

اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهبود عزت نفس
بیماران مبتلا به افسردگی اساسی
رسول عالی پور^۱، کبری حاجی علیزاده^۲

۱- کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشگاه آزاد بندرعباس

۲- استادیار روان‌شناسی، دانشگاه آزاد بندرعباس

چکیده

مقدمه: در کنار روش‌های سنتی دارودرمانی، به‌تازگی بحث‌های زیادی در مورد رویکردهای رفتاری و شناختی موج سوم به‌خصوص در حیطه درمان افسردگی انجام شده است. از این رو این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهبود عزت نفس بیماران مبتلا به افسردگی اساسی انجام شد.

روش کار: طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و به صورت پیش‌آزمون-پس‌آزمون با یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه بیماران مبتلا به افسردگی اساسی تحت درمان در مراکز نگهداری بهزیستی شهرستان شهرکرد در سال ۹۴ بودند. نمونه مورد مطالعه شامل ۴۵ نفر از بیماران بود که به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایشی با رویکرد پذیرش و تعهد و دارودرمانی و یک گروه کنترل جایگزین شدند. از پرسشنامه عزت نفس کوپراسمیت برای جمع‌آوری داده‌ها استفاده شد. داده‌ها از طریق تحلیل کوواریانس تک متغیره و آزمون تعقیبی شفه و نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که بین گروه آزمایش با درمان پذیرش و تعهد و گروه کنترل تفاوت معناداری وجود دارد ($F= ۱۹۰/۹۶$ و $p < ۰/۰۰۱$)

$p <$ و درمان پذیرش و تعهد و دارودرمانی اثر معناداری در بهبود عزت نفس دارند. همچنین نتایج نشان داد که درمان پذیرش و تعهد اثربخشی بیشتری از دارودرمانی در بهبود عزت نفس بیماران مبتلا به افسردگی اساسی دارد.

نتیجه گیری: با توجه به یافته‌های این پژوهش، می‌توان درمان پذیرش و تعهد را به‌عنوان یک روش مؤثر و به‌عنوان یک مداخله بالینی ثمربخش برای بهبود عزت نفس بیماران مبتلا به افسردگی اساسی پیشنهاد داد.
کلیدواژه‌ها: پذیرش و تعهد، روان‌درمانی، عزت نفس، افسردگی.

Effectiveness of acceptance and commitment therapy (ACT) on improving patient's self-esteem with major depression

Rasoul Alipour¹, Kobra Haji Alizadeh^{*2}

1. MA in Clinical Psychology, Islamic Azad University, Bandar Abbas.

2. Assistant Professor of Psychology, Islamic Azad University, Bandar Abbas.

Abstract

Introduction: In addition to traditional methods of drug therapy, a lot of discussion has been done recently about the third wave of cognitive and behavioral approaches for treating depression. Therefore this study was done aimed to effectiveness of acceptance and commitment therapy on improving patients with major depression.

Methods: Design of this study was semi-experimental type as pretest-posttest with one experiment groups and one control group. Statistical population consisted of all patients with major depression treated in of Shahrekord city welfare centers in 2015 year. The sample studied were all 30 people of from patients who were selected through random sampling method and were divided into group-under training with acceptance and commitment therapy and one control group. For collection data was used from kupper smheet. Data Analyzing was conducted with covariance and Scheffe post hoc test and SPSS.

Results: The results showed there were significant differences between experiment group of acceptance and commitment therapy and control group ($F= 190/96$, $p < 0/001$) and acceptance and

۸میر ماه ۱۳۹۶
29 Jun 2017

ایران، تهران، دانشگاه تهران
Iran, Tehran - Tehran University

کنگره بین المللی
مدیریت بهداشت روان و علوم روانشناختی

World Congress on Management of
Mental Health and Psychological Sciences

WCMMPs



commitment therapy have significant effect on improving self-esteem of patient's with major depression.

Conclusions: According to the findings this study, can suggested acceptance and commitment therapy as an effective way and a useful clinical intervention in improving patient's self-esteem with major depression.

Keywords: acceptance and commitment, psychotherapy, self-esteem, depression.

مقدمه

شخصی که اولین دوره افسردگی اساسی را داشته، ۵۰ درصد احتمال وقوع دومین دوره نیز وجود دارد؛ اما پس از دومین دوره احتمال وقوع دوره‌های بعدی بین ۸۰ تا ۹۰ درصد افزایش می‌یابد (کوپر، ۱۹۹۱).

اسمیت و همکارانش طی تحقیقی با آزمون عزت نفس روزنبرگ و مقیاس افسردگی بک در جوانان و نوجوانان متوجه شدند که هرچه مقدار عزت نفس افراد بیشتر باشد میزان افسردگی کم خواهد بود. در واقع یک رابطه معکوسی را در عزت نفس و افسردگی طی این تحقیق متوجه شدند و با تجزیه و تحلیل رگرسیون دریافتند که افراد با تصور بدنی قوی، دارای عزت نفس بیشتر و میزان افسردگی کمتری را از خود نشان می‌دهند. (اسمیت، کوپر، ۱۹۹۸)

-
- 1- Kupper,Smeeth
 - 2- Maclnan