

عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش حافظه کاری دیداری بر کاهش افسردگی از طریق تغییر در شبکه های سه گانه توجهی

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی بالینی، دوره 15، شماره 2 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

مینوش خادمی - کارشناسی ارشد روانشناسی شناختی، پردیس علوم و فناوری های نوین، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

سید موسی طباطبایی - استادیار، گروه علوم شناختی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه سمنان، سمنان، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: افسردگی یکی از شایع ترین اختلالات روانی بوده است. هدف پژوهش حاضر بررسی اثر آموزش حافظه کاری دیداری بر بهبود علائم افسردگی و شبکه های سه گانه توجهی بود. روش: پژوهش شامل دو گروه آزمایش و کنترل بود. ۳۴ نفر از دانشجویان دانشگاه سمنان با نمونه گیری داوطلبانه انتخاب و در دو گروه جای گرفتند. پیش آزمون شامل پرسشنامه افسردگی بک و آزمون کامپیوتری شبکه های سه گانه توجهی بود. گروه آزمایش به مدت ۵ جلسه تحت آموزش حافظه کاری دیداری با تکلیف ان-بک قرار گرفتند. پس از آن پرسشنامه افسردگی بک و آزمون کامپیوتری شبکه های سه گانه توجهی به عنوان پس آزمون و در شرایط مشابه با پیش آزمون به اجرا درآمد. یافته ها: تحلیل کواریانس آموزش حافظه کاری دیداری با ان-بک به صورت معناداری منجر به بهبود علائم افسردگی و کارکرد شبکه های سه گانه توجهی در دانشجویان می گردد. اندازه اثر برای متغیرهای علائم افسردگی و توجه به ترتیب برابر با ۰.۳۸۲ و ۰.۷۰۴ بود. نتیجه گیری: با توجه به اهمیت پردازش بهینه باورها در بهبود علائم افسردگی مطابق نظریه شناختی؛ و نقش تعیین کننده کارکرد شناختی توجه در پردازش بهینه باورها، آموزش حافظه کاری دیداری از طریق تغییر در شبکه های سه گانه توجهی منجر به بهبود علائم افسردگی می گردد.

کلمات کلیدی:

آموزش حافظه کاری، تکلیف ان-بک، علائم افسردگی، شبکه های سه گانه توجهی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1878327>

