

بررسی اثربخشی شناخت درمانی معنویت محور بر کاهش علائم افسردگی زنان مبتلا به سوگ

نسرین السادات موسوی^۱، حسین سلیمی بجستانی^۲

۱- کارشناس ارشد راهنمایی و مشاوره، دانشگاه علوم و تحقیقات تهران

۲- دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی تهران

چکیده

این پژوهش به منظور بررسی اثربخشی شناخت درمانی معنویت محور بر کاهش علائم افسردگی زنان دچار سوگ با استفاده از شیوه مطالعه تجربی تک آزمودنی از نوع A-B انجام گردید. ۳ مراجعه کننده زن (۲۵ تا ۵۰ ساله) به کلینیک رویش، واقع در شهر تهران که عزیزشان را در طی حادثه‌ای از دست داده بودند و از وقوع سوگ آنها حداقل ۶ ماه گذشته و در زمان غربالگری میزان افسردگی آنها متوسط رو به بالا بود، از طریق روش نمونه گیری مبتنی بر هدف انتخاب گردیدند. افراد نمونه در ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای در جریان مداخله شناخت درمانی معنویت محور با مولفه‌های شناختی، معنوی و وجودی قرار گرفتند که به صورت ۲ جلسه در هفته اجرا گردید. میزان افسردگی و روند تغییرات با استفاده از پرسشنامه افسردگی بک ویرایش دوم (BDI-II) بررسی گردید. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل چشمی استفاده گردید. همچنین برای محاسبه داده‌های حاصل از این طرح، روش معناداری بالینی نیز به کار گرفته شد. یافته‌های پژوهش حاکی از کاهش میزان افسردگی و وجود تفاوت معنادار در گروه نمونه بود. نتایج نشان داد که شناخت درمانی معنویت محور می‌تواند در کاهش علائم افسردگی زنان دچار سوگ موثر باشد.

واژگان کلیدی: شناخت درمانی معنویت محور، سوگ، اضطراب وجودی، افسردگی