

مقایسه اثربخشی درمان روانی-اجتماعی با درمان شناختی-رفتاری بر میزان افسردگی

مبتلایان به افسردگی مزمن

سیدمحمد رضا صمصام شریعت^۱، حمید ظاهر نشاط دوست^۲، مهرداد کلانتری^۳، سیدحمیدرضا عریضی سامانی^۴

۱-دکترای روانشناسی دانشگاه اصفهان. مربی موسسه آموزش عالی امین

۲-استاد و عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان

۳-استاد و عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان

۴-استاد و عضو هیئت علمی دانشگاه اصفهان

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، مقایسه اثربخشی درمان روانی-اجتماعی با درمان شناختی-رفتاری بر میزان افسردگی بود. این پژوهش از نوع نیمه تجربی و طرح آن پیش آزمون- پس آزمون همراه با دو گروه آزمایش، بود. جامعه آماری کلیه افراد مبتلاء به اختلال افسردگی مزمن بودند که در به مراکز مشاوره و یا مطب روانپزشکان شهر اصفهان مراجعه داشتند. از میان آنها به شیوه هدفمند ۳۰ نفر که به طور تصادفی در دو گروه آزمایش با درمان روانی-اجتماعی (n=۱۵) و شناختی-رفتاری (n=۱۵) قرار گرفتند، انتخاب گردیدند. ابزارهای مورد استفاده شامل؛ برگه اطلاعات جمعیت‌شناسی، مصاحبه بالینی ساختار یافته برای اختلال‌های افسردگی مزمن در DSM-5 (Scid-۵-cv) و مقیاس ۲۴ آیتمی همیلتون (HRSD^{۲۴}) بود. پس از مداخله بر هر دو گروه شامل درمان روانی-اجتماعی و درمان شناختی-رفتاری به مدت ۱۰ جلسه دوساعته هفتگی و تکمیل آزمون‌ها در سه مرحله پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری، تحلیل داده‌های حاصل با آزمون واریانس با اندازه گیری‌های مکرر انجام گرفت. بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر، میزان افسردگی با هر دو درمان کاهش یافته است. اما بین دو درمان در میزان افسردگی تفاوت معنی داری وجود داشته و اثربخشی درمان روانی-اجتماعی به نسبت درمان شناختی-رفتاری بیشتر بوده است. نتایج نشان داد درمان روانی-اجتماعی که مبتنی بر الگوی آسیب پذیری افسردگی مزمن تدوین شده، تأثیر قابل ملاحظه‌ای بر بهبود افسردگی بیماران مبتلاء به افسردگی مزمن داشته است. لذا توصیه می‌گردد از این درمان در فرآیند درمانی این اختلال استفاده گردد.

واژگان کلیدی: درمان روانی-اجتماعی، درمان شناختی-رفتاری افسردگی مزمن، میزان افسردگی