

## عنوان مقاله:

مقایسه ی اثربخشی روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس با درمان فعال سازی رفتاری گروهی بر افسردگی و کیفیت زندگی دانشجویان افسرده

## محل انتشار:

مجله اصول بهداشت روانی، دوره 23، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

امین خالدی نیا - دانشجوی دکترا، گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه علوم پزشکی اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز، اهواز، ایران

بهنام مکوندی - گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

پرویز عسگری - گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

رضا پاشا - گروه روان شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی اهواز، اهواز، ایران

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر، مقایسه ی اثربخشی روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس با درمان فعال سازی رفتاری گروهی بر افسردگی و کیفیت زندگی دانشجویان افسرده بود. روش کار: در این مطالعه بالینی، تعداد ۴۵ نفر از دانشجویان مبتلا به افسردگی، در فاصله زمانی ماههای خرداد و تیر سال ۱۳۹۷ انتخاب و به صورت تصادفی در ۳ گروه درمان فعال سازی رفتاری (۱۵ نفر) و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس (۱۵ نفر) و شاهد (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروههای آزمون ۶ جلسه درمان هفتگی مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس و یا درمان فعال سازی رفتاری گروهی دریافت کردند. تمام شرکت کنندگان مقیاس افسردگی بک - (BDI-II) و پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت (WHOQOL-BREF) را در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری یک ماهه تکمیل کردند. داده ها به کمک روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری تحلیل شدند. یافته ها: نتایج نشان داد که درمان هفتگی مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس و درمان فعال سازی رفتاری گروهی اثر معنی داری بر کاهش علائم افسردگی و افزایش کیفیت زندگی دارد. بین گروه های آزمون از لحاظ افسردگی تفاوت معنی داری دیده نشد ( $F(1,41) = 0.00$ ). نتایج به دست آمده، در مرحله پیگیری یک ماهه نیز حفظ شده بودند. نتیجه گیری: به نظر می رسد روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد به روش ماتریکس و درمان فعال سازی رفتاری گروهی بر کاهش افسردگی و افزایش کیفیت زندگی دانشجویان افسرده تاثیر قابل توجهی دارند.

## کلمات کلیدی:

افسردگی، درمان پذیرش و تعهد، درمان رفتاری، دانشجویان، کیفیت زندگی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1359587>

