

روان‌درمانی بیش از پول شادی می‌آورد

بررسی‌های جدید نشان می‌دهد درمان روانشناختی ممکن است نسبت به افزایش حقوق یا بردن یک جایزه هنگامت در شاد کردن افراد بسیار موثرتر باشد...



بررسی‌های جدید نشان می‌دهد درمان روانشناختی ممکن است نسبت به افزایش حقوق یا بردن یک جایزه هنگامت در شاد کردن افراد بسیار موثرتر باشد.

به گزارش هلت‌دی نیوز پژوهشگران انگلیسی داده‌ها در مورد هزاران نفر را که اطلاعات در مورد سلامت روانی این افراد را ارائه می‌داد، مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند و دریافتند که افزایش شادی یک دوره روان‌درمانی به هزینه 1329 دلار می‌تواند بسیار قابل‌توجه باشد و به اندازه افزایش حقوقی بیش از 41542 دلار فرد را از لحاظ روانی شادمان کند. این پژوهشگران می‌گویند این نتایج بیانگر آن است که روان‌درمانی می‌تواند نسبت به صرفاً پول در آوردن بیشتر 32 بار با صرفه‌تر باشد.

نتایج این بررسی به صورت آنلاین در شماره 18 نوامبر ژورنال "اقتصاد، سیاست‌گذاری و حقوق پزشکی" منتشر شده است. نویسنده این مقاله کریس بویس، از دانشگاه وارویک می‌گوید: "ما نشان داده‌ایم که روان‌درمانی می‌تواند برای تخفیف ناراحتی روانی بسیار موثرتر از جبران مالی باشد. این امر نه تنها برای دادگاه‌های قانونی مهم است که در آن غرامت‌های مالی هنگامت برای جبران درد و رنج افراد تعیین می‌شود، بلکه کاربرد گسترده‌ای از لحاظ بهداشت و رفاه عمومی دارد."