

عنوان مقاله:

اثر تعاملی «شفقت به خود» و نشخوار فکری بیماران افسرده در «درمان مبتنی بر شفقت»

محل انتشار:

دانشور پزشکی (نشریه پژوهشی پایه و بالینی)، دوره 21، شماره 1 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

فاطمه نوربالا - دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی

احمد برجعلی - گروه روان شناسی، دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی

احمدعلی نوربالا - بخش روان تنی بیمارستان امام خمینی، دانشگاه علوم پزشکی تهران

خلاصه مقاله:

مقدمه و هدف: تاریخ روان شناسی سرشار از مفاهیمی است که در پی ارتقاء و بهبود روش های درمانی و سلامت روان می باشند. مدل درمانی مبتنی بر شفقت، برخاسته از مفهوم شفقت به خود در روان شناسی نوین می باشد. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر شفقت بر افسردگی، اضطراب و نشخوار فکری بیماران افسرده با توجه به میزان اولیه ی خصیصه ی شفقت به خود در این بیماران می باشد. مواد و روش ها: این پژوهش از نوع تحقیقات آزمایشی پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل معادل است. نوزده بیمار افسرده ی زن به شیوه ی نمونه گیری در دسترس از کلینیک روانپزشکی انتخاب و در دو گروه کنترل و آزمایش قرار گرفتند. گروه آزمایش در دوازده جلسه ی گروه درمانی مبتنی بر شفقت شرکت کردند. همه ی آزمودنی ها به پرسشنامه های افسردگی بک، اضطراب، نشخوار فکری و شفقت به خود در سه مرحله ی پیش از شروع مداخله، جلسه ی پایانی و دو ماه بعد (جلسه ی پیگیری) پاسخ دادند. جهت تجزیه و تحلیل داده ها نیز از آزمون های تحلیل واریانس دواره و تی گروه های مستقل در قالب نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ استفاده شد. نتایج: یافته های پژوهش حاضر نشان داد اضطراب و افسردگی گروه آزمایش در مطالعه ی پیگیری کاهش معناداری یافت ($p < 0.05$). از دیگر نتایج این مطالعه اثر تعاملی معنادار مداخله و خصیصه ی شفقت به خود، بر روی میزان نشخوار فکری افراد می باشد. نتیجه گیری: براساس نتایج این مطالعه درمان مبتنی بر شفقت، درمان موثری بر روی افسردگی و اضطراب بیماران افسرده می باشد. هم چنین افرادی که از ابتدا خصیصه ی شفقت به خود آن ها بالاتر بوده، سود بیشتری از این مداخله کسب کرده و نشخوار فکری آن ها کاهش یافته است، درحالیکه شفقت به خود پایین منجر به افزایش نشخوار فکری افراد در طی این مداخله گردیده است.

کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر شفقت، شفقت به خود، افسردگی، اضطراب، نشخوار فکری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1800203>

