

عنوان مقاله:

اثربخشی تکنیک های ذهن آگاهی انفصالی در درمان یک مورد اختلال وسواسی - اجباری

محل انتشار:

فصلنامه تازه های علوم شناختی، دوره 11، شماره 2 (سال: 1388)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

نویسندگان:

عباس فیروزآبادی - Bejnord University, Bejnord, Iran

حسین شاره - Tehran Psychiatric Institute, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

خلاصه مقاله:

هدف: هدف پژوهش حاضر، معرفی و بررسی اثربخشی تکنیک های ذهن آگاهی انفصالی در کاهش علائم وسواسی یک مورد خاص اختلال وسواسی - اجباری است. روش: در یک بررسی تک آزمودنی از نوع طرح A-B، اثر تکنیک های ذهن آگاهی انفصالی بر یک مورد اختلال وسواسی - اجباری بررسی شد. آزمودنی در مرحله A (خط پایه) و مرحله B (جلسه آخر درمان)، مقیاس وسواسی - اجباری ییل-براون، پرسشنامه کنترل فکر، پرسشنامه فراشناخت، مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس و مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر را تکمیل کرد. در جلسه چهارم و سه ماه پس از پایان جلسات درمانی، یعنی در مرحله پی گیری نیز مقیاس ییل - براون و مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس را تکمیل نمود. یافته ها: در مقیاس ییل-براون، نمره آزمودنی از ۳۶ در مرحله خط پایه به ۱۲ در جلسه هشتم و ۱۰ در مرحله پی گیری تقلیل یافت. در مقیاس کنترل فکر، نمره آزمودنی در زیر مقیاس های تنبیه و نگرانی کاهش معنادار نشان داد. نتایج دیگر، شامل کاهش نمره در زیرمقیاس های پرسشنامه فراشناخت، مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس و افزایش نمره در مقیاس خودکارآمدی عمومی بود. نتیجه گیری: تکنیک های ذهن آگاهی انفصالی در درمان اختلال وسواسی- اجباری موثرند.

کلمات کلیدی:

,Detached mindfulness, Metacognition, Obsessive Compulsive Disorder

ذهن آگاهی انفصالی، فراشناخت، اختلال وسواسی - اجباری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1348755>

