

## اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت، بر اضطراب اجتماعی، سازگاری اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه اول شهراوهواز

بهنام مکوندی<sup>۱</sup>، علی نیسی<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز

### چکیده

هدف مقاله حاضر بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت، بر اضطراب اجتماعی، سازگاری اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه اول شهر اهواز بود. نمونه‌آماری در این پژوهش با روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب شدند. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه شهر اهواز بودند که در سال تحصیلی ۹۹-۹۸ مشغول به تحصیل می‌باشند. نمونه این پژوهش مشتمل بر ۴۰ نفر از جامعه مذکور (۲۰ نفر گروه آزمایش و ۲۰ نفر گروه گواه) می‌باشد که برای انتخاب آنها از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شد. این پژوهش توصیفی از نوع تجربی است که از طرح پیش-آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شده است. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه‌ی سازگاری اجتماعی سینها و سینگ (۱۹۹۳)، مهارت‌ارتباطی هارجی و مارشال (۱۹۸۶) و هراس اجتماعی کانور و همکاران (۲۰۰۰) بود. داده‌ها با روش‌های آماری کواریانس چند متغیری و یک متغیری تحلیل شدند. یافته‌ها نشان داد درمان مبتنی بر شفقت با توجه به میانگین اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب کاهش اضطراب اجتماعی دانش‌آموزان گروه آزمایش شده است. همچنین سازگاری اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان گروه آزمایش نسبت به میانگین گروه گواه، موجب افزایش سازگاری اجتماعی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان گروه آزمایش شده است.

**واژه‌های کلیدی:** درمان مبتنی بر شفقت اضطراب اجتماعی، سازگاری اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۷، شماره ۳، پاییز ۱۴۰۰، صفحات ۱۶۹-۱۴۵