

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه‌ی پرآگاهی و فراشناخت با اختلال اضطراب فراگیر انجام شد. جامعه‌ی آماری دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رشت در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ بودند، که از طریق پرسشنامه پنج عاملی ذهن آگاهی، پرسشنامه‌ی فراشناخت-۳۰ ولز و مقیاس ۷ سوالی اضطراب فراگیر، مورد سنجش قرار گرفتند. روش نمونه‌گیری به صورت نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی و حجم نمونه در این تحقیق شامل ۳۷۵ نفر بود. نتایج حاصل از پرسشنامه‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS ۲۲ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج به دست آمده با استفاده از تحلیل رگرسیون چند گانه و ضریب همبستگی پیرسون نشان داد پرآگاهی و فراشناخت در مجموع ( $R^2 = ۳۵/۷$ ) درصد واریانس اختلال اضطراب فراگیر را پیش بینی می‌کنند. ضریب همبستگی پرآگاهی و فراشناخت با اختلال اضطراب فراگیر ( $r = ۰/۵۹۸$ ) و معنی دار ( $p < ۰/۰۵$ ) می‌باشد. بر اساس نتایج این تحقیق مؤلفه‌های باورهای درباره‌ی نیاز به کنترل افکار ( $r = ۰/۲۹۴$ )، اعتماد شناختی ( $r = ۰/۳۱۲$ )، باورهای مثبت در مورد نگرانی ( $r = ۰/۲۹۴$ )، باورهای منفی در مورد غیر قابل کنترل بودن و خطر افکار ( $r = ۰/۳۵۹$ )، دارای رابطه‌ی معنی دار ( $p < ۰/۰۵$ ) مثبت و مستقیم با اختلال اضطراب فراگیر هستند، و مؤلفه‌های خودآگاهی شناختی ( $r = -۰/۱۴۳$ )، مشاهده ( $r = -۰/۳۷۴$ )، توصیف ( $r = -۰/۳۴۰$ )، عدم قضاوت ( $r = -۰/۳۴۸$ )، عدم واکنش ( $r = -۰/۳۲۷$ ) و عمل همراه با آگاهی ( $r = -۰/۳۹۳$ )، دارای رابطه‌ی معنی دار ( $p < ۰/۰۵$ ) منفی و معکوس با اختلال اضطراب فراگیر هستند.

واژگان کلیدی: اختلال اضطراب فراگیر، پرآگاهی، فراشناخت.