

بررسی رویکردهای شناختی - رفتاری به عنوان روشی مؤثر در درمان اختلالات ناشی از

مصرف مواد (سوء مصرف مواد)

مجید قربان نژاد^{۱*}، سید محمد زادخوش^۲

^{۱*} - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات گیلان، ایران،

ghorbannejad.ps@gmail.com

^۲ - کارشناس ارشد روانشناسی ورزش، دانشگاه تهران، ایران، mohamadzadkhosh@gmail.com

چکیده

هدف از مطالعه فوق بررسی رویکردهای شناختی - رفتاری به عنوان روشی مؤثر در درمان اختلالات ناشی از مصرف مواد (سوء مصرف مواد) می باشد. رویکرد شناختی - رفتاری اختلال های مصرف مواد، یکی از انواع روان درمانگری بوده و به عنوان یک روش مفید درمان گروهی و فردی مطرح و از نظر میزان کارایی مورد حمایت تجربی زیادی قرار گرفته است. این رویکرد مبتنی بر ارزیابی جامع عوامل مرتبط با دو نوع اختلال مرتبط با مصرف مواد شامل اختلال های ناشی از مصرف مواد و اختلال های مرتبط با مصرف مواد است. این رویکرد به طور ذاتی محترمانه و مشارکتی می باشد و خودکارآمدی درمانجو را افزایش و با بیشتر گروه های حمایتی موجود برای مصرف کنندگان مواد سازگار و هماهنگ است. تأکید این رویکرد بر آموزش مهارت به بیماران فاقد مهارت های مقابله ای خاص در زمینه مصرف مواد، بسیار ایده آل است. همچنین برای درمان اختلال های مصرف مواد بر دو جنبه از رفتار و شناخت های فرد (انگیزش برای تغییر و مهارت هایی برای توسعه، نگهداری و تداوم این تغییر) متمرکز است. پژوهش حاضر نشان می دهد این رویکرد برای کلیه درمانجویانی که مبتلا به اختلال مرتبط با مصرف مواد هستند، به غیر از آنهایی که مبتلا به هراس اجتماعی شدید و دیگر اختلال هایی هستند که هر نوع رویکرد گروهی را برایشان مشکل آفرین می کند، مناسب و تأثیرگذار است. به طور کلی، منابع تحقیقات در مورد نتایج و آثار درمانی رویکردهای مختلف در درمان اختلال های مصرف مواد، نشان دهنده مزیت و برتری رویکردهای شناخت - رفتاردرمانگری هستند. در این تحقیق نشان داده شده است که محتوای رویکردهای شناخت - رفتاردرمانگری ساختار و انگیزشی را ایجاد می کند که حتی برای بیماران که اولین بار تلاش می کنند با رخداد همزمان چندین اختلال مقابله کنند، بسیار کمک باشد، از این رو این بیماران به دلیل توانایی های انتزاعی زیاد از ابعاد تکنیکی شناخت - رفتاردرمانگری بهره می برند.

واژگان کلیدی: رویکردهای شناختی - رفتاری، درمان اختلالات، مصرف مواد، سوء مصرف مواد