

عنوان مقاله:

اثربخشی شناختی - رفتاری (CBT) بر اضطراب در بزرگسالان شهرستان محمودآباد

محل انتشار:

سومین همایش ملی و اولین همایش بین المللی پژوهش و نوآوری در روانشناسی، با نگاهی ویژه بر درمانهای فراتشخیصی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

فاطمه هدایت زاده - استادیار گروه روانشناسی و مشاوره، موسسه آموزش عالی علوم و فناوری آریان، بابل، ایران

فرهاد جمهری - استادیار گروه روانشناسی و مشاوره، موسسه آموزش عالی علوم و فناوری آریان، بابل، ایران

نسبیه ولیپور - کارشناسی ارشد روانشناسی، موسسه آموزش عالی علوم و فناوری آریان، بابل، ایران

خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر باهدف، تعیین اثربخشی شناختی - رفتاری (CBT) بر اضطراب در بزرگسالان شهرستان محمودآباد انجام شده است. پژوهش نیمه تجربی از نوع پیش آزمون - پس آزمون و با گروه گواه بود. جامعه آماری این پژوهش، کلیه بزرگسالان شهرستان محمود آباد که به کلینیک روانشناختی دریا جهت اقدامات تشخیصی و درمانی مراجعه کرده بودند. روش نمونه گیری به صورت در دسترس بود، و ۳۰ نفر نمونه در دو گروه آزمایش (۱۵) و گروه گواه (۱۵) به صورت تصادفی گمارده شدند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه اضطراب بک (BAI) بود. افراد بزرگسال در گروه آزمایش در ۱۰ جلسه ۶۰ دقیقه آموزش دیدند. در این تحقیق به منظور تجزیه و تحلیل داده های به دست آمده، براساس آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (آمار استنباطی (کوواریانس) از نرم افزار SPSS استفاده گردید. نتایج این پژوهش نشان داد که در مرحله پس آزمون بین میانگین نمره اضطراب در افراد دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد ($P=0.001$; $F=0.56$). بنابراین نتیجه گیری می شود با مشاوره گروهی شناختی - رفتاری (CBT) می توان اضطراب در بزرگسالان را بهبود بخشید.

کلمات کلیدی:

رویکرد شناختی - رفتاری، اضطراب، بزرگسالان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1928328>

