

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر تنظیم هیجان و انعطاف پذیری شناختی زنان افسرده شهر ساری

محل انتشار:

ماهنامه پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، دوره 7، شماره 72 (سال: 1403)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسنده:

گلناز حسین زاده - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه پیام نور، واحد بهشهر

خلاصه مقاله:

این پژوهش باهدف بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر تنظیم هیجان و انعطاف پذیری شناختی زنان افسرده شهرستان ساری انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل می باشد و جامعه آماری پژوهش حاضر را زنان مبتلابه افسردگی شهر ساری تشکیل دادند؛ که تعداد ۳۰ نفر (گروه آزمایش ۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) به روش نمونه گیری تصادفی انتخاب و در دو گروه جایگزین شدند. در این پژوهش از پرسشنامه تنظیم هیجان گراس (۲۰۰۳)(ERQ) و پرسشنامه استاندارد انعطاف پذیری روان شناختی دنیس و ندروال (۲۰۱۰)، استفاده شد. داده ها با روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری (مانکوا)، مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۶ انجام شد. نتایج حاکی از آن بود که در مجموع تفاوت معنادار بین نمره کل و خرده مقیاس های دو متغیر تنظیم هیجان و انعطاف پذیری روان شناختی در پیش آزمون و پس آزمون در سطح $(P < 0.05)$ در دو گروه آزمایش و کنترل در زنان افسرده وجود دارد. نتیجه یافته ها حاکی از آن است که آموزش درمان شناختی رفتاری بر تنظیم هیجان و انعطاف پذیری روان شناختی زنان افسرده شهر ساری تاثیر دارد.

کلمات کلیدی:

درمان شناختی رفتاری، خودکارآمدی، تنظیم هیجان، زنان افسرده

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2077348>

