



اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اختلال وحشتزدگی

اشکان فعله کار

وابستگی دانشگاهی یا سازمانی نویسنده اول

• پست الکترونیک نویسنده ی مسئول: corresponding.author@examle.com

• شماره تماس نویسنده مسئول: ۰۹۳۷۴۶۴۵۹۵۹

چکیده

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، یکی از رایج‌ترین درمان‌های رفتاری موج سوم در زمینه‌ی اختلالات اضطرابی است. هدف پژوهش حاضر اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر اختلال وحشتزدگی بود. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه‌ی افراد مراجعه‌کننده به مراکز درمانی و کلینیک‌های روان‌پزشکی شهر بندرعباس با تشخیص اولیه اختلال وحشتزدگی بودند که از میان آن‌ها ۳۰ نفر بر اساس نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. گروه آزمایش در ۸ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای مداخله‌ی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد دریافت کردند ولی بر روی گروه کنترل مداخله‌ای صورت نگرفت. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های مصاحبه بالینی ساختاریافته فرست، اسپیتیزر، گیبون و ویلیامز و اضطراب بک استفاده شد. داده‌های جمع‌آوری شده از طریق تحلیل واریانس تک متغیری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان داد که مداخله درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث ایجاد تفاوت معنی‌داری بین دو گروه در نمرات اختلال وحشتزدگی شد ($P < 0.05$). با توجه به اثربخش بودن درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد پیشنهاد می‌گردد از این روش درمانی در مراکز درمانی و کلینیک‌های روان‌پزشکی کشور جهت کاهش اختلال وحشتزدگی مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، اختلال وحشتزدگی