

عنوان مقاله:

اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با نگاهی بر شفقت درمانی در تنظیم شناختی هیجان های مثبت و شادکامی بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی

محل انتشار:

فصلنامه خانواده درمانی کاربردی، دوره 3، شماره 1 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

نویسندگان:

الهام پاک طینتان - دانشجوی دکتری گروه روانشناسی، واحد ارسنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، ارسنجان، ایران

محبوبه چین آوه - استادیار گروه روانشناسی، واحد ارسنجان، دانشگاه آزاد اسلامی، ارسنجان، ایران

صمد فریدونی - دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران

خلاصه مقاله:

هدف: هدف از پژوهش حاضر اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با نگاهی بر شفقت درمانی در تنظیم شناختی هیجان و شادکامی بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی بود. روش: روش پژوهش از نوع مطالعات نیمه آزمایشی است که به صورت پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل و مرحله ی پیگیری سه ماهه مداخله درمانی بود که با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس از بین بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی شهرستان جم، سیراف، کنگان، عسلویه و شهرک های پردیس و شهرک نفت جم در سال ۱۳۹۹ انتخاب و به صورت تصادفی در یک گروه ۸ نفره آزمایش و یک گروه ۸ نفره کنترل گمارده شدند. پس از اجرای پیش آزمون گروه های آزمایش به مدت ۸ جلسه (جلسات ۹۰ دقیقه در ۸ هفته متوالی) در معرض گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با نگاهی بر شفقت درمانی قرار گرفتند. ابزارهای پژوهش شامل؛ پرسشنامه های تنظیم شناختی هیجان گارنفسکی و همکاران و شادکامی آکسفورد بود. داده ها با استفاده از روش آماری نتایج تحلیل واریانس با رویکرد اندازه گیری مکرر و با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۵ مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته ها: یافته ها نشان داد که گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با نگاهی بر شفقت موجب افزایش تنظیم شناختی هیجان سازگار و شادکامی در گروه آزمایش گردیده است، بنابراین می توان گفت: این درمان در بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی در پس آزمون بیشتر موثر واقع شده است. نتیجه گیری: نتایج کلی این پژوهش بیانگر تاثیر گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد با نگاهی بر شفقت درمانی بر بیماران مبتلا به اختلال افسردگی اساسی می باشد که در نهایت منجر به افزایش تنظیم شناختی هیجان های مثبت و شادکامی می گردد

کلمات کلیدی:

پذیرش و تعهد، شفقت درمانی، تنظیم شناختی هیجان مثبت، شادکامی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1469316>

