



پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد: فاطمه محمدی، ۱۳۹۸

اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر سبک‌های حل تعارض و خودتنظیمی هیجانی دانش‌آموزان دارای اضطراب حاد دوره دوم متوسطه شهر مشهد

هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر سبک‌های حل تعارض و خودتنظیمی هیجانی دانش‌آموزان دارای اضطراب حاد دوره دوم متوسطه شهر مشهد بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دارای اضطراب حاد بودند که در دوره دوم متوسطه در شهر مشهد تحصیل می‌کردند. از میان جامعه آماری به روش نمونه‌گیری در دسترس از بین دانش‌آموزانی که تمایل به شرکت در پژوهش را داشتند و براساس نمره پرسشنامه اضطراب کتل، نمونه‌ای به حجم 40 نفر انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های سبک‌های حل تعارض ویکز (1994) و خودتنظیمی هیجانی گرانفسکی و همکاران (؟؟?) در پیش‌آزمون پاسخ دادند، این 40 نفر به طور کاملاً تصادفی به دو گروه 20 نفره آزمایش و کنترل تقسیم شد که گروه آزمایش، 8 جلسه درمان شناختی رفتاری را دریافت کرد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار دارند و هیچ درمانی دریافت نکرد. همچنین برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از تحلیل کوواریانس و از نرم افزار SPSS21 استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که درمان شناختی رفتاری تاثیر معناداری بر سبک‌های حل تعارض و خودتنظیمی هیجانی دانش‌آموزان مبتلا به اضطراب حاد دارد. به عبارت بهتر افراد مبتلا به اضطراب حاد با شرکت در جلسات درمان شناختی رفتاری، توانستند سبک‌های حل تعارض را در خود بهبود بخشند و خودتنظیمی هیجانی نیز در آنها افزایش یابد.

کلیدواژه‌ها: درمان شناختی رفتاری، سبک‌های حل تعارض، خودتنظیمی هیجانی، دانش‌آموزان دارای اضطراب حاد

شماره‌ی پایان‌نامه: ۱۲۷۲۰۷۰۳۹۷۲۰۰۴

تاریخ دفاع: ۱۳۹۸/۰۶/۲۰

رشته‌ی تحصیلی: روانشناسی شخصیت

دانشکده: علوم انسانی

استاد راهنما: علی کریمی

M.A. Thesis:

ZENDEGIM: Effectiveness of cognitive behavioral therapy on conflict resolving and emotional self-regulatory Acute middle school students in Mashhad.

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of cognitive behavioral therapy on conflict resolution and emotional self-regulation in high school students with



Major anxiety in Mashhad. The statistical population of this study consisted of all students with acute anxiety who were studying in the second high school in Mashhad. A sample of 40 students was selected from among the students who were willing to participate in the study and based on the Cattell Anxiety Questionnaire, were selected through convenience sampling. And responded to the Weeks Conflict Resolving Styles Questionnaire (1994) and Granofsky et al.'s Emotional Self-Regulation Questionnaire (2001) in the pretest. The 40 subjects were randomly divided into two groups of 20 experimental and control groups. The experimental group received 8 sessions of cognitive behavioral therapy and the control group is on the waiting list, the control group received no treatment. Covariance analysis was used to analyze the data and SPSS21 software was used to accelerate the results. The results showed that cognitive-behavioral therapy had a significant effect on conflict resolution and emotional self-regulation in students with Major anxiety. In other words, people with Major anxiety could participate in cognitive behavioral therapy sessions to improve their conflict resolution styles and to increase their emotional self-regulation.