

عنوان مقاله:

تمایزات اثربخشی روان درمانی مثبت نگر و درمان پذیرش و تعهد بر شکوفایی و انعطاف پذیری روان شناختی زنان افسرده

محل انتشار:

فصلنامه سنجش و پژوهش در مشاوره و روانشناسی، دوره 3، شماره 4 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

لیلی نوریان - Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch

محسن گل پرور - Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch

اصغر آقایی - Islamic Azad University, Isfahan (Khorasgan) Branch

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: تمایل به شکوفایی و انعطاف پذیری روان شناختی متغیرهای بسیار مهم برای زنان افسرده هستند؛ لذا این پژوهش با هدف تعیین تمایزات اثربخشی درمان پذیرش و تعهد و روان درمانی مثبت نگر بر تمایل به شکوفایی و انعطاف پذیری روان شناختی زنان افسرده اجرا شد. روش پژوهش: روش پژوهش نیمه آزمایشی با سه گروه و در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری است. جامعه آماری پژوهش شامل زنان افسرده شهر اصفهان در پاییز و زمستان ۱۳۹۸ بود. از جامعه آماری مورد اشاره ۶۰ نفر از طریق نمونه گیری هدفمند انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (هر گروه ۲۰ نفر) و گروه کنترل (۲۰ نفر) گمارده شدند. از پرسشنامه پرها و مقیاس انعطاف پذیری روان شناختی برای سنجش متغیر وابسته استفاده شد. گروه روان درمانی مثبت نگر و درمان پذیرش و تعهد به ترتیب طی ۱۲ و ۱۳ جلسه تحت درمان قرار گرفتند و گروه کنترل هیچگونه درمانی دریافت نکرد. داده ها از طریق تحلیل واریانس اندازه های تکرار شده و آزمون تعقیبی بونفرونی تحلیل شد. یافته ها: نتایج نشان داد که در هیجان های مثبت، مجذوبیت، معنا، روابط، دست آورد و انعطاف پذیری روان شناختی بین درمان پذیرش و تعهد و روان درمانی مثبت نگر با گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($P < 0/01$). همچنین در هیجان های مثبت و مجذوبیت روان درمانی مثبت نگر و در انعطاف پذیری روان شناختی درمان پذیرش و تعهد اثربخشی نیرومندی تری داشتند ($P < 0/05$). نتیجه گیری: با توجه به تفاوت اثربخشی روان درمانی مثبت نگر و درمان پذیرش و تعهد به ترتیب بر افزایش شکوفایی و انعطاف پذیری روان شناختی، توجه به این تفاوت در اثربخشی دو درمان بر متغیرهای مرتبط با بنیان های نظری خود لازم است در مراکز درمان روان شناختی برای زنان افسرده مد نظر قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

psychological flexibility, tendency to flourish, positive psychotherapy, acceptance and commitment therapy, depressed women, انعطاف پذیری روان شناختی، شکوفایی، روان درمانی مثبت نگر، درمان پذیرش و تعهد، زنان افسرده

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1398148>

