



چهارمین همایش ملی تازه های روانشناسی مثبت نگر

اسفند ماه ۱۳۹۶

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تحمل بلا تکلیفی، نگرانی و افکار ناکارآمد منفی افراد مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر

اشکان فعله کار

۴۴. وابستگی دانشگاهی یا سازمانی نویسنده اول

۴۵. وابستگی دانشگاهی یا سازمانی نویسنده دوم

• پست الکترونیک نویسنده ی مسئول: corresponding.author@example.com

• شماره تماس نویسنده مسئول: ۰۹۳۷۴۶۴۵۹۵۹

چکیده

یکی از قوی ترین عواملی که افراد دارای اختلال اضطراب فراگیر را آزار میدهد عدم تحمل بلا تکلیفی است. پژوهش حاضر، با هدف تاثیر مداخله درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر عدم تحمل بلا تکلیفی، نگرانی و افکار ناکارآمد منفی در افراد مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر شهر بندر عباس انجام شده است. این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون و گروه کنترل می باشد. به همین منظور از بین مراجعه کنندگان به مراکز روانشناسی و روانپزشکی شهر بندر عباس مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر، ۶۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند که تعداد ۳۰ نفر در گروه آزمایش و ۳۰ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده در پژوهش عبارت بودند از پرسشنامه های اضطراب Beck، نگرانی ایالت Pennsylvania، افکار ناکارآمد و پرسشنامه عدم تحمل بلا تکلیفی. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش کوواریانس صورت گرفت. نتایج نشان داد که بین دو گروه آزمایش و کنترل، در پس آزمون افکار ناکارآمد منفی $P < 0.0001$ و $F = 39.49$ ، نگرانی $P < 0.0001$ و $F = 33.12$ و عدم تحمل بلا تکلیفی $P < 0.004$ و $F = 9.41$ تفاوت معنادار وجود دارد. در این پژوهش بین مولفه های افکار ناکارآمد منفی و نگرانی و نیز عدم تحمل بلا تکلیفی تفاوت معناداری در آزمودنی های گروه آزمایش و گروه گواه و همچنین بین کل شرکت کننده ها وجود دارد در نتیجه می توان گفت که بعد از اجرای مداخله تغییرات حاصله در نتیجه ی تاثیر خود مداخله بوده است نه عوامل دیگر.

واژگان کلیدی: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، افکار ناکارآمد منفی، نگرانی، تحمل بلا تکلیفی، اختلال اضطراب فراگیر.