

اثربخشی روایت درمانی گروهی بر کاهش علائم افسردگی و اضطراب در بیماران مبتلا به

اختلال استرس پس از سانحه

پونه مقیمی^۱، سارا حقیقت^۲

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرمسار، ایران (نویسنده مسئول)

۲. استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گرمسار، ایران

مجله پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، دوره دوم، شماره هفتم، اردیبهشت ماه ۱۳۹۶، صفحات ۱۰-۱

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین تاثیر روایت درمانی گروهی کوتاه مدت بر کاهش علائم خلقی (اضطراب و افسردگی) در مبتلایان به اختلال استرس پس از سانحه انجام پذیرفت. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه زنان ۳۵-۲۵ ساله مراجعه کننده به مرکز روان درمانی واقع در منطقه ۱ شهر تهران بود. روش نمونه گیری به شکل در دسترس بود به طوری که نمونه آماری شامل ۱۸ نفر از ۱۴۳ نفر مراجعه کننده به مرکز درمانی بودند که براساس پرسشنامه های افسردگی، اضطراب لایویند (۱۹۹۵) و مقیاس شهروندی اختلال استرس پس از سانحه Mississippi Scale (۱۹۸۸) و مصاحبه بالینی، مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه بودند و افسردگی و اضطراب بالاتر از خط برش داشتند، به عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. گروه نمونه بر اساس گمارش تصادفی به دو گروه ۹ نفری آزمایش و کنترل تقسیم شده و گروه آزمایش به مدت ۹ جلسه ۹۰ دقیقه ای در جلسات درمانی گروهی شرکت کردند و در گروه کنترل مداخله ای صورت نگرفت و در لیست انتظار باقی ماندند. یک هفته بعد از اتمام جلسات آموزشی، مرحله پس آزمون برای هر دو گروه اجرا گردیده شد. داده های آماری بدست آمده با استفاده از روش تحلیل آماری کوواریانس و با نرم افزار SPSS 20 مورد بررسی قرار گرفت. یافته های پژوهش نشان داد که روایت درمانی گروهی بر کاهش اضطراب و افسردگی موثر است ($p < 0/05$). نهایتاً می توان این روش را برای کاهش علائم خلقی بیماران دارای اختلال استرس پس از سانحه به کار برد.

کلیدواژه ها: استرس پس از سانحه، روایت درمانی گروهی کوتاه مدت، علائم خلقی (اضطراب و افسردگی).