

کارکردهای ذهن آگاهی در PTSD و حافظه سرگذشتی

مؤلفین:

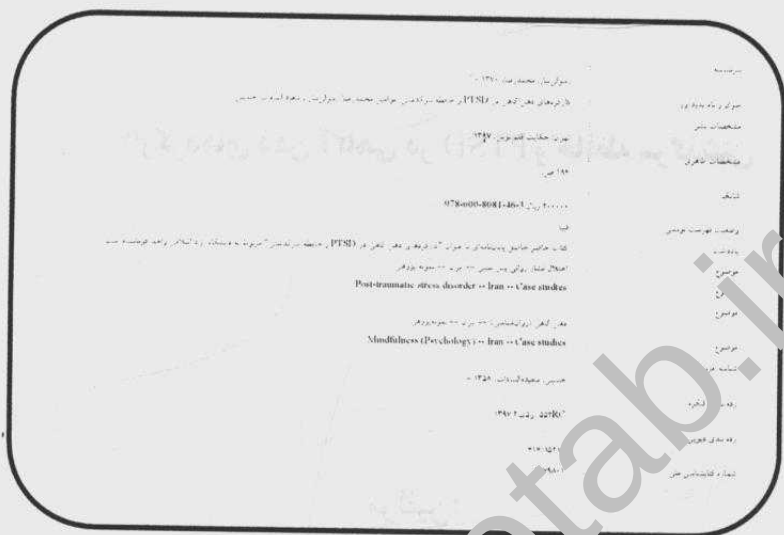
محمّد رضا رسولی تبار

«دانش آموخته کارشناسی ارشد رشته روانشناسی بالینی دانشگاه

آزاد اسلامی واحد کرمانشاه»

دکتر سعیده السادات حبیبی

«عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه»



کتابخانه روانشناختی

کارکردهای ذهن آگاه در PTSD و حافظه سرگذشتی

مؤلفین: محمد رضا رسولی تبار، دکتر عبیده السادات حسینی

چاپ اول: ۱۳۹۷

قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان

شمارگان: ۵۰۰

چاپ و صحافی: تکثیران نوین

صفحه آرای: سیمین خداکرمی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۰۸۱-۴۶-۳

کتاب حاضر حاصل پایان نامه دانشجویی با عنوان "کارکردهای ذهن آگاهی در PTSD" است و کلیه حقوق مادی و معنوی آن متعلق به دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه میباشد.

آدرس: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان لبافی نژاد، قبل از تقاطع فخر رازی، پ ۱۷۴، واحد ۱

تلفن: ۶۶۴۹۷۳۰۰ - ۶۶۴۹۷۲۹۵

فهرست مطالب

فصل اول :

مقدمه پژوهش

۱-۱ مقدمه	۱۵
۲-۱ بیان مسأله	۱۷
۳-۱ اهمیت و ضرورت پژوهش	۲۱
۴-۱ اهداف پژوهش	۲۳
۱-۱-۱ مفاهیم اصلی	۲۳
۲-۴-۱ اهداف فرعی	۲۳
۵-۱ سؤالات پژوهش	۲۳
۶-۱ فرضیه‌های پژوهش	۲۴
۷-۱ تعاریف مفهومی و عملیاتی	۲۴
۱-۷-۱ تعاریف مفهومی	۲۴
۲-۷-۱ تعاریف عملیاتی	۲۵

فصل دوم

مبانی نظری و پیشینه پژوهش

۱-۲ پیش درآمد	۲۹
۲-۲ ذهن آگاهی	۲۹
۲-۲ تکنیک‌های ذهن آگاهی	۳۱
۱-۲-۲ مواجهه	۳۱
۲-۲-۲ تغییر شناختی	۳۲

۳۵	۳-۲-۳ اداره- خود
۳۶	۴-۲-۲ آرام سازی
۳۷	۵-۲-۲ پذیرش
۳۸	۳-۲-۳ درمان های مبتنی بر ذهن آگاهی
۴۶	۴-۲-۴ مکانیسم برخورد MBCT با الگوهای شناختی اضطراب آور
۴۶	۱-۴-۲ تمرکززدایی
۴۷	۴-۲-۴ حالت انجام دادن به حالت بودن
۴۷	۵-۲-۴ اهداف اصلی MBCT
	۶-۲-۴ موانع درمان شناختی مبتنی بر حضور ذهن (MBCT)
۴۹	
۵۱	۷-۲-۴ کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی (MBSR)
۵۲	۸-۲-۴ اختلال استرس پس از سانحه
۵۵	۹-۲-۴ یافته های بالینی در اختلال مرتبط با تروما و استرس
۵۸	۱۰-۲-۴ سبب شناسی PTSD
۵۹	۱-۱۰-۲ عامل فشار
۶۰	۲-۱۰-۲ عوامل خطر ساز
۶۰	۳-۱۰-۲ عوامل روان پوشی
۶۱	۴-۱۰-۲ عوامل شناختی - رفتاری
۶۲	۵-۱۰-۲ عوامل زیستی
۶۳	۱۱-۲-۴ دستگاه نور آدرنرژیک
۶۴	۱۲-۲-۴ دستگاه اپیوئیدی

۱۳-۲	عوامل آزادکننده‌ی کورتیکوتروپین (CRF) و محور هیپوتالاموس
۶۵	هیپوفیز - آدرنال
۶۷	۱۴-۲ عوامل محافظت‌کننده در PTSD
۶۸	۱۵-۲ عوامل آسیب‌پذیری در PTSD
۷۰	۱۶-۲ تعاریف و معیارهای اختلال استرس پس-آسیبی (PTSD) ...
۷۴	۱۷-۲ معیارهای DSM-5 برای اختلال PTSD
۸۲	۱۸-۲ تشخیص افتراقی
۸۳	۱۹-۲ مدل‌های مطرح‌شده در اختلال استرس پس‌آسیبی:
۲۰-۲	هیجان‌های چهار شده در افراد مبتلا به اختلال استرس پس
۸۹	آسیبی
۲۱-۲	مدل‌های مطرح‌شده‌ی مربوط به هیجان‌های مهارشده در PTSD:
۹۰	
۹۱	۲۲-۲ نظریه‌ها
۹۲	۱-۲۲-۲ نظریه‌ی باورهای درهم‌شکسته
۹۳	۲-۲۲-۲ نظریه‌ی رفتاری (نظریه‌ی شرطی‌ری)
۹۵	۳-۲۲-۲ نظریه‌ی پردازش هیجانی
۹۷	۴-۲۲-۲ نظریه‌ی شناختی - رفتاری (نظریه‌ی شکست رفتاری)
۹۹	۵-۲۲-۲ نظریه‌ی پردازش اطلاعات
۱۰۲	۲۳-۲ حافظه‌ی سرگذشتی
۱۰۷	۲۴-۲ حافظه‌ی سرگذشتی و هوشیاری
۱۱۰	۲۵-۲ تعاریف و نظریه‌ها
۱۱۴	۲۶-۲ خاطرات برجسته

۱۱۵	۲۷-۲ حافظه‌ی سرگذشتی و نظام خود
۱۲۰	۲۸-۲ آثار صدمه به هیپوکامپ
۱۲۱	۲۹-۲ عوامل مختل کننده‌ی عملکرد هیپوکامپ
۱۲۳	۳۰-۲ آناتومی حافظه‌ی سرگذشتی و درک آن از منظر عصب شناختی
۱۲۸	۳۱-۲ مروری بر پیشینه پژوهش
۱۲۸	۳۱-۲ پژوهش‌های داخلی
۱۳۸	۳۱-۲ پژوهش‌های خارجی

فصل سوم

روش اجرای پژوهش

۱۴۷	۱-۳ طرح پژوهش
۱۴۷	۲-۳ جامعه آماری، روش نمونه‌گیری و حجم نمونه
۱۴۸	۳-۳ معیارهای ورود و خروج
۱۴۸	۴-۳ ابزار پژوهش
۱۵۲	۵-۳ روش‌ها و ابزار تجزیه و تحلیل داده‌ها

فصل چهارم

یافته‌های پژوهش

۱۵۷	۱-۴ مقدمه
۱۵۸	۲-۴ یافته‌های توصیفی
۱۵۹	۳-۴ یافته‌های استنباطی

فصل پنجم

بحث و نتیجه گیری

۱-۵	مقدمه	۱۶۹
۲-۵	بحث و نتیجه گیری	۱۷۰
۳-۵	محدودیت های پژوهش	۱۷۴
۴-۵	پیشنهادات پژوهش	۱۷۴
	جمع	۱۷۷
	منابع فارسی	۱۷۹
	منابع لاتین	۱۸۳
	پیوست ها	۱۸۹

چکیده

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی درمانگری مبتنی بر ذهن آگاهی در بهبود اختلال استرس پس از ضربه و حافظه سرگذشتی در زنان خانه دار شهر کرمانشاه انجام شد. پژوهش حاضر در قالب یک واری آزمایشی و با استفاده از دو گروه آزمایش و کنترل که جایگزینی آزمودنی‌ها در آنها به صورت تصادفی بود، انجام شد. پژوهش دارای طرح پیش آزمون-پس آزمون با سر و کنترل بود.

جامعه پژوهش حاضر، زنان خانه دار شهر کرمانشاه می باشند که دچار استرس پس از سادحه زلزله قرار گرفته اند که سن آنها بین ۲۰ تا ۳۰ سال بوده و حداقل تحصیلات، سیم داشته اند. روش نمونه گیری به شیوه داوطلبانه بود، حجم نمونه نیز ۱۰ نفر در نظر گرفته شد که به شیوه تصادفی ساده به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند.

ابزار پژوهش شامل مصاحبه بالینی ساختار یافته برای اختلالات محورها، مقیاس تجدید نظر شده تاثیر رویداد ویلیامز و رودبنت (۱۹۸۶) و آزمون حافظه سرگذشتی بود. نتایج نشان داد درمانگری مبتنی بر ذهن آگاهی در بهبود اختلال استرس پس از ضربه تاثیر معنی داری دارد. همچنین با توجه به در نظر گرفتن میانگین نمرات می توان گفت درمانگری مبتنی بر ذهن آگاهی در بهبود حافظه سرگذشتی تاثیر معنی داری دارد.

کلمات کلیدی: درمانگری مبتنی بر ذهن آگاهی، اختلال استرس پس از

ضربه، حافظه سرگذشتی، زنان خانه دار