



بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهزیستی روانشناختی افراد معتاد

مهسا ساداتی بالادهی^{۱*}، آرزو سیاردوست تبریزی^۲

۱. مدرس روانشناسی دانشگاه پیام نور

۲. کارشناس ارشد روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی

sadatimahsa@yahoo.com

خلاصه

سوء مصرف مواد مخدر، امروزه یکی از معضلات اساسی زندگی بشری به‌شمار می‌رود و نیز شواهد پژوهشی فراوانی وجود دارد که نشان می‌دهند حوادث نامطبوع زندگی قادرند بهزیستی روانشناختی را تحت تأثیر قرار دهند. با توجه به این موضوع پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر بهزیستی روانشناختی افراد معتاد انجام گردید.

روش کار: روش پژوهش حاضر از لحاظ هدف کاربردی، از لحاظ روش شبه آزمایشی و از نوع طرح‌های پیش‌آزمون- پس‌آزمون همراه با گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه معتادان مراجعه کننده به یکی از مراکز ترک اعتیاد در شرق تهران در پاییز سال ۱۳۹۷ بودند، که به شیوه نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و به طور تصادفی و با قرعه‌کشی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) جایگزین شدند، که در آن گروه آزمایش در ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را دریافت کردند. ابزار اندازه‌گیری مورد استفاده در پژوهش، پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۸۰) بود. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه از طریق نرم‌افزار SPSS در دو بخش توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و استنباطی (تحلیل کوواریانس چند متغیره) انجام پذیرفت.

یافته‌ها: نتایج بدست آمده از تحلیل داده‌ها نشان داد، که به دنبال ارائه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد نمرات بهزیستی روان‌شناختی افراد گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون افزایش داشته و این نوع از درمان اثرات مثبت معنی‌داری را بر بهزیستی روان‌شناختی افراد معتاد برجای گذاشته است ($P < 0/01$).

نتیجه‌گیری: درمان گروهی مبتنی بر پذیرش و تعهد روشی مؤثر به منظور افزایش بهزیستی روان‌شناختی معتادان می‌باشد.

کلمات کلیدی: درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، بهزیستی روان‌شناختی، معتادان

مقدمه

روابط سوء مصرف مواد مخدر، امروزه یکی از معضلات اساسی زندگی بشری به‌شمار می‌نزدیک به یک قرن است که جامعه بشری در سطحی گسترده، مصمم به چاره‌اندیشی اساسی در مورد این معضل شده است. امروزه علم پزشکی، فرد معتاد را بیمار می‌داند. بدیهی است که باید با بیمار مطابق اصول درمان بیماری برخورد کرد و نه به شیوه‌ای سرکوب‌گرانه (پیرزاده و