

اثربخشی مداخله گروهی فراشناختی بر کاهش اضطراب و بهبود در راهبردهای کنترل فکر

دانش آموزان مبتلا به افسردگی اساسی و اختلال اضطراب فراگیر

عادلہ کریمی ریایی

کارشناس ارشد مشاوره

چکیده

اختلال افسردگی اساسی (MDD) یکی از شایع ترین بیماری های روانی قرن می باشد. از طرفی دیگر اختلال اضطراب فراگیر (GAD) شایع ترین اختلال اضطرابی و فرایندهای محوری آن معرف فرایندهای اصلی دخیل در همه اختلال های اضطرابی است. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی مداخله گروهی فراشناختی بر کاهش اضطراب و بهبود راهبردهای کنترل فکر در دانش آموزان مبتلا به اختلال مختلط اضطراب فراگیر (GAD) و افسردگی اساسی (MDD) می باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل دانش آموزان مبتلا به اختلال مختلط اضطراب فراگیر و اختلال افسردگی اساسی بود که در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ به مراکز مشاوره و خدمات روانشناختی شهر تهران مراجعه کردند. نمونه پژوهش حاضر شامل ۳۰ دانش آموز دوره متوسطه مبتلا به اختلال مختلط اضطراب فراگیر و اختلال افسردگی اساسی بود که بعد از تشخیص علایم اختلال به دو گروه ۱۵ نفری تقسیم شدند. گروه آزمایش تحت درمان گروهی فراشناختی قرار گرفته و گروه کنترل جهت مقایسه در لیست انتظار درمان بودند. ، را تکمیل نمودند. از پرسشنامه راهبردهای کنترل فکر، مقیاس افسردگی بک (BDI-II) و اضطراب بک (BAI) برای ارزیابی و سنجش داده ها استفاده شد. در این پژوهش از روش های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و از روش آمار استنباطی تحلیل کوواریانس استفاده شد. میزان اضطراب دانش آموزان پس از مداخله درمانی کاهش معناداری نشان داد. نتایج بررسی ها نشان داد که رویکرد درمانی مبتنی بر مدل فراشناختی ولز در درمان اختلال مختلط اضطراب فراگیر (GAD) و افسردگی اساسی (MDD) موثر بوده است.

کلید واژه ها: درمان فراشناختی، اختلال اضطراب فراگیر، اختلال افسردگی اساسی، دانش آموزان.