

## بررسی اثربخشی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد بر اختلال اضطراب

### فراگیر در دانش آموزان شهر بوشهر

ناصر امینی<sup>۱\*</sup>، هاجر عادل<sup>۲\*</sup>

- ۱- استادیار، گروه روان شناسی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران.
- ۲- کارشناسی ارشد، روان شناسی عمومی، واحد بوشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، بوشهر، ایران.

### چکیده

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد بر اختلال اضطراب فراگیر در دانش آموزان انجام شد. پژوهش از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان مشغول به تحصیل در سال ۱۳۹۶ شهر بوشهر در مقطع متوسطه دوم بود. با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چندمرحله ای نمونه ای به حجم ۲۴ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارش شدند. برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه متغیرهای جمعیت شناختی و اختلال اضطراب فراگیر- فرم کوتاه استفاده شد. اطلاعات به دست آمده با SPSS-۲۲ و روش های آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس چندمتغیری (MANCOVA) تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که تفاوت معنی داری بین گروه های آزمایش و کنترل در کاهش اختلال اضطراب فراگیر و مؤلفه های آن وجود دارد ( $P < 0.05$ ).

**کلید واژگان:** حساسیت زدایی از طریق حرکت چشم و پردازش مجدد، اختلال اضطراب فراگیر، دانش آموزان.