



بررسی رابطه خشم و ابعاد آن با افسردگی در بین دانشجویان دختر ۱۸ تا ۲۴ ساله شهر تهران

حسنی کریمی^۱، مهدی زنده دلان^۲، فاطمه قائینی^۳

۱ دانشجوی دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران، ایران

۲ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی رودهن، ایران

۳ کارشناسی ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران، ایران

چکیده

هدف اصلی پژوهش بررسی رابطه خشم و ابعاد آن با افسردگی در بین دانشجویان دختر ۱۸ تا ۲۴ ساله شهر تهران بود. روش نمونه آماری پژوهش حاضر ۲۰۰ نفر از دانشجویان مقاطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترا دانشگاه الزهرا (س) استان تهران در سال ۹۸ بودند. روش نمونه گیری به صورت در دسترس بود. ابزار بکار برده شده در این پژوهش، پرسشنامه استاندارد شده ی خشم صفت حالت اسپیلبرگر و پرسشنامه افسردگی بک - بود. تحلیل نتایج با استفاده از همبستگی پیرسون نشان داد بین خشم و افسردگی در دانشجویان ۱۸ - ۲۴ ساله رابطه وجود دارد، بین حالت خشم (احساس خشمگینانه، تمایل به بروز کلامی خشم، تمایل به بروز فیزیکی خشم) و افسردگی در دانشجویان ۱۸ - ۲۴ ساله رابطه وجود دارد و بین صفت خشم (خلق و خوی خشمگینانه و واکنش خشمگینانه) و افسردگی در دانشجویان ۱۸ - ۲۴ ساله رابطه وجود دارد یافته های این پژوهش علاوه بر تأیید نظریه های حاضر در زمینه رابطه بین خشم و اختلال افسردگی، میتواند به شناخت بیش تر عوام ایجاد و تداوم بخش افسردگی کمک کنند. همچنین با توجه به افزایش طول مدت درمان و پرهزینه بودن آنها برای فرد، جامعه و سیستم بهداشت و درمان، میتوانست با استفاده از اقدامات آموزشی جهت بالابردن سطح بهداشت روانی، تدوین برنامه های مدیریت و مهار خشم برای افراد و به کارگیری درمانهای روانشناختی موثر در کنار درمانهای دارویی، به بهبود، پیش بینی و پیشگیری این اختلال کمک کنند.

واژگان کلیدی: خشم، افسردگی، دانشجویان