

اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) در بهبود علائم اضطراب سلامتی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی

الهه روحی هیر^۱، عذرا غفاری^۲

1- دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی،

واحد اردبیل، اردبیل، ایران

2- دکتری روان شناسی، گروه روانشناسی، رشته روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اردبیل،

اردبیل، ایران.

چکیده

این پژوهش با هدف (اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) در بهبود علائم اضطراب سلامتی بیماران مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی) صورت گرفت. نوع این پژوهش با توجه به ماهیت موضوع، نیمه تجربی و طرح آن پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه بیمارانی است که به تشخیص متخصص دارای اختلال اضطراب سلامتی می باشند که از بین مراجعه کنندگان به مراکز درمانی و مراکز مشاوره شهر اردبیل در نیم سال دوم 1393 به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شد در مرحله دوم 15 نفر به عنوان گروه کنترل و 15 نفر به عنوان گروه آزمایش انتخاب خواهد شد و پرسشنامه اختلالات اضطراب سلامتی روی آنها اجرا گردید و در مرحله بعد فقط گروه آزمایش آموزش مبتنی بر ACT را طبق الگوی باند و هیس در شش جلسه 1/5 ساعته دریافت کردند و گروه کنترل هیچ آموزشی دریافت نخواهند کرد و در ادامه ابزارهای پژوهش روی هر دو گروه اجرا شد و در نهایت پرسشنامه ها جمع آوری و اطلاعات توسط نرم افزار آماری SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته های پژوهش نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) در بهبود علائم بیماران مبتلا به اختلال اضطراب سلامتی اثر بخشی دارد.

کلمات کلیدی: درمان پذیرش و تعهد (ACT)، اختلال اضطراب سلامتی.