



مه‌دی کسرائی شکوه، ۱۴۰۲

اثربخشی آموزش مهارت ذهن آگاهی بر حل مسئله و خودکارآمدی سوء مصرف کنندگان مواد مخدر شهر مشهد

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش مهارت ذهن آگاهی بر حل مسئله و خودکارآمدی سوء مصرف کنندگان مواد مخدر شهر مشهد انجام شد. مطالعه حاضر از نوع پژوهش‌های نیمه آزمایشی با گروه کنترل و طرح پیش آزمون و پس آزمون بود. جامعه آماری این پژوهش شامل مردان سوء مصرف کنندگان مواد مخدر در کلینیک ترک اعتیاد شهر مشهد در سال ۱۳۹۹ بود. در این پژوهش نمونه‌ای به حجم ۲۲ نفر (۱۱ نفر برای هر گروه) به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شد و به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. پس از تعیین گروه‌های مورد نظر، پیش آزمون از هر دو گروه گرفته شد. سپس به گروه آزمایش، آموزش مهارت ذهن آگاهی طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به مدت ۸ هفته (هر هفته یک جلسه) داده شد و به گروه کنترل آموزش داده نشد. بعد از اتمام برنامه، از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه حل مسئله کسیدی و لانگ (۱۳۹۹) و پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر و مادوکس (۱۳۹۹) بود. داده‌های جمع آوری شده با استفاده از روش‌های آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل کوواریانس) با کمک نرم افزار spss ویراست ۲۲ تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که آموزش مهارت ذهن آگاهی بر حل مسئله و خودکارآمدی سوء مصرف کنندگان مواد مخدر شهر مشهد تاثیر معناداری داشته است.

کلیدواژه‌ها: آموزش ذهن آگاهی، حل مسئله، خودکارآمدی

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۳۲۹۹۴۰۷۲۷۱۴۸۰۱۸۰۱۵۱۶۲۷۰۵۱۲۵

تاریخ دفاع: ۱۴۰۲/۰۸/۱۶

رشته‌ی تحصیلی:

دانشکده:

استاد راهنما: دکتر لیلا جوادی علمی

Thesis:

The effectiveness of mindfulness training on problem solving and self-efficacy of drug abusers in Mashhad

The present study was conducted with the aim of investigating the effectiveness of mindfulness training on problem solving and self-efficacy of drug abusers in Mashhad. The present study was a semi-experimental type of research with a control group and a pre-test and post-test design. The statistical population of this research included male drug abusers



in the drug withdrawal clinic in Mashhad in 1402. In this research, a sample size of 30 people (15 people for each group) is possible by non-random sampling method and they are replaced in two experimental and control groups. After determining the desired groups, a pre-test was taken from both groups. Then, the experimental group was given mindfulness skills training during 8 sessions of 60 minutes for 8 weeks (one session per week) and the control group was not taught. After finishing the program, both groups were given a post-test. The tools used included Personal Problem Solving Questionnaire and Long (1996) and Scherer and Maddox General Self-Efficacy Questionnaire (1982). The collected data were analyzed using the methods of descriptive statistics (mean and standard deviation) and inferential statistics (analysis of covariance of single variables and multivariables) with the help of SPSS version 24 software. The results showed that mindfulness training had a significant effect on problem solving and self-efficacy of drug abusers in Mashhad.