

## عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و معنی درمانی بر کاهش افکار غیر منطقی دانش آموزان متوسطه پسر دارای تمایلات افسردگی شهر رشت

## محل انتشار:

سومین همایش بین المللی مدیریت، اقتصاد و توسعه (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسنده:

مهرداد نامدار - دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان، گروه روان شناسی، زنجان، ایران

## خلاصه مقاله:

نظام باورها، نقش اساسی در احساس و رفتار آدمی دارند. باورهای منطقی، منجر به رضایت از زندگی و سلامت روان می شوند. باورهای غیرمنطقی اختلال روان و ناراضیابی از زندگی را در پی دارند. درمان پذیرشی و تعهدی شکلی از درمان رفتاری شناختی است که به فرد کمک می کند تا در مواجهه با مشکلات منعطف تر شود. هدف از این پژوهش مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و معنی درمانی بر کاهش افکار غیر منطقی دانش آموزان متوسطه پسر دارای تمایلات افسردگی شهر رشت است. تحقیق حاضر از نوع آزمایشی است و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان پسر دوره اول متوسطه شهر رشت می باشد که با روش صورت تصادفی، حجم نمونه تعیین گردید. جهت سنجش از دو پرسشنامه افسردگی بک و باورهای غیر منطقی اهواز استفاده شد که برای تعیین پایایی ابزار اندازه گیری، پرسش نامه نهایی به صورت تصادفی به تعدادی از افراد نمونه آماری پژوهش توزیع شد. تجزیه تحلیل داده ها توسط آزمون تحلیل کواریانس به کمک نرم افزار SPSS20 انجام گرفت و نتایج بررسی حاضر نشان داد که اثر روش درمانی معنی درمانی و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر افکار غیرمنطقی دانش آموزان با  $F(2,32)=23/39$  موثر بوده است ( $P<0/01$ ) همچنین روش درمانی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بیشتر از روش درمانی معنی درمانی بر کاهش افکار غیرمنطقی دانش آموزان اثر داشته است.

## کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، معنی درمانی، افکار غیر منطقی، افسردگی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/581189>

