

## عنوان مقاله:

اثربخشی برنامه ی شناختی مبتنی بر حضور ذهن بر کیفیت زندگی و شادکامی پرستاران بخش های روان پزشکی

## محل انتشار:

مطالعات روان شناختی، دوره 13، شماره 4 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

نرگس شاکری - دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی

پروانه محمدخانی - استاد دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

فاطمه محمدنژاد - کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

## خلاصه مقاله:

چکیده: چکیده: هدف کلی از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن بر کیفیت زندگی و شادکامی پرستاران بیمارستان روانی بیمارستان شهید زارع ساری بود. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر روش، جزء پژوهش های نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس-آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری را کلیه پرستاران بیمارستان روانی بیمارستان شهید زارع ساری به تعداد 85 نفر تشکیل دادند، که تعداد 40 نفر (20 نفر گروه آزمایش و 20 نفر گروه کنترل) با استفاده از انتخاب تصادفی در نمونه پژوهش قرار گرفتند و به گونه تصادفی در دو گروه آزمایشی و کنترل جایگزینی شدند. که قبل و پس از مداخله هر دو گروه مورد سنجش پیش آزمون و پس آزمون قرار گرفتند. جهت جمع آوری داده ها از پرسش نامه کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی در 4 بعد و 26 سوال و پرسش نامه شادکامی آکسفورد با 29 سوال استفاده شد. نتایج نشان داد که؛ درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن بر افزایش کیفیت زندگی پرستاران بیمارستان روانی بیمارستان شهید زارع ساری تاثیر معناداری دارد. بنابراین نتیجه گیری می شود که درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن موجب بهبود کیفیت زندگی و شادکامی پرستاران بیمارستان روانی بیمارستان شهید زارع شده است.

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن، کیفیت زندگی، شادکامی، پرستاران، بیمارستان روانی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/894327>

