

اثربخشی روش کاهش فکر خطرناک (DIRT) بر ابعاد بهزیستی روانشناختی زوجین مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی

الهه مرادی^۱

چکیده

هدف پژوهش حاضر، اثربخشی روش کاهش فکر خطرناک (DIRT) بر ابعاد بهزیستی روانشناختی زوجین مبتلا به اختلال وسواس فکری - عملی بود. این پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه زوجین مبتلا به وسواس فکری - عملی بود که در سال ۱۳۹۵ به مراکز مشاوره و مددکاری شهر شهرکرد مراجعه کرده بودند. از میان آنها ۴۸ نفر (۲۴ زوج) به صورت نمونه گیری داوطلبانه مبتنی بر هدف و از طریق مصاحبه، انتخاب و به صورت تصادفی در گروه آزمایش و گروه کنترل به نسبت یکسان جای گرفتند. گروه آزمایش درمان (DIRT) را در ۲۰ جلسه ۶۰ دقیقه‌ای دریافت کردند. از "مقیاس بهزیستی روانشناختی" برای گردآوری اطلاعات استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس آنکوا نشان دهنده اثربخشی درمان (DIRT) بر ابعاد بهزیستی روانشناختی به جزء بعد زندگی هدفمند بود. همچنین، نتایج آزمون تعقیبی فیشر حاکی از آن بود که روش درمان (DIRT) بر ابعاد پذیرش خود و خود مختاری به طور معناداری اثربخش است ($p < 0.05$).

واژه‌های کلیدی: درمان کاهش فکر خطرناک (DIRT)؛ ابعاد بهزیستی روانشناختی.