

## عنوان مقاله:

مقایسه تاثیر تئوری انتخاب و درمان شناختی رفتاری بر افسردگی زنان باردار

## محل انتشار:

هشتمین کنفرانس بین المللی دستاوردهای نوین پژوهشی در علوم تربیتی، روانشناسی و علوم اجتماعی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

طاهره رستمی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد تربیت جام، تربیت جام، ایران

زهره بهنود - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد شاهرود، شاهرود، ایران

زری دلیر مایوان - کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد بجنورد، بجنورد، ایران

فرشته حبی آبادی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد تربیت جام، تربیت جام، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر مقایسه تاثیر تئوری انتخاب و درمان شناختی رفتاری بر افسردگی زنان باردار می باشد که یک روش نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بوده و جامعه آماری آن را زنان باردار تحت مراقبت در مرکز بهداشت شهر اسفراین در سال ۱۴۰۰ تشکیل داده اند. نمونه مرد نظر را ۴۵ نفر از این زنان باردار تشکیل داده اند که به روش نمونه در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی ساده به سه گروه شامل دو گروه آزمایش A و B و یک گروه کنترل تقسیم شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه افسردگی بک بوده است که هر سه گروه آزمون افسردگی بک را تکمیل نمودند و پس از آن گروه های آزمایش ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت هفته ای یک جلسه تحت درمان شناختی رفتاری و واقعیت درمانی قرار گرفتند، در حالی که گروه کنترل هیچ نوع خدماتی دریافت نکرد. در ادامه هر دو گروه مجددا آزمون فوق را تکمیل نمودند. در نهایت داده ها با روش آمار توصیفی و استنباطی از طریق تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شدند و برای این منظور از نرم افزار SPSS-۲۴ استفاده گردید. یافته ها نشان داد که درمان شناختی رفتاری و واقعیت درمانی هر دو در کاهش افسردگی زنان باردار موثر بوده است و قرار گرفتن آزمودنی ها در گروه شناختی رفتاری موجب کاهش بیشتر نمره های آنها در پس آزمون افسردگی نسبت به واقعیت درمانی شده است. ( $P < 0.01$ ) بر این اساس میتوان نتیجه گرفت که میتوان از این دو رویکرد به منظور کاهش افسردگی سودبرد و در این میان شناختی رفتاری اثر بخشی بیشتری دارد.

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی رفتاری، واقعیت درمانی و تئوری انتخاب، افسردگی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1245732>

