

## عنوان مقاله:

اثربخشی ترکیب مواجهه درمانی گروهی و آموزش مهارت های مقابله با استرس بر میزان اضطراب اجتماعی دانشجویان

## محل انتشار:

فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دوره 15، شماره 2 (سال: 1393)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسندگان:

صادق سلاجقه - کارشناس ارشد روان شناسی دانشگاه سیستان

نورمحمد بخشانی - عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان

## خلاصه مقاله:

این پژوهش با هدف ارزیابی اثربخشی ترکیب مواجهه درمانی گروهی و آموزش مهارت های مقابله با استرس بر میزان اضطراب اجتماعی دانشجویان صورت گرفت. روش پژوهش، آزمایشی از نوع نیمه تجربی (دو گروهی با پیش آزمون و پس آزمون) بود و جامعه آماری هم ه دانشجویان مشغول به تحصیل در سال 1391 تا 1390 در دانشگاه پیام نور واحد رابر بودند. از میان دانشجویان داوطلب، تعداد 60 نفر با اجرای پرسشنامه هراس اجتماعی (کانور، 2000) و انجام مصاحبه بالینی ساختاریافته برای اضطراب اجتماعی براساس ملاک های تشخیصی راهنمای آماری تشخیصی اختلالات روانی (ویرایش چهارم) انتخاب شدند. سپس، تعداد 20 نفر از آنان به صورت تصادفی در دو گروه (آزمایش و گواه) قرار گرفتند. گروه آزمایش در ده جلسه 2 ساعته مواجهه درمانی گروهی همراه با آموزش مهارت مقابله با استرس شرکت کردند، ولی گروه کنترل هیچ مداخله ای را دریافت نکردند. در پایان پس آزمون اجرا شد، و پس از دو ماه پیگیری انجام گرفت. داده ها با روش آماری تحلیل کواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته ها تفاوت معن اداری را در نمره های اضطراب اجتماعی دو گروه نشان داد  $P \leq 0/0001$  و میانگین نمرات اضطراب اجتماعی گروه کنترل در مراحل پس آزمون و پیگیری بالاتر بود. نتایج این پژوهش بر اثربخشی درمان های ترکیبی به شیوه گروهی (مواجهه درمانی و کنترل استرس) در درمان اختلال اضطراب اجتماعی تأکید می کند

## کلمات کلیدی:

مواجهه درمانی گروهی؛ آموزش مهارت های مقابله با استرس؛ اضطراب اجتماعی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/444296>

