

عنوان مقاله:

پیش بینی نشانه های افسردگی بر اساس انعطاف پذیری شناختی، نشخوار فکری و ذهن آگاهی در دانشجویان

محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 2، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

اصغر علیزاده - باشگاه پژوهشگران جوان و نخبگان، واحد تبریز، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران

الناز حاجی یوسفی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی تبریز، تبریز، ایران

محمود فرورشی - دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی تبریز، تبریز، ایران

مسعود ذوقی - استادیار گروه زبان انگلیسی، دانشگاه آزاد اسلامی اهر، اهر، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف پژوهش حاضر پیش بینی نشانه های افسردگی بر اساس انعطاف پذیری شناختی، نشخوار فکری و ذهن آگاهی در دانشجویان بود. روش: طرح پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی تبریز مشغول به تحصیل در سال 94-1393 بود که از بین آنه 180 نفر به صورت نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. آزمودنی ها، پرسشنامه های انعطاف پذیری شناختی (CFI)، افسردگی بک 2 (BDI-II)، نشخوار فکری (RRS) و پرسشنامه ی ذهن آگاهی فرایبورگ را تکمیل نمودند. برای تحلیل داده ها از تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده گردید. یافته ها: نتایج نشان داد که بین انعطاف پذیری شناختی و خرده مقیاس های آن با افسردگی همبستگی منفی و معنی دار ($P < 0/001$) و بین نشخوار فکری با افسردگی همبستگی مثبت و معنی دار وجود دارد ($P < 0/001$). رابطه بین ذهن آگاهی با افسردگی منفی و معنی دار بود ($P < 0/001$). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که این متغیرها در مجموع 57 درصد افسردگی را تبیین می کنند. نتیجه گیری: یافته های پژوهش حاضر تلویحات درمانی مبنی بر آموزش انعطاف پذیری شناختی از طریق درمان شناختی رفتاری و همچنین، آموزش ذهن آگاهی بر کاهش نشخوار و نشانه های افسردگی دارد.

کلمات کلیدی:

انعطاف پذیری شناختی، نشخوار فکری، ذهن آگاهی، افسردگی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/804342>

