

اثربخشی مدیتیشن های هندسی فرشاد بر راهبردهای مقابله در بیماران

سرطانی

فاطمه حسینی پناه^۱ و مسعود محمدی^۲

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز، شیراز، ایران

۲. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز، شیراز، ایران (نویسنده مسئول)

چکیده

مقدمه. با توجه به لزوم ابداع و آزمون روشهای درمانی غیر دارویی برای بیماران مبتلا به سرطان، پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی مدیتیشن های هندسی فرشاد بر راهبردهای مقابله در بیماران سرطانی انجام گرفت. روش تحقیق. روش این پژوهش آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. بدین منظور تعداد ۳۰ نفر خانم ۴۰ تا ۶۰ ساله مبتلا به سرطان سینه مراجعه کننده به بنیاد حمایت از بیماران مبتلا به سرطان (امید) شیراز، به شیوه تصادفی، انتخاب و همتاسازی شده و در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. سپس از آنها خواسته شد به پرسشنامه راهبردهای مقابله با استرس (CISS) پاسخ دهند. بیماران گروه آزمایش به مدت ۱۲ جلسه تحت آموزش مدیتیشن های هندسی فرشاد قرار گرفتند. در پایان دوره آموزش، مجدد از بیماران خواسته شد به پرسشنامه پاسخ دهند. یافته ها. نتایج پژوهش نشان داد، مدیتیشن های هندسی فرشاد بر راهبردهای مقابله ای مسأله مدار، هیجان مدار در گروه آزمایش تأثیر گذاشته و موجب تغییر معنادار آنها در مقایسه با گروه کنترل شده است. همچنین در زمینه استفاده از راهبردهای مقابله ای اجتنابی بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود ندارد. نتیجه گیری. نتایج، از تاثیر روش مدیتیشن هندسی فرشاد بر راهبردهای مقابله و بر بیماران حمایت می کند، بنابراین پیشنهاد می شود این روش به عنوان یک روش مکمل درمان های پزشکی، مورد استفاده قرار گیرد

واژه های کلیدی: سرطان، مدیتیشن های هندسی فرشاد، راهبردهای مقابله