مقایسه تأثیر آموزش گروهی مهارت اجتماعی و گروه درمانی شناختی-رفتاری در کاهش اضطراب
اجتماعی دانشجویان

بعد، زرگر، سودبیسه به ساک، نژاد، لیلی اخلاقی جامی، مهدی زمستانی

تاریخ دریافت: 1392/11/26، تاریخ پذیرش: 1393/01/08

چکیده
پیش زمینه و هدف: اخبار اضطراب اجتماعی یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی در جمعیت دانشجوی است. این اختلال ایجاد می‌کند که افراد در هنگام رفتار در جامعه و عدم مهارت‌های اجتماعی، تحقیق و حل مشکلات درونی یا خارجی را داشته باشند. این اختلال می‌تواند باعث بروز مشکلات در اجتماع، تحصیلات و زندگی شخصی شود. این مطالعه به منظور مقایسه تأثیر آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی و گروه درمانی شناختی-رفتاری برکاهش اضطراب اجتماعی

در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز بود.

مواد و روش: کار تحقیقی حاضر یکی از ۳ نوع بین: آزمون تکنولوژی، آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی دانشگاه شهید چمران بود که ۹۰ نفر از آن دانشجویان با روش نمونه‌گیری چندگانه، انتخاب شدند. از نمونه‌گیری چندگانه، نفری که مدل‌های حل مشکلات اجتماعی، داشتن شکوفه‌داری از گروه درمانی شناختی-رفتاری، آموزش مهارت‌های اجتماعی و گروه قرار گرفتند و داده‌ها به این‌سانه ارزیابی و تحلیل، بررسی شدند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که در کاهش اضطراب اجتماعی، آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی و گروه درمانی شناختی-رفتاری نسبت به گروه کنترل مؤثرترین بود. برای این‌سانه، انکار نیاز به بررسی اضافی از این‌سانه‌ها در دانشگاه‌ها و بعدها در محیط کار، می‌توان با این‌گونه که در جهت پیشرفت اهداف تحصیلی، شغلی و برقراری ارتباط مؤثر و موفقیت‌ها بیشتر کمک می‌فرماید.

کلیدواژه‌ها: اضطراب اجتماعی، درمان گروهی شناختی-رفتاری، آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی، دانشجویان

جله پژوهش ارائه، دوره پیست و تپه، شماره سوم ص ۱۸۱-۱۷۲۶، خرداد ۱۳۹۳

آدرس مکاتبه: اهواز، دانشگاه شهید چمران اهواز، دانشکده علوم روانی، گروه روان‌شناسی تلفن: 081۲۸۹۸۹۹۷۵۵
Email: zargarmpmk@yahoo.com

مقدمه
اختلال اضطراب اجتماعی یکی از شایع‌ترین اختلالات روانی در جمعیت دانشجوی است، مطالعات همگستری‌نشان می‌دهد که این اختلال با شیوع ۲/۱ درصدی در جمعیت عمومی، به‌طور متوسط اغلب از پیش‌درآمد کارهای آموزش مهارت‌های اجتماعی و تنها ۱/۱ با ویژگی‌های پیش‌بینی در این‌سانه‌ها بالاتر

استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران (مراجعه سند)

۱) استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران (مراجعه سند)

۲) استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران

۳) استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران

۴) استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران

۵) استاد روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران

social anxiety disorder
نوانی فرانسوی در روی خاک ایران، عاشقانه و اجتماعی،

بهم در اثر افزایش اضطراب اجتماعی،

ازجمله نظریه کلاک و ول و نظریه گروه ۳ یا یک گروه که ایان ایجاد

ازجمله نسبت‌بندی رستشان‌های خانواده با

تجربیات اجتماعی اجتماعی به وجود می‌آید (۳) و تأثیر

تجربیات بازگردانی اجتماعی به معنی کلیدی ایجاد این

اختلاف در نظر گرفته شده است (۳۸) مخصوصاً به دلیل

روش‌های مختلفی را به جهت درمان اضطراب اجتماعی بیشتر

می‌کند که در این میان اموزش مهره‌های اجتماعی و انتقال

درمان‌های مشابه می‌شود اولین بزرگ‌هایی که با اپراتوران

در مطالعه‌های دیگر در زمینه ارتباط روی درمان گروهی

شبیه‌سازی رفتاری کارایی این روش در مقایسه با گروه تنها 

به انجام رسیده است (۲۳) در برابر - بنابراین

ملاحظه‌ای درمان گروهی شان‌هایی و آموزشی اجتماعی در

اعتصاب اجتماعی در این تحقیقات دوک و چارلز (۵۱) در ایران

تحقیقات اندکی درباره این موضوع وجود در دو روش درمان اجتماعی گرفته است.

است برای مثال، نتایج پایه‌ای در تحقیق

شکوه در اثر افزایش اضطراب اجتماعی کاشت در

اضطراب اجتماعی و فاقد در ماهانه‌های اجتماعی نسبت به

گروه‌های رفتاری این‌ها نشان دادند (۵۱) در ایران.

تحقیقات اندکی درباره این موضوع وجود در دو روش درمان اجتماعی گرفته است.

است برای مثال، نتایج پایه‌ای در تحقیق

شکوه در اثر افزایش اضطراب اجتماعی کاشت در

اضطراب اجتماعی و فاقد در ماهانه‌های اجتماعی نسبت به

گروه‌های رفتاری این‌ها نشان دادند (۵۱) در ایران.

تحقیقات اندکی درباره این موضوع وجود در دو روش درمان اجتماعی گرفته است.

است برای مثال، نتایج پایه‌ای در تحقیق

شکوه در اثر افزایش اضطراب اجتماعی کاشت در

اضطراب اجتماعی و فاقد در ماهانه‌های اجتماعی نسبت به

گروه‌های رفتاری این‌ها نشان دادند (۵۱) در ایران.
گردهمایی شناختی - رفتاری در مقایسه با سایر روشهای درمانی سپس کامیابی در اقطاب اجتماعی در دانشجویان مجدداً بلنداده و نتایج آن مورد توجه قرار نمی‌گیرد. 

مطالعات نهایی این مقاله نشان می‌دهد که پیشنهادی برای ارزیابی این روشهای مورد توجه با استفاده از ابزاری می‌باشد که برای ارزیابی این روشهای مورد توجه بکار می‌رود.

**مکانیسم اثر درمانی: R.O.M**

در مقایسه با سایر روشهای درمانی سپس کامیابی در اقطاب اجتماعی در دانشجویان مجدداً بلنداده و نتایج آن مورد توجه قرار نمی‌گیرد.

**مکانیسم اثر درمانی: R.O.M**

در مقایسه با سایر روشهای درمانی سپس کامیابی در اقطاب اجتماعی در دانشجویان مجدداً بلنداده و نتایج آن مورد توجه قرار نمی‌گیرد.

**مکانیسم اثر درمانی: R.O.M**

در مقایسه با سایر روشهای درمانی سپس کامیابی در اقطاب اجتماعی در دانشجویان مجدداً بلنداده و نتایج آن مورد توجه قرار نمی‌گیرد.
جدول (1): یافته‌های توصیفی مربوط به کل آزمودنی‌ها

<table>
<thead>
<tr>
<th>شاخص‌های آماری</th>
<th>انحراف معیار</th>
<th>میانگین</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>فاصله بین آزمون پس آزمون</td>
<td>پس آزمون</td>
<td>پس آزمون</td>
</tr>
<tr>
<td>0.72</td>
<td>0.89</td>
<td>0.72</td>
</tr>
<tr>
<td>0.65</td>
<td>0.78</td>
<td>0.65</td>
</tr>
<tr>
<td>0.62</td>
<td>0.76</td>
<td>0.62</td>
</tr>
<tr>
<td>0.61</td>
<td>0.69</td>
<td>0.61</td>
</tr>
</tbody>
</table>

درمان شناختی-رفتار

آزمون مهارت‌های اجتماعی

کنترل

کل
جدول (۲): تحلیل واریانس یک‌گراه برای پیش‌آزمون انضباط اجتماعی بین گروه‌های آزمایشی و کنترل

<table>
<thead>
<tr>
<th>سطح سنجش</th>
<th>F</th>
<th>بین گروهی</th>
<th>درجه آزادی</th>
<th>مجموع</th>
<th>منابع تغییر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>معنی‌دار</td>
<td></td>
<td>243/362</td>
<td>539/28</td>
<td>199/20</td>
<td>29/176</td>
</tr>
<tr>
<td>مجموع</td>
<td>20/196</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

برای بررسی فرضیه‌ها از روش تحلیل واریانس یک‌گراه استفاده شد. نظر به اینکه استفاده از روش تحلیل واریانس یک‌گراه مستلزم تحقیق بیشتر فرض همگنی واریانس‌های گروه‌های است، لذا با استفاده از آزمون لون (leven) آن امر مورد بررسی قرار گرفت که نتایج این آزمون نشان داد تفاوت معنی‌دار بین واریانس گروه‌ها وجود ندارد و از واریانس‌های همگن برخوردارند.

همانطور که در جدول ۳ دیده می‌شود تفاوت معنی‌داری بین تفاوت‌های گروه‌ها وجود دارد. بنابراین با متنظر مقایسه جزئی‌تر بین گروه‌های آزموده شده است. این نتایج بیان‌کننده وجود فاصله‌ای در بهبود و تغییرات‌های اجتماعی بین گروه‌ها می‌باشد.

جدول (۳): نتایج آزمون بی‌پیش‌بینی شفه چگیت مقایسه میانگین‌ها

<table>
<thead>
<tr>
<th>سطح سنجش</th>
<th>F</th>
<th>بین گروهی</th>
<th>درجه آزادی</th>
<th>مجموع</th>
<th>منابع تغییر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>معنی‌دار</td>
<td></td>
<td>125/85</td>
<td>27/83</td>
<td>8/15</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>مجموع</td>
<td>27/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

همان‌طور که در جدول ۴ ملاحظه می‌شود، آموزش گروهی مهارت‌های اجتماعی در پیش‌آزمون تأثیر مناسب از استاندارد مطالعه داشته و بی‌پیش‌بینی شفه چگیت مقایسه میانگین‌ها آموزش مهارت‌های اجتماعی، در کنار آموزش گروهی این مهارت‌ها می‌باشد و اضافه کننده سیستم آموزش‌های آموزش‌گروهی مقدماتی است و در این جدول مشاهده می‌شود که درمان گروهی شاخه‌ای فراتر از آموزش گروهی در کنار آموزش‌های اجتماعی بی‌پیش‌بینی شفه چگیت مقایسه میانگین‌ها آموزش گروهی ممکن است.
بحث و نتیجه‌گیری


参考文献


32. Davoodi I, Najarian B. Development and validation of social anxiety test in students of Shahid Chamran University and investigation of its relation with some of educational and personality traits. Ahvaz: Research project under supervision of research assistance of Shahid Chamran University of Ahvaz; 2000. (Persian)


THE COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF GROUP TRAINING OF SOCIAL SKILLS AND GROUP COGNITIVE-BEHAVIOR THERAPY IN REDUCING SOCIAL ANXIETY AMONG STUDENTS

Yadollah Zargar 1*, Soodabe Besaknezhad 2, Leili Akhlaghi Jami 3, Mehdi Zemestani 4

Abstract

Background & Aims: Social anxiety disorder is one of the most prevalent psychiatric disorders in the students’ population. This disorder has some negative effects on scientific performance during education and on job performance in the future. In line with this, mental health specialists suggested different procedures to the treatment of social anxiety. The purpose of this study was to investigate the effectiveness of Group Cognitive-Behavior Therapy (GCBT) and Group Training of Social Skills on reducing social anxiety in the students of Shahid Chamran University of Ahvaz (Iran).

Materials & Methods: This experimental research involved both pretest-posttest group design with control group. The population of this study included all BA students of Shahid Chamran University that 10 percent of these students were selected by cluster sampling. From this sample 45 students that achieved high scores in social anxiety scale were randomly assigned to experimental groups (15 subjects in GCBT and 15 subjects in group training of social skills) and control group (15 subjects). The gathered data were subjected to one-way analysis of variance (ANOVA) and Sheffe following test.

Results: The findings showed that there was a significant difference between group CBT and group training of social skills. Moreover, significant difference existed between training of social skills and control group. But, there was not any difference between the Training of Social Skills and CBT.

Conclusion: The group CBT and group training of social skills had efficacy on social anxiety in students. Since social anxiety intensifies and prone to other mental disorders and also due to its negative effect on academic performance of students in university’s environment as well as future work environment, we can take some useful steps using these training to advance educational and occupational goals and also to establish effective relationships and more success.

Keywords: Social anxiety, Group Cognitive, Behavior Therapy, Group Training of Social Skills, Students

Address: Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran, Tel: +98 9166135725
Email: zargarmpmk@yahoo.com


1 Assistant Professor, Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran (Corresponding Author)
2 Assistant Professor, Psychology Department, Psychiatry and Behavioral Sciences Research Center, Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran
3 Master in Clinical Psychology, Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran
4 PhD Candidate, Psychology Department, Shahid Chamran University, Ahwaz, Iran