



<http://icmwmi.ir>
info@icmwmi.ir

چهارمین کنفرانس بین المللی یافته های نو در مامایی، زنان، زایمان و نازایی

گرجستان - تفلیس (۹ مرداد ماه ۱۴۰۰) - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر پیشگیری از افسردگی در زنان مبتلا به سرطان در شرایط کرونا

۱- شکوفه مقربی استاد کلایه

کارشناس ارشد آموزش پرستاری، مربی، دانشکده پرستاری، واحد ایرانشهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ایرانشهر، ایران

۲- یونس شهبازی

دانشجوی کارشناسی پرستاری، عضو باشگاه پژوهشگران و نخبگان جوان و المپیاد دانشجویی، گروه پرستاری، واحد ایرانشهر، دانشگاه آزاد

اسلامی، ایرانشهر، ایران

نویسنده مسئول (u_shahbazi@yahoo.com)

۳- فاطمه سرگزی شهری

دانشجوی کارشناسی پرستاری، عضو باشگاه پژوهشگران و نخبگان جوان، گروه پرستاری، واحد ایرانشهر، دانشگاه آزاد

اسلامی، ایرانشهر، ایران

۴- زینب غنی فهیم

دانشجوی کارشناسی پرستاری، عضو باشگاه پژوهشگران و نخبگان جوان، گروه پرستاری، واحد ایرانشهر، دانشگاه آزاد

اسلامی، ایرانشهر، ایران

۵- مطهره خدادادزاده

دانشجوی کارشناسی پرستاری، عضو باشگاه پژوهشگران و نخبگان جوان، گروه پرستاری، واحد ایرانشهر، دانشگاه آزاد

اسلامی، ایرانشهر، ایران



چهارمین کنفرانس بین المللی یافته های نو در مامایی، زنان، زایمان و نازایی

گرجستان - تفلیس (۹ مرداد ماه ۱۴۰۰) - آکادمی بین المللی علوم و مطالعات گرجستان

<http://icmwmi.ir>
info@icmwmi.ir

چکیده - این پژوهش با هدف اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر پیشگیری از افسردگی در زنان مبتلا به سرطان در شرایط کرونا انجام شد. این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از نظر شیوه اجراء شبه آزمایشی دارای طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل می باشد. جامعه آماری این تحقیق را کلیه بیماران مبتلا به سرطان شهر تهران که در بهار سال ۱۴۰۰ در بیمارستان ها و مراکز درمانی شهر کرمانشاه بستری بودند تشکیل داد. با توجه به روش تحقیق حاضر، تعداد ۶۰ نفر از جامعه آماری فوق، به روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه تحقیق انتخاب شد. جمع آوری اطلاعات مورد نیاز برای این پژوهش به دو صورت کتابخانه ای، مراجعه به اسناد و مدارک و میدانی بوده است. در بخش میدانی تحقیق از پرسشنامه افسردگی بک استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده های پژوهش با نرم افزار آماری SPSS انجام شد. نتایج نشان داد، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر پیشگیری از افسردگی در زنان مبتلا به سرطان در شرایط کرونا، اثربخش بوده است.

کلید واژه- پذیرش و تعهد، افسردگی، سرطان

۱- مقدمه

سرطان، از جمله بیماری های مزمن و غیر واگیری است که گروه وسیعی از بیماری ها را شامل می شود. این بیماری همچون سایر بیماری های مزمن، در هر فرد، گروه سنی و هر نژادی رخ می دهد و به عنوان یک معضل عمده بهداشتی و تأثیر گذار بر سلامت جامعه محسوب می گردد (فلاح، ۱۳۹۱).

از جمله درمان های موثر برای کمک به اختلالات روانی حاصل از بیماری سرطان در افراد، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد شناخته شده است (حر و قاسم زاده، ۱۳۹۲). گروهی از درمان های موج سوم که به آنها درمان های پذیرش و تعهد هم گفته می شود، شاخه ای از درمان های جدید روانشناختی می باشد. این درمان بر مبنای این فرضیه روی کار آمد که مشکلات روانی به این دلیل ایجاد می شوند که افراد نمی خواهند هیجانها، احساسات، افکار ناخوشایند و دردهای بدنی را تجربه کنند. به همین دلیل وقتی کوچکترین اثری از این تجارب درونی ناخوشایند پیدا می کنند، به هر طریقی سعی در برطرف کردن آن می کنند. مثلاً وقتی مضطرب می شوند، می خواهند به سرعت اضطرابشان کم شود. به همین دلیل ممکن است از انواع راهکارهای فرار و اجتناب استفاده کنند. مثلاً سریعاً داروی آرامبخش استفاده کنند، از موقعیت اضطراب زا حتی اگر ضروری باشد مانند موقعیت تحصیلی یا اجتماعی دوری کنند. ادامه آسیب به این دلیل اتفاق می افتد که افراد سعی می کنند برای نداشتن تجارب درونی ناخوشایند، از قبل جلوی ایجاد چنین شرایطی را بگیرند که در روانشناسی به آن اجتناب گفته می شود (فلاح و همکاران، ۱۳۹۱).

بخشی از آسیب شناسی بر اساس درمان های پذیرش به این دلیل است که افراد مدام در گذشته و آینده زندگی می کنند. به عبارتی یا مدام افکار ناخوشایند مربوط به گذشته را مرور می کنند و یا از آینده ای که هنوز نیامده نگران و مضطرب هستند. در این شرایط فرد زندگی کنونی خود را از دست می دهد (حر و همکاران، ۱۳۹۲). وقتی افراد نمی خواهند که احساسات و افکار ناخوشایند داشته باشند که معمولاً ناخواسته بوده و تحت اراده فرد نیست، شروع به انتقاد از خود کرده و خود را به خاطر داشتن مثلاً اضطراب مورد سرزنش قرار می دهند. این حالت سرزنش خود باعث افزایش تجارب درونی ناخوشایند مانند اضطراب می شود و این سیکل معیوب در گروه افراد مبتلا به سرطان بیشتر است (ایران دوست و یزدانی، ۱۳۹۳). در درمان های موج سوم یا درمان های پذیرش تمام این موارد در اختلالات و بیماری های مختلف روانی مورد بررسی و مداخله متناسب قرار خواهند گرفت. این درمانها از سال ۱۹۹۰ وارد عرصه روانشناسی شدند و به تدریج در مورد بسیاری از اختلالات انطباق یافته و مورد استفاده قرار گرفته اند (فلاح، ۱۳۹۱).

سودمندی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در نمونه های متنوع انجام شده است، مشخص شده است درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، یک درمان موثر برای کاهش فشار روانی و اضطراب در زندگی روزانه و بیماری مزمن به خصوص سرطان است. هافمن و اسموندسون (۲۰۰۸) معتقدند اگرچه ذهن آگاهی و دیدگاه های مبتنی بر پذیرش ممکن است مفروضه های فلسفی خاصی داشته باشند که از درمان شناختی سنتی متفاوت است، این اشکال نوین درمان با درمان شناختی سازگار و مکمل آن هستند و