



تأثیر گروه درمانی به شیوه تحلیل تراکنشی بر افسردگی دانشجویان دانشگاه پیام نور

اندیشه گلشن

دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد قم

Email: andisheh_golshan@yahoo.com

خلاصه

این پژوهش به منظور بررسی تأثیر مشاوره گروهی به روش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش افسردگی در دانشجویان پیام نور کاشان در سال ۱۳۹۵ انجام گردید. در این تحقیق به شیوه نیمه تجربی، از بین دانشجویان افسرده که افسردگی بالاتر از ۱۸ (نقطه برش)، ۴۰ نفر به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به شیوه تصادفی در دو گروه آزمایش (۲۰ نفر) و گواه (۲۰ نفر) قرار گرفتند. به منظور گردآوری داده‌ها در این پژوهش از پرسش‌نامه افسردگی بک استفاده شد. به این ترتیب، پیش از برگزاری اولین جلسه آموزش، با استفاده از پرسش‌نامه در هر دو گروه آزمایش و گواه، پیش‌آزمون اجرا شد و سپس برای گروه آزمایش ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای آموزش تحلیل رفتار متقابل برگزار شد. در هر یک از جلسات یکی از مهارت‌های اساسی مدل اریک برن آموزش داده شد و بلافاصله بعد از اتمام جلسات آموزشی بر روی هر دو گروه آزمایش و گواه پس‌آزمون، و یک ماه پس از آن آزمون پیگیری انجام شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کواریانس با اندازه‌گیری مکرر استفاده شد. نتایج نشان داد، آموزش مشاوره گروهی به روش تحلیل رفتار متقابل، سبب کاهش معنی‌دار افسردگی ($p \leq 0/01$) در گروه آزمایش می‌گردد. نتایج آزمون اندازه‌گیری مکرر افسردگی در مقایسه دو به دوی مراحل آزمون، بین پیش‌آزمون با پس‌آزمون و پیگیری اختلاف معنی‌داری را نشان داد ($p \leq 0/01$) و پس‌آزمون و پیگیری در یک سطح آماری بودند. همچنین بین نمره‌های عامل (پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری) و گروه‌ها تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($P \leq 0/01$). با توجه به نتایج این تحقیق چنین به نظر می‌رسد که آموزش گروهی به شیوه تحلیل رفتار متقابل، می‌تواند به طور مؤثری سبب کاهش نمره افسردگی دانشجویان گردد و در ارائه خدمات بهتر برای سلامت روانی آنان مفید باشد.

واژه‌های کلیدی: گروه درمانی، تحلیل تراکنشی، افسردگی.

۱. مقدمه