

کارآمدی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر عملکردهای عاطفی و کیفیت زندگی زنان باردار تحت لقاح آزمایشگاهی

*رضا فطرتی^۱، ژاله فیضی^۲، سهیلا سپهوندی^۳، سعید غفوری^۴، نجمه اسماعیلی^۵

^۱ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات

^۲ دکتر روانشناسی سلامت دانشگاه خوارزمی

^۳ کارشناس ارشد روانشناسی مثبت گرا دانشگاه پیام نور سمنان

^۴ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات

^۵ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات

چکیده

مقدمه: ناباروری، و به دنبال آن استفاده از روش های درمانی نوین، هر دو با مشکلات روان شناختی و خلقی متعددی همچون افسردگی، اضطراب و در نتیجه کاهش کیفیت زندگی همراه است. هدف پژوهش حاضر بررسی کارآمدی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر عملکردهای عاطفی و کیفیت زندگی زنان باردار تحت لقاح آزمایشگاهی بود. **روش:** این پژوهش از نوع پژوهش های نیمه آزمایشی (طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل) بود. جامعه آماری شامل زنان باردار تحت لقاح آزمایشگاهی شهر مشهد در سال ۱۳۹۷ بود که تعداد ۳۰ نفر از آنها به روش نمونه گیری دردسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. در این پژوهش جهت اندازه گیری عملکرد عاطفی از پرسشنامه های افسردگی بک (BDI-II) و اضطراب بک (BAI) و برای اندازه گیری کیفیت زندگی از فرم کوتاه پرسشنامه کیفیت زندگی سازمان جهانی بهداشت استفاده گردید. پس از تشکیل گروه های نمونه، مداخله درمانی طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای برای گروه آزمایش اجرا گردید. **یافته ها:** نتایج نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به طور معناداری باعث بهبود عملکرد عاطفی و افزایش کیفیت زندگی زنان باردار شده است. **نتیجه گیری:** استفاده از مداخلات روان شناختی به ویژه درمان پذیرش و تعهد با کاهش شدید آسیب های روان شناختی ناشی از ناباروری و همراه است که می توان از آن به عنوان روشی سودمند بهره گرفت.

واژه های کلیدی: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، عملکرد عاطفی، کیفیت زندگی، لقاح آزمایشگاهی.