

اثربخشی روش فعال سازی رفتاری بر افسردگی و خودکارآمدی اجتماعی زنان افسرده در یزد

لیلی محمدی قنات غستانی^۱، سعید وزیری^۲

۱- کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی، گروه روانشناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران

۲- استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، گروه روانشناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران

چکیده

هدف از این تحقیق بررسی اثربخشی درمان فعال سازی رفتاری کوتاه مدت بر کاهش افسردگی و افزایش خودکارآمدی زنان افسرده ای می باشد؛ که به یکی از کلینیک های روان پزشکی شهر یزد مراجعه کرده بودند. در تحقیق حاضر از روش شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل استفاده شد. این افراد به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به دو گروه ۱۰ نفره آزمایش و کنترل تقسیم شدند. هر دو گروه پرسشنامه افسردگی بک و خودکارآمدی اجتماعی (اسمیت و بتز، ۲۰۰۰) را قبل و بعد از درمان تکمیل کردند. جلسات درمانی طی ۸ جلسه ۱/۵ ساعته برگزار شد. به منظور تحلیل داده ها از آزمون کواریانس استفاده شد. نتایج آزمون تحلیل کواریانس نشان داد که مداخله درمانی فعال سازی رفتاری کوتاه مدت باعث کاهش افسردگی در این زنان بوده ولی در مورد خودکارآمدی اجتماعی مؤثر واقع نشد. ($P < 0.05$)

کلمات کلیدی: افسردگی، خودکارآمدی اجتماعی، فعال سازی رفتاری کوتاه مدت، زنان