



## اثربخشی گروه درمانی فعال سازی رفتاری بر ناگویی هیجانی و افکار منفی تکرار شونده در بیماران قلبی - عروقی

زینب صمدپور

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان

### چکیده

باتوجه به نقش مشکلات روان‌شناختی در ابتلا و عود بیماری قلبی - عروقی در افراد، ضروری است تا ضمن شناسایی این عوامل، نسبت به درمان آنها اقدام نمود. هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی گروه درمانی فعال سازی رفتاری بر ناگویی هیجانی و افکار منفی تکرار شونده در بیماران قلبی - عروقی انجام شد. روش: روش پژوهش نیمه آزمایشی، طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون با گروه گواه و مرحله پیگیری ۳ ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی بیماران قلبی - عروقی مراجعه کننده به بیمارستان قلب امام رضا (ع) شهر مشهد در سال ۱۴۰۰ بودند. از بین آنها ۳۰ نفر (۱۴ مرد و ۱۶ زن) به روش نمونه‌گیری هدفمند، به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب و به‌صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گروه گواه (۱۵ نفر)، گمارده شدند. افراد گروه آزمایش، روان‌درمانی بصورت گروه درمانی از مداخله فعال‌سازی رفتاری را در ۶ جلسه، ۶۰ دقیقه‌ای به‌صورت انفرادی، دریافت کردند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه‌های آلکسی تیمیا تورنتو-۲۰ (بگبی و همکاران، ۱۹۹۴) و افکار منفی تکرار شونده (مک‌اوی و همکاران، ۲۰۱۰)، استفاده شد. داده‌های پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل واریانس مکرر، تحلیل شد. یافته‌ها: باتوجه به نتایج پژوهش، در نمره‌های متغیر نارسایی هیجانی و مؤلفه‌های آن شامل؛ دشواری در شناسایی احساسات، دشواری در توصیف احساسات و تفکر عینی و متغیر افکار منفی تکرار شونده، با توجه به اثر اصلی مراحل زمانی، اثر اصلی مداخله روان‌درمانی و گروه درمانی و همچنین اثر تعاملی مراحل زمانی با مداخله روان‌درمانی، تفاوت معناداری مشاهده شد ( $P < 0/01$ ). نتیجه‌گیری: گروه درمانی فعال‌سازی بر کاهش ناگویی هیجانی و افکار منفی تکرار شونده در بیماران قلبی - عروقی دارای اثربخشی و کارایی بود.

**واژگان کلیدی:** گروه درمانی فعال‌سازی رفتاری، ناگویی هیجانی، افکار منفی تکرار شونده، بیماران قلبی