

اثربخشی مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر بهزیستی عاطفی، کیفیت زندگی بیماران

مبتلا به مولتیپل اسکروزیس

ناهد حیاتی*^۱

۱. دانش‌آموخته مشاوره خانواده، دانشگاه چمران، اهواز، ایران (نویسنده مسئول).

مجله پیشرفت‌های نوین در علوم رفتاری، دوره سوم، شماره بیست و چهارم، مهرماه ۱۳۹۷، صفحات ۱۲-۱

چکیده

هدف تحقیق حاضر اثربخشی مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر بهزیستی عاطفی، کیفیت زندگی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکروزیس شهر اهواز بود. این پژوهش به صورت نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با دو گروه است. جامعه آماری شامل بیماران مبتلا به ام‌اس، ۳۰ نفر از آن‌ها به عنوان نمونه تحقیق انتخاب شده و به طور کاملاً تصادفی در دو گروه ۱۵ نفری (یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل) وارد شدند. برای اندازه‌گیری متغیرها از پرسشنامه بهزیستی عاطفی، مقیاس کیفیت زندگی استفاده شد. نتایج نشان داد که نمرات پس‌آزمون بهزیستی عاطفی و کیفیت زندگی در دو گروه تفاوت معنی‌دار داشته است. مدیریت استرس به شیوه شناختی-رفتاری می‌تواند در بهبود بهزیستی عاطفی و کیفیت زندگی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکروزیس موثر باشد و توجه به وضعیت روان‌شناختی بیماران مبتلا ضروری به نظر می‌رسد.

کلیدواژه‌ها: مدیریت استرس، بهزیستی عاطفی، کیفیت زندگی.