

مقایسه‌ی اثربخشی درمان شناختی رفتاری و انجمن معتادان گمنام در بهبود هراس اجتماعی

پیام عالیان سماخواه^۱، الهام زیادی

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری با شیوه تربیتی - آموزشی (NA) در بهبود هراس اجتماعی افراد مصرف کننده کانابیس (گل) تحت درمان انجام پذیرفت. روش: این پژوهش از نوع علی - مقایسه‌ای و به روش طرح نیمه آزمایشی پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل انجام پذیرفت. نمونه مورد پژوهش شامل ۶۰ آزمودنی به شیوه نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به پرسشنامه هراس اجتماعی SPI پاسخ دادند. یافته‌ها: نتایج با استفاده از تحلیل کوواریانس گویا می باشد که درمان شناختی رفتاری و شیوه تربیتی - آموزشی (NA) در بهبود هراس اجتماعی و کاهش ترس بارز از موقعیت و عملکرد اجتماعی می تواند موثر باشد و مقایسه نمرات مراجعان حاکی از آن بود که رفتار درمان شناختی در بهبود هراس اجتماعی از اثربخشی بارزتری برخوردار بوده است. نتیجه گیری: طبق نتایج پژوهش نشان داد که اثربخشی درمان شناختی رفتاری به طور معنادار ($P < 0/05$) در کاهش علائم روانشناسی مراجعان مبتلا به هراس اجتماعی موثر می باشد و می تواند روش مطلوب تری در درمان مورد توجه قرار گیرد.

کلید واژه ها: رفتار درمان شناختی، شیوه تربیتی - آموزشی (NA)، هراس اجتماعی، کانابیس (گل)

مقدمه

سوء مصرف مواد اختلال پیچیده ای است که شیوع بالایی داشته و جنبه های مختلف زندگی افراد را تحت تاثیر قرار می دهد (پرتر، ۲۰۰۷) و امروزه سوء مصرف مواد مخدر با کاهش کیفیت زندگی، افزایش نرخ مرگ و میر، تقلیل در ارزشهای اجتماعی و طلاق و افزایش رفتارهای مجرمانه بعنوان یکی از مهمترین موضوعات مرتبط با سلامت مورد توجه قرار گرفته است (بکر و همکاران، ۲۰۰۸). برخی پژوهش ها حاکی از رابطه منفی و مستقیم سوء مصرف مواد با کیفیت زندگی و همپوشی بالای علایم اختلالات روانشناختی چون افسردگی و اضطراب با اعتیاد بوده است (قمری، ۱۳۹۰).

اضطراب فرآیندی از خرده نظام های متعادل، شامل، خرده نظام شناختی، جسمانی، عاطفی و رفتاری است تغییرات در یک خرده نظام، منجر به تغییر در خرده نظام های دیگر می شود. اضطراب می تواند به طور طبیعی در بیماران به وجود آید، مثلاً در مورد بیمارانی با بیماری های مزمن به مرور زمان خانواده و اطرافیان حس همدردی خود را نسبت به بیمار از دست داده و تمایل کمتری برای برآوردن نیازها و یا گوش فرادادن به شکوه های وی خواهند داشت. ممکن است آن ها دقیقاً نتوانند آنچه را که بیمار در حال تجربه آن است را درک کنند و حمایت عاطفی لازم را که بیمار نیازمند آن است از وی دریغ می دارند. همچنین ممکن است بیمار از دریافت کمک از پرستار خود احساس گناه کرده و یا بترسد که به او وابسته شود. مشکلات روانی و شخصیتی رابطه ای دو سویه با اعتیاد دارند و ابتلای همزمان سوء مصرف مواد و اختلالات روانی گزارش شده است. بسیاری از مطالعات شدت بیشتر سوء مصرف مواد و پیش آگهی درمان بدتر را در ابتلای همزمان سوء مصرف مواد و سایر اختلالات روانی

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اردبیل