

## اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی- رفتاری در کاهش اضطراب، استرس و افسردگی زنان مبتلا به سرطان پستان

عطیه صفرزاده<sup>۱</sup>

دکتر رسول روشن<sup>۲</sup>

دکتر جلال‌الدین شمس<sup>۳</sup>

تاریخ پذیرش: ۹۱/۴/۱۱

تاریخ وصول: ۹۱/۲/۱۷

### چکیده

زمینه و هدف از پژوهش: این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش مدیریت استرس به شیوه شناختی- رفتاری در کاهش اضطراب، افسردگی و استرس زنان مبتلا به سرطان پستان انجام شد.

روش تحقیق: پژوهش حاضر طرح آزمایشی همراه با پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل است. با مراجعه به درمانگاه بیمارستان مصطفی خمینی شهر تهران تعداد ۱۸ زن مبتلا به سرطان پستان، بر اساس ملاک‌های ورود و خروج انتخاب و به صورت تصادفی در گروه

---

atiye.safarzade@yahoo.com

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی دانشگاه شاهد.

۲- عضو هیأت علمی و دانشیار گروه روان‌شناسی بالینی دانشگاه شاهد.

۳- عضو هیأت علمی و استادیار گروه پزشکی دانشگاه شاهد.