

بررسی اثربخشی معنویت درمانی بر افسردگی، اضطراب و استرس در زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان

حسن حسن پور، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، hasanpour.psy@gmail.com
مهناز شیرانی، گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان
فرشته رحیم اف، گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان

مقدمه: هدف این پژوهش بررسی اثربخشی معنویت درمانی بر افسردگی، اضطراب و استرس در زوجین بود.

روش: روش پژوهش شبه آزمایشی و از نوع پیش آزمون- پس آزمون با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان بوده که به طور تصادفی نمونه‌ای به حجم ۵۰ زوج (۲۵ زوج در گروه آزمایش و ۲۵ زوج در گروه کنترل) در قالب ۱ گروه آزمایشی و ۱ گروه کنترل انتخاب شدند. گروه آزمایش به مدت ۸ جلسه ی ۹۰ دقیقه ای کلاس های آموزشی پیرامون معنویت دریافت کردند همه بیماران پرسش نامه افسردگی، اضطراب و استرس DASS-21 را در مقاطع پیش از مداخله، پس از آن و پیگیری تکمیل کردند ابزار اندازه گیری این پژوهش شامل پرسشنامه زیر بود: (۱) مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس DASS-21 (لویبوند و لویبوند، ۱۹۹۵). و به منظور بررسی سوالات پژوهش از روش استنباطی (نظیر تحلیل کواریانس چند متغیری و آزمون t) استفاده شد.

یافته‌ها: نتایج حاصل از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیری و آزمون تعقیبی نشان داد که مداخلات معنویت بر افسردگی، اضطراب و استرس آزمودنی ها مؤثر می‌باشد. و نمره کل افسردگی، اضطراب و استرس را به صورت معنی دار پیش بینی می نماید ($P=0/0001$).

نتیجه گیری: نتیجه پژوهش حاضر نشان داد که معنویت درمانی بر افسردگی، اضطراب و استرس زوجین مؤثر بوده است.

کلیدواژه ها: معنویت، افسردگی، اضطراب، استرس، زوجین