

عنوان مقاله:

اثر بخشی مشاوره گروهی به شیوه شناختی - رفتاری بک بر میزان خود تمایز یافتگی و سازگاری دانش آموزان دختر دبیرستانی

محل انتشار:

اولین کنفرانس بین المللی روان شناسی و علوم رفتاری (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

غلامرضا سهراب پور - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه تهران

مریم سروندی - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه تهران

مهین نوروزی - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه شهید بهشتی

محبوبه رجبی - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره و راهنمایی دانشگاه شهید چمران اهواز

خلاصه مقاله:

نوجوانی یکی از مراحل مهم تحول انسان به شمار می آید که با عوامل تنیدگی زای فراوانی همراه می باشد. این دوره معرف تغییر عمیقی است که کودک را از بزرگسال جدا ساخته و دگرگونی های مختلفی را بوجود می آورد. در این دوره به علت تغییرات ساختار اجتماعی و رشد جسمانی، بین بلوغ فیزیولوژیکی و بلوغ اجتماعی ناهماهنگی ایجاد شده و باعث بوجود آمدن بسیاری از مسائل خاص دوره نوجوانی می شود. یکی از این مسائل، مربوط به تمایز یافتگی نوجوانان است. یونن (1978) تمایز یافتگی را بر اساس نظریه نظام های خانواده توصیف می کند که شخص قادر است در روابطش بین کارکرد عقلانی و عاطفی خود با صمیمیت و خودمختاری تعادل برقرار کند. تمایز یافتگی دارای دو بعد درون فردی و بین فردی است که در سطح درون فردی به معنای توانایی فرد در تمایز بین احساسات هیجانی از تفکر منطقی و در سطح بین فردی عبارتست از توانایی ایجاد تعادل بین داشتن استقلال و خودمختاری و حفظ روابط نزدیک با دیگران. طبق نظریه یونن تمایز یافتگی از چهار بخش تشکیل شده است که عبارت هستند از: واکنش هیجانی: تمایل به پاسخ هیجانی خودکار به محرک های محیطی که ممکن است به صورت بی تفاوتی یا حساسیت افراطی بروز کند. جایگاه من: داشتن توصیف آشکار از خود، ارزشمند دانستن اعتقادات و باورهای شخصی و حفظ آنها حتی در زمان مواجهه با فشار گروه. پریدیی عاطفی: احساس تهدید شدن در رابطه صمیمانه، ترس از صمیمیت و آسیب پذیری افراطی در روابط نزدیک که با فاصله گیری عاطفی از دیگران آشکار می شود. آمیختگی با دیگران: درگیری هیجانی با افراد مهم زندگی و هویت یابی افراطی با آنها.

کلمات کلیدی:

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/385453>

