

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش افسردگی نوجوانان خانواده طلاق

## محل انتشار:

سومین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسنده:

سحر دلیخون - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد گرمسار، دانشگاه آزاد اسلامی، گرمسار، ایران

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش افسردگی نوجوانان خانواده طلاق انجام گرفت. روش این پژوهش نیمه آزمایشی و از طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل دانش آموزان فرزند طلاق دوره متوسطه شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۸ بوده است. ابزار گردآوری اطلاعات از مقیاس افسردگی بک در دو نوبت (پیش آزمون و پس آزمون) انجام شد. نمونه پژوهشی به صورت روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای مرحله ای انتخاب شدند. و پس از اجرای پرسشنامه های متغیر وابسته ۳۰ نفر از آزمودنی ها از بین کلاس ها به طور تصادفی انتخاب شده و در دو گروه ۱۵ نفر آزمایش و ۱۵ نفر کنترل قرار گرفتند. به گروه آزمایش ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه ای درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی ارائه شد، و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که درمان شناختی - رفتاری با توجه به میانگین متغیر افسردگی گروه آزمایش در پس آزمون نسبت به میانگین گروه کنترل، موجب کاهش افسردگی در گروه آزمایش شده است. نتایج نشان داد که درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش افسردگی نوجوانان خانواده طلاق تاثیر دارد.

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی، کاهش افسردگی، نوجوانان خانواده طلاق.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1222930>

