

عنوان مقاله:

اثر بخشی روان درمانی پویشی کوتاه مدت بر ابراز شادکامی بانوان افسرده

محل انتشار:

دوازدهمین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، اجتماعی و سبک زندگی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسنده:

فاطمه زارع - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، یزد

خلاصه مقاله:

رویکرهای مختلفی برای درمان و کاهش نشانه های افسردگی ارایه شده است. یکی از این رویکردها، درمان های روان پویشی است. هدف پژوهش حاضر، اثربخشی رواندرمانی پویشی کوتاه مدت فشرده بر کاهش نشانه ها و ابراز شادکامی بانوان مبتلا به افسردگی بود. بدین منظور، طی یک پژوهش نیمه آزمایش با پیش آزمون و پس آزمون، گمارش تصادفی و گروه کنترل، ۱۶ نفر از بین بانوان مبتلا به افسردگی، در کلینیک باوری نو در یزد به شیوه ی نمونه-گیری داوطلبانه انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل کاربندی شدند. آزمودنی ها قبل و بعد از مداخله، از نظر میزان افسردگی و ابراز شادکامی ارزیابی شدند. گروه آزمایش به مدت ۲۰ جلسه، تحت مداخله ی روان پویشی کوتاه مدت فشرده قرار گرفتند اما در مورد گروه کنترل، مداخله ای صورت نگرفت. نتایج تحلیل آنکوا نشان داد که مداخله ی روان پویشی کوتاه مدت فشرده، باعث کاهش نشانه های افسردگی و افزایش ابراز شادکامی شده است. با توجه به نتایج یافته ها می توان اظهار داشت که مداخله ی روان پویشی کوتاه مدت فشرده منجر به بهبود خلق کاهش نشانه های افسردگی و افزایش افشای هیجان شادی شود

کلمات کلیدی:

درمان روان پویشی کوتاه مدت ، شادکامی، بانوان افسرده

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1692481>

