

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی سه روش درمانگری مبتنی بر طرحواره، شناختی - رفتاری و ذهن آگاهی بر کاهش اضطراب و افسردگی همسران جانبازان

محل انتشار:

دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت، دوره 17، شماره 1 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

مآده آقائی پور گواسرائی - دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شیراز

آزاده طاوولی - دانشگاه الزهراء

اکرم السادات کمال - دانشگاه آزاد اسلامی، واحد بیرجند

زینب غفوری غلامی - دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن

خلاصه مقاله:

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان های مبتنی بر طرحواره، شناختی- رفتاری و ذهن آگاهی بر کاهش نشانه های اضطراب و افسردگی همسران جانبازان که خود مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر بودند، انجام شد. روش: روش پژوهش شبه آزمایشی و در قالب طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. نمونه پژوهش، ۴۴ نفر از همسران جانبازان مبتلا به اختلال استرس پس از ضربه مزمن ناشی از جنگ تحمیلی بودند که مبتلا به اضطراب فراگیر و مراجعه کننده به درمانگاه بیمارستان روانپزشکی صدر بودند. بر اساس فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس و مصاحبه تشخیصی مبتنی بر ویرایش پنجم راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی، اختلال اضطراب فراگیر تشخیص داده شده و سپس بیماران به طور تصادفی در سه گروه آزمایشی ۱۱ نفره و یک گروه کنترل ۱۱ نفره جایگزین شدند. نتایج: نتایج حاصل از تحلیل داده ها توسط تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد که اختلاف میانگین نمرات اضطراب و استرس در بین سه گروه آزمایش درمان شناختی - رفتاری، طرحواره درمانی و درمان ذهن آگاهی معنادار نیست و هر سه شیوه به یک میزان و به صورت معناداری در کاهش اضطراب و استرس افراد مورد بررسی نقش دارند. همچنین نتایج بررسی اثربخشی درمان های مذکور نشان داد که دو روش درمانگری مبتنی بر شناختی - رفتاری و طرحواره به صورت معناداری و به یک میزان در کاهش نشانه های افسردگی افراد مورد بررسی موثر هستند ولی اثربخشی طرح واره درمانی و درمان شناختی رفتاری در کاهش علایم افسردگی افراد مورد بررسی به صورت معناداری بیشتر از مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی می باشد. بحث و نتیجه گیری: یافته های پژوهش حاضر بیانگر آن است که تفاوت معناداری در میزان اثرگذاری سه شیوه درمانی مذکور در کاهش اضطراب و استرس همسران جانبازان که خود مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر هستند، وجود ندارد ولی در شرایطی که علائم افسردگی در این دسته از افراد وجود داشته باشد، درمان ترجیحی در کاهش پریشانی هیجانی، درمان شناختی رفتاری و یا طرح واره درمانی می باشد.

کلمات کلیدی:

درمان شناختی - رفتاری، طرح واره درمانی، درمان ذهن آگاهی، اختلال اضطراب فراگیر، افسردگی، همسران جانبازان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1842698>



