

## عنوان مقاله:

تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سبک های اسنادی دانشجویان دختر مبتلا به اختلال افسردگی اساسی

## محل انتشار:

مطالعات روان شناختی، دوره 18، شماره 1 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسندگان:

فرناز رادمهر - دانشجوی دکتری تخصصی روان شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

جهانگیر کرمی - دانشیار گروه روان شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، بررسی تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر سبک های اسنادی دانشجویان دختر مبتلا به اختلال افسردگی اساسی بود. روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. ابتدا با آزمون غربالگری، ۴۰ نفر از دانشجویان دختر، پرسشنامه افسردگی راتکمیل نمودند. از آنهایی که یک انحراف معیار بالاتر از میانگین گروه را کسب کردند، مصاحبه بالینی ساختار یافته به عمل آمد. سپس ۲۴ نفر که دارای افسردگی اساسی و ملاک های ورود بودند، به طور تصادفی در دو گروه ۱۲ نفری آزمایش و کنترل جایگزین شدند. ابزار اندازه گیری، پرسشنامه های افسردگی بک-II و سبک اسناد سلیگمن و سینگ بود. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۲ ساعته، به صورت گروهی تحت مداخله شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار گرفت. در پایان مداخله، پس از آزمون و ۲ ماه بعد از مداخله، پیگیری بر روی دو گروه آزمایش و کنترل انجام شد. تحلیل داده ها با اجرای آزمون های تحلیل کوواریانس تک متغیره و چندمتغیره صورت گرفت. نتایج حاصل از پژوهش نشان داد که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی به طور معنی داری موجب افزایش سبک اسنادی رویدادها با پیامد خوب و کاهش سبک اسنادی رویدادها با پیامد بد شد. این نتایج در مرحله پیگیری پایدار بود. باتوجه به نتایج پژوهش پیشنهاد می شود، برای کاهش میزان سبک اسنادی بدبینانه و افزایش سبک اسنادی خوش بینانه دانشجویان دختر مبتلا به افسردگی اساسی از مداخله شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بهره برند.

## کلمات کلیدی:

افسردگی اساسی، شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، دانشجویان، سبک های اسناد

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1591933>

