

عنوان مقاله:

اثربخشی روان درمانی مثبت نگر بر نگرانی و بدتنظیمی هیجانی در نوجوانان نوجوانان مبتلا به اضطراب فراگیر

محل انتشار:

مجله مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی، دوره 5، شماره 45 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

موزان وجرلو - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

ملینا مازندرانی - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساری

خلاصه مقاله:

مطالعه ی حاضر با هدف بررسی اثربخشی روان درمانی مثبت نگر بر بدتنظیمی هیجانی و نگرانی نوجوانان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر انجام شد. روش این مطالعه نیمه آزمایشی و از نوع پیش آزمون پس آزمون بود که نمونه ها به طور غیرتصادفی (نمونه گیری هدفمند) انتخاب گردیدند و به یک گروه ۱۵ نفره آزمایش و یک گروه ۱۵ نفره کنترل تقسیم شدند. پس از اجرای پیش آزمون به روی هر دو گروه، گروه آزمایش در ذیل آموزش روان درمانی مثبت نگر در قالب ۸ جلسه ، ۹۰ دقیقه ای و هفته ای یکبار به مدت دو ماه، شرکت کردند، در حالی که گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای دریافت نکرد. داده ها از طریق آزمون و تکمیل پرسشنامه های استاندارد نگرانی پن استت زینبارگ و بارلو (۱۹۹۰)، پرسشنامه مقیاس دشواری در تنظیم هیجان گرتز و روئمر (۲۰۰۴) سازمان جهانی بهداشت جمع آوری شد و با توجه به تمام مقاطع زمانی مورد بررسی قرار گرفت و توسط نرم افزار آماری SPSS و با به کارگیری آزمون تحلیل کواریانس تجزیه و تحلیل شد. نتایج این مطالعه نشان داد که روان درمانی مثبت نگر بر کاهش بدتنظیمی هیجانی و نگرانی در نوجوانان مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر موثر است، لذا استفاده از این راهبردها در برنامه درمانی و کنترل بیماری در مبتلایان اختلال اضطراب فراگیر توصیه می شود.

کلمات کلیدی:

روان درمانی مثبت نگر، بدتنظیمی هیجانی، نگرانی.

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1779570>

