

## اثربخشی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش (ACT) بر کاهش اضطراب کرونا در پرستاران کاشان

سولماز مختاری<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد پزشکی، واحد قم، ایران

### چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر اثربخشی درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش (ACT) بر کاهش اضطراب کرونا در پرستاران کاشان بود. پژوهش حاضر یک مطالعه شبه آزمایشی پیش آزمون و پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل تمامی پرستاران حین خدمت شهر کاشان در سال ۱۴۰۰ بود. نمونه آماری شامل ۳۰ نفر (۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه گواه) از اعضای جامعه آماری مذکور بود که این تعداد از طریق روش نمونه‌گیری داوطلبانه با گمارش تصادفی انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده شامل مقیاس اضطراب کرونا ویروس علی پور و همکاران (۱۳۹۸) بود. جهت تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۰ در دو سطح توصیفی (میانگین، انحراف معیار و...) و استنباطی (تحلیل کوواریانس (ANCOVA)) استفاده شد. نتیجه حاصل از تحلیل کوواریانس نشان داد که درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش (ACT) بر کاهش اضطراب کرونا (علائم روانی و علائم جسمانی) در پرستاران کاشان تاثیرگذار است. میزان تأثیر درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش (ACT) بر کاهش علائم روانی و علائم جسمانی ۲۵/۵ درصد و بر علائم جسمانی ۱۳/۸ درصد بوده است. میانگین نمرات گروه آزمایش در نمره زیرمقیاس‌های اضطراب کرونا (علائم روانی و علائم جسمانی) در مرحله پس آزمون کمتر از میانگین نمرات گروه کنترل می‌باشد.

**واژه‌های کلیدی:** درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش، اضطراب کرونا، پرستاران