

بررسی تاثیر مشاوره مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اضطراب بیماران مبتلا به سرطان

حمیده زحمتی^۱

۱. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد، واحد غرب، ایران

چکیده

مقدمه و هدف: سرطان از بیماری‌های صعب‌العلاجی است که به لحاظ روحی فرد را درگیر کرده و شدت این بیماری باعث ایجاد ناامیدی شده و بهبودی فرد را مختل می‌کند. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی رویکرد درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر کاهش اضطراب و افزایش کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به سرطان بود. روش: بدین منظور نمونه‌ای ۱۸ نفری از مراجعین بخش شیمی درمانی بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیا (ص) تهران (که در نمرات پرسشنامه‌های کیفیت زندگی و اضطراب به ترتیب پایین تر و بالاتر از افراد عادی جامعه بودند) انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و گواه جایگزین شدند (در دو گروه ۹ نفر). روش تحقیق نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون/پس‌آزمون با گروه کنترل بود. درمان ACT در ۸ جلسه ۱۲۰ دقیقه‌ای برای گروه آزمایش ارائه شد و مجدداً در آخرین جلسه درمان پرسشنامه‌های کیفیت زندگی و اضطراب بر روی کلیه شرکت‌کنندگان اجرا شد (پس‌آزمون). برای تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز از آزمون تحلیل کواریانس چندمتغیره استفاده شد. یافته‌ها: نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد که روش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کاهش اضطراب و افزایش کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان که به این بیمارستان مراجعه می‌کنند اثربخش است. بحث و نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها می‌توان گفت که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند بر فرایند روانشناختی افراد مبتلا به سرطان از جمله اضطراب و نحوه نگرش آن‌ها که کیفیت زندگی حاصل آن است، مثر ثمر باشد.

کلید واژگان: سرطان، پذیرش و تعهد (ACT)، کیفیت زندگی، اضطراب، نحوه نگرش، تحلیل کواریانس، چندمتغیره