

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش حافظه کاری بر نشانگان اضطراب و کنترل توجه در نوجوانان با اضطراب صفت بالا

محل انتشار:

نخستین کنفرانس ملی تحقیقات کاربردی در علوم انسانی و روانشناسی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

زهرا نظری - کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه باهنر کرمان

مسعود فضیلت پور - استادیار دانشگاه شهید باهنر کرمان

سیدمحمدحسین موسوی نسب - استادیار دانشگاه شهید باهنر کرمان

خلاصه مقاله:

اضطراب صفت یک عامل شخصیتی آسیب پذیری برای اختلالات اضطرابی و افسردگی است. اختلالات اضطرابی شایع ترین نواختلالات دوران نوجوانی است. همچنین اضطراب صفت با اختلال در کنترل توجه و کارایی عملکرد کنترل توجه در ارتباط است. مطالعات مختلف، آموزش حافظه کاری را یکی از راه ها برای بهبود کنترل توجه در اختلالات بالینی و شبه بالینی به خصوص اضطراب صفت دانسته اند. این مطالعه با هدف بررسی اثربخشی آموزش حافظه کاری بر بهبود کنترل توجه و نشانگان اضطراب صفت نوجوانان با اضطراب صفت بالا طراحی شد. جامعه پژوهش شامل کلیه نوجوانان با اضطراب صفت بالای شهر رفسنجان بود. نمونه ای به حجم 52 نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه مداخله (ان- بک دوگانه تطبیقی) و دارونما (یک- بک دوگانه غیرتطبیقی) گمارده شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه اضطراب صفت- حالت اسپیلبرگر، مقیاس کنترل توجه، تکلیف استروپ و دستگاه بیوفیدبک دما بود. تحلیل نتایج به کمک نرم افزار SPSS-22 و تحلیل کواریانس انجام شد. یافته های پژوهش حاضر نشان داد که نمره اضطراب، مقیاس کنترل توجه، کارایی عملکرد کنترل توجه در گروه مداخله، در مقایسه با گروه دارونما بهبود معناداری نشان داد. در مقابل اثربخشی عملکرد دما در هیچ یک از گروه ها تفاوت معناداری نشان نداد. اما دما به عنوان شاخص فیزیولوژیکی اضطراب در گروه مداخله، بین گروهی که با تکلیف آموزشی درگیری بیشتری داشتند نسبت به گروه با درگیری کمتر، به طور معناداری بیشتر بود. در مجموع، استفاده از آموزش حافظه کاری می تواند با بهبود عملکردهای شناختی از جمله کنترل توجه و کاهش نشانگان اضطراب صفت در نوجوانان موثر باشد. همچنین این آموزش ها می تواند از آسیب پذیری افرادی که در معرض خطر ابتلا به اضطراب بالینی قرار دارند محافظت کند. اما انجام تکالیف آموزشی برای سود بردن از این روش بسیار ضروری است.

کلمات کلیدی:

اضطراب صفت، آموزش حافظه کاری، کنترل توجه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/797384>

