

چکیده

هدف از این مطالعه بررسی اثربخشی آموزش درمان شناختی رفتاری بر افسردگی و سلامت روان افراد سالمند آسایشگاه سالمندان معلولین شهر رشت بود. این مطالعه نیمه آزمایشی بود که در سال ۱۳۹۵، در رشت بر روی ۳۰ نفر از سالمندان انجام شد. نمونه گیری به صورت دردسترس انجام پذیرفت. قبل و بعد از مداخله برای هر دو گروه آزمایش و کنترل پرسشنامه افسردگی و سلامت روان تکمیل شد (هر گروه ۱۵). مداخلات ارتقاء دهنده درمان شناختی رفتاری برای گروه آزمایش به صورت مباحثه عمیق و چهره به چهره انجام شد. داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته ها: تحلیل داده ها نشان داد که بین میانگین نمره های پس آزمون گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود داشت ($P > 0/01$)، به نحوی که آموزش درمان شناختی رفتاری موجب بهبود افسردگی و سلامت روان در گروه آزمایش شده است.

کلیدواژه: درمان شناختی رفتاری ، افسردگی ، سلامت روان ، سالمندان