





## مجموعه چکیده مقالات

### نخستین همایش ملی مطالعات علوم روانشناختی و

### رفتاری با محوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا

۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲

برگزار کننده:

موسسه آموزش عالی زند شیراز

با همکاری:

انجمن علمی روانشناسی خانواده ایران

انجمن مشاوره ایران

اداره کل آموزش و پرورش استان فارس

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان فارس

دفتر امور بانوان و خانواده استانداری فارس

اداره بهزیستی شهرستان شیراز

سازمان فرهنگی اجتماعی و ورزشی شهرداری شیراز

پارک سلامت روان حاجات

دانشگاه شهید چمران اهواز

سازمان بسیج علمی پژوهشی و فناوری

پایگاه مرجع دانش (سیویلیکا)

موسسه استنادی و پایش جهان علوم اسلام (ISC)



## معرفی اعضای همایش

- رئیس همایش: دکتر سید ابراهیم حسینی  
دبیر علمی و اجرایی همایش: دکتر ژاله رفاهی  
مدیر اجرایی: دکتر شیوا صدیقی

## محورهای همایش:

- سبک زندگی در کرونا و پسا کرونا
- آموزش و چالش های آن در کرونا و پسا کرونا
- شبکه های اجتماعی، فضای مجازی و چالش های آن در کرونا و پسا کرونا
- سلامت روان در کرونا و پسا کرونا



## سخن رئیس دانشگاه:

در سالهای اخیر پاندومی کرونا تمام ابعاد زندگی جامعه ی بشری را در سرار دنیا تحت الشعاع خودش قرار داده است. در کنار تجربیات خوبی که از این پاندومی نصیب جهانیان شده است، عوارضی نیز این پاندومی مخوف و وحشتناک بر جامعه ی بشری تحمیل کرده است. هم اکنون که ما در شرایط متعادلی در رابطه با این بیماری قرار گرفته ایم واجب است در مراکز تحقیقاتی و دانشگاهی در خصوص مشکلاتی که این پاندومی بر ابعاد مختلف زندگی جامعه ی بشری از خودش برجای گذاشته است، تحقیقات علمی صورت پذیرد و در راستای همین وظیفه، موسسه آموزش عالی زند با همکاری استانداری محترم استان فارس و با حمایت دانشگاه ها و سازمان های بزرگ کشور، اقدام به برگزاری اولین همایش با محوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا نموده است.

از همه ی سازمان ها و دانشگاه ها و ارگان ها که ما را در برگزاری این همایش همراهی و همکاری کردن بسیار تشکر میکنم. همچنین جا دارد از تک تک اساتید و بزرگواری که امروز با ارائه ی مقالات ارزشمند، ما را با نتایج آخرین تحقیقات در زمینه های مرتبط با موضوع همایش، آگاه میکنند تشکر و قدردانی کنم.

در اینجا از خداوند بزرگ خواهان این هستم که در پایان این همایش علم و دستاوردی به آموخته های ما اضافه بشود.



## سخن دبیر علمی و اجرایی همایش:

سلامت روح و روان به عنوان یکی از شاخص های پویایی و شکوفایی کشورها، بیش از سه سال است که با شیوع پاندمی کرونا دستخوش تغییر شده تا آنجا که به گفته کارشناسان، ضرورت دستیابی به درمان آسیب های روحی و روانی در دوران کرونا و پساکرونا را دوچندان کرده است. سلامت روان از مهم ترین مقوله های حوزه بهداشت به شمار می رود که بنا بر تعریف سازمان جهانی بهداشت، سلامت روان به حالتی از کیفیت زندگی گفته می شود که فرد بتواند توانایی های خود را شناسایی کند و با استرس های روزمره به راحتی کنار بیاید؛

درواقع یک فرد سالم از لحاظ روانی باید بتواند به راحتی کار کند و با جامعه در مشارکت باشد. همچنین این نهاد بین المللی با توجه به اهمیت سلامت روان در عصر حاضر اعلام کرده است: اگر اقدام عاجلی صورت نگیرد، بیماری روانی تا ۲۰۳۰ میلادی شایع ترین بیماری در جهان خواهد شد. متأسفانه ویروس کرونا زمینه بروز این بیماری را دوچندان کرده و نه تنها زندگی و سلامت میلیون ها انسان را مورد تهدید قرار داده و مرگ و میر و آسیب های جسمی به همراه داشته بلکه باعث ایجاد فاجعه روانی در کل جهان شده است باید توجه داشت در همه جای دنیا کرونا موجب اختلالات روانی - اجتماعی شده است.

همه افراد برای زندگی بهتر و سازگاری و تطابق با محیط و جامعه نیاز به داشتن سلامت روان دارند و اصول بهداشت روانی، به فرد و جامعه کمک می کند تا در راستای سلامت روان قدم برداشته و احساس آرامش و امنیت درونی را به خود و دیگران هدیه دهند. در دوران پاندمی کرونا، به دلایل مختلف از جمله ایجاد محدودیت ها، قرنطینه، تحریم ها، ابهامات، انتظار آسیب و ویروس، شایعات گسترده فضاهای مجازی، کاهش روابط فردی و اجتماعی، بروز مشکلات شغلی و مالی، تعطیلی کسب و کارها، تعطیلی دانشگاه ها و مدارس، فشار روانی زیادی بر جامعه تحمیل شده است. این وضعیت بر تمامی ابعاد زندگی از جمله سبک زندگی، فرهنگ، سنت ها، روابط اجتماعی، خانوادگی و فردی، خواسته ها، نیازها و خلیقات اثرات انکارناپذیری گذاشته است. همه گیری کووید ۱۹ به عنوان یک بحران جهانی برای سلامت روان تلقی می شود که استرس های کوتاه مدت و بلند مدت را دامن می زند و سلامت روان میلیون ها نفر را تضعیف می کند.

برآوردها نشان دهنده افزایش ۲۵ درصدی اختلالات اضطرابی و افسردگی در سال اول همه گیری کرونا در جهان بود، این در حالی است که بررسی ها و مطالعات نشان می دهد که بعد از فروکش کردن پاندمی کووید ۱۹، آسیب های اجتماعی و اختلالات روانپزشکی این دوران، شدت بیشتری خواهد گرفت. بنابراین، لازم است در جهت ارتقا سطح





سلامت روان جامعه، اقدامات لازم صورت بگیرد. بی شک پژوهش با گسترش مرزهای دانش و گشودن افق های تازه، ضامن پیشرفت جامعه و یکی از شاخص های اصلی تعالی آن به شمار می رود.

در این راستا موسسه آموزش عالی زند به منظور انجام مأموریتها و نیل به اهداف عالی علمی و فرهنگی خود، با استعانت از خداوند بزرگ و با همکار دانشگاهها و مؤسسات آموزش عالی کشور، ارگان ها و نهادهای متولی سلامت روان جامعه نخستین همایش ملی مطالعات علوم رفتاری و روانشناختی با محوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا را برگزار خواهد نمود. هدف از برگزاری این همایش، ارائه آخرین دستاوردهای علمی و کاربردی و تبادل ایده در حوزه محورهای همایش است. همایش ها این فرصت را بوجود می آورند که در حضور پیش کسوت های با تجربه، مسائل و مطالب علمی و موضوعات قابل بحث به صورت سخنرانی ها و کنکاش و همفکری مطرح و در این میان همکاران جوان نیز از این مطالب و هم اندیشی ها بتوانند به اندوخته ها و تجربیات خود بیفزایند.

بدون شک تحقیق و پژوهش، شالوده اصلی پیشرفت هر کشوری بوده و دانشجویان امروز که اساتید فردا خواهند بود جزو ارکان اصلی آن می باشند. همایش ها و کنگره ها فرصتی مغتنم برای پژوهشگران است که یافته های علمی و عملی خود را با دیگران به اشتراک گذاشته و از یافته های دیگر پژوهشگران در جهت افزایش بار علمی خود و حتی شکل گیری ایده های نوین در ذهنشان بهره مند گردند. ایده پردازی مولفه ایی مهم در تحقیق و پژوهش است که همایش های علمی یکی از بهترین فرصت ها برای دانشجویان و اساتید است که با الهام گرفتن از نتایج محققین دیگر و آمیختن آن نتایج با فرضیات خود ایده هایی نوین در رشته تخصصی خود را ارائه نمایند.

لذا امیدواریم در حصول این امر مهم موفق باشیم و زمینه لازم جهت این امر را فراهم نماییم. امیدواریم با برگزاری این چنین همایش هایی گامی هر چند کوچک در تشویق و سوق دادن هر چه بیشتر پژوهشگران به سوی امر پژوهش و کمک به آنان در آشنایی با ایده ها و کارهای پژوهشی دیگر محققان، برداریم. از این که توفیق یافته ایم تا میزبان دانشجویان و اساتید گرامی باشیم خدای متعال را شاکریم.



## سخن معاون پژوهشی

موسسه آموزش عالی زند شیراز به عنوان بزرگ ترین موسسه آموزش عالی جنوب کشور، پس از برگزاری سه همایش بزرگ ملی، افتخار برگزاری چهارمین همایش ملی خود را با موضوعیت اولین همایش ملی مطالعات علوم روانشناختی و رفتاری با محوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا داشته است. زمان برگزاری این همایش همراستا شده است با دورانی که هم اکنون در آن قرار داریم که پس از گذشت حدود سه سال درگیری با پاندومی کرونا، تغییراتی که در روند زندگی افراد به خصوص در زمینه ی روانشناختی، اتفاق افتاده است.

امیدوار هستیم که یافته های این همایش و تبادل اطلاعاتی که مابین پژوهشگران محترم انجام شده است بتواند کمکی برای جامعه ی دانشگاهی و علمی تحقیقاتی کشور باشد.

همینطور نوید این را می دهیم که معاونت پژوهشی موسسه آموزش عالی زند شیراز در حال برنامه ریزی همایش های بزرگ دیگر در سطح ملی و بین المللی، در رشته های مختلف می باشد.

در آخر از ریاست محترم موسسه جناب آقای دکتر حسینی که در این مدت مارو پشتیبانی کردن کمال تشکر را دارم. همچنین از مدیران محترم ارشد موسسه جناب آقای مهندس فیروزثانی و جناب آقای مهندس مرتضوی فر، دبیر محترم علمی سرکار خانم دکتر رفاهی و کادر پژوهش تقدیر و تشکر میکنم.



## بیوگرافی و سخنرانی سخنرانان کلیدی



### دکتر کامران باقری لنکرانی ، پزشک و سیاستمدار

- متولد ۱۳۴۴ - تهران
- دیپلم تجربی از دبیرستان شبانه روزی توحید شیراز
- دکترای حرفه ای پزشکی در سال ۱۳۶۸ از دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- بورد تخصص بیماریهای داخلی در سال ۱۳۷۱ از دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- فوق تخصص بیماریهای گوارش و کبد بزرگسالان در سال ۱۳۷۵ از دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- وزیر بهداشت کابینه اول دکتر محمود احمدی نژاد
- عضو هیات موسس و هیات امنای بنیاد فرهیختگان ایران
- رئیس مرکز تحقیقات سلامت در دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- رئیس هیئت تحریریه ماهنامه هپاتیت؛ رئیس هیئت تحریریه و موسس مجله الکترونیکی پزشکی شیراز
- تألیف ۴ کتاب، ۴ مقاله در نشریات فارسی و ۱۳۷ مقاله در نشریات بین المللی



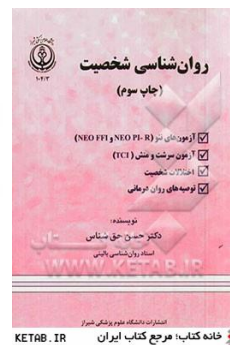




### دکتر حسن حق شناس



- متولد ۱۳۳۲ - شوشتر
- پروفیسور یا استاد تمام بازنشسته بخش روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز
- دکترای تخصصی روان شناسی بالینی و نوروپسیکولوژی یا عصب روانشناسی از کالج سلطنتی دانشگاه لندن
- کارشناسی ارشد (اولین دوره) روانشناسی بالینی از انستیتو روانپزشکی تهران
- کارشناسی روانشناسی از دانشگاه شیراز
- دارای سابقه کار در حوزه روانشناسی بالینی و مشاوره از سال ۱۳۵۶ تاکنون (۴۰ سال)
- بیش از ۱۰ سال عضو اصلی هیئت بورد روانشناسی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی کشور
- رییس و عضو هیات موسس مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری
- عضو هیئت تحریریه مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی
- بیش از ۵۰ مقاله در مجلات علمی پژوهشی داخلی و خارجی
- تالیف کتابهای :





## کوید ۱۹: استرس مزمن

حسن حق شناس؛ استاد تمام روانشناسی بالینی؛ بازنشسته دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی استان فارس، هیات علمی  
موسسه آموزش عالی آپادانا، شیراز.

استرس ها را به دو گروه حاد و مزمن طبقه بندی می کنند. استرس های حاد را با ویژگی های ناگهانی، شدید و خارج از تحمل و ظرفیت افراد عادی می شناسند. استرس حاد در ابتدا اختلال واکنش به استرس و بعد از یکماه دوام علایم به اختلال استرس پس از ضربه یا PTSD تبدیل می شود. استرس های مزمن تدریجی، فزاینده و بطور طبیعی آزار دهنده هستند و تقریباً پس از ۶ هفته از آغاز، واکنش استرس مزمن در افراد را سبب می شوند. علایم استرس مزمن را به دو گروه :

۱. جسمی: دردهای بدنی، خستگی و بی خوابی؛
  ۲. روانی – اجتماعی: اضطراب و افسردگی و افت در عملکرد اجتماعی می توان طبقه بندی کرد.  
نظریه های مختلف و برخی وقت گیر و غیر مفیدی در زمینه استرس و جنبه های روانشناختی استرس در ادبیات روانشناسی وجود دارند. از آنجا که نظریه منجر به راهکارهای پیشگیری و درمان می شود سه نظریه اصلی و مفید موجود در ادبیات روانشناسی بالینی مورد بحث قرار می گیرند:
  ۱. نظریه شناختی لازاروس و همکاران: ارتباط بین ادراک از خویشتن و ادراک از محیط و تعادل بین این عوامل
  ۲. نظریه فرض های متلاشی شده یانوف بولمن: من و دنیای من
  ۳. نظریه شناختی یا فرا شناختی ادنا فوا: رویدادهای غیر قابل پیش بینی و غیر قابل کنترل
- شواهد و تجربیات بالینی نشان می دهد که نظریه سوم کارآمدی بیشتری در سطوح پیشگیری و درمان در واکنش به استرس مزمن کوید ۱۹ دارد که تا حد فرصت زمانی این گفت به آن پرداخته می شود.



### دکتر روشنگر خدابخش پیر کلاتی

- متولد ۱۳۳۹
- دکتری روانشناسی بالینی
- دانشیار و عضو هیأت علمی دانشگاه الزهرا
- مدیر مرکز مشاوره ایران مهر
- بیش از ۵۰ مقاله در مجلات علمی پژوهشی داخلی

### بازنگری به آسیب ها و راه حل های شیوع کرونا (جبران خطاهای کرونا در پسا کرونا)

روشنگر خدابخش پیرکلانی دانشیار گروه روان شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهرا(س)

فاجعه شیوع جهانی ویروس COVID ۱۹، تجربه بسیار خاص و صفحه تازه ای در تاریخ بشریت بود. این مقاله در راستای هدف وقایع نگاری آسیب ها و نقادی عملکردهای مواجهه ها در این رخداد نگارش شده است، چرا که در این حادثه نادر و جهانی بسیار ضروریست که مشاهدات عینی توسط متخصصان حوزه های علمی مختلف ثبت شود، تا این اطلاعات به دست فراموشی سپرده نشود و در دایره المعارف بشریت محفوظ بماند و پدیده هائی که در این شرائط شناخته می شود گزارش شود. و البته نقدهای عملکردی و تحلیل های پیشنهادی هم باید در دل نگارش ها مطرح شود تا ضمن باقی ماندن ادبیات این جریان تراژدیک، چالشهای این دوران همچنان متفکران را به تکاپوی راه حل یابی در شرایط و بحرانهای مشابه گسیل دارد. روش شناسی مقاله بیشتر مبتنی بر مشاهدات، تحقیقات، مطالعات بالینی و تجارب زیسته نویسنده بود. یافته ها نشانگر این بود که پاندمی کرونا علاوه بر اثرگذاری بر جسم و ایجاد بیماری جسمانی، ایجاد رفتارهای آسیب شناسانه و بیماریهای روان شناختی، مشکلات اجتماعی را هم در طیف قابل توجهی دارد. نتایج حاصل از مقاله نشانگر نقدپذیری شدید عملکردهای جهانی است، به نحوی که به دلیل بی برنامه گی از کمترین ظرفیتهای استفاده شد و درس ها و عبرتهای لازم از این انفجار بزرگ طبیعت، همچنان ناشنیده ماند .

**کلید واژه:** کرونا ویروس، وقایع نگاری کرونا، آسیب های روان شناختی، نقد شیوه های مقابله با کرونا





### افراد سخنران در همایش

| ردیف | نام و نام خانوادگی          | سمت  |
|------|-----------------------------|--|
| ۱    | دکتر محمد هاشم هاشم پور     | معاون تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی شیراز                    |
| ۲    | سرهنگ احمد رضا قاسمی        | رئیس سازمان بسیج علمی پژوهشی فناوری استان                          |
| ۳    | دکتر مصطفی محسنی            | مدیر اداره بهزیستی شیراز   |
| ۴    | دکتر آیت الله رزمجویی       | نماینده استانداری در عتف   |
| ۵    | دکتر جمال اکبری             | رئیس مجمع دادگاه های خانواده دادگستری فارس                         |
| ۶    | دکتر کامران باقری لنکرانی   | سخنران تخصصی بصورت ویدئو   |
| ۷    | دکتر حسن حق شناس            | استاد تمام بازنشسته دانشگاه علوم پزشکی شیراز                       |
| ۸    | دکتر روشنک خدابخش پیر کلانی | دانشیار دانشگاه الزهرا (س)   |
| ۹    | دکتر نوراله محمدی           | رئیس دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شیراز<br>پنل بعدازظهر |
| ۱۰   | دکتر بهرام بابایی نژاد      | رئیس اراره پیشگیری فرهنگی اجتماعی دادگستری فارس<br>پنل بعدازظهر    |
| ۱۱   | دکتر رضا چالمه              | نماینده آموزش و پرورش فارس<br>پنل بعدازظهر                         |
| ۱۲   | دکتر اسماعیل سلطانی         | نماینده بخش روانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی شیراز<br>پنل بعدازظهر     |





اولین همایش ملی مطالعات علوم روانشناختی و رفتاری

بامحوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا

۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
موسسه آموزش عالی  
زندتیراز  
(عمرانقایی - غیر دولتی)

# چکیده مقالات



## Psychological Manifestations in Post-hospital Discharged Covid-19 Patients: A Longitudinal Study in Shiraz, Iran

بهنام هنرور<sup>۱</sup>، کامران باقری لنکرانی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>Health Policy Research Center, Institute of Health, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran  
,honarvarbh32@yahoo.com

<sup>۲</sup>Health Policy Research Center, Institute of Health, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran  
,kblankarani@gmail.com

**Background** Most patients who are infected by COVID-19 develop recovery from it, however some of these patients experience a variety of mid- and long-term physical and/or mental effects after their initial illness recovery. These mid- and long-term effects are collectively known as post COVID-19 condition or “long COVID.” **Aims** We aimed to detect the prevalence of psychological manifestations in long covid patients. **Methods** In this retrospective cohort study, previously hospitalized subjects due to COVID-19 were selected by systematic random sampling. A valid checklist was filled out by phone interview with each participant. Psychological symptoms were self-reported. Data were analyzed in SPSS software. **Results** Mean age of 1738 interviewees was  $54.2 \pm 14.5$  years. Median time of follow-up was 352 days. Overall, 1526 (87.8%) had at least one symptom of LCS. Among symptoms; feeling of unhappiness or depressed mood (1201; 69.1%) were more common. Multivariable analysis showed that anemia (OR: 3.22, %95CI: 1.49-6.98), diabetes mellitus (OR:1.9, %95CI: 1.11-3.23) and those who were not the head of their families (OR:1.65, %95CI: 1.18-2.32) were significantly associated with LCS. **Conclusion** Psychological manifestations are common in LCS patients. Therefore, psychological care for these patients is highly needed and recommended.



## اثر بخشی درمان متمرکز بر شفقت (CFT) و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر اضطراب زنان مبتلا به ویتیلیگو

زهرا شکوئی<sup>۱</sup>، سالم جعفری<sup>۲</sup>

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [zahrashekooie@gmail.com](mailto:zahrashekooie@gmail.com)

مربی رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [bineshmavara@yahoo.com](mailto:bineshmavara@yahoo.com)

### چکیده

پژوهش، با هدف مقایسه تاثیر روش درمان متمرکز بر شفقت، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اضطراب زنان مبتلا به ویتیلیگو انجام شد. جامعه آماری این پژوهش کلیه زنان ۱۸ تا ۳۵ سال و مرکز مراقبت های پوستی رخ افسان، مرکز مراقبت های پوستی تالگو طوبی، کلینیک سمر، کلینیک کیمیا شهر شیراز بودند. این پژوهش در دو بخش کمی و کیفی انجام شد. به منظور این پژوهش ۹۰ نفر خانوم به صورت هدفمند انتخاب و با روش تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل گمارده شدند. در بخش کمی، که با روش نیمه تجربی انجام شده بود، مداخله درمانی به مدت ۸ جلسه برای هر گروه آزمایش انجام گرفت و به گروه گواه هیچ آموزشی ارائه نشد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه حالت و صفت اشپیل برگر بود که در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پی گیری (۹ ماهه) تکمیل شد و داده های به دست آمده با روش آماری تحلیل کواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در مرحله کیفی نتایج به دست آمده در این پژوهش با تجزیه و تحلیل اطلاعات کسب شده نتایج این پژوهش نشان از وجود تفاوت معنادار در گروه های آزمایش در مقایسه با گروه گواه، در مرحله پس آزمون و پیگیری بود. بنابراین می توان نتیجه گرفت که اثربخشی مداخلت درمانی بر اضطراب زنان مبتلا به ویتیلیگو در مقایسه با گروه گواه موثر است.

واژه های کلیدی: اثر بخشی درمان متمرکز، شفقت درمان، پذیرش و تعهد، اضطراب زنان



# اولین همایش ملی مطالعات علوم روانشناختی و رفتاری

بامحوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا

۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
موسسه آموزش عالی  
زندتیراز  
(عمرانقاسی - غیر دولتی)





## تاثیر کیفیت فرآیند خواب بر سلامت روان - مروری بر تاثیر همه گیری بیماری کووید ۱۹ بر خواب و سلامت روان

صنم دیبا<sup>۱</sup>، لیلا مرتضوی فر<sup>۲</sup>، درسا عباسی<sup>۳</sup>، علی قرمزبان<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته ی مهندسی پزشکی، مؤسسه آموزش عالی زند شیراز

آدرس پست الکترونیک: [2610sanamdiba@gmail.com](mailto:2610sanamdiba@gmail.com)

<sup>۲</sup> عضو هیئت علمی گروه کامپیوتر مؤسسه آموزش عالی زند شیراز- دانشکده فنی مهندسی

آدرس پست الکترونیک: [L.mortazavifar@zand.ac.ir](mailto:L.mortazavifar@zand.ac.ir)

<sup>۳</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته ی مهندسی پزشکی، مؤسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [Dorsaabasi10@gmail.com](mailto:Dorsaabasi10@gmail.com)

<sup>۴</sup> استاد گروه مهندسی پزشکی مؤسسه آموزش عالی زند شیراز

آدرس پست الکترونیک: [A.ghermezian@zand.ac.ir](mailto:A.ghermezian@zand.ac.ir)

### چکیده

فرآیند خواب به صورت ذاتی با سلامت روان ارتباط نزدیکی دارد. سبک زندگی مدرن نقش موثری در کاهش مدت زمان خواب دارد و احتمال فراگیری آن در جوامع مختلف رو به افزایش است. بیماری های همه گیر و قرنطینه هایی که متعاقبا ایجاد میگردد تغییرات اساسی و بنیادین در سبک زندگی افراد ایجاد می نماید و تأثیرات عمیقی بر کیفیت خواب و سلامت روان داشته است. هدف این مطالعه ارائه یک نمای کلی از رابطه بین کیفیت خواب، سلامت روان و بیماری کووید ۱۹ می باشد. نتایج گوناگونی از سلامت و کیفیت خواب از گزارش های متعددی در زمان همه گیری این بیماری گزارش شده است. لازم به ذکر است که از نتایج به دست آمده می توان به این نکته اشاره کرد که افزایش مدت زمان خواب با کاهش کیفیت آن و تغییر زمان به خواب رفتن همراه بوده است. علاوه بر این، افزایش تأثیر کمبود خواب بر سلامت روان کارکنان مراقبت های بهداشتی در مقایسه با جمعیت عمومی بزرگسالان نیز گزارش شده است. اگرچه این علائم می تواند به صورت کوتاه مدت بروز نماید اما افزایش شیوع کمبود خواب در بیماران مبتلا به کووید حد از دیگر نشانه های گزارش شده می باشد. شایان ذکر است که تاثیر اهمیت سلامت خواب در تنظیم سیستم ایمنی بدن در گزارشات متعدد عنوان شده است اما تاثیر کمبود خواب بر جنبه های متعدد بیماری کووید ۱۹ مانند خطر، شدت و پیش آگاهی از عفونت و حتی پاسخ واکسن نیز حائز اهمیت است.

واژه های کلیدی: خواب، محرومیت از خواب، مدت زمان خواب، کیفیت خواب، کووید-۱۹، سلامت روان.



## نقش سرزندگی و تاب آوری تحصیلی در پیش بینی اضطراب کرونا

معصومه بهرامی<sup>۱</sup>، محمد عرب عامری<sup>۲</sup>، مهربابه یونسی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد سنجش و اندازه گیری، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران،

آدرس پست الکترونیک: [masoumehbaramui164@gmail.com](mailto:masoumehbaramui164@gmail.com)

<sup>۲</sup>دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد بابل

<sup>۳</sup>کارشناسی ارشد روان شناسی، سازمان آموزش و پرورش بهشهر

### چکیده

هدف: پژوهش حاضر بررسی نقش سرزندگی و تاب آوری تحصیلی در پیش بینی اضطراب کرونا بوده است. روش: روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بوده است و جامعه آماری این پژوهش شامل همه دانش آموزان دختر و پسر دوره متوسطه شهر مازندران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ است. نمونه آماری این پژوهش شامل ۳۱۶ نفر (۱۵۵ دختر و ۱۶۱ پسر) نفر تعیین شد که به روش نمونه گیری در دسترس (به دلیل تعطیلی مدارس) انتخاب شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های تاب آوری تحصیلی سامونلز (۲۰۰۴)، سرزندگی تحصیلی مارش و مارتین (۲۰۰۸) و اضطراب کرونا لی (۲۰۲۰) استفاده شده است. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل رگرسیون و همبستگی با استفاده از نرم افزار SPSS استفاده شد. یافته ها: بررسی اطلاعات جمعیت شناسی نشان داد که دامنه سنی دانش آموزان دختر و پسر بین ۱۵ تا ۱۸ سال قرار داشت؛ فراوانی و درصد دانش آموزان براساس پایه تحصیلی به ترتیب به شرح زیر است: متوسطه اول ۳۵/۸ درصد، دوم ۳۸ درصد و سوم ۲۶/۳ درصد است. در ادامه ی گزارش یافته های پژوهش نشان داد که همبستگی معکوس و معنادار بین متغیرهای سرزندگی و تاب آوری تحصیلی با اضطراب کرونا است. همچنین متغیرهای پیش بین پژوهش اضطراب کرونا پیش بینی می کنند. نتیجه گیری: ویروس کرونا گروه بزرگی از ویروس ها است که به عنوان یک بحران سلامت عمومی شناخته شده که باعث ایجاد چالش هایی برای سرزندگی و تاب آوری روانی شده و بیشترین شیوع آن از زمان سندرم حاد تنفسی بوده است.

واژه های کلیدی: سرزندگی، تاب آوری تحصیلی، اضطراب کرونا.



## فرا تحلیل پژوهش‌های انجام شده در حوزه کووید-۱۹ با تاکید بر مولفه‌های روانشناختی

مرضیه عبداله‌زاده راد<sup>۱</sup>، اشکان کاظمی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانش‌آموخته کارشناسی ارشد رشته سنجش و اندازه‌گیری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی

[srad438@gmail.com](mailto:srad438@gmail.com)

<sup>۲</sup>دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی صنعتی و سازمانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

### چکیده

با رشد پژوهش‌های مختلف در زمینه کووید-۱۹ و مواجهه با نوعی پراکندگی اطلاعات در این حوزه، انجام پژوهش‌های ترکیبی که عصاره پژوهش‌های انجام شده در این موضوع را به شیوه نظام‌مند و علمی فراروی پژوهشگران قرار دهد، اهمیت فراوانی دارد. پژوهش حاضر با هدف ترکیب کمی نتایج پژوهش‌های انجام شده در حوزه کووید-۱۹ با تاکید بر مولفه‌های روانشناختی و با استفاده از روش فراتحلیل و نرم‌افزار جامع فراتحلیل (CMA2) تعداد ۸۹ مقاله را مورد بررسی قرار می‌دهد. در واقع جامعه آماری پژوهش، کلیه مقاله‌ها با موضوع کووید-۱۹ است که در ۳ سال اخیر در پایگاه‌های علمی معتبر خارجی منتشر شده‌اند. نتیجه فراتحلیل ۲۳ متغیر نشان می‌دهد و از این بین، متغیرهای ترس، نگرانی و استرس بیشترین تأثیر را از کووید-۱۹ گرفته‌اند. بیشترین پژوهش‌ها با روش توصیفی-تحلیلی، اسنادی و تحلیل ثانویه انجام شده است. نتایج اندازه اثر نشان داد کووید-۱۹ بر متغیرهای ترس (با اندازه اثر ۰/۷۱)، نگرانی (با اندازه اثر ۰/۵۴) و استرس (با اندازه اثر ۰/۴۷) بیشترین اثر را در پژوهش‌های مرور شده داشته است.

واژه‌های کلیدی: فراتحلیل، کووید-۱۹، مولفه‌های روانشناختی، اندازه اثر.



## بررسی مقایسه و اثربخشی نوشتار درمانی و شناختی درمانی در وسواس فکری-عملی زنان

### خانه دار

کیمیای عباسی<sup>۱</sup>، سالم جعفری<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی کارشناسی، رشته مشاوره، موسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [kimiyaabasi@gmail.com](mailto:kimiyaabasi@gmail.com)

<sup>۲</sup>مربی رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [bineshmavara@yahoo.com](mailto:bineshmavara@yahoo.com)

### چکیده:

هدف از اجرای این تحقیق مقایسه اثربخشی و شناختی درمانی در کاهش علائم مبتلایان به اختلال وسواس فکری-عملی در زنان خانه بود. از بین کلیه زنان متقاضی درمان وسواس فکری-عملی شهر شیراز ۲ گروه انتخاب شدند و درمان نوشتار درمانی و شناختی درمانی اجرا شد. در پیش آزمون و پس آزمون پرسشنامه های وسواس فکری-عملی و بیل پروان تکمیل شدند. جلسات درمانی یک بار در هفته و هر جلسه به مدت یک ساعت و در مجموع ۱۲ جلسه برگزار شد. نتایج با استفاده از روش تحلیل واریانس نشان داد که هر دو روش در درمان وسواس فکری-عملی موثر بوده. همچنین تفاوت معنی داری بین دو رویکرد نوشتار درمانی و شناختی درمانی مشاهده نشد. با توجه به یافته ها درمان های فراشناختی مبتنی بر رویکرد نوشتار درمانی و شناختی درمانی می تواند بر کاهش علائم فکری-عملی در زنان خانه دار اثربخش باشد.

واژه های کلیدی: نوشتار درمانی، شناختی درمانی، وسواس فکری-عملی زنان خانه دار





## مقایسه اثربخشی درمان چندوجهی لازاروس و روانشناسی مثبت نگر بر وسواس و اضطراب فراگیر در زنان خانه دار در پسا کرونا

رقیه دهقان

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [Nazanindh.1910@gmail.com](mailto:Nazanindh.1910@gmail.com)

### چکیده

هر بیماری اثرات روحی و روانی فراوانی در افراد جامعه خواهد گذاشت و بیماری کرونا هم از این قاعده مستثنی نیست پژوهش حاضر با هدف اثر بخشی درمان چند وجهی لازاروس و روانشناسی مثبت گرا بر وسواس و اضطراب فراگیر در زنان خانه دار در پسا کرونا است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان خانه دار شهرستان شیراز در سال ۱۴۰۱ می باشد که ۴۵ نفر از آنان با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل ( هر گروه ۱۵ نفر قرار گرفتند برای گرد آوری اطلاعات از پرسشنامه اضطراب کتل ( ۱۹۵۷ ) و پرسشنامه وسواس ییل براون ( ۱۹۸۸ ) استفاده شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. گروه های آزمایشی تحت روان درمانی چند وجهی لازاروس ( ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای ) و درمان روانشناسی مثبت گرا ( ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای ) قرار گرفتند، و پس از سه ماه مرحله پیگیری انجام شد. داده ها با استفاده از آزمون آماری کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج تحقیق نشان داد که هر دو درمان چند وجهی لازاروس و روانشناسی مثبت گرا بر بهبود وسواس و اضطراب فراگیر زنان خانه دار در پسا کرونا اثر بخش هستند، ( $P < 0,001$ ). همچنین نتایج تحلیل نشان داد درمان چندوجهی لازاروس نسبت به روانشناسی مثبت گرا دارای تاثیر بیشتری برای بهبود وسواس و اضطراب فراگیر است.

واژه های کلیدی: وسواس، اضطراب فراگیر، چندوجهی لازاروس، روانشناسی مثبت نگر، زنان خانه دار در پسا کرونا.



## مقایسه اثربخشی روانشناسی مثبت گرا و روان درمانی چندوجهی لازاروس بر خودکارآمدی و تاب آوری زنان کارمند در پسا کرونا

نرگس مهدی یار

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،  
آدرس پست الکترونیک: [Nargasmahdiyari770@gmail.com](mailto:Nargasmahdiyari770@gmail.com)

### چکیده:

هدف این پژوهش، مقایسه تاثیر روانشناسی مثبت گرا و روان درمانی چند وجهی لازاروس بر خودکارآمدی و تاب آوری زنان کارمند در پسا کرونا بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان کارمند شهر شیراز در سال ۱۴۰۱ بودند که ۴۵ نفر از آنان با استفاده از روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. برای گرد آوری اطلاعات از پرسشنامه خودکارآمدی شغلی شرر (۱۹۸۲)، تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، استفاده شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. گروههای آزمایش تحت روان درمانی مثبت گرا (۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه ای) و روان درمانی چند وجهی لازاروس (۱۲ جلسه ۴۵ دقیقه ای) قرار گرفتند و پس از سه ماه مرحله پیگیری انجام شد. داده ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که هر دو روانشناسی مثبت گرا و درمان چندوجهی لازاروس بر افزایش خودکارآمدی و تاب آوری زنان کارمند اثربخشند ( $P < 0.001$ )، همچنین نتایج تحلیل نشان داد، درمان چند وجهی لازاروس نسبت به روانشناسی مثبت گرا، دارای تاثیر بیشتری بر افزایش خودکارآمدی و تاب آوری است ( $p < 0.05$ ).

واژه های کلیدی: خودکارآمدی، تاب آوری، روانشناسی مثبت گرا، درمان چند وجهی لازاروس، زنان کارمند در پسا کرونا



## بررسی مقایسه اثر بخشی مواجهه درمانی روایتی و حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و پردازش مجدد بر کاهش علائم اختلال استرس حاد در دختران مورد تجاوز جنسی قرار گرفته شهر شیراز

علی پناهی پور

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [Ali.panahipour1202@gmail.com](mailto:Ali.panahipour1202@gmail.com)

### چکیده:

اختلال استرس حاد با نشانه های تجزیه ای، تجربه مجدد، اجتناب و برانگیختگی بیش از حد مشخص میشود. هدف این پژوهش مقایسه اثربخشی مواجهه درمانی روایتی و حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و پردازش مجدد بر کاهش علائم اختلال استرس حاد در دختران مورد تجاوز جنسی قرار گرفته شهر شیراز می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل همه دختران مورد تجاوز قرار گرفته شهر شیراز است که از این تعداد نمونه ای به حجم ۴۸ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی به ۳ گروه مساوی شامل ۲ گروه آزمایش و یک گروه کنترل تقسیم شدند. برای گردآوری داده ها از مقیاس می سی سی پی استفاده شده است. در دو گروه به عنوان مداخله، روش های درمانی EMDR (۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای یک بار در هفته) و NET (۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای یک بار در هفته) و بر روی گروه سوم (کنترل) هیچگونه درمانی اعمال نشد. پس از دوره درمان همان آزمون برای هر سه گروه اجرا شد. داده ها با آزمون آماری تحلیل کوواریانس تک متغیره تجزیه و تحلیل شدند. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که هر دو روش درمانی موجب کاهش معنادار نشانه های استرس حاد شده اند. همچنین نتایج حاکی از این بود که EMDR در کاهش استرس حاد موثرتر بود.

واژه های کلیدی: اختلال استرس حاد، حساسیت زدایی از طریق حرکات چشم و پردازش مجدد، مواجهه درمانی روایتی، تجاوز جنسی



## بررسی مقایسه اثر بخشی استعاره درمانی و تصویر سازی ذهنی بر روابط والد و کودک در کودکان تک سرپرست در پسا کرونا

فاطمه نظری

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [laleh.nzrrr@gmail.com](mailto:laleh.nzrrr@gmail.com)

### چکیده:

حل کردن مشکلات ارتباطی بین فرزندان و والد سرپرست در خانواده های تک والدینی یکی از اصلی ترین برنامه های توانمندسازی خانوادگی و روان شناختی این خانواده هاست؛ لذا هدف پژوهش مقایسه تاثیر درمان استعاره درمانی و تصویر سازی ذهنی بر روابط والد و کودک در کودکان تک سرپرست است. روش: این مطالعه پژوهشی نیمه تجربی از نوع پیش آزمون-پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل است. ۴۵ نفر به عنوان نمونه به روش تصادفی ساده انتخاب و آزمون استعاره درمانی کوپ را تکمیل کردند. مداخلات شامل هشت جلسه (گروه درمانی شصت دقیقه ای) و هشت جلسه گروهی تصویرسازی ذهنی (۴۵ دقیقه ای) بود. برای تحلیل داده ها از تحلیل اندازه گیری مکرر و آزمون بونفرونی در نسخه ۲۲ نرم افزار SPSS استفاده شد. یافته ها: داده های حاصل نشان از اثربخشی معنادار هر دو روش بر افزایش روابط مثبت دارد. همچنین، مقایسه زوجی گروهها با استفاده از آزمون مقایسه های چندگانه بنفرونی نشان از اثربخشی بالاتر، استعاره درمانی در مقایسه با تصویرسازی ذهنی بر روابط والد کودک ( $p < 0/005$ ) دارد. بنابراین میتوان گفت استعاره درمانی، به واسطه تمرکز بر انعطاف پذیری روانشناختی مؤثرتر از درمان تصویرسازی ذهنی بر روابط والد و کودک است. نتیجه گیری: با توجه به نتایج این پژوهش استعاره درمانی و تصویر سازی ذهنی با پیگیری سه ماهه نتایج، نشان از باورهای والد و کودک بر عدم کنترل بر زندگی، مقابله کند و میزان ارتباط مثبت آنان را افزایش دهد. ضمناً پیگیری نتایج، نشان از پایداری و تقویت آن داشته است.

واژه های کلیدی: استعاره درمانی، تصویر سازی ذهنی، روابط والد و کودک، پسا کرونا





## بررسی اثر بخشی امید درمانی بر انعطاف پذیری شناختی و اضطراب در بیماران مبتلا به لوپوس در دوران پسا کرونا

فاطمه فراچی قصر ابو نصر

دانشجوی کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز

آدرس پست الکترونیک: [fatemefarahi79@gmail.com](mailto:fatemefarahi79@gmail.com)

### چکیده:

سیستم ایمنی ضعیف از مهم ترین عامل خطر در ابتلا به ویروس کرونا است. این بیماری تنفسی حاد آن کاو-۱۹-۲۰۱۹ که به شکل عمومی به آن کرونا نیز میگویند، میتواند علاوه بر تاثیرگذاری مستقیم بر جسم انسان، منجر به بیماری هایی از جمله لوپوس نیز شود. بیماری لوپوس یک بیماری مزمن و التهابی مخرب است و همچنین این بیماری جز بیماری های خود ایمنی می باشد. این بیماری بر روی وضعیت روانی، ارتباطات بین فردی و اجتماعی و به طور کلی بهزیستی روانشناختی بیماران تأثیر منفی دارد. هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی امید درمانی بر انعطاف پذیری شناختی و اضطراب در بیماران مبتلا به لوپوس در پسا کرونا می باشد. روش این تحقیق نیمه تجربی و به روش پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل یکی از بیمارستان های شیراز بود که ۶۰ نفر از آنها به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند و در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. جهت گرد آوری داده ها از آزمون های دنیس و وندر وال (CFI) و اضطراب بک (ABI) استفاده شد. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای یک بار) تحت آموزش امید درمانی قرار گرفتند. نمرات آزمودنی ها با استفاده از تحلیل کواریانس تک متغیری تحلیل شد. یافته ها نشان داد امید درمانی بر افزایش انعطاف پذیری شناختی و کاهش اضطراب بیماران مبتلا به لوپوس مؤثر می باشد ( $P < 0.05$ ). نتیجه ی پژوهش نشان داد که امید درمانی میتواند انعطاف پذیری شناختی و اضطراب را در بیماران مبتلا به لوپوس بهبود بخشد.

واژگان کلیدی: بیماری لوپوس، امید درمانی، اضطراب، انعطاف پذیری شناختی، کرونا



## بررسی نقش عدم تحمل بلاتکلیفی، حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده در پیش بینی درد ذهنی در افراد با تجربه سوگ ناشی از بیماری کرونا

صدراله خسروی<sup>۱</sup>، نادیا کریم پور<sup>۲</sup>، فاضل رحمانی<sup>۳</sup>، ساناز گلستانی<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup> استادیار، رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه فیروزآباد؛

آدرس پست الکترونیک: [Hamraz\\_khosravi@yahoo.com](mailto:Hamraz_khosravi@yahoo.com)

<sup>۲</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی بالینی، دانشگاه فیروزآباد؛

آدرس پست الکترونیک: [nadiakarimpoor1990@yahoo.com](mailto:nadiakarimpoor1990@yahoo.com)

<sup>۳</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی بالینی، دانشگاه فیروزآباد؛

آدرس پست الکترونیک: [fazelrahmanirs@yahoo.com](mailto:fazelrahmanirs@yahoo.com)

<sup>۴</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی بالینی، دانشگاه فیروزآباد؛

آدرس پست الکترونیک: [S.golestani10@gmail.com](mailto:S.golestani10@gmail.com)

### چکیده:

هدف پژوهش بررسی نقش عدم تحمل بلاتکلیفی، حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده در پیش بینی درد ذهنی در افراد با تجربه سوگ ناشی از بیماری کرونا بود. روش پژوهش همبستگی پیش بین بود. جامعه آماری شامل کلیه افراد با تجربه سوگ ناشی از بیماری کرونا در شهرستان کازرون بودند که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی در دسترس تعداد ۱۵۰ نفر انتخاب شد و پرسشنامه های عدم تحمل بلاتکلیفی، حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده و درد ذهنی از آنها به عمل آمد. داده های جمع آوری شده با استفاده از روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج تحلیل ضریب همبستگی نشان داد که بین عدم تحمل بلاتکلیفی و استرس ادراک شده با درد ذهنی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ( $p < 0/001$ ). بین حمایت اجتماعی ادراک شده با درد ذهنی رابطه منفی و معنادار وجود دارد ( $p < 0/05$ ). همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که عدم تحمل بلاتکلیفی، حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده ۰/۷۳ درد ذهنی را پیش بینی میکنند و در تجربه درد ذهنی تاثیر دارند.

واژه های کلیدی: استرس ادراک شده، درد ذهنی، حمایت اجتماعی ادراک شده، کرونا، عدم تحمل بلاتکلیفی



## تحلیل رابطه بین سرمایه اجتماعی، هوش فرهنگی با رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز در پسا کرونا

شهلا کریمی<sup>۱</sup>، پروین میرزایی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد، رشته آموزش ابتدایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز؛

آدرس پست الکترونیک: [shahlakarimi177@gmail.com](mailto:shahlakarimi177@gmail.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی، رشته آموزش ابتدایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سقز؛

آدرس پست الکترونیک: [parvinmirzaii9411@gmail.com](mailto:parvinmirzaii9411@gmail.com)

### چکیده

هدف این پژوهش تحلیل رابطه بین سرمایه اجتماعی، هوش فرهنگی با رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز در پسا کرونا بود. نوع روش تحقیق تحلیلی-همبستگی بود. جامعه آماری تحقیق شامل کلیه معلمان شاغل به تدریس در مدارس ابتدایی شهرستان سقز (۱۴۸۵ نفر) بود که با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۳۰۵ نفر به عنوان حجم نمونه مشخص گردید. شیوه توزیع پرسشنامه‌ها به صورت تصادفی ساده بود. ابزار سنجش شامل ابزار سنجش شامل پرسشنامه سرمایه اجتماعی ناهاپیت و گوشال با پایایی ۰/۷۵۸، پرسشنامه هوش فرهنگی انگ و ایرلی با پایایی ۰/۸۰۲ و پرسشنامه رضایت شغلی مینه‌سوتا با پایایی ۰/۸۴۳ بود. آزمون‌های مورد استفاده در این تحقیق شامل آمارهای همبستگی و رگرسیون در محیط نرم‌افزاری اسپاس‌اس‌اس بود. نتایج نشان داد بین مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی با هوش فرهنگی معلمان ابتدایی شهرستان سقز رابطه معنی‌دار وجود دارد. بین مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی با رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز رابطه معنی‌دار وجود دارد. بین مؤلفه‌های هوش فرهنگی با رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز رابطه معنی‌دار وجود دارد. ۲۵/۴ درصد نمرات رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز ناشی از نمرات سرمایه اجتماعی و هوش فرهنگی آنها می‌باشد. سرمایه اجتماعی و هوش فرهنگی می‌تواند رضایت شغلی معلمان ابتدایی شهرستان سقز را به صورت مثبت و مستقیم پیش‌بینی کند.

واژه‌های کلیدی: سرمایه اجتماعی، هوش فرهنگی، رضایت شغلی، پسا کرونا، معلمان ابتدایی شهرستان سقز



## بررسی مقایسه اثر بخشی تکنیک درمان شفقت درمانی و معنا درمانی بر اضطراب بیماری وتاب اوری ناشی از کرونا بر جوانان شهرستان شیراز

فاطمه فراچی قصر ابو نصر

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز

ادرس پست الکترونیک: [fatemefarahi79@gmail.com](mailto:fatemefarahi79@gmail.com)

### چکیده:

بیماری کووید ۱۹ که به آن بیماری تنفسی حاد ان کاو-۲۰۱۹ یا به شکل عمومی به آن کرونا نیز میگویند. یک بیماری عفونی است که اساسا از طریق قطرات ریز تنفسی افراد مبتلا. وقتی سرفه یا عطسه میکنند. به سایر افراد سرایت میکند. این بیماری روی وضعیت روانی، ارتباطات بین فردی و اجتماعی و به طور کلی بهزیستی روانشناختی بیماران تأثیر منفی دارد. هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثر بخشی شفقت درمانی و معنی درمانی بر اضطراب بیماری و تاب اوری در جوانان مبتلا به کرونا می باشد. روش این تحقیق نیمه تجربی و به روش پیش از مون \_ پس از مون و با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل یکی از بیمارستان های شیراز بود که ۶۰ نفر از آنها به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب شدند و در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. جهت گردآوری داده ها از آزمون های تاب اوری کانر - دیویدسون (CD\_RISC) و اضطراب بک (ABI) استفاده شد. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای (هفته ای یک بار) تحت آموزش جلسه شفقت درمانی و معنی درمانی دریافت کردند و گروه کنترل هیچ درمانی دریافت نکرد. داده ها از طریق تحلیل کواریانس چند متغیره تحلیل شدند. نتایج نشان داد در مرحله پس از مون. گروه های درمان شفقت محور و معنی درمانی نسبت به گروه کنترل در کاهش اضطراب بیماری و افزایش تاب اوری تفاوت معنی داری داشتند. ( $P < 0/05$ ) براساس یافته ها، هر دو درمان گزینه های مناسبی برای افزایش تاب اوری و کاهش اضطراب ناشی از بیماری در جوانان می باشند.

واژگان کلیدی: کرونا، تاب اوری، اضطراب. شفقت درمانی (CFT) و معنی درمانی (لوگوتراپی)





## مقایسه اثربخشی تکنیک های خودنظم بخشی و شادکامی بر تکانشگری و احساس تنهایی کودکان مراکز بی سرپرست و بد سرپرست شهرستان شیراز در پسا کرونا

فاطمه وفايي زاده

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، دانشگاه غیر انتفاعی زند؛

آدرس پست الکترونیک: [Ailinvafaei80@gmail.com](mailto:Ailinvafaei80@gmail.com)

### چکیده

شادی و شادکامی از متغیرهای مهم و تاثیرگذار در طول زندگی ادمی است. شادی به نوعی معنای زندگی یا از معنادهندگان آن است.

خودنظم بخشی یک توانایی ذهنی یا مهارت عملکرد تحصیلی نیست، بلکه یک فعالیت خودگردان است که توسط آن یادگیرندگان توانایی های ذهنی خود را به مهارت های تبدیل می کنند. مطالعه حاضر با هدف مقایسه اثربخشی تکنیک های خودنظم بخشی و شادکامی بر تکانشگری و احساس تنهایی در پسا کرونا بود.

روش کار: تحقیق حاضر از نوع نیمه آزمایشی بود که دارای پیش آزمون - پس آزمون به همراه گروه کنترل بود. جامعه آماری تحقیق شامل کلیه کودکان بی سرپرست مراکز شهرستان شیراز در سال ۱۴۰۱-۴۰۲ بود. حجم نمونه شامل ۳۹ نفر بود که به روش نمونه گیری در دسترس در دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل قرار گرفتند. (۱۳ نفر در هر گروه) افراد گروه شادکامی در ۱۲ جلسه و گروه خودنظم بخشی ۱۲ جلسه مورد مداخله قرار گرفتند در حالی که گروه کنترل هیچ درمانی دریافت نکرد.

ابزارهای پژوهش: مقیاس خود گزارشی تکانشگری (پرسشنامه تکانشگری بارت) و پرسشنامه احساس تنهایی بود که در مراحل پیش آزمون و پس آزمون اجرا شدند. برای تحلیل داده ها در سطح فراوانی از آمار توصیفی و برای تحلیل داده ها در سطح استنباطی از آزمون های T، تحلیل واریانس چند متغیری (MANOVA) و برای مقایسه ای اثر بخشی درمان ها از آزمون تعقیبی LSD استفاده گردید. داده ها در SPSS25 تحلیل شدند.

نتایج: نتایج نشان داد درمان خودنظم بخشی بر روی تکانشگری اثر مطلوب تری نسبت به شادکامی دارد. همچنین در مقایسه این دو درمان مشخص شد که درمان شادکامی بر روی احساس تنهایی اثر مطلوب تری داشته است. نتیجه گیری در مجموع نتایج این پژوهش حاکی از عملکرد بهتر خودنظم بخشی برای علائم تکانشگری و شادکامی بر احساس تنهایی است، لذا در مراکز بالینی این درمان ها می تواند برای کنترل تکانشگری و احساس تنهایی به کار گرفته شوند.

واژه های کلیدی: شادکامی، خودنظم بخشی، تکانشگری، احساس تنهایی، پسا کرونا



## اثر بخشی مداخله مبتنی بر رویکرد چندوجهی لازاروس بر هراس اجتماعی و باورهای غیر منطقی سلامت روان دختران آزار دیده جنسی در پسا کرونا

فاطمه کشتکار

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روان شناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز؛ آدرس پست الکترونیک:

[Fati.n199675@Yahoo.com](mailto:Fati.n199675@Yahoo.com)

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی رویکرد چند وجهی لازاروس بر باورهای غیرمنطقی و سلامت روان دختران آزار دیده جنسی انجام شد. روش پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دختر آزار دیده جنسی مراجعه کرده به مراکز مشاوره شهر شیراز در دوران کرونا بود که ۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰)، پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۲) و پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۹). به گروه آزمایش ۱۰ جلسه آموزش رویکرد چند وجهی لازاروس داده شد و گروه کنترل در این مدت آموزشی دریافت نکردند. داده‌ها با استفاده از SPSS-26، آزمون تحلیل واریانس مختلط تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد آموزش رویکرد چند وجهی لازاروس میتواند در کاهش هراس اجتماعی و باورهای غیرمنطقی و افزایش سلامت روان دختران آزار دیده جنسی به عنوان مداخلات روانشناسی استفاده گردد.

واژه‌های کلیدی: هراس اجتماعی، باورهای غیرمنطقی، سلامت روان، لازاروس، آزار جنسی



## اثربخشی مداخله عقلانی-عاطفی الیس بر هراس اجتماعی دختران آزار دیده جنسی در پسا کرونا

فاطمه کشتکار

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روان شناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

پست الکترونیکی: [Fati.n199675@Yahoo.com](mailto:Fati.n199675@Yahoo.com)

### چکیده:

هدف از انجام پژوهش حاضر اثربخشی درمان به شیوه عقلانی-عاطفی-رفتاری الیس بر کاهش هراس اجتماعی در دختران آزار دیده جنسی بود. روش پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دختر آزار دیده جنسی مراجعه کرده به مراکز مشاوره شهر شیراز در دوران کرونا بود که ۴۰ نفر به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰). گروه آزمایش ۸ جلسه مداخله به شیوه عقلانی-عاطفی را هفته ای یکبار دریافت کرد. در گروه کنترل مداخله ای صورت نگرفت. داده ها با استفاده از SPSS-26، آزمون کوواریانس یکراهه تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که شیوه عقلانی-عاطفی در واکنش به کاهش هراس اجتماعی دختران آزار دیده جنسی موثر است. میتوان از شیوه مداخله عقلانی-عاطفی به عنوان روشی موثر در کاهش هراس اجتماعی دختران آسیب دیده جنسی سود جست.

واژه های کلیدی: دختران آزار دیده جنسی، شیوه عقلانی-عاطفی الیس، هراس اجتماعی



## اثربخشی آموزش طرحواره درمانی بر باورهای غیر منطقی و سلامت روان دختران آزار دیده جنسی در پسا کرونا

فاطمه کشتکار

کارشناس ، رشته روان شناسی ، موسسه آموزش عالی زند شیراز ،

پست الکترونیکی: [Fati.n199675@Yahoo.com](mailto:Fati.n199675@Yahoo.com)

### چکیده:

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی آموزش گروهی طرحواره درمانی بر کاهش باورهای غیر منطقی و افزایش سلامت روان دختران آزار دیده جنسی انجام شد. روش پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دختر آزار دیده جنسی مراجعه کرده به مراکز مشاوره شهر شیراز در دوران کرونا بود که ۴۰ نفر به روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. ابزارهای پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه سلامت روان گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۲) و پرسشنامه باورهای غیر منطقی جونز (۱۹۶۹). به این ترتیب، طرحواره درمانی در قالب ۱۰ جلسه گروهی اجرا شد و پس از اتمام جلسات، مجدداً پرسشنامه ها توسط گروه آزمایش و کنترل تکمیل شد. داده ها با استفاده از SPSS-26 ، آزمون تحلیل واریانس تک متغیره و چند متغیره تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که روش آموزش گروهی طرحواره درمانی، بر کاهش باورهای غیر منطقی و افزایش سلامت روان تاثیر دارد. بنابراین میتوان از طرحواره درمانی به عنوان روشی موثر در کاهش باورهای غیر منطقی دختران آسیب دیده جنسی و افزایش سلامت روان آنان استفاده کرد.

واژه های کلیدی: دختران آزار دیده جنسی ، طرحواره درمانی ، سلامت روان ، باورهای غیر منطقی ، پسا کرونا





## تاثیر سواد رسانه ای بر بهزیستی روانشناختی معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر

جمشید سیارنژاد<sup>۱</sup>، سید مهدی موسوی کریمی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>استاد بار، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [j.sayarnejad@yahoo.com](mailto:j.sayarnejad@yahoo.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی ارشد، رشته مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [Statistman2020@gmail.com](mailto:Statistman2020@gmail.com)

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر شناسایی تاثیر سواد رسانه ای بر بهزیستی روانشناختی معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر می باشد. جامعه آماری این پژوهش را معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر به تعداد ۲۴۵ تشکیل می دهند. به منظور نمونه گیری از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شد. با توجه به فرمول کوکران تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد. به منظور جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه استاندارد بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۸۹)، پرسشنامه استاندارد سواد رسانه ای تامن (۱۹۹۵) استفاده شد. روایی پرسشنامه توسط صورت صوری توسط خبرگان و پایایی آنها با استفاده از آلفای کرونباخ مورد ارزیابی و تایید قرار گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و مدل رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که سواد رسانه ای بر بهزیستی روانشناختی معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر تاثیر گذار است. بنابراین با ارتقای سطح سواد رسانه ای شاهد ارتقای بهزیستی روانشناختی معلمان ورزش خواهیم بود.

واژه های کلیدی: سواد رسانه ای، بهزیستی روانشناختی، معلمان تربیت بدنی



## تاثیر حمایت روانی ادراک شده بر موفقیت شغلی و ورزشی کارکنان سازمان آتش نشانی استان مازندران

جمشید سیارنژاد<sup>۱</sup>، عباسعلی عباس زاده<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>استادیار، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [j.sayarnejad@yahoo.com](mailto:j.sayarnejad@yahoo.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی ارشد، رشته مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [Ab.abbaszadeh2023@gmail.com](mailto:Ab.abbaszadeh2023@gmail.com)

### چکیده

هدف پژوهش حاضر تاثیر حمایت روانی ادراک شده بر موفقیت شغلی و ورزشی کارکنان سازمان آتش نشانی استان مازندران بود. این پژوهش کاربردی از نوع توصیفی پیمایشی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل ۱۴۶۷ نفر از کارکنان سازمان آتش نشانی استان مازندران بودند که با نمونه گیری کوکران نمونه ای به حجم ۳۰۵ نفر به شیوه تصادفی ساده انتخاب شده بودند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسشنامه ۳۰ سوالی موفقیت شغلی رادسیپ، پرسشنامه ۱۹ سوالی موفقیت شغلی موسوی و همکاران و پرسشنامه ۸ سوالی حمایت روانی ادراک شده آیزنبرگر و همکاران است. هر سه پرسشنامه از روایی و پایایی بالایی برخوردار و پایایی پرسشنامه ها با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۳ بدست آمد. جهت تحلیل داده ها از فنون آمار توصیفی (جداول توزیع فراوانی، نمودارهای ستونی و میانگین و انحراف استاندارد)، و آمار استنباطی (آزمون کلموگروف اسمیرنوف و آزمون رگرسیون خطی) در نرم افزار SPSS استفاده شد. نتایج حاصل از این بررسی نشان داد که بین "حمایت روانی ادراک شده بر موفقیت شغلی و ورزشی" رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.

واژه‌های کلیدی: حمایت روانی ادراک شده، موفقیت شغلی و موفقیت ورزشی



## تاثیر سواد رسانه ای بر استرس ادراک شده معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر

جمشید سیارنژاد<sup>۱</sup>، سید مهدی موسوی کریمی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>استادیار، رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [j.sayarnejad@yahoo.com](mailto:j.sayarnejad@yahoo.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی ارشد، رشته مدیریت ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قائمشهر؛

آدرس پست الکترونیک: [Statistman2020@gmail.com](mailto:Statistman2020@gmail.com)

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر شناسایی تاثیر سواد رسانه ای بر استرس ادراک شده معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر می باشد. جامعه آماری این پژوهش را معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر به تعداد ۲۴۵ تشکیل می دهند. به منظور نمونه گیری از روش نمونه گیری تصادفی ساده استفاده شد. با توجه به فرمول کوکران تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد. به منظور جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه استاندارد استرس ادراک شده استاینمتر (۱۹۷۷)، پرسشنامه استاندارد سواد رسانه ای تامن (۱۹۹۵) استفاده شد. روایی پرسشنامه توسط بصورت صوری توسط خبرگان و پایایی آنها با استفاده از آلفای کرونباخ مورد ارزیابی و تایید قرار گرفت. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون کلموگروف اسمیرنوف و مدل رگرسیون خطی چندگانه استفاده شد. نتایج این پژوهش حاکی از آن بود که سواد رسانه ای بر استرس ادراک شده معلمان تربیت بدنی شهرستان قائمشهر تاثیرگذار است. بنابراین با ارتقای سطح سواد رسانه ای شاهد کاهش استرس ادراک شده معلمان ورزش خواهیم بود.

واژه های کلیدی: سواد رسانه ای، استرس ادراک شده، معلمان تربیت بدنی



## مقایسه اثربخشی بخشش درمانی و شفقت درمانی بر تحمل ناکامی و تاب آوری نوجوانان دختر

سیده زهرا آیت‌اللهی<sup>۱</sup>، سالم جعفری<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته مشاوره، مؤسسه آموزش عالی زند شیراز،

[zahraayatolahi721@gmail.com](mailto:zahraayatolahi721@gmail.com)

<sup>۲</sup>مربی رشته روانشناسی، مؤسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [bineshmavara@yahoo.com](mailto:bineshmavara@yahoo.com).

### چکیده

این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی بخشش درمانی و شفقت درمانی بر تحمل ناکامی و تاب آوری نوجوانان دختر انجام شد. طرح این مطالعه نیمه آزمایشی با گروه گواه و با ۳ مرحله ارزیابی شامل پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری ۴ ماهه است. این پژوهش به ۲ صورت کمی و کیفی انجام شد. نمونه گیری به شیوه در دسترس و هدفمند به تعداد ۳۰ نفر از بین نوجوانان دختر شهرستان شیراز انجام شد و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش بخشش درمانی و شفقت درمانی و یک گروه گواه گمارده شدند؛ سپس پرسشنامه تحمل ناکامی هارینگتون (۲۰۰۵) و تاب آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) قبل و بعد از مداخله در هر ۳ گروه اجرا گردید. در مرحله بعد جلسات بخشش درمانی بر اساس الگوی درمانی اصلی انرایت (۲۰۰۱) در قالب ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه ای گروهی و شفقت درمانی بر اساس برنامه درمانی گیلبرت (۲۰۰۹) در قالب ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت فردی برای گروه آزمایش ارائه شد. نتایج حاصل با روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغییره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در مرحله کیفی نتایج به دست آمده با تجزیه و تحلیل اطلاعات کسب شده نشان از وجود تفاوت معنی دار در گروه های آزمایش در مقایسه با گروه گواه در مرحله پس آزمون و پیگیری بود. بنابراین میتوان نتیجه گرفت که مقایسه اثربخشی بخشش درمانی و شفقت درمانی بر تحمل ناکامی و تاب آوری نوجوانان دختر با گروه گواه اثر دارد.

واژه‌های کلیدی: بخشش درمانی، شفقت درمانی، تحمل ناکامی، تاب آوری، نوجوانان دختر





## مقایسه اثربخشی درمان شناختی- رفتاری CBT و گشتالت درمانی بر درمان افسردگی و اضطراب فراگیر افراد دارای معلولیت با آسیب بینایی شهرستان شیراز در پسا کرونا

عاطفه فتحی پور

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزشی عالی زند شیراز

پست الکترونیک: [fathipourmona@gmail.com](mailto:fathipourmona@gmail.com)

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش مقایسه اثربخشی درمان شناختی- رفتاری CBT و گشتالت درمانی بر درمان افسردگی و اضطراب فراگیر افراد دارای معلولیت با آسیب بینایی شهرستان شیراز در پسا کرونا است. روش این پژوهش از نوع شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه افراد دارای معلولیت با آسیب بینایی شهرستان شیراز که تحت پوشش بهزیستی هستند بود. که حدود ۴۵ نفر به روش نمونه گیری تصادفی در ۳ گروه ۱۵ نفره تقسیم شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه افسردگی بک، پرسشنامه اضطراب بک. به گروه های آزمایش به مدت ۱۲ جلسه تکنیکهای cbt و در کنار آن از تکنیکهای گشتالت درمانی آموزش دادیم. و با استفاده از spss-26 آزمون کو واریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج به دست آمده حاکی از آن بود که تکنیک های گشتالت درمانی تاثیر بیشتری بر درمان افسردگی و اضطراب فراگیر دارد.

واژه های کلیدی: گشتالت درمانی، درمان شناختی- رفتاری cbt، افسردگی، اضطراب فراگیر، افراد دارای معلولیت با آسیب بینایی



## مقایسه اثر بخشی گشتالت درمانی و زوج درمانی تلفیقی بر تعارضات زناشویی و انعطاف پذیری خانواده

مهشید سیاه پوش

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

پست الکترونیکی: [mahshidsiyahpoosh@gmail.com](mailto:mahshidsiyahpoosh@gmail.com)

### چکیده:

پژوهش حاضر به بررسی مقایسه اثربخشی گشتالت درمانی و زوج درمانی تلفیقی بر تعارضات زناشویی و انعطاف پذیری خانواده در زوجین دارای تعارض مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده آورای فرشته، باران و راستی شهر شیراز می پردازد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود و روش تحلیل داده ها توصیفی و روش استنباطی تحلیل کوواریانس چند متغیری میباشد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین دارای تعارض مراجعه کننده به مراکز مشاوره خانواده آورای فرشته، باران و راستی شهر شیراز است که در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۹۹ به مراکز مراجعه کرده بودند. از بین آنان ۶۰ نفر به روش نمونه گیری تصادفی ساده به عنوان نمونه انتخاب شدند. آزمودنی های دو گروه آزمایش پس از گشتالت درمانی و آموزش زوج درمانی تلفیقی، پرسشنامه زوج درمانی تلفیقی MCQ و انعطاف پذیری خانواده FFQ را تکمیل کردند.

گروه آزمایش ۸ جلسه مداخله به شیوه عقلانی- عاطفی را هفته ای یکبار دریافت کرد. در گروه کنترل مداخله ای صورت نگرفت. داده ها با استفاده از SPSS-26، آزمون تحلیل واریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که شیوه عقلانی- عاطفی در واکنش به کاهش هراس اجتماعی دختران آزار دیده جنسی موثر است. میتوان از شیوه مداخله عقلانی- عاطفی به عنوان روشی موثر در کاهش هراس اجتماعی دختران آسیب دیده جنسی سود جست.

واژه های کلیدی: انعطاف پذیری خانواده، تعارضات زناشویی، گشتالت درمانی، زوج درمانی تلفیقی



## بررسی اثربخشی درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی و انسجام خانواده در مردان دارای مشاغل پرخطر شهرستان شیراز

سالم جعفری<sup>۱</sup>، سمیرا سپهی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> مربی رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز، شیراز، ایران  
آدرس پست الکترونیک: [bineshmavara@yahoo.com](mailto:bineshmavara@yahoo.com).

<sup>۲</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی، روانشناسی، دانشگاه غیر انتفاعی زند، شیراز، ایران  
آدرس الکترونیک: [sepahisamira462@gmail.com](mailto:sepahisamira462@gmail.com)

### چکیده

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی و انسجام خانواده در مردان دارای مشاغل پرخطر شهرستان شیراز است. به صورت تعدد شرکای جنسی، استفاده نکردن از کاندوم داشتن رابطه با شریک مبتلا به بیماری مقاربتی تعریف می‌شود. خطر جدی که افراد دارای رفتارهای پرخطر جنسی متعدد را تهدید می‌کند، عفونت ناشی از ویروس HIV و انتقال بیماری‌های مقاربتی و بارداری ناخواسته است. سازگاری زناشویی بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسانها تاثیر میگذارد. در واقع سنگ ریزی عملکرد خوب خانواده است و نقش والدینی را تسهیل می‌کند، عمر زن و شوهر را زیاد و باعث افزایش سلامتی، توسعه اقتصادی، رضایت بیشتر از زندگی، کاهش مشکلات روانشناختی، مدیریت بهتر تعارض مهارت‌های ارتباطی و حل مساله و مهارت‌های بهتر تعارضات می‌شود. در این راستا یک فرضیه اصلی و دو فرضیه فرعی تدوین شده است. نتایج نشان داد که بین زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر انسجام خانواده رابطه معنادار دارد.

کلمات کلیدی: اثربخشی درمانی، مبتنی بر پذیرش، تعهد بر سازگاری زناشویی، انسجام خانواده



### پیش بینی خودآگاهی هیجانی بر اساس راهبردهای مقابله‌ای و تفکر انتقادی

مریم فرهادی<sup>۱</sup>، دکتر علی تهمتن<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه آموزشی روانشناسی، مؤسسه ی آموزش عالی آپادانا، شیراز، ایران؛

[Maryamfarhadi1453@gmail.com](mailto:Maryamfarhadi1453@gmail.com)

<sup>۲</sup> دکتر علی تهمتن، گروه آموزشی روانشناسی، مربی گروه آموزش عالی زند، شیراز، ایران؛

[a.tahmtan11@gmail.com](mailto:a.tahmtan11@gmail.com)

#### چکیده

هدف این پژوهش پیش بینی خودآگاهی هیجانی بر اساس راهبردهای مقابله‌ای و تفکر انتقادی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی بود. روش پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر نوع توصیفی - همبستگی می باشد. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد شیراز می باشد که با استفاده از فرمول کوکران تعداد ۳۷۶ نفر به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. روش نمونه گیری در این پژوهش تصادفی خوشه ای است. جهت جمع آوری اطلاعات از سه پرسشنامه تفکر انتقادی کالیفرنیا فاشیون و فاشیون (۱۹۸۸)، خودآگاهی هیجانی بار - آن و راهبردهای مقابله‌ای لازاروس (۱۹۹۳) استفاده شده است. روایی صوری و محتوایی ابزار پژوهش توسط کارشناسان و متخصصان و اساتید راهنما مورد تایید قرار گرفته است. پایایی ابزار پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بالای ۰/۷۰ گزارش شده است. یافته‌های پژوهش نشان داد که راهبردهای مقابله‌ای و تفکر انتقادی قادر به پیش‌بینی خودآگاهی هیجانی دانشجویان می‌باشد. ابعاد راهبردهای مقابله‌ای قادر به پیش‌بینی خودآگاهی هیجانی دانشجویان می باشد. ابعاد تفکر انتقادی قادر به پیش‌بینی خودآگاهی هیجانی دانشجویان می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: خودآگاهی هیجانی، تفکر انتقادی، راهبردهای مقابله‌ای، دانشجویان.





### بررسی تاثیر کمال گرایی والدین بر وسواس و پیشرفت تحصیلی نوجوانان در دوران

### پسا کرونا

پروین کشتکار

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه عالی آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیکی: [parvinkeshtkar@gmail.com](mailto:parvinkeshtkar@gmail.com)

### چکیده

پژوهش حاضر، با هدف بررسی تاثیر کمال گرایی والدین، بر وسواس و پیشرفت تحصیلی نوجوانان در دوران پسا کرونا صورت گرفته است. این پژوهش، توصیفی از نوع همبستگی است که جامعه آماری آن ۴۰ نفر از دانش آموزان نوجوان شهرستان شیراز می باشد که به صورت نمونه گیری تصادفی انتخاب شده اند. جهت جمع آوری اطلاعات، از آزمون کمال گرایی هیل و همکاران (۲۰۰۴)، آزمون ییل برون برای سنجش وسواس و آزمون پیشرفت تحصیلی هرمنس (۱۹۷۷) و به منظور تجزیه و تحلیل داده ها، از ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شده است. نتایج به دست آمده، بیانگر آن است که بین کمال گرایی والدین، وسواس و پیشرفت تحصیلی نوجوانان رابطه ای معنی دار وجود دارد. این پژوهش نشان می دهد که کمال گرایی والدین بر وسواس نوجوانان تاثیر چشمگیری دارد. کمال گرایی، ارتباط مستقیمی با وسواس دارد به گونه ای که کمال گرایی می تواند عامل خطر به وجود آمدن وسواس باشد. وسواس یک اختلال ناتوان کننده، وقت گیر و همراه با اضطراب است و با اختلالی که در عملکرد ایجاد می کند، می تواند بر پیشرفت تحصیلی نوجوانان تاثیر منفی داشته باشد و مانع از بروز استعدادها و توانایی های نوجوانان شود.

واژه های کلیدی: کمال گرایی، وسواس، پیشرفت تحصیلی.



## مقایسه اثر بخشی خانواده درمانی ساختاری و ایماگو تراپی بر باورهای غیرمنطقی و ناسازگاری زناشویی بین زوجین در پسا کرونا

دنیا اصلان حسینی

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز  
آدرس پست الکترونیکی: [donya.aslanhoseini@gmail.com](mailto:donya.aslanhoseini@gmail.com)

### چکیده

هدف این پژوهش، مقایسه اثربخشی خانواده درمانی ساختاری و ایماگو تراپی بر باورهای غیر منطقی و ناسازگاری زناشویی در پسا کرونا بود. جامعه آماری پژوهش، زوجین در سال های اول ازدواج مراجعه کننده به مراکز مشاوره دادگاه های شهرستان شیراز بودند که ۹۰ نفر از آنان با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی انتخاب و به صورت تصادفی در ۳ گروه ۳۰ نفره (هر گروه شامل ۱۵ نفر زن و ۱۵ نفر مرد) خانواده درمانی ساختاری، ایماگو تراپی و گروه کنترل قرار گرفتند. برای گردآوری اطلاعات از آزمون باورهای غیرمنطقی جونز (۶۹-۱۸۶۸) و پرسشنامه ناسازگاری زناشویی اسپانیر (۱۹۷۶) استفاده شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل و مرحله پیگیری بود. گروه های آزمایش تحت خانواده درمانی ساختاری و ایماگو تراپی (۸ جلسه ۲ ساعته) قرار گرفتند و پس از ۲ ماه مرحله پیگیری انجام شد. داده ها با استفاده از آزمون آماری تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که هر دو رویکردهای خانواده درمانی ساختاری و ایماگو تراپی، بر کاهش ناسازگاری و باورهای غیرمنطقی زوجین تاثیر گذار هستند.

واژه های کلیدی: باورهای غیرمنطقی، ناسازگاری زناشویی، خانواده درمانی ساختاری، ایماگو تراپی، زوجین در پسا کرونا



## بررسی مقایسه اثر بخشی تکنیک های چند وجهی لازاروس و عقلانی هیجانی ایس بر استرس شغلی و مدیریت بحران کارکنان شرکت نفت در پسا کرونا

سیده فاطمه هاشمی

دانشجو کارشناسی روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [fatemehashemi776@gmail.com](mailto:fatemehashemi776@gmail.com)

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه اثر بخشی تکنیک های چند وجهی لازاروس و عقلانی هیجانی ایس بر استرس شغلی و مدیریت بحران کارکنان شرکت نفت بندر بهرگان (امام حسن) در پسا کرونا بود. پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی و با استفاده از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه گواه است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه کارکنان شرکت نفت بود که از میان آنها ۴۵ نفر با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و یک گروه گواه (هر گروه ۱۵ نفر) قرار گرفتند. برای گرد آوری اطلاعات از پرسشنامه های استرس شغلی (HSE) و مدیریت بحران استفاده شد. گروه های آزمایش تحت درمان چند وجهی لازاروس (۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای) و عقلانی هیجانی ایس (۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای) قرار گرفتند. پس از یک ماه مرحله پیگیری انجام شد. داده ها با استفاده از تحلیل کواریانس چند متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد هر دو رویکرد درمانی چند وجهی لازاروس و عقلانی هیجانی ایس بر استرس شغلی و مدیریت بحران کارکنان شرکت نفت اثر بخش می باشد. همچنین مشخص شد که روش چند وجهی لازاروس در مقایسه با روش عقلانی هیجانی ایس در کاهش استرس شغلی و افزایش مدیریت بحران اثر بخشی بیشتری دارد.

کلمات کلیدی: چند وجهی لازاروس، عقلانی هیجانی ایس، استرس شغلی، مدیریت بحران، کارکنان شرکت نفت، پسا کرونا



## بررسی مقایسه اثربخشی تکنیک‌های شادکامی و خودنظم بخشی بر تکانشگری و احساس تنهایی کودکان بی سرپرست و بد سرپرست شیراز در پسا کرونا

فاطمه وفايي زاده

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز

ادرس پست الکترونیک: [Ailinvafaei80@gmail.com](mailto:Ailinvafaei80@gmail.com)

### چکیده:

هدف از پژوهش حاضر بررسی مقایسه اثربخشی تکنیک‌های شادمانی و خودنظم بخشی بر تکانشگری و احساس تنهایی کودکان مراکز نگهداری از کودکان بی سرپرست و بدسرپرست شهرستان شیراز می‌باشد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بوده و جامعه آماری شامل ۱۳۷ نفر از کودکان بی سرپرست واقع در شیراز بوده. نمونه آماری شامل ۳۰ نفر از کودکان بی سرپرست که به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی و تصادفی قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش پرسشنامه شادکامی آکسفورد و پرسشنامه راهبردهای یادگیری خودتنظیمی پینتریچ (MSLQ) بود. گروه آزمایش در شش جلسه آموزش مهارت‌های خودنظم بخشی شرکت کردند، ولی در گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای صورت نگرفت. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و آزمون  $t$  مستقل استفاده شد. نتایج نشان داد که بین دو گروه (در نمره خودنظم بخشی و شادکامی) تفاوت معناداری وجود دارد بدین صورت که کاربرد آموزش مهارت‌های خودنظم بخشی و شادکامی بر تکانشگری و احساس تنهایی کودکان بی سرپرست را افزایش داده و این حالت بعد از گذشت یک ماه نیز حفظ شده است. همچنین گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل، عملکرد بهتری در یادگیری خودنظم بخشی و شادکامی نشان دادند.

واژه‌های کلیدی: خودنظم بخشی، کودکان بی سرپرست، شادکامی، تکانشگری، احساس تنهایی





## بررسی اثربخشی درمان اکت مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اثرات استرس پس از سانحه در

### پسا کرونا

نرگس مهدی یار

دانشجوی کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز

آدرس پست الکترونیک: [Nargesmahdiyar770@gmail.com](mailto:Nargesmahdiyar770@gmail.com)

### چکیده

هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی درمان اکت بر اثرات استرس پس از سانحه دانش آموزان بهبود یافته پاندمیک کرونا بود. روش پژوهش: روش مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون و پیگیری با گروه آزمایش و گواه بود. جامعه ی آماری دانش آموزان دختر ۱۲ تا ۱۷ ساله بهبود یافته از بیماری کرونا در مقطع متوسطه مشغول به تحصیل سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ شهر شیراز بودند که به شیوه نمونه گیری در دسترس، ۳۰ دانش آموز بستری و بهبود یافته پاندمی کرونا انتخاب و به صورت تصادفی در گروههای ۱۵ نفری آزمایش و گواه قرار گرفتند. گروههای آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای آموزش مبتنی بر پذیرش و تعهد (اکت) آموزش دیدند و گروه کنترل، آموزشی دریافت نکرد. ابزار پژوهش پرسشنامه اختلال استرس پس از ضربه ویدرز و همکاران (۱۹۹۳) بود؛ داده های به دست آمده با استفاده از واریانس اندازه های تکراری تحلیل شد. یافته ها: نتایج نشان داد درمان اکت بر علائم و نشانه های تجربه مجدد حادثه آسیب زای تروماتیک ( $P=0/003$ ،  $F=10/69$ ) علائم و نشانه های کرختی عاطفی ( $P=0/020$ ،  $F=5/93$ ) و علائم و نشانه های برانگیختگی ( $P=0/002$ ،  $F=10/80$ ) در مرحله پس آزمون مؤثر بود و این تأثیر در مرحله پیگیری نیز پایدار بود. نتیجه گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر، نیاز است مداخلات آموزشی و درمانی در راستای کاهش مشکلات روان شناختی و تقویت ویژگیهای روان شناختی مثبت جهت مقابله با بیماری کرونا صورت گیرد؛ لذا با توجه به شیوع بالای اختلالات روانی و تاب آوری پایین در هنگام شیوع بیماری و پیامدهای ناشی از آن، مداخلات روان شناختی پیشنهاد می شود.

واژه های کلیدی: درمان اکت مبتنی بر پذیرش و تعهد، استرس پس از سانحه، پسا کرونا



## The Problems Faced by EFL University Professors during COVID-19 Pandemic

Narjes Tahmasbi<sup>1</sup>, Pouria Hayati<sup>2</sup>, Arash Hayati<sup>3</sup>

<sup>1</sup> BA Student in TEFL, Department of English Language and Literature, Zand Institute of Higher Education, Shiraz, Iran,

[tahmasebin70@gmail.com](mailto:tahmasebin70@gmail.com)

<sup>2</sup> BA student in TEFL, Department of English Language and Literature, Zand Institute of Higher Education, Shiraz,

[Iran,hayatipouria22@gmail.com](mailto:Iran,hayatipouria22@gmail.com)

<sup>3</sup> BA student in Microbiology, Zand Institute of Higher Education, Shiraz, Iran,

[arashhayati053@gmail.com](mailto:arashhayati053@gmail.com)

### Abstract

COVID-19, one of the most dangerous illnesses all around the world, had a great effect on the education system in schools as well as universities. Most governments ordered schools and universities to decrease face-to-face instruction, and continue teaching through virtual education. This was the greatest challenge for EFL teachers to handle online classes and teach their students the English language virtually. This study aims to investigate the problems of online teaching faced by EFL university professors during the COVID-19 pandemic. The participants were 7 Iranian EFL university professors from an institute of higher education in Shiraz, Iran. The current study used a qualitative design. Data were obtained from an interview created by the researcher. The results of the interview with the participants indicated that there were 4 main problems that the participants had faced during the COVID-19 pandemic, including low-power internet connection, sound problems in online classes, lack of communication with students, and physical injuries due to inactivity. These problems should be determined to find solutions for better virtual education in the future.



Keywords: COVID-19, EFL University Professors

اولین همایش ملی مطالعات علم‌دوره‌آشناختی و رفتاری

بمحوریت سپگ زندگی و سلامت روان در پسا کرونا

۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
موسسه آموزش عالی  
زندتیار  
(عمر انتقالی - غیر دولتی)

## چالش های انتقال سریع یادگیری و آموزش مجازی از راه دور در زمان کرونا

ساره حسن پور

کارشناسی ارشد، رشته مشاوره، دانشگاه شهید چمران اهواز

آدرس پست الکترونیک: [hassanpour1130@gmail.com](mailto:hassanpour1130@gmail.com)

### چکیده

همه‌گیری COVID-19 مریبان و دانش‌آموزان را در تمام سطوح آموزشی ملزم کرده است که به سرعت خود را با دوره‌های آموزش مجازی وفق دهند. اما ارائه آموزش اثربخش در یک سازمان مدرن، مستلزم تفکر جدید، مدل‌های جدید، رویکرد جدید و ابزارهای جدید و ابزارها و مکانیزم‌های جدید است. بخصوص در شرایط کنونی که شیوع کرونا ویروس استفاده از سیستم‌های آموزش مجازی را به نوعی الزام کرده است از این‌رو استفاده از این سیستم نیز ملزم پژوهش در مورد آن و بخصوص دانش‌آموزان که مخاطبات اصلی آن هستند. این پژوهش به بررسی تجربه زیسته دانش‌آموزان دوره متوسطه اول و دوم در زمان شیوه کرونا در شهرستان دلفان به روش کیفی پرداخته است. جامعه مورد مطالعه دانش‌آموزان اول و دوم متوسطه و نمونه مورد مطالعه ۳۰ نفر از دانش‌آموزان بودند که با روش دلفب انتخاب شدند. نتایج پژوهش نشان داد که مجازی شدن آموزش و رو به شدن با محیط آموزشی جدید در اوایل باعث سردرگمی و ناسازگاری دانش‌آموزان و لطمه به درس آن‌ها شده است.

**کلمات کلیدی:** کرونا، آموزش مجازی، چالش های انتقال سریع یادگیری



## بررسی نقش فراهیجان ها، باورهای مذهبی و تاب آوری در پیش بینی اضطراب کرونا در میان کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم

الهام شادمند<sup>۱</sup>، علی کامکار<sup>۲</sup>، فائزه فریدونی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی عمومی، موسسه آموزش عالی زند شیراز، آدرس پست الکترونیک:

[Elhamshadmand75@gmail.com](mailto:Elhamshadmand75@gmail.com)

<sup>۲</sup> عضو هیات علمی گروه روانشناسی موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [Kamkarali41@gmail.com](mailto:Kamkarali41@gmail.com)

<sup>۳</sup> عضو هیات علمی گروه روانشناسی موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [Faeze.fereidooni@gmail.com](mailto:Faeze.fereidooni@gmail.com)

### چکیده

هدف از انجام این مقاله، بررسی نقش فراهیجان‌های مثبت و منفی، باورهای مذهبی و تاب‌آوری در پیش‌بینی اضطراب کرونا در میان کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم بوده است. پژوهش حاضر یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. به منظور جمع‌آوری داده‌ها، نمونه‌ای غیربالیینی شامل ۲۰۰ نفر از کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. برا

ی اندازه‌گیری متغیرها از پرسش‌نامه‌های اضطراب کرونا (CDAS)، مقیاس فراهیجان (Meta-Emotion)، مقیاس باورهای مذهبی آلپورت و راس (۱۹۶۷)، مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC)، استفاده شد. داده‌ها با آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان و با استفاده از نسخه ۲۶ نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که فراهیجان منفی و فراهیجان مثبت، باورهای مذهبی و تاب‌آوری توانایی پیش‌بینی اضطراب کرونا را به صورت معناداری دارند. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون آشکار کرد تقریباً ۲۷ درصد از کل واریانس اضطراب کرونا کارمندان دانشگاه علوم پزشکی جهرم بر اساس فراهیجان‌های مثبت و منفی، باورهای مذهبی و تاب‌آوری قابل پیش‌بینی است

واژگان کلیدی: فراهیجان‌های مثبت و منفی، باورهای مذهبی، تاب‌آوری، اضطراب کرونا





## اثر بخشی بازسازی شناختی و امید درمانی بر هراس اجتماعی دانشجویان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرستان شیراز در پسا کرونا

درسا کهن مصیله

فارغ التحصیل مقطع کارشناسی رشته مشاوره موسسه آموزش عالی زند شیراز  
آدرس پست الکترونیک: [Kohan.dorsa2000@yahoo.com](mailto:Kohan.dorsa2000@yahoo.com)

### چکیده

هدف از این پژوهش اثر بخشی بازسازی شناختی و امید درمانی بر هراس اجتماعی دانشجویان مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرستان شیراز در پسا کرونا بود. پژوهش از لحاظ هدف از نوع کاربردی و پیرو طرح نیمه آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل می باشد. پس از هماهنگی اداری و به منظور بررسی میزان هراس اجتماعی پرسشنامه کاتور هراس اجتماعی به عنوان پیش آزمون بر روی دانشجویان مبتلا به هراس اجتماعی ۶ مرکز مشاوره دانشگاهی شهر شیراز اجرا گردید و از بین بیمارانی که هراس اجتماعی داشتند و تمایل به شرکت در طرح آزمایشی داشتند ۹۰ نفر به صورت تصادفی انتخاب و پس از همتا سازی از لحاظ سن در سه گروه آزمایش بازسازی شناختی و امید درمانی و گروه کنترل قرار گرفتند. ملاحظات اخلاقی و شیوه اجرای طرح با بیماران در میان گذاشته شد و سپس در ۲ گروه آزمایش هر کدام بر روی ۳۰ نفر طی ۸ جلسه هر جلسه ۹۰ دقیقه ای و برای امید درمانی و ۶ جلسه ۴۵ دقیقه ای برای بازسازی شناختی به مدت ۳ ماه هفته ای یک جلسه اجرا گردید. دوباره آزمون هراس اجتماعی کاتور به عنوان پس آزمون از هر دو گروه آزمایش و کنترل به عمل آمد داده ها با روش تی مستقل و تحلیل کواریانس چند متغییری در نرم افزار اس پی اس انجام شد. نتایج نشان داد که هر دو روش بازسازی شناختی و امید درمانی باعث کاهش هراس اجتماعی دانشجویان شدند.

واژه های کلیدی: بازسازی شناختی، امید درمانی، هراس اجتماعی، دانشجویان، پسا کرونا



## اثر بخشی خود دلگرم سازی بر خود کارآمدی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شیراز در دوران پسا کرونا

نازنین خوشنامی

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز،

آدرس پست الکترونیک: [Khoshnamin@gmail.com](mailto:Khoshnamin@gmail.com)

### چکیده

این پژوهش به منظور تعیین اثربخشی آموزش خوددلگرم سازی بر خودکارآمدی دانشجویان دانشگاه آزاد شهر شیراز در دوران پسا کرونا انجام شد. پژوهش حاضر به شیوه ی شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل برابر اجرا شد. گروه نمونه شامل 20 نفر از دانشجویان دانشگاه آزاد شهر شیراز بودند که به صورت داوطلبانه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (در هر گروه 10 نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ی آموزش خوددلگرم سازی شرکت کردند و هر دو گروه با پرسش نامه خود کارآمدی عمومی مورد سنجش قرار گرفتند. نتایج نشان داد که جلسات آموزشی در دوران پسا کرونا تاثیر معناداری بر خودکارآمدی دانشجویان داشت.

واژه های کلیدی: خود دلگرم سازی، خودکارآمدی، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی، دوران پسا کرونا



## مقایسه اثربخشی درمان روان پویشی کوتاه مدت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تاب آوری دانش آموزان دختر متوسطه اول شهر شیراز در دوران کرونا

حجت دمیری<sup>۱</sup>، فاطمه کاویانی<sup>۲</sup>، محمد کاویانی منش<sup>۲</sup>، مریم محمدی فتح آباد<sup>۴</sup>

استادیار گروه روان شناسی و مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اشکذر؛

[Hojatdamiri1366@gmail.com](mailto:Hojatdamiri1366@gmail.com)

دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد فیروزآباد؛

[fatemehkaviani.2021@yahoo.com](mailto:fatemehkaviani.2021@yahoo.com)

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته مشاوره موسسه آموزش عالی زند شیراز؛

[mohammad.k.m.2001@gmail.com](mailto:mohammad.k.m.2001@gmail.com)

دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اشکذر؛

[psychology.1998@gmail.com](mailto:psychology.1998@gmail.com)

### چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر، مقایسه اثربخشی روان پویشی کوتاه مدت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تاب آوری دانش آموزان دختر متوسطه اول در دوران کرونا بود. روش: این مطالعه شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. ابتدا از میان مدارس دخترانه متوسطه اول شهر شیراز ۸ مدرسه را به صورت در دسترس انتخاب و سپس پرسشنامه تاب آوری کلاهنن از آنها به عمل آمد و ۸۰ نفر از کسانی که نمرات تاب آوری پایینی را کسب کرده بودند به صورت تصادفی انتخاب و در دو گروه آزمایش (۴۰ نفر) و گواه (۴۰ نفر) گمارده شدند. گروه آزمایشی اول و دوم به ترتیب ۱۵ جلسه مداخله درمان روان پویشی کوتاه مدت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد دریافت نمودند و گروه های گواه درمانی دریافت نکردند. نتایج: نتایج نشان داد بین اثربخشی درمان روان پویشی کوتاه مدت و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تاب آوری دانش آموزان تفاوت معنا داری وجود دارد.

واژه های کلیدی: درمان روان پویشی کوتاه مدت، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، تاب آوری، دانش آموزان متوسطه اول، کرونا



## اثربخشی زوج درمانی شناختی - رفتاری بر باورهای منفی و نگرش ناکارآمد زوجین متقاضی طلاق دارای فرزند

فاطمه رجبی بغداد آباد

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی یزد واحد اشکذر  
آدرس پست الکترونیک: psychology.19978@gmail.com

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی اثربخشی زوج درمانی شناختی - رفتاری بر باورهای منفی و نگرش ناکارآمد زوجین متقاضی طلاق دارای فرزند بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با دو گروه آزمایشی و گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زوجین متقاضی طلاق مراجعه کننده به مرکز مشاوره شهر یزد در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه آماری پژوهش از بین زوجین متقاضی طلاق که دارای فرزند (مشترک و غیر مشترک) شهر یزد به تعداد ۴۰ نفر انتخاب شدند که با استفاده از روش تصادفی ساده در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر شامل ۱۰ مرد و ۱۰ زن) و گروه گواه (۲۰ نفر شامل ۱۰ زن و ۱۰ مرد) تقسیم بندی شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه تفکرات غیر منطقی جونز و پرسشنامه نگرش های ناکارآمد DAS-26 بود. پس از انتخاب تصادفی گروه های آزمایش و کنترل، ابتدا بر روی هر دو گروه پیش آزمون اجرا گردید، سپس مداخله آزمایشی (زوج درمانی شناختی - رفتاری)، در ۱۲ جلسه ۲ ساعته ارائه گردید و پس از اتمام جلسات، پس آزمون روی هر دو گروه اجرا شد. داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چند متغیره تجزیه و تحلیل شدند. نتایج این پژوهش نشان داد که زوج درمانی شناختی رفتاری بر کاهش باورهای منفی و کاهش نگرش های ناکارآمد زوجین متقاضی طلاق اثر گذار بوده است.





## تاثیر آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی بر مولفه‌های پرخاشگری در دختران متوسطه اول

عاطفه کریمی نیکجه

کارشناس ارشد گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران؛  
آدرس پست الکترونیک: [atefeh.karimi8034@gmail.com](mailto:atefeh.karimi8034@gmail.com)

### چکیده

یکی از مهمترین نیازهای اجتماعی افراد، ارتباط با افراد دیگر و برقراری روابط اجتماعی سالم است. با این حال، رفتار پرخاشگرانه می‌تواند برهم زننده بر این روابط باشد. تحقیق حاضر با هدف تاثیر آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی بر مولفه‌های پرخاشگری در دختران متوسطه اول شهرستان عباس آباد و سلمان‌شهر انجام شد. روش تحقیق نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون پس آزمون دارای گروه کنترل و جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول شهر عباس‌آباد بود. نمونه‌های این پژوهش شامل ۲۰ دانش آموز بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه ۱۰ نفری آزمایش و کنترل جایگزین شدند. سپس پرسشنامه پرخاشگری باس و پری در اختیار آنها قرار گرفت. بعد از تکمیل پرسشنامه‌ها گروه آزمایش، دوره آموزش را دریافت کردند و گروه کنترل تا پایان پژوهش در لیست انتظار باقی ماندند. بعد از پایان دوره مجدداً افراد هر دو گروه توسط همان پرسشنامه مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج تغییرات به روش تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. با توجه به یافته‌ها پس از آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی در دوره پس آزمون مقدار پرخاشگری فیزیکی و خشم کاهش یافته است. در نتیجه آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی بر کاهش مولفه‌های پرخاشگری فیزیکی و خشم دانش آموزان دختر مقطع متوسطه اول مؤثر است.



## نقش الگوهای ارتباطی خانواده و تاب آوری در پیش بینی اضطراب، افسردگی و استرس در دوران پسا کرونا

آیدا رضایی<sup>۱</sup>، مرجان رحمت مند<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [rezaeeaida2000@gmail.com](mailto:rezaeeaida2000@gmail.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی تربیتی، دانشگاه پیام نور یاسوج،

آدرس پست الکترونیک: [marjanrahmatmand68@gmail.com](mailto:marjanrahmatmand68@gmail.com)

### چکیده:

با توجه به گسترش اضطراب، افسردگی و استرس و اثرات بسیار توانفرسای آنها پس از بحران کرونا کوشش های بسیاری برای شناخت عوامل زمینه ساز این اختلال انجام شده است. از جمله عوامل پیش بینی کننده نحوه ارتباطات اعضای خانواده با یکدیگر و تاب آوری افراد می باشد. در همین راستا این پژوهش با هدف بررسی نقش الگوهای ارتباطی خانواده و تاب آوری در پیش بینی اضطراب، افسردگی و استرس در دوران پسا کرونا در دانشجویان بهبودیافته از کرونا دانشگاه آزاد شیراز انجام شد. طرح پژوهشی توصیفی-همبستگی بوده. جامعه آماری شامل: کلیه دانشجویان بهبودیافته از کرونا دانشگاه آزاد شیراز بودند. براساس روش نمونه گیری هدفمند ۱۰۰ نفر از دانشجویان به عنوان نمونه ی پژوهش انتخاب شدند. برای سنجش متغیرهای پژوهش از پرسشنامه ی تاب آوری دیوید سون (۲۰۰۳)، پرسشنامه ی الگوی ارتباطات خانواده ریچی و فیتزپاتریک (۱۹۹۰)، پرسشنامه اضطراب، افسردگی و استرس DASS-21 (1995) استفاده شد. برای تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده شد. یافته های این پژوهش نشان می دهد



## بررسی تاثیر تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال (rTMS) بر علایم حملات پانیک پس از ابتلای به کرونا در دوره پاندمی کووید ۱۹

ساناز خمایی<sup>۱</sup>، لیلا میردار هریجانی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> پژوهشگر پسا دکتری، دانشکده روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران

آدرس پست الکترونیک: [drsanazkhomeami@gmail.com](mailto:drsanazkhomeami@gmail.com)

<sup>۲</sup> دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد واحد تهران جنوب

### چکیده:

مقدمه: علایم اختلال پانیک در دوران پاندمی کرونا افزایش چشم گیری داشته است. و در این میان بسیاری از موارد پس از درمان این بیماری علایمی چون تپش قلب، احساس تنگی نفس و ترس از مردن همچنان مبتلایان را آزار می داد. گویی اینکه درمان های درمانهای شناختی رفتاری در کاهش علایم بیماری موثر است اما با توجه به محدودیت های بهداشتی در دوره کرونا، وجلوگیری از افزایش تردد و رعایت فاصله اجتماعی امکان رفت و آمد امری دشوار محسوب می شد. از سویی برای تمام بیماران مبتلا به پانیک که پس از کرونا دچار چنین علایمی شده بودند صرفا درمان دارویی اثربخش نبود. لذا برای تاثیر بیشتر دارو، روش تحریک مغناطیسی مغزی می تواند دوره درمان دارویی را می توانست و پریشانی بیماران و یا مراجعه بیش از حد به مراکز درمانی جهت تشخیص مجدد کرونا را کاهش دهد.



۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲  
مطالعه شبه تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون از نوع سری های زمانی، تعداد ۱۲ نفر از بیماران که پس از ابتلا به کرونا دارای تشخیص علائم پانیک شده بودند، بصورت دار دسترس انتخاب و تحت درمان rTMS بازدارنده با فرکانس ۱ هرتز بر ناحیه RDLPFC طی دو هفته دریافت کردند. جهت بررسی متغیرهای وابسته پژوهش از مقیاس اضطراب بک (BAI) قبل و بعد از درمان استفاده گردید. نتایج نشان داد شدت نمرات اضطراب قبل و بعد از درمان معناداری قابل توجهی است ( $p < 0.0001$ ). این نتایج تا سه ماه پس از درمان نیز معنادار بود. بحث: درمان مواجهه rTMS بازدارنده بر ناحیه پشتی جانبی نیمکره راست بر کاهش علائم پانیک پس از ابتلا به کووید ۱۹ موثر است.

واژه های کلیدی: نشانگان پانیک، تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال، پاندمی کرونا

## حقیقتی مجازی؛ چالش های آموزش در دوران کرونا در دانشگاه کوثر بجنورد

فاطمه حاجی اکبری

استادیار، رشته گروه علوم قرآن و حدیث، دانشگاه کوثر بجنورد؛

آدرس پست الکترونیک: [s.hajiakbari@kub.ac.ir](mailto:s.hajiakbari@kub.ac.ir)

### چکیده

کلاس های مجازی در ایام کرونا تجربه ی جدیدی را در نظام آموزشی ایران رقم زده که از زوایای گوناگون قابل بررسی است، آنچه در این روایت می خوانید، تجربه ای از آموزش مجازی در دانشگاهی محروم است. بدیهی است، دانشگاه های کمتر برخوردار در مقایسه با سایر دانشگاه ها با مشکلات بیشتری در زمینه ی زیرساخت ها، فرهنگ سازی در پذیرش آموزش مجازی و دسترسی به وسایل ارتباطی لازم دست و پنجه نرم می کنند. پیش از آمدن مهمان ناخوانده یعنی کووید ۱۹، استادان در دانشگاه ها نقش یک سوپرمن را ایفا می کردند؛ یک ISI نویس، نظریه پرداز، حرکت بر لبه ی چرخه ی علم و دانش، نوشتن کتاب، تدریس خوب و همین اواخر ارتباط با جامعه و صنعت، اما پس از کرونا آنچه در



دانشگاه بیش از پیش خودنمایی می‌کرد توجه به سلامت روان دانشجویان بود. آری نقشی جدید علاوه بر وظایف پیشین، یک شبه مددکار اجتماعی! یک شبه مددکار که اجازه بدهد دانشجو با او سخن بگوید؛ از دلتنگی‌های دوران آموزش حضوری، دانشگاه، دوستان، از فشارهای اقتصادی تحمیل شده بر خانواده، تنگناهای مالی و احیاناً ناامیدی و افسردگی‌ها بگوید. شبه مددکاری که باید درباره پذیرش آموزش مجازی برای دانشجویان فرهنگ سازی می‌کرد، هم‌دلی و همکاری و درک متقابل را گوشزد می‌نمود و در دانشجویان این واقعیت را نهادینه می‌کرد که، رویایی با هر موقعیت جدید از پیش تعیین نشده می‌تواند به فرصت شود یا تهدید تبدیل شود؛ نحوه‌ی مواجهه را خود افراد انتخاب می‌کنند.

واژه‌های کلیدی: حقیقی-مجازی، چالش‌های آموزش، دانشگاه کوثر بجنورد

## اثر بخشی طرحواره درمانی بر افسردگی زنان خانه دار شهرستان شیراز

نیلوفر فیتون

دانشجوی مقطع کارشناسی، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز

آدرس پست الکترونیک: [Ftnnilofar@gmail.com](mailto:Ftnnilofar@gmail.com)

### چکیده

افسردگی یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی است، که در تمام فرهنگ‌ها خودنمایی می‌کند. درصد شیوع افسردگی در زنان دوبرابر مردان گزارش شده است. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی طرحواره درمانی بر افسردگی زنان خانه دار می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان خانه دار شهر شیراز می‌باشد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری با گروه کنترل بوده و جامعه آماری شامل ۱۵۰ نفر از زنان خانه دار واقع در شهر شیراز بوده است. نمونه آماری شامل ۳۰ نفر از زنان خانه دار که به صورت تصادفی در گروه آزمایشی و کنترل قرار گرفتند. سپس گروه آزمایش در ده جلسه طرحواره درمانی شرکت کردند، ولی در گروه کنترل هیچ گونه مداخله



واژگان کلیدی: افسردگی، طرحواره درمانی، طرحواره‌های ناسازگار اولیه، زنان خانه دار



## بررسی تاثیر درمان مواجهه / جلوگیری از پاسخ (ERP) در ترکیب با تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال (rTMS) بر علایم وسواس اجبار در افراد مبتلا به شست و شو در دوره پاندمی کووید ۱۹

روشنک خدابخش پیر کلانی<sup>۱</sup>، دکتر ساناز خمایی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران

دانشکده روانشناسی، دانشگاه الزهرا، ایران، تهران، ده ونک

آدرس پست الکترونیک: [rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir](mailto:rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir)

<sup>۲</sup>دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه الزهرا، تهران، ایران

پژوهشگر پسا دکتری، دانشکده روانشناسی، دانشگاه الزهرا، ایران، تهران، ده ونک

آدرس پست الکترونیک: [drsanazkhomami@gmail.com](mailto:drsanazkhomami@gmail.com)



**مقدمه:** علایم وسواس - اجبار در دوران پاندمی کرونا افزایش چشم گیری داشته است. گویی اینکه درمان مواجهه/ جلوگیری از پاسخ درمان خط اول وسواس محسوب می شود، لیکن با توجه به محدودیت های بهداشتی و ضرورت رعایت ملاحظات بهداشتی در دوره کرونا، و الزام به کاهش تردد، حفظ فاصله فیزیکی و رعایت فاصله اجتماعی امکان انجام کامل درمان مواجهه فراهم نیست. لذا برای تاثیر بیشتر این شیوه و ترکیب آن با روشهای نوین تحریک مغزی می تواند دوره درمان مواجهه را کاهش دهد. هدف پژوهش حاضر بررسی ترکیب درمان مواجهه با روش با تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال بر ناحیه پشتی جانبی پیش پیشانی نیمکره چپ بر کاهش نشانگان وسواس و در مبتلایان به وسواس در دوره همه گیری کرونا بوده است. **روش:** در این مطالعه شبه تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون تعداد ۳۴ نفر از بیمارانی که پس از شروع پاندمی کرونا دارای تشخیص علایم وسواس - اجبار از نوع شست و شو بودند بصورت در دسترس انتخاب و به دو گروه آزمایشی به شیوه تصادفی واگذار گردیدند. گروه آزمایش پنج جلسه درمان ERP را طبق راهنمای بالینی بین المللی در دوره کرونا در ترکیب با rTMS تحریکی با فرکانس ۲۰ هرتز بر ناحیه LDLPFC طی یک هفته دریافت کرده و گروه کنترل مداخله rTMS را دریافت نکرد. جهت بررسی متغیرهای وابسته پژوهش از مقیاس وسواس - اجبار یل براون (YBOCS) قبل و بعد از درمان استفاده گردید. **نتایج:** نتایج نشان داد شدت نمرات وسواس در گروه آزمایش معناداری قابل توجهی است ( $p < 0.001$ ). این نتایج تا دو ماه پس از درمان نیز معنادار بود. **بحث:** درمان مواجهه/ جلوگیری از پاسخ در ترکیب با rTMS تحریکی بر ناحیه پشتی جانبی نیمکره چپ بر کاهش نشانگان وسواس در دوران پاندمیک کووید ۱۹ موثر است.

**واژه های کلیدی:** درمان مواجهه/ جلوگیری از پاسخ، نشانگان وسواس اجبار، تحریک مغناطیسی ترانس کرانیال، پاندمی کرونا

## پیش بینی اضطراب کرونا بر اساس خودکنترلی شناختی در دانشجویان دانشگاه آپادانا

### شیراز

درنا محمدی نژاد<sup>۱</sup>، علی تهمتن<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> فارغ التحصیل مقطع کارشناسی، گروه آموزشی روان شناسی، موسسه آموزش عالی آپادانا، شیراز، ایران

آدرس پست الکترونیک: [dornamohamadinezhad@gmail.com](mailto:dornamohamadinezhad@gmail.com)

<sup>۲</sup> مربی، گروه آموزشی روان شناسی، گروه آموزشی عالی آپادانا، شیراز، ایران



۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲

با توجه به گسترش بیماری ویروسی کرونا در جهان، شاهد بروز مشکلات و چالش های جدی روانی و اجتماعی در جوامع بوده ایم و در این میان اضطراب کرونا از جمله مهم ترین چالش های روانی مرتبط با این ویروس شناخته می شود که در تحقیقات مختلف عوامل مرتبط با آن مورد بررسی قرار گرفته است. در پژوهش حاضر نیز به پیش بینی اضطراب کرونا بر اساس خودکنترلی شناختی در دانشجویان پرداخته شده است. این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه غیر انتفاعی آپادانا شیراز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بود که از میان آن ها تعداد ۵۹ نفر به روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه آماری انتخاب گردید. ابزارهای پژوهش نیز شامل پرسشنامه اضطراب کرونا (CDAS) و پرسشنامه خودکنترلی شناختی گراسمیک و همکاران (۱۹۹۳) بود و تجزیه و تحلیل داده ها نیز در دو سطح توصیفی و استنباطی انجام گرفت. یافته های پژوهش نشان داد که میان خودکنترلی شناختی با اضطراب کرونا رابطه منفی و معنی داری وجود دارد و خودکنترلی شناختی به تنهایی قادر است تا ۱۷ درصد از تغییرات اضطراب کرونا را در دانشجویان پیش بینی نماید.

واژگان کلیدی: اضطراب، اضطراب کرونا، خودکنترلی شناختی، کرونا ویروس.

## بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر تأثیر بهزیستی روانشناختی در بیماران مبتلا و بهبود یافته پاندمی کرونا

محمدحسین رودباری<sup>۱</sup>، منصوره ضرغام<sup>۲</sup>، پگاه پروانه نژاد شیرازی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران.

آدرس پست الکترونیک: [mroudbari9@gmail.com](mailto:mroudbari9@gmail.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، کرمان، ایران.

[zmansoureh2@gmail.com](mailto:zmansoureh2@gmail.com)

<sup>۳</sup>کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، شیراز، فارس، ایران.





همه گیری کووید-۱۹، یک بحران غیر معمول بهداشت جهانی است که با گسترش سریع در سراسر جهان و مرگ و میر چشمگیر ناشی از آن همراه بوده است. پاندمی کرونا یکی از مسائل مهم و اصلی بهداشت و درمان در ایران و تمام دنیا در زمان همه گیری این ویروس بود و قرنطینه خانگی ناشی از آن، سلامت روان افراد، و روابط سلامت روان افراد با خانواده را تحت تاثیر قرار داده است. این پژوهش به بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر تاثیر بهزیستی روانشناختی در بیماران مبتلا و بهبود یافته پاندمی کرونا (۱۹ - covid) در اوج همه گیری در شهر کرمان به انجام رسید. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل بوده، جامعه آماری کلیه بیماران مبتلا و بهبود یافته پاندمی کرونا در اوج همه گیری در شهر کرمان بصورت نمونه گیری هدفمند و تعداد ۶۰ نفر و شمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه (هر گروه ۳۰ نفر) جایگزین شدند. پس از پیش آزمون گروه آزمایش و اجرای درمان های شناختی رفتاری در ۱۵ جلسه پس آزمون اجرا شد. داده ها با پرسشنامه های بهزیستی روانشناختی ریف (RSPWB) جمع آوری گردید. داده ها با استفاده از آمار توصیفی میانگین و انحراف استاندارد و آمار استنباطی کواریانس و با نرم افزار SPSS-۲۴ تجزیه و تحلیل شدند. داده ها نشان داد که درمان شناختی رفتاری به عنوان درمان اثر گذار منجر به افزایش بهزیستی روانشناختی ( $p > .1$ ) مانند خوش بینی، روابط مثبت با دیگران، انرژی بودن بیماران بهبود یافته نسبت به بیماران مبتلا در پاندمی کرونا (۱۹ - covid) خواهد شد.

واژگان کلیدی: شناختی رفتاری، پاندمی کرونا، بهزیستی روانشناختی.

## بررسی اثربخشی برنامه مداخله در بحران بر استرس و نشخوار فکری بیماران بهبود یافته در پاندمی کرونا

محمد حسین رودباری<sup>۱</sup>، منصوره ضرغام<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران.

[mroudbari9@gmail.com](mailto:mroudbari9@gmail.com)

<sup>۲</sup>کارشناسی علوم تربیتی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، کرمان، ایران.



چکیده:

کرونا ویروس، یک بیماری حاد تنفسی، اولین بار در دسامبر ۲۰۱۹ در ووهان چین گزارش شد. ظهور مسائل مربوط به سلامت روان در طول همه گیری COVID-19 کاملاً غیرمنتظره نبود. موارد بسیار زیادی از افزایش علائم استرس، سردرگمی، خشم، اضطراب و افسردگی و بیماری های مرتبط با سلامت روان در زمان پاندمی کرونا گزارش شده است. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی برنامه مداخله در بحران بر استرس و نشخوار فکری بیماران بهبود یافته در پاندمی کرونا صورت گرفت. این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از لحاظ روش از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری را تمامی افراد بهبود یافته در بحران بیماری پاندمی کرونا در شهر کرمان در سال ۱۴۰۰، تشکیل دادند که از میان آنها با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر انتخاب شده و به صورت تصادفی در گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه گواه (۱۵ نفر) جایگزین شدند. شرکت کنندگان گروه آزمایش، ۱۲ جلسه برنامه مداخله در بحران را دریافت نمودند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه نشخوار فکری، نالن هوکسما و مارو (RRS) استفاده شد. داده ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها نشان داد که بین میانگین های تعدیل شده گروه آزمایش و گواه از لحاظ مداخله پس و پیش از انجام بر روی میزان استرس و نشخوار فکری تفاوت معناداری وجود دارد. بدین صورت که برنامه مداخله در بحران باعث کاهش روان رنجوری در بیماران بهبود یافته در بحران بیماری پاندمی کرونا شده بود. به طور خاص این برنامه مداخله در بحران در مؤلفه های کم اهمیت شماری، تمرکز مجدد بر برنامه ریزی، ارزیابی مجدد مثبت، پذیرش و تمرکز مجدد مثبت و در کاهش روان رنجوری و کمالگرایی در مؤلفه های ملامت خویش، ملامت دیگران، نشخواری و فاجعه سازی موجب بهبود وضعیت آزمودنی ها گردید، بنابراین فرضیه پژوهش مبنی بر اثربخشی برنامه مداخله در بحران بر استرس و نشخوار فکری بیماران بهبود یافته در پاندمی کرونا مورد تأیید قرار گرفت ( $p < 0.1$ ). براساس نتایج پژوهش حاضر می توان گفت استفاده از برنامه مداخله در بحران می تواند موجب افزایش بهزیستی روانی و کاهش روان رنجوری در بیماران بهبود یافته در پاندمی کرونا شده و از این طریق هیجان های افراد را کنترل نماید در نتیجه موجب بهبود شرایط روانی افراد دچار بحران این بیماران گردد.

واژه های کلیدی: مداخله در بحران، نشخوار فکری، پاندمی کرونا.

## بررسی تاثیر بحران کرونا بر افت مهارت های اجتماعی دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر کرمان

محمدحسین رودباری<sup>۱</sup>، منصوره ضرغام<sup>۲</sup>

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، کیش، ایران.

[mroudbari9@gmail.com](mailto:mroudbari9@gmail.com)



مهارت های اجتماعی نشان دهنده اهمیت توانایی دانش آموزان در تعامل با یکدیگر است. یکی از جنبه های مهارتهای اجتماعی که دانش آموزان بایدحتما داشته باشند، مهارتهای ارتباطی است. مهارت های اجتماعی برای معاشرت و تعامل با افراد دیگر، هم از نظر ارتباط و هم از نظر رفتار با دیگران، ضروری است. برای دانش آموزان دبستانی در کلاس درس، مهارت های اجتماعی خوب از پیشرفت یادگیری دانش آموزان جدایی ناپذیر است. هر دانش آموزی که دارای مشکلات مرتبط با هوش اجتماعی محدود است، باید طی فرآیندی برای بهبود مهارتهای اجتماعی خود هدایت شود. هدف از انجام این تحقیق بررسی تاثیر بحران کرونا بر افت مهارت های اجتماعی دانش آموزان مقطع ابتدایی شهر کرمان می باشد. جامعه آماری این پژوهش تمام دانش آموزان مقطع ابتدایی مدارس شهر کرمان در سال ۱۴۰۰\_۱۴۰۱ بودند؛ که از میان آن ها با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۶۰ نفر دختر و پسر انتخاب شده و به صورت تصادفی در گروه آزمایش (۳۰ نفر) و گروه گواه (۳۰ نفر) جایگزین شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه مهارت های اجتماعی ماتسون (MESSY) استفاده شد. داده ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس، با نرم افزار SPSS ۲۴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که دانش آموزان در زمان پاندمی کرونا با افت مهارت های اجتماعی به خصوص مهارت کلامی و مهارت های ارتباط گیری موثر با سایر دانش آموزان مواجه شده اند. از نتایج این تحقیق می توان برای برنامه ریزی تحصیلی برای افزایش مهارت های ارتباطی در بین دانش آموزان در دوره پسا کرونا استفاده کرد.

واژگان کلیدی: مهارت های اجتماعی، بحران کرونا، دانش آموزان شهر کرمان.

پیش بینی رفتارهای پرخطر از طریق سواد سلامت با میانجی گری حمایت اجتماعی در دوران پسا کرونا (مطالعه موردی؛ موسسه آموزش عالی زند)

مجتبی زارع خلیلی<sup>۱</sup>، فائزه فریدونی<sup>۲</sup>، کیمیا شجاعی<sup>۳</sup>



بامحوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا  
مدرس' موسسه آموزش عالی زند، گروه روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [m.mojtaba1381@gmail.com](mailto:m.mojtaba1381@gmail.com)

آستادیار، گروه روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی، موسسه آموزش عالی زند شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [faeze.fereidooni@gmail.com](mailto:faeze.fereidooni@gmail.com)

<sup>۲</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی، موسسه آموزش عالی زند شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [shk72921@gmail.com](mailto:shk72921@gmail.com)

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی و واکاوی «پیش‌بینی رفتارهای پرخطر از طریق سواد سلامت با میانجی‌گری حمایت اجتماعی در دانشجویان موسسه آموزش عالی زند» به روش توصیفی-تحلیلی صورت گرفت. جامعه آماری پژوهش، دانشجویان موسسه آموزش عالی زند شیراز بود که تعداد ۳۷۰ نفر از آنها به روش نمونه‌گیری تصادفی ساده با استفاده از فرمول کوکران انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش؛ پرسشنامه‌های سواد سلامت منتظری و همکاران (۱۳۹۳)، رفتارهای پرخطر نیازی و همکاران (۱۳۹۶) و حمایت اجتماعی فلیپس و همکاران (۱۹۸۶) که دارای روایی و پایایی بالایی هستند، بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و اطلاعات حاصل از پرسشنامه‌ها نیز از آزمون‌های تی تک نمونه‌ای و رگرسیون چندگانه استفاده گردید. یافته‌های پژوهش حاکی از این بود که متغیرهای سواد سلامت و حمایت اجتماعی با رفتارهای پرخطر رابطه منفی و معناداری داشتند. همچنین تاثیر متغیر سواد سلامت و رفتارهای پرخطر با واسطه حمایت اجتماعی منفی و معنادار بود. با توجه به نتایج پژوهش حاضر، کاهش رفتارهای پرخطر در دانشجویان از طریق ارتقای سواد سلامت و حمایت اجتماعی آن‌ها ضروری بوده و دارای اهمیت زیادی می‌باشد.

واژه‌های کلیدی: سواد سلامت، رفتار پرخطر، حمایت اجتماعی

سلامت روان؛ ضرورتی اجتناب‌ناپذیر در راستای حفظ و بهبود سالم‌زیستی دانشجویان در

دوران پسا کرونا





# اولین همایش ملی مطالعات علوم روانشناختی و رفتاری

## بامحوریت سبک زندگی و سلامت روان در پسا کرونا

کیمیا شجاعی  
۱۳ و ۱۴ اردیبهشت ماه ۱۴۰۲

دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته روانشناسی، مؤسسه آموزش عالی زند شیراز؛

آدرس پست الکترونیک: [shk72921@gmail.com](mailto:shk72921@gmail.com)



وزارت علوم، تحقیقات و فناوری  
مؤسسه آموزش عالی  
زند شیراز  
(غیر انتفاعی - غیر دولتی)

### چکیده

در دوران پسا کرونا؛ سلامت روان یکی از مهمترین مولفه های بهداشت عمومی و همچنین از جمله عوامل موثر در تعاملات و ارتباطات انسانی-اجتماعی در دانشگاه ها می باشد. بنابراین اقدامات لازم در جهت ارتقای سلامت روان دانشجویان که از طریق توانمندسازی برای تغییر سبک زندگی آنان دنبال می گردد، الزام می دارد که پیامدهای آن همچون سالم زیستی مورد توجه جدی قرار گیرد. از این رو؛ هدف پژوهش حاضر بررسی و تحلیل ضرورت سلامت روان دانشجویان در راستای حفظ و بهبود سالم زیستی در دوران پسا کرونا خواهد بود. بدین منظور از روش توصیفی-تحلیلی و با مطالعه مروری و بررسی کتابخانه ای که از مناسب ترین روش های بررسی و مرور ادبیات پژوهش در زمینه سلامت روان و سالم زیستی دانشجویان محسوب می شود، استفاده خواهد شد و بر مبنای آن ها تجزیه و تحلیل و نتیجه گیری می گردد.

واژه های کلیدی: سلامت روان، سالم زیستی، دانشجویان، پسا کرونا



ندا قهرمانی قره شیران<sup>۱</sup>، حدیث مریدی<sup>۲</sup>، ابراهیم قنبری<sup>۳</sup>

کارشناس ارشد روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر، بوشهر

دکتری روان شناسی، روانشناس اورژانس اجتماعی اداره بهزیستی شهر صدرا

کارشناس ارشد مشاوره خانواده، روانشناس اورژانس اجتماعی اداره بهزیستی شهرستان فسا

## چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی مداخله ی پیشگیری خانواده-محور مبتنی بر دل‌بستگی بر بهبود رابطه ی والد فرزند ی و بهزیستی روان شناختی دانش آموزان دختر دارای تعارض با والدین در دوران پسا کرونا در شهر بوشهر بود. طرح پژوهش حاضر، نیمه‌آزمایشی با گروه کنترل و به روش تحلیل کواریانس چندمتغیره بود. جامعه ی پژوهش حاضر شامل تمامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه بود که با روش نمونه‌گیری هدفمند، ۲۰ دانش آموز انتخاب شدند و به طور تصادفی به دو گروه مساوی آزمایش و کنترل تخصیص یافتند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل مقیاس رفتار متعارض (CBS) و مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف (فرم کوتاه) هستند. برای گروه آزمایش، ۱۱ جلسه ی ۵۰ دقیقه‌ای هفتگی برنامه‌ی مداخله ی پیشگیری خانواده-محور مبتنی بر دل‌بستگی اجرا شد ولی گروه کنترل هیچ گونه مداخله‌ای دریافت نکرد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار استنباطی تحلیل کواریانس چندمتغیری (MANCOVA) استفاده شد. تحلیل‌های آماری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-۲۳ انجام شد. نتایج نشان داد که مداخله ی به کار رفته باعث کاهش تعارض بین والدین و فرزندان و افزایش بهزیستی روان شناختی دانش آموزان می‌شود. به طور کلی، می‌توان گفت که مداخله ی پیشگیری خانواده-محور مبتنی بر دل‌بستگی برای کمک به دانش آموزان دارای تعارض با والدین، اثربخش است و توصیه می‌شود.

واژه‌های کلیدی: مداخله ی پیشگیری خانواده محور، دل‌بستگی، رابطه ی والد-فرزند ی، بهزیستی روان شناختی، پسا کرونا



### اولویت بندی تأثیرات کووید ۱۹ بر ابعاد مختلف زندگی شهری (مورد مطالعه شهروندان شهر نورآباد)

راضیه باقری<sup>۱</sup>، خلیل صفری<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد، رشته مدیریت دولتی گرایش توسعه شهری و روستایی، دانشگاه پیام نور شیراز؛

[razyeh.ba69@gmail.com](mailto:razyeh.ba69@gmail.com)

استادیار گروه مدیریت بازرگانی، دانشگاه پیام نور،

[kh.safari@pnu.ac.ir](mailto:kh.safari@pnu.ac.ir)

#### چکیده:

ویروس کرونا، پدیده‌ای است که با توجه به سرعت انتشار و ویژگی مهارناپذیر خود، جهان را با بحران مواجه نموده است. این بحران هرچند در ظاهر ماهیتی صرفاً پزشکی و مرتبط با نظام سلامت دارد، پدیده‌ای چندبعدی است که آثار و پیامدهای آن در حوزه‌های مختلف اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی قابل رصد و رهگیری است. با توجه به اهمیت و ضرورت مطالعات اجتماعی از بعد مدیریتی در این پژوهش اولویت بندی تأثیرات کووید ۱۹ بر ابعاد مختلف زندگی شهری شهروندان نورآباد پرداخته شده است. پژوهش حاضر از حیث روش، توصیفی- تحلیلی بوده و در دو مرحله کیفی و کمی انجام شده است. مرحله اول به شناسایی تأثیرات کووید ۱۹ بر شهر به روش فراترکیب می‌پردازد که این بخش کیفی تحقیق به شمار می‌رود. جامعه آماری در بخش کیفی ۱۸۸ مقاله بوده است که تنها ۴۴ مقاله صلاحیت ماندن در پژوهش به عنوان نمونه را داشته اند، و همچنین در این پژوهش، از روش هفت مرحله‌ای "سندلوسکی و باروسو" استفاده شده است. در مرحله دوم که بخش کمی پژوهش است با ۳۰ نفر از خبرگان شهرستان نورآباد فارس مصاحبه انجام شد و سپس با استفاده از آزمون رتبه بندی فریدمن عوامل شناسایی شده با استفاده از معیارهای زیست محیطی، حمل و نقلی، اقتصادی، اجتماعی، مدیریت و حاکمیت رتبه بندی شده‌اند. این بررسی نشان می‌دهد که شواهد اولیه عمدتاً به چهار موضوع اصلی مربوط می‌شوند، یعنی (۱) محیط زیست، (۲) اثرات اجتماعی-اقتصادی، (۳) مدیریت و حاکمیت (۴) حمل و نقل و طراحی شهری. با این حال، پوشش متعادلی از این مضامین وجود ندارد و مسائل مربوط به موضوع اول غالب است. این احتمالاً به این دلیل است که داده‌های مربوط به کیفیت هوا و اثرات زیست محیطی به راحتی در دسترس هستند، اما دسترسی و تجزیه و تحلیل داده‌های مرتبط با موضوعات دیگر ممکن است به زمان بیشتری نیاز داشته باشد. همچنین نتایج نشان می‌دهد که کووید ۱۹ در شهر نورآباد به ترتیب اولویت، بر محیط زیست، مدیریت و حاکمیت، حمل و نقل و طراحی شهری، اجتماع و اقتصاد تأثیر گذار بوده است.

واژگان کلیدی: کووید-۱۹، زندگی شهری، اثرات محیط زیست، مدیریت و حاکمیت



## بازنگری به آسیب ها و راه حل های شیوع کرونا (جبران خطاهای کرونا در پسا کرونا)

روشنک خدابخش پیرکلانی

دانشیار گروه روانشناسی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء(س)، تهران، ایران،

آدرس پست الکترونیک: [rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir](mailto:rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir)

### چکیده

فاجعه شیوع جهانی ویروس کوید ۱۹ تجربه بسیار خاص و صفحه تازه ای در تاریخ بشریت بود.. این مقاله در راستای هدف وقایع نگاری آسیب ها و نقادی عملکردهای مواجهه ها در این رخداد نگارش شده است، چرا که در این حادثه نادر و جهانی بسیار ضروریست که مشاهدات عینی توسط متخصصان حوزه های علمی مختلف ثبت شود، تا این اطلاعات به دست فراموشی سپرده نشود و در دائره المعارف بشریت محفوظ بماند و پدیده هائی که در این شرایط شناخته می شود گزارش شود. و البته نقدهای عملکردی و تحلیل های پیشنهادی هم باید در دل نگارش ها مطرح شود تا ضمن باقی ماندن ادبیات این جریان تراژیک، چالشهای این دوران همچنان متفکران را به تکاپوی راه حل یابی در شرایط و بحرانهای مشابه گسیل دارد. روش شناسی مقاله بیشتر مبتنی بر مشاهدات، تحقیقات، مطالعات بالینی و تجارب زیسته نویسنده بود. یافته ها نشانگر این بود که پاندمی کرونا علاوه بر اثرگذاری بر جسم و ایجاد بیماری جسمانی، ایجاد رفتارهای آسیب شناسانه و بیماریهای روان شناختی، مشکلات اجتماعی را هم در طیف قابل توجهی دارد. نتایج حاصل از مقاله نشانگر نقدپذیری شدید عملکردهای جهانی است، به نحوی که به دلیل بی برنامه گی از کمترین ظرفیتهای استفاده شد و درس ها و عبرتهای لازم از این انفجار بزرگ طبیعت، همچنان ناشنیده ماند.

واژگان کلیدی: کرونا ویروس، وقایع نگاری کرونا، آسیب های روان شناختی، نقد شیوه های مقابله با کرونا





### بررسی نقش سبک‌های مقابله با استرس مادر بر کیفیت زندگی کودک با میانجیگری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه مادر در دوران شیوع کوید-۱۹

روشنک خدابخش پیرکلانی<sup>۱</sup>، عارفه رنجبر<sup>۲</sup>، مریم جان فداء<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>دانشیار گروه روان‌شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه الزهراء، تهران، ایران

[rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir](mailto:rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir)

<sup>۲</sup>دانشجوی دکترا دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

[Arefeh.ranjbar@mail.um.ac.ir](mailto:Arefeh.ranjbar@mail.um.ac.ir)

<sup>۳</sup>کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد

[ma.janfadah12@gmail.com](mailto:ma.janfadah12@gmail.com)

#### چکیده

بررسی نقش سبک‌های مقابله با استرس مادر بر کیفیت زندگی کودک با میانجیگری طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه مادر در دوران شیوع کوید-۱۹ روشنک خدابخش پیرکلانی، عارفه رنجبر، مریم جان فداء چکیده هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش سبک‌های مقابله با استرس مادران بر کیفیت زندگی کودک با میانجیگری نقش طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دوران همه‌گیری ویروس کرونا می‌باشد. این مطالعه توصیفی-تحلیلی، به روش همبستگی و با استفاده از تحلیل مسیر انجام شد، در این پژوهش ۳۲۵ مادر دارای کودکان ۱ تا ۶ ساله که کاربر اینترنتی بودند پرسشنامه‌های سبک‌های مقابله با استرس (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰)، پرسشنامه کیفیت زندگی کودکان پیش‌دبستانی (فکس و همکاران، ۲۰۰۰) و پرسشنامه طرح‌واره ناسازگار اولیه (یانگ، ۱۹۹۸) را تکمیل نمودند. برای تحلیل داده‌ها علاوه بر روش‌های توصیفی، از روش الگو یابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج حاصل از شاخص‌های برازش، مدل نظری مفروض در پژوهش را مورد تأیید قرارداد و نشان داد که ضمن ارتباط مستقیم سبک‌های مقابله‌ای مادر و کیفیت زندگی کودک، بین این دو متغیر از طریق طرح‌واره‌های محرومیت، بی‌اعتمادی، انزوا، اطاعت، ایثار و خویش‌داری نیز ارتباط غیرمستقیم وجود دارد ( $p < 0/01$ ). با توجه به نتایج پژوهش، می‌توان نتیجه گرفت در دوران همه‌گیری ویروس کرونا، در ارتباط بین سبک مقابله‌ای مادر و کیفیت زندگی کودک، طرح‌واره‌های ناسازگار مادر نقش واسطه‌ای دارد.

واژه‌های کلیدی: سبک‌های مقابله با استرس، کیفیت زندگی کودک، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، کوید-۱۹



## مقایسه تحمل ابهام، باورهای فراشناختی و اضطراب کرونا در بحران شیوع کووید ۱۹ بین افراد وسواسی و عادی

روشنک خدابخش پیر کلانی<sup>۱</sup> مریم جان فدا<sup>۲</sup> صفورا صدیق<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup>دانشیار گروه روان شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (نویسنده مسئول)  
[rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir](mailto:rkhodabakhsh@alzahra.ac.ir)

<sup>۲</sup>کارشناسی ارشد روان شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران  
[ma.janfadah12@gmail.com](mailto:ma.janfadah12@gmail.com).

<sup>۳</sup>کارشناسی ارشد، روان شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران.  
[3eddiq@gmail.com](mailto:3eddiq@gmail.com)

### چکیده

مقدمه: در شرایط بحران شیوع کووید ۱۹، اضطراب پدیده بسیار شایعی است که می تواند زندگی همه افراد، مخصوصا افراد وسواسی که پیشینه شستشوی زیاد یا موارد دیگر را داشتند، به میزان زیادی تحت تاثیر قرار دهد. هدف از پژوهش حاضر مقایسه تحمل ابهام، باورهای فراشناختی و اضطراب کووید ۱۹ در بحران شیوع کووید ۱۹ بین افراد وسواسی و عادی بود. مواد و روش ها: پژوهش حاضر از نوع توصیفی- علی مقایسه ای است و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه افرادی است که پرسشنامه را به صورت اینترنتی تکمیل نمودند، بود. حجم نمونه شامل ۳۳۰ نفر بود. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه وسواس فکری- عملی مادزلی (۱۹۸۰)، باورهای فراشناختی ولز (۱۹۹۷)، تحمل ابهام مک لین (۱۹۹۳) و پرسشنامه اضطراب کرونا ویروس (۱۳۹۸) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده های پژوهش از روش تحلیل واریانس چند متغیره و نرم افزار SPSS نسخه ۲۲ با سطح معنی داری ۰/۰۵ استفاده شد. یافته ها: نتایج حاصل از تحلیل واریانس چند متغیره نشان داد که در شرایط بحران ویروس کووید ۱۹ در دو گروه افراد وسواسی و عادی در میزان اضطراب، تحمل ابهام و باورهای فراشناختی تفاوت معناداری وجود داشت ( $F=14/826$ ,  $P=0/001$ ). به طوری که میانگین اضطراب کووید ۱۹ در افراد وسواسی ۱۶/۶۴ و افراد عادی ۱۱/۰۴، و میانگین متغیر تحمل ابهام در در افراد وسواسی ۳۲/۰۹ و افراد عادی ۳۵/۱۹ بود. همچنین میانگین باورهای فراشناختی در افراد وسواسی ۷۲/۶۲ و افراد عادی ۵۹/۴۶ بود که براساس نتایج تحلیل واریانس چند متغیره، این تفاوت معنادار بود. نتیجه گیری: طبق یافته پژوهش در ایام شیوع کووید ۱۹ در افراد وسواسی اضطراب و باورهای فراشناختی بیشتر و تحمل ابهام کمتری وجود داشت که زمینه را برای بروز و تشدید علائم وسواسی مهیا نموده و از این رو در مداخلات درمانی، تمرکز بر تعدیل این سازه ها از اهمیت برخوردار است.

واژه های کلیدی: تحمل ابهام، باورهای فراشناختی، اضطراب کووید ۱۹، بحران شیوع کووید ۱۹، اختلال وسواسی- جبری