

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی فراشناخت درمانی و تلفیق فراشناخت درمانی با رویکرد روان درمانی تکامل نگر بر کاهش علائم افسردگی

محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان، دوره 4، شماره 2 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

بهجت محمدنژادی - Ph.D. student of clinical psychology, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

آرزو شمالی اسکویی - Assistant Professor, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

مهران سلیمانی - Associate Professor, Department of Psychology, Azarbaijan Shahid Madani University, Tabriz, Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: افسردگی سومین علت اصلی از دست دادن سلامت غیرکشنده جهانی در سال ۲۰۱۷ مشخص شده است که بیش از ۳۰۰ میلیون نفر را در سراسر جهان تحت تاثیر قرار داده است. پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی فراشناخت درمانی و تلفیق فراشناخت درمانی با رویکرد روان درمانی تکامل نگر بر کاهش علائم افسردگی انجام شد. روش پژوهش: روش گردآوری داده ها از نوع نیمه آزمایشی با پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه گواه با پیگیری دوماهه است. جامعه آماری پژوهش زنان مبتلا به افسردگی را شامل می‌گردد. تعداد ۴۵ نفر از زنان مبتلا به افسردگی در مرحله اول براساس روش نمونه‌گیری دردسترس به عنوان نمونه آماری پژوهش انتخاب شدند و در مرحله بعد از طریق روش نمونه‌گیری تصادفی ساده در سه گروه فراشناخت درمانی (۱۵ نفر)، تلفیق فراشناخت درمانی با روان‌درمانی تکامل نگر (۱۵ نفر) و گروه گواه (۱۵ نفر) گنجانده شدند و پرسشنامه‌های افسردگی بک (۱۹۶۱) در سه مرحله پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری تکمیل شد. یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین نمرات افسردگی در دو گروه فراشناخت درمانی و تلفیق فراشناخت و درمان تکامل‌نگر تفاوت معنی‌دار وجود داشت که این تفاوت به نفع گروه تلفیق فراشناخت و درمان تکامل‌نگر بود ($p < 0.05$). نتایج همچنین نشان داد که بین فراشناخت درمانی با گروه گواه در نمرات افسردگی تفاوت معنی‌دار وجود داشت که این تفاوت به نفع گروه فراشناخت درمانی بود ($p < 0.01$). بین گروه تلفیق فراشناخت و درمان تکامل نگر با گروه گواه در افسردگی تفاوت معنی‌دار وجود داشت ($p < 0.01$). در نهایت نتایج نشان داد فراشناخت درمانی در نمرات افسردگی ($p < 0.01$) و تلفیق فراشناخت با درمان تکامل نگر در نمرات افسردگی ($p < 0.01$) اثربخش بود. نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت فراشناخت درمانی و تلفیق فراشناخت با درمان تکامل نگر در کاهش نشانه‌های افسردگی اثربخش بود. همچنین تلفیق فراشناخت و درمان تکامل نگر نسبت به درمان فراشناختی در کاهش نشانه‌های افسردگی اثربخشی بیشتری داشت.

کلمات کلیدی:

افسردگی، رویکرد روان‌درمانی تکامل نگر، افسردگی، metacognitive therapy, evolutionary psychotherapy approach, depression, فراشناخت

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1665116>



