

## عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان فراشناختی و درمان مبتنی بر حل مساله بر کاهش اضطراب اجتماعی دانشجویان دختر دانشگاه ارومیه

## محل انتشار:

فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، دوره 7، شماره 28 (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

## نویسندگان:

فرزانه میکائیلی منیع - دانشکده ادبیات و علوم انسانی ارومیه

سکینه سلطانی - دانشگاه ارومیه

## خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان فراشناختی (MCT) و درمان حل مساله (PST) بر اختلال اضطراب اجتماعی (SAD) دانشجویان دختر دانشگاه ارومیه انجام شد. روش: برای رسیدن به این هدف، ۳۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه ارومیه به کمک پرسشنامه اضطراب اجتماعی کانور بررسی شدند. سپس کسانی که نمره اضطرابشان بیشتر از نقطه پرش (۱۹) بود، جدا شده و مجدداً توسط چک لیست اضطراب اجتماعی بررسی گردیدند. از این گروه ۳۰ نفر از کسانی که SAD داشتند به شکل تصادفی در سه گروه ۱۰ نفری (۲ گروه آزمایش و یک گروه گواه) قرار گرفتند. حل-مساله درمانی طی ۷ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای و فراشناخت درمانی به مدت ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای بر روی هر یک از گروه‌های آزمایش، اجرا گردید. بعد از اجرای کاربندی شرکت‌کنندگان مجدداً با پرسشنامه اضطراب اجتماعی آزمون شدند. برای تحلیل داده‌های آماری از آزمون t و تحلیل کواریانس استفاده گردید. یافته‌ها: نتایج به دست آمده نشان دادند، بین نمرات پس‌آزمون SAD در هر سه گروه (آزمایشی و گروه گواه) تفاوت معنادار وجود دارد. درمان فراشناختی و حل مساله درمانی به صورت موثری توانستند اضطراب اجتماعی دانشجویان را کاهش دهند. بررسی تفاوت اثربخشی دو روش درمانی حاکی از وجود تفاوت، در مولفه علایم فیزیولوژیک بود که این تفاوت به نفع گروه PST بود. نتیجه‌گیری: درمان فراشناختی و حل مساله درمانی موجب کاهش SAD شده و می‌توان از آن‌ها در مراکز مشاوره دانشجویی و مراکز درمانی به عنوان مداخله موثر بر کاهش اضطراب اجتماعی استفاده کرد.

## کلمات کلیدی:

اختلال اضطراب اجتماعی، دانشجویان دختر، درمان فراشناختی، حل مساله درمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1929431>

