



اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر کیفیت زندگی دانش آموزان

الهام مقدسی کلیشمی

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه پیام نور قزوین

چکیده

دوران کودکی و نوجوانی یک زمان حیاتی برای پیشگیری، درمان و ارتقاء سلامت و همچنین، حمایت از خانواده های در معرض خطر به منظور جلوگیری از شروع زودرس برخی از اختلالات و جلوگیری از شدت یافتن آن ها می باشد. به منظور کاهش بار بالقوه و مشکلات مادام العمر کودکان و نوجوانان دارای اختلال روان شناختی، شناسایی به موقع و زودهنگام بسیار حائز اهمیت است. این پژوهش با هدف تعیین اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری بر کیفیت زندگی دانش آموزان مقطع متوسطه دوم شهر قزوین انجام شد. این مطالعه از نوع آزمایشی با پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه کنترل بود که ۱۵ نفر به عنوان گروه آزمایش و ۱۵ نفر به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند. افراد گروه آزمایش تحت درمان فراشناختی در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای قرار گرفتند. نتایج نشان داد تفاوت معناداری در افزایش کیفیت زندگی دانش آموزان گروه آزمایش که درمان شناختی- رفتاری را دریافت کرده بودند، نسبت به گروهی که آموزشی را در این زمینه دریافت نکرده بودند، وجود داشت ($p < 0/05$). به عبارتی دیگر درمان-شناختی- رفتاری موجب افزایش کیفیت زندگی دانش آموزان در گروه آزمایش شده است.

واژگان کلیدی: درمان شناختی رفتاری، کیفیت زندگی، دانش آموزان