

## عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش گروهی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اضطراب، افسردگی و پرخوری عصبی در نوجوانان دختر

## محل انتشار:

پانزدهمین کنفرانس بین المللی روانشناسی، مشاوره و علوم تربیتی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

محبت اولیایی بیدگلی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران

ماندانا عبدالکریمی - دکتری تخصصی روانشناسی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آموزش گروهی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اضطراب، افسردگی و پرخوری عصبی در نوجوانان دختر ۱۶-۱۹ ساله انجام شد. روش بررسی: روش پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه ی دختران دوم متوسطه شهر رشت در سال ۱۳۹۹ بود. به منظور انجام این پژوهش ۳۰ نفر دختر به شیوه ی هدفمند انتخاب و باروش تصادفی در گروه های آزمایش و گواه گمارده شدند (هرگروه ۱۵ نفر). مداخله ی درمانی به مدت ۸ جلسه ۴۵ دقیقه ای بر روی گروه آزمایش انجام گرفت و به گروه کنترل هیچ آموزشی ارائه نشد. سپس از هر دو گروه پس آزمون به عمل آمد. ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه ی افسردگی بک، پرسشنامه اضطراب بک و پرخوری عصبی استیک بود که در دومرحله ی پیش آزمون و پس آزمون به عمل آمد. داده های حاصل با روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها: نتایج حاصل از این پژوهش نشان از وجود تفاوت معنادار در گروه آزمایش و گواه در مرحله ی پس آزمون و پیگیری بود. نتیجه گیری: لذا با توجه به نتایج حاصله می توان گفت که آموزش گروهی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می تواند به عنوان یک روش آموزشی مفید به خصوص برای کاهش مشکلات روانشناختی (افسردگی و اضطراب) و نیز کاهش پرخوری عصبی نوجوانان به کار گرفته شود.

## کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، افسردگی، اضطراب، دختران نوجوان، پرخوری عصبی.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1626450>

