

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش شناختی گروهی بر افسردگی، اضطراب و استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه فرهنگیان همدان

## محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 3، شماره 3 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

وحید همتی ثابت - کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد همدان، ایران

فایق یوسفی - دکتری تخصصی روان شناسی کودک، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کردستان، سنندج، ایران

اکبر همتی ثابت - دکتری تخصصی مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد علوم و تحقیقات، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف: هدف از پژوهش حاضر تعیین تاثیر آموزش شناختی گروهی بر کاهش افسردگی، اضطراب و استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه فرهنگیان همدان بود. روش: این پژوهش به صورت نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل و آزمایش که جامعه ی آماری آن کلیه دانشجویان دانشگاه فرهنگیان همدان بود، انجام شد. روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای بود. در این پژوهش ابتدا از بین 2 دانشگاه فرهنگیان، به طور تصادفی یک دانشگاه انتخاب و یک رشته در این واحد به صورت تصادفی انتخاب گردید، که شامل 300 نفر از دانشجویان بود. با استفاده از جدول کرجسی و مورگان 169 نفر از دانشجویان به طور تصادفی انتخاب گردیدند سپس مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس DASS اجرا شد. 85 نفر از دانشجویان دارای افسردگی، اضطراب و استرس ادراک شده بودند که از این میان 30 نفر به صورت تصادفی انتخاب و به دو گروه 15 نفری که شامل گروه آزمایش و گروه کنترل بود تقسیم شدند. گروه آزمایش تحت 12 جلسه آموزش شناختی گروهی قرار گرفت. یافته ها: نتایج آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که پس از تعدیل نمرات پیش آزمون بین میانگین نمرات دو گروه در پس آزمون  $F(3,23)=208/321$ ;  $P<0/01$  تفاوت معناداری وجود داشت. نتیجه گیری: نتایج نشان داد که آموزش شناختی گروهی بر افسردگی، اضطراب و استرس ادراک شده دانشجویان موثر است.

## کلمات کلیدی:

آموزش شناختی گروهی، افسردگی، اضطراب، استرس ادراک شده

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/804390>

