

## عنوان مقاله:

تاثیر روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی دختران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی

## محل انتشار:

نشریه روان پرستاری، دوره 9، شماره 1 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

کتایون تنها دوست - *azad university*

میلاد بزی - *Bahonar university*

مینا غفاری جم - *Tehran University*

فاطمه انصاری حقیقی - *azad university*

فهیمه عموجوادی لنگرودی - *azad university*

## خلاصه مقاله:

مقدمه: از جمله پیامدهای اختلال اضطراب اجتماعی نارسانکشی وری روان شناختی، اجتناب از تعاملات اجتماعی و بروز شخصیت اجتنابی در بزرگ سالی است. این مطالعه با هدف تاثیر روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر احساس تنهایی و سازگاری اجتماعی دختران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی انجام گرفت. روش کار: طرح مطالعه حاضر شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری بوده و جامعه آماری آن دربرگیرنده کلیه دختران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی که بین سال های تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۷ به مراکز مشاوره و خدمات روان شناختی سطح شهر تهران مراجعه داشتند بود. نمونه پژوهش نیز شامل ۳۰ نفر از این افراد بود که به روش هدفمند انتخاب شده و به روش با استفاده از تخصیص تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل جایگزین شدند. به منظور گردآوری داده ها از مقیاس احساس تنهایی (۱۹۸۰) و پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل (۱۹۶۱) استفاده شده و به منظور ارائه مداخله نیز از پکیج روان درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد هیز و رز (۲۰۰۸) در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای استفاده گردید. داده های بدست آمده با استفاده از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و به کمک نرم افزار SPSS ۷.۲۱ تجزیه و تحلیل گردید. یافته ها: تحلیل داده ها بیانگر آن بود که به دنبال ارائه مداخله در گروه آزمایش، تفاوت معنی داری در نمرات متغیر احساس تنهایی در مراحل پس آزمون (۶۰/۴۳) و پیگیری (۵۱/۴۵) نسبت به پیش آزمون (۶۷/۵۷) و متغیر سازگاری اجتماعی در مراحل پس آزمون (۳۳/۱۴) و پیگیری (۴۷/۱۳) نسبت به پیش آزمون (۴۰/۱۸) وجود داشته و روان درمانی گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد اثرات مثبت معنی داری را بر احساس تنهایی (۶۵/۴۷)  $F=$ ،  $P>0/05$  و سازگاری اجتماعی (۹۳/۲۴)  $F=$ ،  $P>0/05$  افراد گروه آزمایش بر جای گذاشته است که در مراحل پیگیری نیز باقی مانده بود. نتیجه گیری: با در نظر داشتن تاثیر روان درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد در کاهش احساس تنهایی و بهبود سازگاری اجتماعی افراد مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی پیشنهاد می شود که این روش درمانی در جهت کاهش رنج تنهایی این گروه از افراد به کار گرفته شود.

## کلمات کلیدی:

Acceptance and Commitment Treatment, Loneliness, Social Adjustment, Social Anxiety

درمان پذیرش و تعهد، احساس تنهایی، سازگاری اجتماعی، اضطراب اجتماعی.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356395>



