



دانشگاه علوم پزشکی کرمان

دانشکده پرستاری مامایی رازی

پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته مشاوره در مامایی

عنوان:

بررسی تعیین تأثیر مشاوره گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اضطراب اجتماعی
دانش آموزان دختر مدارس متوسطه دوره اول شهر بم در سال ۱۳۹۵

توسط:

نغمه افشارمنش

استاد راهنما:

دکتر عاطفه احمدی

استاد مشاور:

دکتر حمید شریفی

سال تحصیلی: ۱۳۹۸-۱۳۹۷

چکیده

مقدمه: اضطراب اجتماعی یکی از مشکلات روان‌شناختی در دوره‌های مختلف رشد و تکامل و یک حالت هیجانی است که به دنبال ارزیابی تهدید کننده از رویدادهای اجتماعی و یا استنباط ناتوانی شخص برای رویارویی با آن پدید می‌آید. هدف از این مطالعه بررسی تأثیر مشاوره گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد که جایگزینی برای اشکال سنتی‌تر روان‌درمانی محسوب می‌شود، بر اضطراب اجتماعی دختران نوجوان می‌باشد.

روش کار: روش این مطالعه، کارآزمایی بالینی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه‌ی آماری این پژوهش دانش‌آموزان دختر کلاس هفتم در دوره متوسطه اول شهر بم در سال تحصیلی ۹۶-۱۳۹۵ می‌باشند. به این منظور ۴ مدرسه در مناطق مختلف شهر به روش خوشه‌ای انتخاب و به طور تصادفی به دو مدرسه کنترل و همچنین مداخله تقسیم شدند. سپس پرسشنامه‌های مشخصات دموگرافیک و اضطراب اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بین همه دانش‌آموزان پایه هفتم هر چهار مدرسه توزیع گردید و پس از تعیین سطح اضطراب اجتماعی آنان ۹۶ نفر از دانش‌آموزانی که میزان اضطراب آنها ۴۰ یا بیش از آن بود (۵۰ نفر در گروه مداخله و ۴۶ نفر در گروه کنترل) با اخذ رضایت آگاهانه کتبی از آنها و یکی از والدینشان وارد مطالعه شدند. گروه مداخله به مدت ۸ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای، هفته‌ای دو جلسه تحت مشاوره مبتنی بر پذیرش و تعهد قرار گرفتند، در حالی که گروه کنترل هیچ مداخله‌ای دریافت نکردند. پس از اتمام جلسات مشاوره ای پس‌آزمون از هر دو گروه گرفته شد. در انتها داده‌های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث کاهش اضطراب اجتماعی دانش آموزان گروه مداخله در مقایسه با گروه کنترل شده است.

نتیجه گیری: این پژوهش ضمن تأیید اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد در کاهش اضطراب اجتماعی، پیشنهاد می‌دهد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند برای کاهش اضطراب اجتماعی گروه‌های مختلف مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: اضطراب اجتماعی، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، دانش آموزان دختر

Abstract

Introduction: Social anxiety is one of the psychological problems in different stages of development and an emotional state that come up by assessment of the threat of social events or the inference of the person's inability to deal with it. The purpose of this study was to examine the impact of group counseling based on acceptance and commitment, which is a substitute for more traditional forms of psychotherapy, on social anxiety in adolescent girls.

Methods: The method of this study is a clinical trial with pretest-posttest design with control group. The statistical population of this study is the 9th class girl students of first high school in the city of Bam in the academic year of 1396-1397. These four schools were selected by cluster sampling in different regions of the city and randomly divided into two schools of control and intervention. Then, the questionnaire of demographic characteristics and social anxiety of conner et al. (2000) was distributed among all the students of both schools and after determining of their social anxiety level, 96 students with anxiety level of 40 or more (50 people in the group intervention group and 46 people in the control group) were studied by written informed consent from them and one of their parents. The intervention group received 8 sessions for 40-minutes and two sessions per week under consultation based on acceptance and commitment, while the control group received no intervention. After the completion of work, post-test counseling sessions were taken from both groups. Finally, the data were analyzed using SPSS software of version 19.

Results: The results of data analysis showed that therapy based on acceptance and commitment reduced social anxiety among students in intervention group compared to control group.

Conclusion: This study, meanwhile confirming the effectiveness of group counseling based on acceptance and commitment in reducing social anxiety, suggests that therapy based on acceptance and commitment can be used to reduce social anxiety in different groups.

Key words: Social anxiety, Therapy base on acceptance and commitment, Girl students



Kerman University of Medical Sciences

Faculty of Nursing and Midwifery

In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree (MS.c)
in Midwifery Counseling

Title:

**Effectiveness of Admission and Commitment (ACT) group counselling on
Social Anxiety of female students in the 7th grade of middle school of Bam in**

۲۰۱۶

By:

Naghme Afsharmanesh

Supervisor:

Atefe Ahmadi Ph. D.

Advisor:

Hamid Sharifi Ph. D.

Year: ۲۰۱۷-۲۰۱۸