

چکیده

نوجوانان بدون سرپرست در مقایسه با نوجوانان عادی در معرض مشکلات بسیاری هستند که در صورت عدم مداخله متخصصین می تواند بر سلامت روانی این افراد تاثیر منفی بگذارد. هدف از این پژوهش تعیین اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر تاب آوری، خودکارآمدی و علائم روانشناختی نوجوانان بی سرپرست بود. پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی و از لحاظ شیوه اجرا نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. روش نمونه گیری این پژوهش به صورت در دسترس بود و جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه نوجوانان بی سرپرستی است که پدر خانواده فوت شده و تحت تکفل مادر هستند و تحت پوشش مراکز خیریه فرهنگی-حمایتی رشت در سال ۹۸ بودند که ۳۲ نفر از این نوجوانان در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۱۶ نفر) به صورت تصادفی جایگذاری شدند؛ گروه آزمایش ۷ جلسه ۹۰ دقیقه ای تحت آموزش قرار گرفتند و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکرد. داده های این پژوهش از پرسشنامه تاب آوری کونور و دیویدسون (۲۰۰۳)، پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر (۱۹۸۲) و فرم کوتاه پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس لایونند و لایونند (۱۹۹۵) به دست آمد. برای بررسی فرضیه های پژوهش از آزمون تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۲ استفاده شد. نتایج حاصل از تحلیل داده ها نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد باعث افزایش تاب آوری در گروه آموزش شده است ($p < 0.05$). در مورد متغیر خودکارآمدی نتایج از لحاظ آماری معنادار نبود ($p > 0.05$). لذا می توان گفت که بین ۲ گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری وجود نداشت. همچنین نتایج تحلیل داده ها نشان دهنده اثربخشی این درمان بر بهبود علائم روانشناختی (استرس، اضطراب و افسردگی) گروه آزمایش بود ($p < 0.05$). این مطالعه نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می تواند باعث افزایش تاب آوری و کاهش استرس، اضطراب و افسردگی شود.

کلید واژه ها: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، تاب آوری، خودکارآمدی، استرس، اضطراب، افسردگی، نوجوانان بی سرپرست