

## همایش ملی مطالعات و پژوهش های علمی علوم انسانی

نهاد برگزار کننده همایش: موسسه قانون یار با حمایت معنوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمانشاه  
سرمدبیر علمی و مسئول برگزاری همایش: دکتر بهنام اسدی شماره مجوز: ۴۸۵۳-۷۸۸۶۴  
سال برگزاری همایش: ۱۳۹۷ شماره مقاله: ۵۴۵/۱۲۲ رده بندی کنگره: د ۵۱۳/۲

### درآمدی بر رویکرد مشاوره راه حل مدار

لیلا جوانمیری

#### چکیده

این مقاله با هدف تعیین اثربخشی رویکرد راه حل مدار بر کاهش افسردگی نوجوانان دختر انجام شد. افسردگی یکی از شایعترین بیماری های زمان ما به شمار می رود تا بدان جا که این بیماری را به سرماخوردگی روانی تعبیر کرده اند. نوجوانی نیز دورانی بسیار حساس و سرنوشت ساز در زندگی افراد می باشد و افسردگی در نوجوانی تا حد زیادی شایع است. بنابراین درمان این اختلال در سنین نوجوانی امری ضروری به شمار می رود. این پژوهش یک پژوهش شبه تجربی است که در آن از پیش آزمون و پس آزمون با گروه مداخله نما استفاده شده است. جامعه آماری، تمامی نوجوانان دختر افسرده شهرستان صحنه بودند که از آن میان ۲۰ نفر از طریق نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شده و به طور تصادفی در گروه آزمایش و مداخله نما قرار گرفتند. داده ها به کمک پرسشنامه افسردگی بک (BDI) پیش از شروع جلسات در مورد هر دو گروه جمع آوری شد. متغیر مستقل، درمان راه حل مدار بود که گروه آزمایش ۸ ساعت (۸ جلسه ۱ ساعته) تحت مشاوره گروهی قرار گرفتند. در این مدت به منظور حذف اثر آزماینده، گروه مداخله نما تحت آموزش های نامربوط قرار داشت (آموزش مهارت های مطالعه). پس از پایان جلسات دوباره پرسشنامه BDI در مورد هر دو گروه اجرا شد و پس از یک ماه، آزمون

پیگیری به عمل آمد و پرسشنامه BDI اجرا گردید. سپس با استفاده از آزمون T مستقل و کوواریانس، یافته های بدست آمده مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که مشاوره گروهی راه حل مدار در کاهش افسردگی نوجوانان دختر تأثیر دارد و در سطح  $\alpha = 0/01$  معنی دار می باشد. همچنین نتایج آزمون پیگیری نشان دهنده پایداری اثر درمان می باشد. به بیان دیگر مشاوره گروهی راه حل مدار به صورت معنی داری موجب کاهش افسردگی نوجوانان دختر گردیده است.