

اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر تنظیم هیجان و سلامت روان بیماران قلبی

مهسا قهاری^۱

۱. کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد مرودشت، ایران. (نویسنده مسئول)

فصلنامه راهبردهای نو در روان‌شناسی و علوم تربیتی، دوره اول، شماره چهارم، زمستان ۱۳۹۸، صفحات ۲۴-۳۶

چکیده

هدف از تحقیق حاضر تعیین اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر تنظیم هیجان و سلامت روان بیماران قلبی بود. تحقیق حاضر، تحقیقی نیمه آزمایشی (نیمه تجربی) است. از آنجاکه اجرای هر آزمایش مستلزم انتخاب یک طرح مناسب است در این تحقیق نیز، از انواع طرح‌های نیمه آزمایشی، طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل به این منظور استفاده شد. جامعه آماری تحقیق حاضر بیماران قلبی شهرستان فسا بود. با توجه به اینکه تحقیق حاضر از نوع مداخله‌ای است لذا به شیوه نمونه‌گیری هدفمند ۴۰ نفر از بیماران قلبی که نمره کمتر از میانگین در پرسشنامه تنظیم هیجان و سلامت روان گرفتند انتخاب شدند و به تصادف در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند. اعضای گروه آزمایش ۸ جلسه ۱/۵ ساعته واقعیت درمانی به شیوه دریافت کردند، درحالی که گروه گواه هیچ نوع مداخله‌ای را دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات، پس‌آزمون اجرا و یک ماه بعد پیگیری انجام خواهد شد و داده‌ها با روش‌های آماری مناسب تجزیه و تحلیل شدند. نتیجه نشان داد تغییرات میانگین نمرات تنظیم هیجانی و سلامت روانی که در واقعیت درمانی گروهی شرکت کرده بودند تفاوت معناداری به لحاظ آماری دارند. بنابراین واقعیت درمانی گروهی می‌تواند باعث افزایش سلامت عمومی بیماران قلبی و در نتیجه بهبود کیفیت زندگی و کارایی آن‌ها باشد و همچنین واقعیت درمانی گروهی اثرات مثبتی بر تنظیم و کنترل هیجانات مثبت و منفی بیماران قلبی دارد که اثر مستقیمی بر بهبود زندگی و کنترل بیماری آن‌ها خواهد داشت.

واژه‌های کلیدی: تنظیم هیجان، سلامت روان، بیماران قلبی.