

## عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت و درمان شناختی- رفتاری بر پیش بین های عود در مبتلایان به افسردگی اساسی عود کننده

## محل انتشار:

دوفصلنامه روانشناسی بالینی و شخصیت, دوره 12, شماره 1 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

## نویسندگان:

مهديه مليانی - دانشگاه تربیت مدرس

عباس علی اللهیاری - دانشگاه تربیت مدرس

پرویز آزادفلاح - دانشگاه تربیت مدرس

علی فتحی آشتیانی - مرکز تحقیقات علوم رفتاری، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج)

آزاده طاوولی - دانشگاه تربیت مدرس

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت و درمان شناختی رفتاری بر نشانه های پیش بین عود در مبتلایان به افسردگی اساسی عود کننده انجام شده است. این پژوهش از نوع طرح های پیش آزمون- پس آزمون است که بدین منظور ۴۰ فرد مبتلا به افسردگی عود کننده انتخاب و به تصادف در دو گروه درمان شناختی رفتاری گروهی و درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت اختصاص داده شدند. کلیه آزمودنی ها بواسطه پرسشنامه های: سیاهه افسردگی بک-II، مقیاس نگرش های ناکارآمد، مقیاس پاسخ های نشخواری، مقیاس رضایتمندی از خود در پیش و پس از مداخله مورد ارزیابی قرار گرفتند. تحلیل نتایج بواسطه آزمون تحلیل آماری کوواریانس تک متغیره و چند متغیره نشان داد که درمان شناختی رفتاری نشانه های باقیمانده افسردگی و نگرش های ناکارآمد در مبتلایان به افسردگی اساسی عود کننده را بیشتر از درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت پس از اختتام درمان کاهش می دهد حال آن که درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت نشخوار ذهنی، واکنش پذیری شناختی و رضایتمندی از خود در مبتلایان به افسردگی اساسی عود کننده را بیشتر از درمان شناختی رفتاری پس از اختتام درمان کاهش می دهد در آخر پیشنهاد می گردد که با تلفیق دو شیوه درمانی، درمان شناختی رفتاری و درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت، برای مبتلایان به افسردگی اساسی می توان پیش بین های عود را بطور قابل ملاحظه ای کاهش داد.

## کلمات کلیدی:

درمان ذهن آگاهی مبتنی بر شناخت، درمان شناختی رفتاری، افسردگی اساسی عود کننده، نشانه پیش بین عود

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1842524>

