

عنوان مقاله:

اثربخشی مداخله ذهنآگاهی تحت وب بر اضطراب بیماری کرونا در نوجوانان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی علوم تربیتی، روانشناسی و علوم انسانی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

منا یآوری - کارشناسی روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

مصطفی حجت شامی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: همه گیری کووید-۱۹ به طور چشمگیری بر وضعیت سلامت روان افراد تاثیر گذاشته ومحدودیت های ایجاد شده مانند قرنطینه خانگی ارائه خدمات روانشناختی به صورت چهره به چهره را با دشواری روبرو کرده است. از این جهت هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی مداخله ذهن آگاهی تحت وب بر اضطراب بیماری کرونا در نوجوانان است. روش: طرح پژوهش حاضر به صورت نیمه آزمایشی پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل بود. ۱۲۰ فرد دارای اضطراب بیماری کرونا خفیف به بالا بر اساس ملاکهای ورود به پژوهش به صورت در دسترس انتخاب و به روش تصادفی در دو گروه آزمایش (n=۶۰) و کنترل (n=۶۰) جایگزین شدند. مداخله ذهنآگاهی به صورت تحت وب در طی ۸ جلسه برای آزمودنی های گروه آزمایش ارائه شد. جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه اضطراب بیماری کرونا (CDAS) استفاده شد. داده ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس تحلیل شدند. یافته ها: نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد که بین نمرات پسآزمون اضطراب بیماری کرونا در افراد گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد. (P<۰.۰۵). نتیجه گیری: نتایج پژوهش حاضر از اثربخشی مداخله ذهن آگاهی تحت وب بر اضطراب بیماری کرونا در نوجوانان حمایت میکند. در نتیجه به علت محدودیتها و دشواری های ایجاد شده در ارائه خدمات روانشناختی به صورت چهره به چهره میتوان از فناوری و مداخلات تحت وب جهت بهبود سلامت روان افراد جامعه بهره برد.

کلمات کلیدی:

اضطراب بیماری کرونا، ذهنآگاهی، مداخله مبتنی بر اینترنت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1218314>

