

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان التقاطی تنظیم هیجان پویشی تجربه ای (EDER) و شفقت خود بهوشیارانه (MSC) در افراد مبتلا به افسردگی درون فکنی شده

محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، دوره 16، شماره 61 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

الهام موسویان - دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز

چنگیز رحیمی - عضو هیئت علمی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز

نورالله محمدی - عضو هیئت علمی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز

عبدالعزیز افلاک سیر - عضو هیئت علمی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز

خلاصه مقاله:

هدف پژوهش حاضر، تعیین اثربخشی درمان التقاطی تنظیم هیجان پویشی تجربه ای و شفقت خود بهوشیارانه بر کاهش شرم نهاده، افزایش شفقت خود و کاهش شدت افسردگی در بیماران مبتلا به افسردگی درون فکنی شده بود. این پژوهش در چهارچوب یک طرح تک موردی و با طرح پیش آزمون-پس آزمون با پیگیری ۴۵ روزه انجام شد. جامعه آماری شامل کلیه افرادی بود در سال ۹۸ تشخیص اختلال افسردگی را در مرکز مشاوره و کلینیک روان درمانی دانشگاه شیراز دریافت کرده و در پرسشنامه اختلال افسردگی بک ۲ نمره بالاتر از ۲۰ گرفتند و در نهایت با توجه ملاک های رد و شمول، ۳ نفر بعنوان نمونه با روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. مقیاس شرم درونی شده و مقیاس شفقت خود و افسردگی بک برای هر فرد در محله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، اجرا شد و در نهایت هر یک از افراد به مدت ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای تحت درمان التقاطی قرار گرفت. داده ها به روش نموداری و تعیین اندازه اثر مورد تحلیل قرار گرفتند. اندازه اثر تغییرات حاصل از مداخلات درمانی در تمامی متغیرهای پژوهش در مرحله پس آزمون و پیگیری در مقایسه با پیش آزمون بزرگ (بیشتر از ۰/۵) بوده است. بر اساس یافته ها درمان التقاطی تنظیم هیجان پویشی تجربه ای و شفقت خود بهوشیارانه می تواند به عنوان یک روش مداخله ای نوین در کاهش شدت افسردگی درون فکنی شده بکار رود.

کلمات کلیدی:

افسردگی درون فکنی شده، شفقت خود بهوشیارانه، تنظیم هیجان پویشی تجربه ای

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1616879>

