

اثربخشی درمان فراشناختی بر فرا نگرانی و حساسیت اضطرابی دانشجویان مبتلا به اضطراب اجتماعی

مریم تقوی ۱ (کارشناس ارشد روانشناسی بالینی)

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی فراشناخت درمانی بر فرا نگرانی و حساسیت اضطرابی دانشجویان با نشانگان بالینی اضطراب اجتماعی انجام شد. روش پژوهش نیمه آزمایشی طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد در نیمسال دوم 97-98 دانشکده پرستاری تبریز بودند. شرکت کنندگان تعداد 24 نفر (12 نفر گروه آزمایش و 12 نفر گروه گواه) بودند که ابتدا از طریق غربالگری تعداد 52 نفر که در پرسشنامه اضطراب اجتماعی نمره بالای میانگین بدست آورده بودند، انتخاب و سپس به روش تصادفی در گروهها جایگزین شدند. ابزارهای پژوهش شامل مقیاس افکار اضطرابی ولز (2005) و حساسیت اضطرابی ریس و پترسون (1985) بودند. یافته های بدست آمده از روش آماری تحلیل کواریانس نشان داد که میانگین فرانگرانی و حساسیت اضطرابی در گروه آزمایش پس از مداخله درمانی فراشناختی در مقایسه با گروه گواه به طور معناداری کاهش پیدا کرده است. بمی توان فراشناخت درمانی میتواند یک برنامه درمانی جهت کاهش فرانگرانی و کاهش حساسیت اضطرابی در مبتلایان به اضطراب اجتماعی در نظر گرفته شود.

کلید واژه ها: درمان فراشناختی؛ فرانگرانی؛ حساسیت اضطرابی؛ اضطراب اجتماعی