

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در بهبود انعطاف پذیری و همجوشی شناختی

محل انتشار:

دوفصلنامه شناخت اجتماعی، دوره 6، شماره 1 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسنده:

حسین زارع - استاد گروه روانشناسی دانشگاه پیام نور

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف اساسی مطالعه حاضر اثربخشی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش در بهبود انعطاف پذیری و همجوشی شناختی دانشجویان مضطرب بود. روش: این مطالعه یک طرح نیمه آزمایشی با پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری بود. جامعه آماری مطالعه حاضر، در برگیرنده دانشجویان دختر دانشگاه پیام نور استان گیلان بود. نخست، آزمودنی ها با استفاده از ملاک های ورود و خروج غربال شدند. سپس، ۳۰ دانشجوی مضطرب انتخاب شدند و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جای گرفتند (۱۵ نفر در هر گروه). همه افراد مقیاس انعطاف پذیری و همجوشی شناختی را تکمیل کردند. افراد در گروه درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش در ۸ جلسه تحت درمان قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ درمانی را دریافت ننمود. یافته ها: نتایج نشان داد که بین دو گروه در انعطاف پذیری و همجوشی شناختی تفاوت معناداری وجود دارد. نتیجه گیری: نتایج نشان می دهد درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش به عنوان یک مداخله موثر در دانشجویان مضطرب است.

کلمات کلیدی:

Acceptance and Commitment Therapy, Flexibility, Cognitive Fusion

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1571911>

