

## عنوان مقاله:

روان درمانی مثبت‌گرای مبتنی بر خیر باوری بر عاطف مثبتی منفی افراد افسرده

## محل انتشار:

کنفرانس بین المللی یافته های نوین پژوهشی در روانشناسی و علوم تربیتی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 19

## نویسندگان:

اعظم نوفرستی - دانشجوی دکتری روانشناسی بالینی دانشگاه شاهد و عضو هیئت علمی جهاد دانشگاه البرز

عباس پسندیده - دکتری معارف اسلامی استادیار دانشکده علوم حدیث

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر مطالعه ی کارآمدی روان درمانی مثبت‌گرا مبتنی بر خیرباوری بر عاطفه مثبت و منفی افراد دارای علایم و نشانه های افسردگی بود روش کار: برای انجام این پژوهش از طرح تک آزمودنی چند خط پایه با دوره پیگیری استفاده شد ابتدا از این افراد دارای علایم و نشانه های افسردگی که به یک مرکز مشاوره در تهران مراجعه کرده بودند ۳ نفر به شیوه نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. مداخله به صورت انفرادی براساس روان درمانی مثبت گرا مبتنی بر خیرباوری در ۸ جلسه توسط پژوهشگر انجام گرفت. نتیجه گیری: به نظر می رسد روان درمانی مثبت گرا بر خیرباوری یک مداخله کوتاه مدت موثر برای کاهش علایم افسردگی و عواطف منفی و افزایش عواطف مثبت است.

## کلمات کلیدی:

علایم و نشانه های افسردگی؛ روان‌درمانی مثبت گرای مبتنی بر خیرباوری؛ عاطفه مثبت و منفی؛ طرح تک آزمودنی چند خط پایه

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/463440>

