

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی



مقاله نویسی علوم انسانی
تربیه آموزشی

مقاله نویسی علوم انسانی



اصول تنظیم قراردادها
دوره آموزشی

اصول تنظیم قراردادها



آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقاله
تربیه آموزشی

آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقاله



اثربخشی آموزش گروهی مهارت تنظیم هیجان بر کاهش افسردگی زنان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر

امینی سمیه*، صلواتی مرگان**، منیرپور نادر^۱

* کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات، نویسنده مسئول، Pelake125@gmail.com
** دکترای تخصصی روانشناسی بالینی، Mojgansalavati47@gmail.com، دکترای تخصصی روانشناسی سلامت، استادیار گروه روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، monirpoor1357@yahoo.com

سؤال پژوهش و چرایی ایجاد شدن آن: تنظیم هیجان بخش مهمی از زندگی هر فرد را به خود اختصاص می‌دهد و حتی تعجب آور نیست که آشفتگی در هیجان و تنظیم آن می‌تواند منجر به اندوهگینی و حتی آسیب روانی شود. پژوهش حاضر با هدف اثربخشی آموزش گروهی مهارت تنظیم هیجان بر کاهش افسردگی در زن مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر انجام شده است.

روش انجام پژوهش: این پژوهش به روش آزمایشی از نوع طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل و پیگیری انجام شده است و ۱۴ آزمودنی با تشخیص اختلال اضطراب فراگیر از میان افرادی که به کلینیک‌های روانپزشکی شهر قم مراجعه کرده بودند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و آزمایشی قرار گرفتند. هر دو گروه از درمان دارویی استفاده می‌کردند و گروه آزمایشی علاوه بر درمان دارویی تحت آموزش گروهی تنظیم هیجان مبتنی بر رفتار درمانی دیالکتیک قرار گرفت. آزمودنی‌ها در مرحله پیش از شروع درمان، پس از درمان و پیگیری یک ماهه با آزمون افسردگی بک - ویرایش دوم (BDI-II) هر جلسه مورد ارزیابی قرار گرفتند. ابزارهای اندازه‌گیری شامل مصاحبه ساختار یافته برای محور یک (SCID-I)، پرسشنامه افسردگی بک - ویرایش دوم (BDI-II)، جهت کنترل اثر عامل پیش‌آزمون، داده‌ها از روش تحلیل کواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج: نتایج نشان می‌دهد که آموزش مهارت تنظیم هیجان منجر به کاهش نمره افسردگی آزمودنیها گردیده است و این تأثیر تا دوره پیگیری یک ماهه نیز حفظ شده است.

بحث و طرح سوال برای پژوهشهای آتی: آموزش تنظیم هیجان به همراه درمان دارویی می‌تواند در کاهش افسردگی در اختلال اضطراب فراگیر موثر باشد. سوالی که مطرح می‌باشد این است که آیا متغیرهایی مانند، تعداد آزمودنیهای بیشتر، سن، جنس، طبقه اجتماعی و کوتاه بودن دوره پیگیری به چه میزان در تغییر نتایج اثر گذار خواهند بود؟

کلمات کلیدی: مهارت تنظیم هیجان؛ اختلال اضطراب فراگیر؛ افسردگی

SID



سرویس های ویژه



سرویس ترجمه تخصصی



کارگاه های آموزشی



بلاگ مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری STES



فیلم های آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی



مقاله نویسی علوم انسانی

مقاله نویسی علوم انسانی



اصول تنظیم قراردادها

اصول تنظیم قراردادها



آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقاله

آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقاله