

## اثربخشی مشاوره گروهی مبتنی بر طرح‌واره درمانی بر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه

فاطمه زرین کلاه<sup>۱\*</sup>، سهراب صادقی<sup>۲</sup>، محمدرضا صالحی<sup>۳</sup>

۱- کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی

۲- عضو هیات علمی دانشگاه فرهنگیان

۳- عضو هیات علمی دانشگاه فرهنگیان

### چکیده

پژوهش حاضر با هدف اثربخشی مشاوره با رویکرد طرح‌واره درمانی بر تغییر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه دانشجویان صورت گرفته است. بدین منظور از میان دانشجویان دختر مجرد دانشگاه فرهنگیان شیراز واحد سلمان فارسی نمونه‌ای ۳۰ نفره به شیوه تصادفی نظام مند انتخاب شده و در دو گروه ۱۵ نفری به عنوان گروه‌های آزمایشی و کنترل جای گرفتند. پرسشنامه‌ی «طرح‌واره‌های یانگ» (فرم کوتاه) به عنوان ابزار اندازه‌گیری در پیش‌آزمون و پس‌آزمون به کار برده شد. مداخلات مبتنی بر طرح‌واره درمانی طی ۱۶ جلسه با شیوه مشاوره گروهی انجام پذیرفت. و نتایج با نرم افزار SPSS و تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج آماری نشان داد که مشاوره گروهی مبتنی بر طرح‌واره درمانی بر تغییر ۸ طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه یعنی: محرومیت هیجانی، رهاشدگی، بی‌اعتمادی/بدرفتاری، انزوای اجتماعی/بیگانگی، نقص/شرم، وابستگی/بی‌کفایتی، اطاعت و بازدارنده هیجانی، موثر و معنا دار بوده یعنی باعث کاهش میانگین نمرات گروه آزمایشی مرتبط با طرح‌واره‌های ناسازگار گردیده است. در مجموع می‌توان گفت که آموزش مبتنی بر طرح‌واره درمانی می‌تواند موجب تغییر طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان گردیده و به لحاظ پیشگیری و درمانی مورد استفاده قرار گیرد.

**کلید واژه‌ها:** مشاوره گروهی، طرح‌واره درمانی، طرح‌واره ناسازگار اولیه