

## عنوان مقاله:

اثربخشی گروه درمانی شناختی-رفتاری بر کنترل افکار مرگ و اضطراب سلامتی در زنان سالمند

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی علوم ورزشی، تربیت بدنی، تغذیه و پژوهش های نوین روانشناسی (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسنده:

کیانا عبدالحسینی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی گرایش عمومی

## خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: کنترل افکار مرگ و اضطراب سلامتی به عنوان عوامل مهم ایجاد و تشدید آسیب های روانی، حائز اهمیت هستند. هدف پژوهش حاضر اثربخشی گروه درمانی شناختی-رفتاری بر کنترل افکار مرگ و اضطراب سلامتی در زنان سالمند در مرکز خضرا چالوس می باشد. مواد و روش ها: این پژوهش از نوع کاربردی و با روش تجربی از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی سالمندان مقیم مرکز خضرا سالمندی شهرستان چالوس می شود. روش نمونه گیری این پژوهش روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای است. حجم نمونه بر اساس نوع پژوهش انتخاب شد که در تحقیقات آزمایشی برای هر گروه حداقل ۱۰ نفر در نظر گرفته می شود. از بین آن ها به طور تصادفی ۳۰ نفر که ملاک های ورود به پژوهش و رضایت کامل برای مشارکت در پژوهش را داشتند، با مجوز اداره بهزیستی شهر چالوس انتخاب و سپس به طور تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل (هر کدام ۱۵ نفر) تقسیم شدند. داده ها با استفاده از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: نتایج نشان داد که بین کنترل افکار مرگ و اضطراب سلامتی رابطه ی منفی معناداری وجود دارد. اما کنترل افکار مرگ بیشترین سهم را در تبیین واریانس اضطراب سلامتی دارا می باشد. نتیجه گیری: بنابراین می توان گفت که مجموعاً اضطراب سلامتی و نگرانی پیرامون سلامت و همچنین عدم کنترل افکار مرگ در سالمندان می تواند باعث ایجاد و ارتقای افسردگی در آنها شود. بنابراین برای پیشگیری از عدم کنترل افکار مرگ در سالمندان می توان با مداخلات مناسب در زمینه کاهش اضطراب سلامتی اقدام کرد.

## کلمات کلیدی:

کنترل افکار مرگ، اضطراب سلامتی، زنان سالمند

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2102244>

