



Original Research Article



The effectiveness of mindfulness training on anxiety in borderline personality patients referred to a psychiatric clinic in Sari city

Hamzeh Hosseini¹ , Khadija Nazari^{*2} , Jamshid Yazdani Cherani³ 

1- Psychiatry and Behavioral Sciences Research Center, Addiction Research Institute, Health Sciences Research, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

2- Master of Science in Clinical Psychology, Islamic Azad University, Sari, Iran (Corresponding Author)

3- Professor, Department of Biostatistics, Health Sciences Research Center, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Iran

ARTICLE INFO

Article History

Date Received: 3 November 2024

Date Revised: 30 December 2024

Date Accepted: 7 April 2025

Date published: 9 May 2025

Keywords

Mindfulness training,
anxiety,
borderline personality.

ABSTRACT

The aim of the present study is to investigate the effectiveness of mindfulness training on reducing anxiety in patients with borderline personality disorder who have referred to the psychiatric clinic in Sari. The research method is a quasi-experimental design with a pre-test-post-test design with a control group. The study population is patients referring to a clinic in Sari. The study sample is 30 borderline personality patients referring to a clinic in Sari. In this study, the Spielberger Anxiety Questionnaire (1970) was used. First, both groups completed the above questionnaire as a pre-test. It was held in 8 sessions for the experimental group, and finally, a post-test was administered to both groups. The research hypotheses were examined with comparative statistical methods of mean, paired t-test, and independent t-test in the two post-test and pre-test groups. The results showed that mindfulness training had no significant difference on state and trait anxiety in the experimental group before and after the training.

Corresponding Author Email:

k.nazarirad@gmail.com

How to cite this article:

Hosseini, H., Nazari, Kh., & Yazdani Cherani, J. (2025). The effectiveness of mindfulness training on anxiety in borderline personality patients referred to a psychiatric clinic in Sari city. *Journal of Studies and Research in Behavioral Sciences*, 7(1), 1-19.



©2023 The author(s). This is an open access article distributed under Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC), which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source.

Publisher: Chatre Andisheh International Publishing Institute



مطالعات و تحقیقات در علوم رفتاری

Homepage: <https://Jobssar.ir>



مقاله پژوهشی

اثر بخشی آموزش ذهن آگاهی بر اضطراب بیماران شخصیت مرزی مراجعه کننده به کلینیک روانپزشکی شهرستان ساری

حمزه حسینی^۱ ID، خدیجه نظری*^۲ ID، جمشید یزدانی چرانی^۳ ID

۱- مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری، پژوهشکده اعتیاد، تحقیقات علوم بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

۲- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران (نویسنده مسئول)

۳- استاد، گروه آمار زیستی، مرکز تحقیقات علوم بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی آموزش ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب در بیماران مبتلا به اختلال شخصیت مرزی است که به کلینیک روانپزشکی شهرستان ساری مراجعه کرده‌اند. روش تحقیق از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه مورد مطالعه بیماران مراجعه کننده به یک کلینیک شهر ساری می باشد. نمونه مورد مطالعه ۳۰ نفر از بیماران شخصیت مرزی مراجعه کننده به یک کلینیک شهر ساری می باشد. در این مطالعه از پرسشنامه اضطراب اسپیلبرگر (۱۹۷۰) استفاده شده است. ابتدا هر دو گروه پرسشنامه فوق را به عنوان پیش آزمون تکمیل کردند در ۸ جلسه برای گروه آزمایشی برگزار شد و در انتها برای هر دو گروه پس آزمون اجرا شد. فرضیه های پژوهش با روش های آماری مقایسه ای میانگین و تی زوجی و تی مستقل در دو گروه پس آزمون و پیش آزمون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد آموزش ذهن آگاهی بر اضطراب حالت و صفت گروه آزمایشی قبل و بعد آموزش تفاوت معنا داری ندارد.

اطلاعات مقاله

سابقه مقاله

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۱۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۱۰/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۱/۱۸

تاریخ انتشار: ۱۴۰۴/۰۲/۱۹

واژه‌های کلیدی

آموزش ذهن آگاهی،

اضطراب،

شخصیت مرزی.

ایمیل نویسنده مسئول

k.nazarirad@gmail.com

استاد به این مقاله: حسینی، حمزه؛ نظری، خدیجه و یزدانی چرانی، جمشید. (۱۴۰۴). اثر بخشی آموزش ذهن آگاهی بر اضطراب بیماران شخصیت مرزی مراجعه کننده به

کلینیک روانپزشکی شهرستان ساری. *مطالعات و تحقیقات در علوم رفتاری*، ۷(۱)، ۱-۱۹.

ناشر: موسسه انتشارات بین المللی چتر اندیشه



Creative Commons: CC BY 4.0