

عنوان مقاله:

اثربخشی روان‌درمانی مثبت نگر بر نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربه‌ای دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر

محل انتشار:

مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت، دوره 7، شماره 4 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

تاجماه دهناشی لاطان - *Master of Clinical Psychology, Department of Psychology, Ahvaz Branch, Islamic Azad University, Ahvaz, Iran*

مریم ستاری - *Master of Clinical Psychology, Department of Psychology, Hamadan Branch, Islamic Azad University, Hamadan, Iran*

خلاصه مقاله:

مقدمه: اختلال اضطراب فراگیر، آسیب‌های روان‌شناختی، هیجانی و تحصیلی فراوانی برای دانش‌آموزان ایجاد می‌کند. هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی روان‌درمانی مثبت‌نگر بر نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربه‌ای دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر انجام گرفت. روش: پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری پژوهش شامل دانش‌آموزان دختر مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر شهر اهواز در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸ بود. در این پژوهش تعداد ۳۰ دانش‌آموز دختر مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر با روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و با گمارش تصادفی در گروه‌های آزمایش و گواه گمارده شدند (هر گروه ۱۵ دانش‌آموز). گروه آزمایش مداخله روان‌درمانی مثبت‌نگر (رشید، ۲۰۱۵) را در ۱۰ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پرسشنامه‌های این پژوهش شامل پرسشنامه نگرش‌های ناکارآمد (وایزمن و بک، ۱۹۷۸)، اجتناب تجربه‌ای (بوند و همکاران، ۲۰۱۱) و اختلال اضطراب فراگیر (اسپیتزر و همکاران، ۲۰۰۶) بود. داده‌های به شیوه تحلیل کوواریانس چند متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: نتایج نشان داد که روان‌درمانی مثبت‌نگر بر نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربه‌ای دانش‌آموزان دختر مبتلا اختلال اضطراب فراگیر تأثیر معنادار دارد ($P < 0/0001$). بدین صورت که این درمان توانسته به ترتیب به میزان ۷۸ و ۵۹ درصد منجر به کاهش نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربه‌ای دانش‌آموزان دختر مبتلا اختلال اضطراب فراگیر شود. نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر آن بودند که روان‌درمانی مثبت‌نگر با بهره‌گیری از فنونی همانند شناخت توانمندی‌های شخصی و تمرکز بر هیجانات مثبت می‌تواند به عنوان یک درمان کارآمد جهت کاهش نگرش‌های ناکارآمد و اجتناب تجربه‌ای دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر مورد استفاده قرار گیرد.

کلمات کلیدی:

Experiential avoidance, GAD, Inefficient attitudes, Positivist psychotherapy
روان‌درمانی مثبت‌نگر، نگرش‌های ناکارآمد، اجتناب تجربه‌ای، اختلال اضطراب فراگیر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1154443>

