

اثر بخشی آموزش کنترل توجه بر جرئت‌مندی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی عباسعلی عابدی^۱، محبوبه طاهر^{۲*}

چکیده

با توجه به اینکه یکی از مشکلات دانش‌آموزان منزوی و گوشه‌گیر می‌تواند اختلال اضطراب اجتماعی باشد. هدف پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش کنترل توجه بر جرئت‌مندی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی بود. طرح پژوهش، نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل تمامی دانش‌آموزان پسر ۱۴ ساله با نشانگان اختلال اضطراب اجتماعی شهرستان شاهرود در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ بود که با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تعداد ۳۰ نفر انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه ۱۵ نفره آزمایش و کنترل گمارده شدند، هر دو گروه قبل از اجرای آموزش مقیاس‌های اضطراب اجتماعی (کانور، ۲۰۰۰) و جرئت‌مندی (گمبریل و ریچی، ۱۹۷۵) را تکمیل کردند. گروه آزمایش طی ۸ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای تحت آموزش کنترل توجه قرار گرفتند اما گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره نشان داد نمرات گروه آزمایش در مقایسه با نمرات گروه کنترل در متغیر جرئت‌مندی به‌طور معنادار کاهش یافته است ($p < 0.05$). آموزش کنترل توجه می‌تواند با تقویت برنامه‌های فراشناختی برای کنترل شناخت به افزایش جرئت‌مندی دانش‌آموزان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی منجر شود.

کلیدواژه‌ها: اختلال اضطراب اجتماعی، کنترل توجه، جرئت‌مندی

۱. کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، شاهرود، ایران

۲. نویسنده مسئول: استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شاهرود، شاهرود، ایران (Mahboobe.Taher@yahoo.com)