



دانشگاه علامه طباطبائی
دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی

رساله دکتری تخصصی (Ph.D) رشته روان‌شناسی

اثربخشی طرح واره درمانی در درمان زنان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی

نگارش

محسن خورشیدزاده

استاد راهنما

دکتر احمد برجعلی

استادان مشاور

دکتر فرامرز سهرابی دکتر علی دلاور

استادان داور

دکتر حسین اسکندری دکتر علی فتحی آشتیانی

حمد و سپاس خدای را که توفیق از اوست

سپاس ایزد منان را که توفیق عنایت فرمود که بخشی از عمرم را در تحصیل علم سپری کنم. خود نیز مرا در ادای دینی که بر عهده دارم یاری فرماید. از درگاه لطفش خواستارم که بر اندیشه ام پاکی، بر بازوانم توان، در قلبم ایمان و بر راهم استواری بخشد تا غمگسار بندگانش باشم.

سپاس بی شائبه نثار استادان و معلمان و تمام کسانی که صبورانه و دلسوزانه رهرو علم و دانش و تربیت انسانی اند. در این مجال وقت آن است تا خالصانه قدردانی کنم از زحمات استادان گرانقدرم جناب آقای دکتر احمد برجعلی، جناب آقای دکتر فرامرز سهرابی و جناب آقای دکتر علی دلاور، که راهنمایی ها و مساعدت هایشان سهم به سزایی در تدوین این اثر داشته است. از استادان بزرگوار داور جناب آقای دکتر حسین اسکندری و جناب آقای دکتر علی فتحی آشتیانی که با توصیه ها و دقت نظر حکیمانه خویش راهنمایم بودند تا نقص های این پژوهش مرتفع گردد. این اثر جلوه ای از تلاش این بزرگواران است که به منصفه ظهور رسیده است. سپاسگزاری می کنم از جناب آقای دکتر حسن حمیدپور، که خالصانه در مراحل مختلف انجام پروژه از راهنمایی ها و توصیه های عالمانه خویش دریغ ننموده و یاری ام دادند. کمال تشکر را دارم از دوست عزیز و همکار ارجمند جناب آقای دکتر خامسان، که دوستی صادقانه و همکاری عالمانه ایشان را غنیمت می شمرم.

این اثر را تقدیم می کنم به همسر مهربانم خانم نرگس کاظمی، که اگر نبود چهره گشاده و صعه صدرش در تحمل مشکلات، قادر به انجام و اتمام این کار نبودم و فرزندانم محمد صادق، رومینا و آلاء که خدای عزوجل را به داشتن این نعمت ها شاکرم و از او هدایت شان را از ظلمت و نادانی به نور علم خواستارم.

در خاتمه به روح پر فتوح پدر و مادر گرامی ام درود می فرستم و دعای خیرشان را در همه حال پشتوانه گذر از بزرگ راه های زندگی ام می دانم.

چکیده

این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی طرح واره درمانی در درمان زنان مبتلا به اختلال اضطراب اجتماعی انجام شد. در این پژوهش، از طرح تجربی تک موردی از نوع خط پایه چندگانه استفاده شده است. تعداد 5 بیمار به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند و به مدت 20 جلسه تحت درمان انفرادی با مدل طرح واره درمانی یانگ قرار گرفتند و مرحله پیگیری نیز، دو ماه پس از پایان درمان دنبال شد. به منظور گردآوری داده‌ها از مصاحبه تشخیصی جامع بین‌المللی (CIDI)، پرسشنامه بالینی چند محوری میلون (MCMI-III)، پرسشنامه هراس اجتماعی (SPIN)، مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)، پرسشنامه فرم بلند طرح واره یانگ (YSQ-L2)، پرسشنامه اجتناب یانگ-رای (Y-RAI)، پرسشنامه جبران یانگ (YCI)، مقیاس ترس از ارزیابی منفی (BFNE)، مقیاس خودکارآمدی عمومی (GSE-10) و پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از روش بهبود-تشخیصی و معناداری بالینی استفاده گردید. نتایج نشان دهنده آن بودند که طرح‌واره‌ها درمانی، موجب کاهش فعالیت طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در تمامی حوزه‌های طرح‌واره و متعاقب آن سبب کاهش معنادار آماری و بالینی در آماج‌های اصلی درمان (ترس و اجتناب) می‌شود. طرح‌واره درمانی در درمان اختلال اضطراب اجتماعی زنان از کارآیی و اثربخشی لازم برخوردار است.

واژه‌های کلیدی: طرح‌واره درمانی، طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، اختلال اضطراب اجتماعی

شماره	عنوان
فصل اول: کلیات	
1	مقدمه
2	بیان مسئله
7	اهمیت و ضرورت مسئله
13	اهداف تحقیق
14	فرضیه های تحقیق
14	تعریف مفاهیم و متغیرهای اصلی تحقیق
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق	
20	مقدمه
21	اختلال اضطراب اجتماعی در DSM
24	همه گیر شناسی اختلال اضطراب اجتماعی
24	سیر و پیش آگهی
26	انواع اضطراب اجتماعی
27	همبودی اختلال اضطراب اجتماعی با سایر اختلالات روانی
29	اختلال اضطراب اجتماعی و سوء مصرف مواد
29	ویژگی های اختلال اضطراب اجتماعی
29	ترس از ارزیابی منفی
30	مخفی کردن ویژگی های شخصیتی
31	احساسات و تصورات خصمانه نسبت به دیگران
31	تعاملات اجتماعی ضعیف
33	ترس مزمن از ترد شدن
34	توجه متمرکز بر خود

35 سوگیری تغییر
36 بازداری رفتاری
37 خودکارآمدی اجتماعی پایین
37 کمرویی
38 اشکال در رشد هویت
38 ترس
39 علت یابی اختلال اضطراب اجتماعی
44 مدل همنوایی حافظه
48 مدل شناختی اضطراب اجتماعی
55 مدل سبب شناسی اضطراب اجتماعی
60 مدل نمایش فردی گافمن
62 مدل تکاملی / کردارشناختی اضطراب اجتماعی
65 مدل طرح واره درمانی یانگ
67 تعریف یانگ از طرح واره
67 ویژگی های طرح واره های ناسازگار اولیه
68 ریشه های تحولی طرح واره ها
70 حوزه های طرح واره
70 عملکردهای طرح واره
71 سبک ها و پاسخ های مقابله ای ناسازگار
74 مرحله سنجش و آموزش
74 مرحله تغییر
74 تکنیک های شناختی
75 تکنیک های تجربی
76 تکنیک های رفتاری
77 تکنیک های رابطه درمانی
78 طرح واره های ناسازگار اولیه و اختلال اضطراب اجتماعی
81 پیشینه پژوهش

88 درمان اختلال اضطراب اجتماعی
	فصل سوم: روش اجرای پژوهش
94 طرح تحقیق
94 جامعه
95 روش نمونه گیری و تعداد نمونه
97 ابزارهای پژوهش
97 مصاحبه تشخیصی جامع بین المللی
98 پرسشنامه بالینی چندمحوری میلون
98 پرسشنامه طرح واره یانگ
99 پرسشنامه سبک فرزندپروری یانگ
100 پرسشنامه اجتناب یانگ - رای
100 پرسشنامه جبران یانگ
101 پرسشنامه هراس اجتماعی
101 مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز
102 مقیاس کوتاه ترس از ارزیابی منفی
102 پرسشنامه کیفیت زندگی
103 مقیاس خودکارآمدی عمومی
104 فرایند اجرای پژوهش
106 روش درمان
106 روش تجزیه و تحلیل داده ها
	فصل چهار: یافته های پژوهش
109 مقدمه
109 بیوگرافی بیماران
109 بیمار اول
110 بیمار دوم
111 بیمار سوم
112 بیمار چهارم

113 بیمار پنجم
114 یافته های پژوهش
114 آزمون فرضیه اول و دوم پژوهش
121 آزمون فرضیه سوم پژوهش
136 آزمون فرضیه چهارم پژوهش
140 آزمون فرضیه پنجم پژوهش
142 آزمون فرضیه ششم پژوهش
144 آزمون فرضیه هفتم پژوهش
147 آزمون فرضیه هشتم پژوهش
	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری
149 مقدمه
149 فرضیه اول
150 فرضیه دوم
151 فرضیه سوم
153 فرضیه چهارم
157 فرضیه پنجم
157 فرضیه ششم
158 فرضیه هفتم
159 فرضیه هشتم
160 بحث و نتیجه گیری
167 محدودیت های پژوهش
168 پیشنهادهای پژوهش
169 منابع فارسی
173 منابع انگلیسی
	پیوست ها

116	نمودار 4-1: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه هراس اجتماعی (SPIN)
118	نمودار 4-2: سیر نمرات بیماران در مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)
120	نمودار 4-3: سیر نمرات بیماران در زیر مقیاس ترس در مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)
120	نمودار 4-4: سیر نمرات بیماران در زیر مقیاس اجتناب در مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)
123	نمودار 4-5: شدت فعالیت طرح واره های ناسازگار اولیه در فرایند درمان
127	نمودار 4-6: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه طرح واره یانگ (YSQ)، حوزه طرد و بریدگی
129	نمودار 4-7: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه طرح واره یانگ (YSQ)، حوزه خودگردانی و عملکرد مختل
130	نمودار 4-8: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه طرح واره یانگ (YSQ)، حوزه محدودیت های مختل
132	نمودار 4-9: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه طرح واره یانگ (YSQ)، حوزه دیگر جهت مندی
133	نمودار 4-10: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه طرح واره یانگ (YSQ)، حوزه گوش بزنگی بیش از حد
135	نمودار 4-11: میزان بهبودی بیماران در حوزه های طرح واره ها
137	نمودار 4-12: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه اجتناب یانگ - رای (YRAI)
139	نمودار 4-13: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه جبران یانگ (YCI)
141	نمودار 4-14: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه ترس از ارزیابی منفی (BFNE)
143	نمودار 4-15: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (GSE)
145	نمودار 4-16: سیر نمرات بیماران در پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36)

فهرست جدول‌ها

ردیف	عنوان
9	جدول 1-1: میزان شیوع اختلال‌های اضطرابی براساس برآوردهای NCS
10	جدول 1-2: تحلیل مقاله‌های مجله‌های علمی پژوهشی حوزه روانشناسی در ایران
11	جدول 1-3: تحلیل مقاله‌های مجله‌های حوزه روانشناسی در ایران براساس پژوهش‌های مداخله‌ای در SAD
23	جدول 2-1: ملاک‌های تشخیص اضطراب اجتماعی
53	جدول 2-2: رفتارهای ایمنی بخش مربوط به ترس از سرخ شدن
70	جدول 2-3: طرح‌واره‌های شرطی و غیر شرطی
96	جدول 3-1: ویژگی‌های جمعیت شناختی بیماران
115	جدول 4-1: نمرات بیماران در پرسشنامه هراس اجتماعی (SPIN)
117	جدول 4-2: نمرات بیماران در مقیاس اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)
119	جدول 4-3: نمرات بیماران در زیرمقیاس‌های اضطراب اجتماعی لیوویتز (LSAS)
122	جدول 4-4: شدت فعالیت طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه؛ قبل از درمان، پس از درمان و پس از ماه‌های پیگیری
123	جدول 4-5: شدت فعالیت طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه در فرایند درمان
127	جدول 4-6: نمرات بیماران در پرسشنامه طرح‌واره‌یانگ (YSQ)، حوزه‌ی ترد و بریدگی
127	جدول 4-7: نمرات بیماران در پرسشنامه طرح‌واره‌یانگ (YSQ)، حوزه‌ی خودگردانی و عملکرد مختل
128	جدول 4-8: نمرات بیماران در پرسشنامه طرح‌واره‌یانگ (YSQ)، حوزه‌ی محدودیت‌های مختل ...
131	جدول 4-9: نمرات بیماران در پرسشنامه طرح‌واره‌یانگ (YSQ)، حوزه‌ی دیگر جهت‌مندی
133	جدول 4-10: نمرات بیماران در پرسشنامه طرح‌واره‌یانگ (YSQ)، حوزه‌ی گوش‌بزدلی بیش از حد
135	جدول 4-11: میزان بهبودی بیماران در حوزه‌های طرح‌واره‌ها پس از درمان و پس از ماه‌های پیگیری
137	جدول 4-12: نمرات بیماران در پرسشنامه اجتناب-یانگ - رای (YRAI)

138	جدول 4-13: نمرات بیماران در پرسشنامه جبران یانگ (YCI)
140	جدول 4-14: نمرات بیماران در پرسشنامه ترس از ارزیابی منفی (BFNE)
142	جدول 4-15: نمرات بیماران در پرسشنامه خودکارآمدی عمومی (GSE)
144	جدول 4-16: نمرات بیماران در پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36)
146	جدول 4-17: نمرات بیماران در حیطه های پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36)
147	جدول 4-18: نمرات بیماران در پرسشنامه ها پس از پایان درمان و پایان پیگیری

فهرست شکل ها

ردیف	عنوان
46	شکل 2-1: مدل نفوذ هنجاری و آگاهی بر هم‌نوایی حافظه
51	شکل 2-2: مدل شناختی اضطراب اجتماعی
56	شکل 2-3: مدل رشد هراس اجتماعی
73	شکل 2-4: مدل طرح واره درمانی (بامبر و پریس)

فصل

۱

کلمات

فصل

۲

مبانی نظری

و

سیستم آموزش

فصل

۳

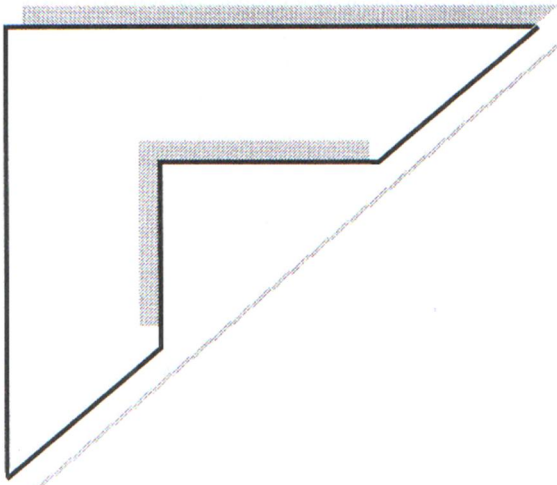
روش اجرامی

پروش

فصل

۴

یافته‌های پژوهش



مضمون

فصل

5

بحث و نتیجه گیری

شماره	عنوان
فصل اول: کلیات	
1	مقدمه
2	بیان مسئله
8	اهمیت و ضرورت مسئله
14	اهداف تحقیق
15	فرضیه های تحقیق
16	تعریف مفاهیم و متغیرهای اصلی تحقیق
فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه تحقیق	
20	مقدمه
21	اختلال اضطراب اجتماعی در DSM
24	همه گیر شناسی اختلال اضطراب اجتماعی
24	سیر و پیش آگهی
26	انواع اضطراب اجتماعی
27	همبودی اختلال اضطراب اجتماعی با سایر اختلالات روانی
29	اختلال اضطراب اجتماعی و سوء مصرف مواد
30	ویژگی های اختلال اضطراب اجتماعی
30	ترس از ارزیابی منفی
30	مخفی کردن ویژگی های شخصیتی
31	احساسات و تصورات خصمانه نسبت به دیگران
32	تعملات اجتماعی ضعیف
33	ترس مزمن از ترد شدن
35	توجه متمرکز بر خود

35 سوگیری تغییر
36 بازداری رفتاری
37 خودکارآمدی اجتماعی پایین
37 کمرویی
38 اشکال در رشد هویت
38 ترس
39 علت یابی اختلال اضطراب اجتماعی
43 مدل همنوایی حافظه
48 مدل شناختی اضطراب اجتماعی
54 مدل سبب شناسی اضطراب اجتماعی
59 مدل نمایش فردی گافمن
61 مدل تکاملی / کردارشناختی اضطراب اجتماعی
64 مدل طرح واره درمانی یانگ
66 تعریف یانگ از طرح واره
66 ویژگی های طرح واره های ناسازگار اولیه
67 ریشه های تحولی طرح واره ها
69 حوزه های طرح واره
73 عملکردهای طرح واره
74 سبک ها و پاسخ های مقابله ای ناسازگار
81 ذهنیت های طرح واره ای
83 مرحله سنجش و آموزش
84 مرحله تغییر
84 تکنیک های شناختی
84 تکنیک های تجربی
86 تکنیک های رفتاری
87 تکنیک های رابطه درمانی
88 طرح واره های ناسازگار اولیه و اختلال اضطراب اجتماعی
