



تأثیر توانبخشی شناختی مبتنی بر رایانه بر توجه و حافظه کاری فضایی افراد با علائم افسردگی

مصطفی حجت شمایی*^۱، راضیه نظامزاده اژیبه^۲

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

۲- دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

چکیده

افسردگی یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی است و از ویژگی‌های بارز آن می‌توان به آسیب‌های شناختی به ویژه آسیب در کارکردهای اجرایی اشاره کرد. از میان عناصر کارکردهای اجرایی، توجه و حافظه کاری به طور ویژه‌ای با افسردگی مرتبط هستند. هدف: پژوهش حاضر تأثیر توانبخشی شناختی مبتنی بر رایانه بر توجه و حافظه کاری فضایی افراد با علائم افسردگی بود. روش: روش پژوهش حاضر، نیمه‌آزمایشی به صورت پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل، همراه با گمارش تصادفی بود. جامعه آماری شامل تمامی افراد دارای علائم افسردگی مراجعه‌کننده به کلینیک‌های روانشناسی در شهر اصفهان در سال ۱۴۰۰ بود که از طرف متخصصین، تشخیص اختلال افسردگی اساسی دریافت کردند. ۳۰ نفر از افراد مبتلا به اختلال افسردگی اساسی با روش نمونه‌گیری در دسترس به عنوان آزمودنی انتخاب شده و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از نسخه دوم پرسشنامه افسردگی بک و مجموعه ارزیابی عصب روانشناختی کمبریج، و جهت بهبود توجه و حافظه کاری آزمودنی‌های گروه آزمایش، از بسته توانبخشی شناختی رهاکام در ۱۰ جلسه و هر جلسه به مدت ۴۵ دقیقه استفاده شد. داده‌های پژوهش به روش تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که توانبخشی شناختی مبتنی بر رایانه سبب بهبود کارکرد توجه، حافظه کاری فضایی و علائم افسردگی شده است ($P < 0.05$). نتیجه‌گیری: توانبخشی شناختی رایانه‌ای روشی موثر برای بهبود کارکردهای شناختی بوده و می‌توان از این روش در کنار درمان‌های دارویی و روانشناختی جهت بهبود عملکرد افراد مبتلا به افسردگی بهره برد.

واژگان کلیدی: توانبخشی شناختی رایانه‌ای، توجه، حافظه کاری فضایی، افسردگی