

عنوان مقاله:

اثربخشی فراشناخت درمانی بر اضطراب و بهزیستی روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 63، شماره 5 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

عاطفه عباسی - دانشجوی دکتری روان شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران.

اصغر آقایی جشوقانی - استاد گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

حسین ابراهیمی مقدم - دانشیار گروه روان شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد رودهن، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: اختلال اضطراب فراگیر زندگی فردی، اجتماعی و شغلی بیماران را با آسیب مواجه می سازد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی فراشناخت درمانی بر اضطراب و بهزیستی روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر انجام گرفت. روش کار: روش پژوهش حاضر نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه و دوره پیگیری دوماهه بود. جامعه آماری پژوهش، شامل تمام افراد مبتلا به اضطراب اجتماعی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۳۹۶ بود. در این پژوهش از روش نمونه گیری غیراحتمالی هدفمند و گمارش تصادفی استفاده شد. پس از انتخاب حجم نمونه و گمارش آنها در گروه های آزمایش و گواه، گروه آزمایش مداخلات درمانی را طی سه ماه به صورت هفته‌ای یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای دریافت نمودند. پرسشنامه های مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه اختلال اضطراب فراگیر (اسپیتزر و همکاران، ۲۰۰۶)، پرسشنامه اضطراب (بک، اپستین، براون و استیر، ۱۹۸۸)، پرسشنامه بهزیستی روان شناختی (ریف، ۱۹۸۰) بود. داده های حاصل از پژوهش به شیوه تحلیل واریانس با اندازه‌گیری مکرر تجزیه و تحلیل شد. نتایج: نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد که فراشناخت درمانی بر اضطراب و بهزیستی روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر موثر بوده است ($p < 0.001$). بدین صورت که این درمان توانسته منجر به کاهش اضطراب و بهبود بهزیستی روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر شود. نتیجه گیری: مطابق با یافته های پژوهش حاضر می توان نتیجه گرفت که فراشناخت درمانی روشی کارآمد در جهت کاهش اضطراب و بهبود بهزیستی روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر به شمار می رود و می توان از این درمان برای بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر بهره برد.

کلمات کلیدی:

فراشناخت درمانی، اضطراب، بهزیستی روان شناختی، اضطراب فراگیر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1359612>

