

## اثربخشی درمان شناختی - تحلیلی بر اجتناب تجربه ای بیماران مبتلا به اختلال شخصیت

اعظم نوری: کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، ایران

[minooshnouri@gmail.com](mailto:minooshnouri@gmail.com)

### چکیده

**مقدمه:** اختلال شخصیت<sup>۱</sup> یک بیماری شایع و مزمن است که شیوع آن بین ۱۰-۱۵ درصد جمعیت عمومی تخمین زده می-شود (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۰۰). هدف از پژوهش حاضر، بررسی اثربخشی درمان شناختی- تحلیلی بر اجتناب تجربه ای بیماران مبتلا به اختلال شخصیت بود. روش: این پژوهش، نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل همه بیماران مبتلا به اختلال شخصیت شامل سه کلاستر مراجعه کننده به مراکز مشاوره و مددکاری شهر تهران در سال ۱۴۰۱ بودند که از بین آنها ۳۰ نفر به صورت نمونه گیری هدفمند، انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش ۱۵ نفر و کنترل ۱۵ نفر گمارده شدند. گروه آزمایش، تحت گروه درمانی شناختی - تحلیلی به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای در هر هفته دو جلسه قرار گرفتند. جهت جمع آوری داده ها از پرسشنامه اجتناب تجربه ای استفاده شد. داده ها با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره تحلیل شدند.

**یافته ها:** نتایج نشان داد که با کنترل اثر پیش آزمون، بین میانگین نمرات پس آزمون گروه های آزمایش و گروه کنترل در متغیر اجتناب تجربه ای، تفاوت معناداری وجود داشت.

**نتیجه گیری:** درمان شناختی - تحلیلی بر بهبود و کاهش اجتناب تجربه ای بیماران مبتلا به اختلال شخصیت مؤثر بود. با توجه به نتایج این پژوهش، پیشنهاد می شود تا روان شناسان و روان درمانگران از این درمان به عنوان مداخله ای اثربخش در جهت کاهش مشکلات روان شناختی بیماران مبتلا به اختلال شخصیت بهره ببرند.

**واژه های کلیدی:** درمان شناختی- تحلیلی، اجتناب تجربه ای، اختلال شخصیت