

عنوان مقاله:

درمان هیجان مدار برای اختلال اضطراب اجتماعی

محل انتشار:

دوازدهمین کنفرانس بین المللی پژوهش های نوین در روانشناسی، علوم اجتماعی، علوم تربیتی و آموزشی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 6

نویسنده:

الهه روحانی قهساره - دانشجوی کارشناسی آموزش راهنمایی و مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد اشکذر ایران

خلاصه مقاله:

اختلال اضطراب اجتماعی یک اختلال اضطرابی ناتوان کننده با ترس از ارزیابی منفی است. درمان هیجان مدار نویدبخش درمان موثر اختلال اضطراب اجتماعی است. زیرا اهداف درمان هیجان مدار بر این فرض استوار است که کارآمدترین راه برای تغییر یک هیجان ناسازگار از طریق عقل یا یادگیری مهارت نیست، بلکه از طریق فعال کردن سایر احساسات سازگارتر است. هدف درمان هیجان مدار دسترسی به خاطرات عاطفی مثبتی بر شرم است که زمینه ساز اضطراب اجتماعی هستند و با قرار دادن آنها در معرض تجارب عاطفی سازگارانه جدید، مانند تقویتخشم قاطعانه، آندوه و شفقت به خود، آنها را تغییر می دهد.

کلمات کلیدی:

اختلال اضطراب اجتماعی، درمان، هیجان مدار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1993267>

