

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی طرحواره درمانی و درمان پذیرش و تعهد به شیوه گروهی بر تمایز یافتگی از خود دختران نوجوان

محل انتشار:

نشریه پرستاری کودکان، دوره 7، شماره 3 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

وجیهه ابوبی مهریزی - PhD Student, Department of Psychology & Counseling, Faculty of Humanities, North Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

عبداله شفیع آبادی - Professor, Department of Counseling, Faculty of psychology and Education Science, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran

آناهیتا خدابخشی کولایی - Associate Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Faculty of Humanities, Khatam University, Tehran, Iran

جواد خلعتبری - Associate Professor, Department of Counseling, Faculty of Humanities, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: نوجوانی مرحله مهمی از رشد انسان است. بلوغ باعث تغییرات فیزیولوژیکی، هیجانی، شناختی و اجتماعی در نوجوانان می شود و این تغییرات بر ابعاد مختلف زندگی فرد از جمله نحوه تمایز یافتگی از خود نوجوانان تاثیر می گذارد. از این رو بهبود تمایز یافتگی از خود این افراد مورد توجه بسیاری از درمانگران قرار گرفته است. هدف از پژوهش حاضر بررسی هم‌سنجی طرحواره درمانی و پذیرش و تعهد به شیوه گروهی بر تمایز یافتگی از خود دختران نوجوان بود. روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری در این پژوهش، شامل کلیه دختران نوجوان مشغول به تحصیل در مدارس غیردولتی متوسطه دوره دوم شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ بود که با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده تعداد ۴۵ نفر از دختران نوجوان در سه گروه طرحواره درمانی به شیوه گروهی (۱۵ نفر)، درمان پذیرش و تعهد به شیوه گروهی (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه های آزمایش تحت طرحواره درمانی به شیوه گروهی (۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه ای) پذیرش و تعهد به شیوه گروهی (۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه ای) قرار گرفتند. گروه کنترل در طی این مدت هیچ گونه مداخله خاصی را دریافت نکرد. از سیاهه تمایز یافتگی خود فرم کوتاه (SDI-SF) دریک، موداک، مارسزالک و باربر (۲۰۱۵) به منظور گردآوری اطلاعات استفاده شد. یافته ها: هر دو روش درمانی می‌توانند تمایز یافتگی از خود دختران نوجوان را بهبود بخشند، اما طرحواره درمانی به شیوه گروهی بر تمایز یافتگی از خود دارای تاثیر بیشتری بود (۵۴/۱% = Effect Size). اما استفاده از طرحواره درمانی و درمان پذیرش و تعهد تاثیر معناداری بر موقعیت من نداشت. نتایج این پژوهش اثربخشی دو روش طرحواره درمانی و درمان پذیرش و تعهد به شیوه گروهی را در بهبود تمایز یافتگی از خود دختران نوجوان مورد تأیید قرار داد. نتیجه گیری: بنابراین توجه به مشاوران و روان شناسان به اثربخشی طرحواره درمانی و پذیرش و تعهد به بهبود تمایز یافتگی در دختران نوجوان کمک می کند.

کلمات کلیدی:

schema therapy, acceptance commitment, self-differentiation, adolescents, girls, طرحواره درمانی, پذیرش و تعهد, تمایز یافتگی از خود, نوجوانان, دختران.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1358232>

