

عنوان مقاله:

اثر بخشی رفتار درمانی دیالکتیکی به شیوه ی گروهی بر افسردگی و استرس ادراک شده دانشجویان دختر

محل انتشار:

نشریه آموزش پرستاری، دوره 7، شماره 6 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

رضا عرب مارکده - Msc, Department of Clinical Psychology, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Najaf Abad, Iran

اکرم دهقانی - Assistant Professor, Department of Clinical Psychology, Najafabad Branch, Islamic Azad University, -
Najaf Abad, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: اختلال افسردگی با شیوع گسترده ای با حدود ۱۰-۲۵ درصد برای زنان و ۱۰-۱۲ درصد برای مردان در طول عمر به عنوان سرماخوردگی روانی از سال ها پیش معروف بوده است. دوره ی تحصیلی دانشگاهی به واسطه ی حضور عوامل متعدد، دوره ی فشارزایی بوده و احتمال رخ دادن افسردگی در آن بسیار شایع است. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی رفتار درمانی دیالکتیکی به شیوه ی گروهی بر افسردگی و استرس ادراک شده دانشجویان دختر انجام شد. روش کار: این پژوهش از نوع نیمه تجربی با پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش، کلیه دانشجویان دختر دانشکده علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی نجف آباد که در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۹۷ مشغول به تحصیل بودند. از این میان به شیوه نمونه گیری هدفمند ۳۰ آزمودنی به کمک پرسشنامه افسردگی بک انتخاب و در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای تحت رفتار درمانی دیالکتیکی به شیوه ی گروهی قرار گرفت. برای جمع آوری داده ها، از مقیاس افسردگی بک و مقیاس استرس ادراک شده کوهن و همکاران استفاده شد که در پیش آزمون و پس آزمون برای هر دو گروه اجرا شد. داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۴ و تحلیل کوواریانس مانکوا در سطح معناداری $P < 0.05$ تجزیه و تحلیل شدند. یافته ها: نتایج نشان دادند که رفتار درمانی دیالکتیکی در بهبود افسردگی ($P = 0.001$) و استرس ادراک شده ($P = 0.003$) دانشجویان دختر مبتلا به افسردگی موثر بوده است. نتیجه گیری: بنابر نتایج بدست آمده، رفتار درمانی دیالکتیکی به شیوه گروهی، می تواند موجب بهبود افسردگی و استرس ادراک شده دانشجویان دختر شود. بنابراین، این مداخله به عنوان درمانی موثر در بهبود این نشانه ها می تواند کاربرد داشته باشد و می توان با اجرای آن به بهبود وضعیت مبتلایان به افسردگی کمک کرد.

کلمات کلیدی:

Dialectical behavioral therapy, Depression, Perceived stress, Students
رفتار درمانی دیالکتیکی، افسردگی، استرس ادراک شده، دانشجویان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356913>

