

## عنوان مقاله:

اثر بخشی آموزش تنظیم هیجان بر پردازش هیجان و علائم پانیک زنان مبتلا به اختلال پانیک

## محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی بالینی، دوره 13، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

بهزاد تقی پور - دکتری روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

سجاد بشرپور - استاد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

منیژه اسمعیلی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران.

## خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر پردازش هیجان و علائم پانیک زنان مبتلا به اختلال پانیک بود. روش: این مطالعه نیمه آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون و پس-آزمون با گروه گواه انجام شد جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زنان مبتلا به اختلال پانیک بود که به مراکز بهداشتی و روانشناسی شهر اردبیل در پاییز و زمستان سال ۱۳۹۷ مراجعه کرده بودند، ۳۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس انتخاب، و به طور تصادفی در دو گروه برابر آزمایش و گواه قرار گرفتند. گروه آزمایشی طی ۸ هفته تحت آموزش تنظیم هیجان قرار گرفت، و در این مدت بر گروه گواه مداخله ای انجام نگرفت. پرسشنامه پردازش هیجان و علائم پانیک به عنوان ابزار ارزشیابی مورد استفاده قرار گرفت. داده ها با استفاده از روش های آماری توصیفی و تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج به دست آمده از مقایسه پس آزمون دو گروه، حاکی از این است که نمرات پس آزمون پردازش هیجان و علائم پانیک گروه مداخله و کنترل تفاوت معنی داری دارد ( $P=0/05$ ). نتیجه گیری: بدین ترتیب می توان گفت که آموزش تنظیم هیجان موجب کاهش نمرات پردازش هیجان و علائم پانیک زنان مبتلا به اختلال پانیک خواهد شد. بنابراین مطابق با یافته های پژوهش حاضر می توان آموزش تنظیم هیجان را به عنوان یک روش موثر در جهت بهبود پردازش هیجانی و علائم پانیک زنان مبتلا به اختلال پانیک پیشنهاد کرد.

## کلمات کلیدی:

آموزش تنظیم هیجان، پردازش هیجان، علائم پانیک، اختلال پانیک

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1387521>

