

خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی روان درمانی شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بر کاهش فرانگرانی و احساس تنهایی در بین زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس (ام اس) انجام شده است. روش این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان مراجعه کننده باتشخیص مالتیپل اسکلروزیس به انجمن ام اس استان البرز می باشد که از بین جامعه آماری، 24 نفر با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی، در دو گروه آزمایشی و کنترل (12 نفر گروه آزمایش و 12 نفر گروه کنترل) گمارده شدند. گروه آزمایشی 8 جلسه MBCT را به طور گروهی بر اساس بسته آموزشی سگال و همکاران (2002) دریافت نمودند و گروه کنترل مداخله ای در این زمینه دریافت نکرد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه فرانگرانی (MWQ)، پرسشنامه احساس تنهایی راسل و همکاران (UCLA) و پکیج شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بود. داده ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری (MANCOVA) مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها نشان دادند که روان درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی در کاهش احساس تنهایی و فرانگرانی زنان مبتلا به مالتیپل اسکلروزیس تاثیر دارد. اگرچه درمان های دارویی در تخفیف علائم ناشی از ام اس موثر هستند اما درمان های دارویی در تمام بیماران ام اس موثر نیست و دارای عوارض زیادی هستند. بنابراین مهمترین هدف این پژوهش در زنان مبتلا به ام اس این است که بهبود متغیرهای احساس تنهایی و فرانگرانی به میزان قابل توجهی، از روان درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی تاثیرپذیرد.

کلمات کلیدی:

روان درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی ، فرا نگرانی ، احساس تنهایی ، زنان ، مالتیپل اسکلروزیس

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/882411>

