

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر افسردگی، اضطراب و استرس زنان شهر اصفهان

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی سلامت، علوم تربیتی و روانشناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 37

نویسنده:

نسرین پرویزی مطلق - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش، بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر افسردگی، اضطراب و استرس زنان شهر اصفهان بود. تعداد ده نفر به صورت نمونه گیری هدفمند، انتخاب و در گروه آزمایش و کنترل قرار داده شدند. ابزار مورداستفاده در این پژوهش پرسشنامه ی DASS بود و افراد گروه آزمایش طی شش جلسه، تحت درمان شناختی رفتاری به شیوه ی اینترنتی قرار گرفتند. گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکرد. تجزیه وتحلیل داده ها با استفاده از آزمون U مان ویتنی و ویلکاکسون نشان داد که درمان شناختی رفتاری به شیوه ی اینترنتی (iCBT) در کاهش علائم افسردگی و اضطراب گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل اثربخش واقع شد ولی بر سطح استرس تاثیری نداشت. بر همین اساس این نتیجه حاصل گشت که درمان شناختی رفتاری به شیوه ی اینترنتی موجب بهبود علائم و نشانه های افسردگی و اضطراب گردید.

کلمات کلیدی:

اضطراب، افسردگی، استرس، درمان شناختی رفتاری، درمان اینترنتی، تله سایکولوژی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1640455>

