

## بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری بر نشانه های

### اختلال اضطراب اجتماعی در دانش آموزان

ناصر امینی<sup>۱</sup>، هاجر عادل<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup>- استادیار، گروه روان شناسی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران.

<sup>۲</sup>- کارشناسی ارشد، روان شناسی عمومی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران.

#### چکیده

**هدف:** پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی- رفتاری بر نشانه های اختلال اضطراب اجتماعی در دانش آموزان انجام شد. **مواد و روش ها:** پژوهش از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و پیگیری است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان پسر مشغول به تحصیل شهر بوشهر بود. با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چند مرحله ای ۲۴ نفر انتخاب و در دو گروه جایگزین شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه های ویژگی های جمعیت شناختی و پرسشنامه اضطراب اجتماعی اسپنس (SPIN) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۲ و با کمک آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس انجام شد. **یافته ها:** نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معناداری بین گروه های آزمایش و کنترل در کاهش اختلال اضطراب اجتماعی و دو مؤلفه ترس و اجتناب وجود دارد ( $P < 0/05$ )؛ اما در مؤلفه فیزیولوژیکی این تفاوت معنادار نبود ( $P > 0/05$ ). همچنین، تأثیرات درمانی در مرحله پیگیری ۱ ماهه برقرار بود. **نتیجه گیری:** با توجه به یافته های پژوهش می توان بیان کرد که درمان شناختی- رفتاری موجب کاهش اختلال اضطراب اجتماعی در افراد تحت درمان شده است. استفاده از این روش درمانی برای مبتلایان به اختلالات اضطرابی در جامعه بیماران ایرانی پیشنهاد می شود.

**واژگان کلیدی:** اختلال اضطراب اجتماعی، درمان شناختی- رفتاری، دانش آموزان.