

## عنوان مقاله:

مقایسه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توان بخشی شناختی حافظه فعال بر اضطراب و افسردگی دختران

## محل انتشار:

فصلنامه تازه های علوم شناختی، دوره 23، شماره 1 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسندگان:

سمیرا ده آبادی - PhD Student in General Psychology, Karaj branch, Islamic Azad University, Karaj Iran

آدیس کراسکیان موجمباری - Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj Iran

پیمان حسنی ابهریان - Assistant Professor of Cognitive Neuroscience, Department of Cognitive Rehabilitation, Brain and Cognition Clinic, Institute for Cognitive Science Studies, Tehran, Iran

محمدرضا بلیاد - Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj Iran

پریسا پیوندی - Assistant Professor, Department of Psychology, Karaj Branch, Islamic Azad University, Karaj Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر مقایسه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توان بخشی شناختی حافظه فعال بر اضطراب و افسردگی در دختران مجرد ۲۵ تا ۳۵ سال بود. روش کار: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری و با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دختران مراجعه کننده به مراکز روان شناختی و مشاوره شهرستان سبزوار در سال ۱۳۹۸ بودند که از این مراجعان ۴۵ نفر به صورت در دسترس انتخاب و با تصادفی سازی در ۲ گروه آزمایش و ۱ گروه گواه قرار گرفتند. شرکت کنندگان در پژوهش حاضر برای پیش آزمون پس آزمون، پیگیری مورد ارزیابی قرار گرفتند و به پرسشنامه چهار سامانه ای اضطراب و پرسشنامه افسردگی بک پاسخ دادند. شرکت کنندگان دو گروه مداخله تحت ۸ جلسه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و ۱۰ جلسه توان بخشی شناختی حافظه فعال قرار گرفتند. یافته ها: نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر نشان داد هر دو مداخله درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توان بخشی شناختی حافظه فعال نسبت به گروه کنترل بر متغیر اضطراب ( $P=0.001/0$ ) و متغیر افسردگی ( $P=0.001/0$ ) اثر کاهنده داشته است. در مقایسه میان درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توان بخشی شناختی حافظه فعال در تاثیر بر متغیر اضطراب مشاهده شد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد اثربخشی بیشتری نسبت به توان بخشی شناختی حافظه فعال بر کاهش اضطراب دختران داشته است. نتیجه گیری: نتایج حاصل از پژوهش حاضر نشان داد هر دو مداخله درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و توان بخشی شناختی حافظه فعال بر کاهش اضطراب و افسردگی دختران موثر هستند و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد اثربخشی بیشتری نسبت به توان بخشی شناختی حافظه فعال بر کاهش اضطراب دختران داشته است.

## کلمات کلیدی:

Acceptance and commitment, Anxiety, Cognitive rehabilitation, Depression, Working memory  
اضطراب، افسردگی، پذیرش و تعهد، توان بخشی شناختی، حافظه فعال

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1207625>



