

## عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی روش معنادرمانی و شناختی رفتاری به روش گروهی بر کاهش اضطراب و افزایش امید به زندگی دانش آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهرستان کاشان

## محل انتشار:

دهمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم انسانی، مدیریت و کارافزینی ایران (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

## نویسنده:

فرح شاوردی نیاسر - کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی تحصیلی، دانشگاه آزاد اسلامی خمین، مرکزی

## خلاصه مقاله:

اغلب اختلال های دوران نوجوانی و دانش آموزان به صورت افسردگی و اضطراب بروز می کند، ضرورت ایجاد می نماید که با استفاده از روش های درمانی و مداخله ای، نسبت به رفع علائم اضطراب و افزایش امید در جوانان تدابیری اندیشیده شود. براین اساس در این پژوهش اثربخشی روش معنادرمانی و شناختی رفتاری به روش گروهی بر کاهش اضطراب و افزایش امید به زندگی دانش آموزان دبیرستانی بررسی گردید. نمونه آماری این پژوهش ۶۰ نفر از دانش آموزان دختر دبیرستان های شهرستان کاشان بود که به روش نمونه گیری تصادفی چند مرحله ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه امید به زندگی اشنایدر و پرسشنامه اضطراب یکی بود. در این پژوهش آزمودنی ها به چهار گروه ۱۵ نفره- کنترل، تحت جلسات معنادرمانی، تحت جلسات درمان شناختی رفتاری و درمان های معنادرمانی و شناختی رفتاری تقسیم و مورد پیش آزمون و پس از ارائه متغیرهای مستقل بر گروه آزمایش، مورد پس آزمون قرار گرفتند. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از روش کوواریانس و اندازه گیری مکرر استفاده شد و نتایج نشان داد که درمان شناختی رفتاری و معنادرمانی باعث افزایش امید به زندگی دانش آموزان گردید اما این جلسات به صورت جداگانه نتوانسته بر کاهش اضطراب تاثیرگذار باشد اما هر دو درمان معنادرمانی و شناختی رفتاری توانست بر افزایش امید به زندگی و کاهش اضطراب دانش آموزان تاثیر معنادرمانی داشت.

## کلمات کلیدی:

معنادرمانی، شناختی رفتاری، اضطراب، امید

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1828171>

