

## عنوان مقاله:

تأثیر مقایسه ای درمان شناختی رفتاری و مبتنی بر تنظیم هیجان بر سلامت عمومی، کاهش پرخاشگری و استرس شغلی پرستاران

## محل انتشار:

مجله مراقبت و سلامت در اتاق عمل ابن سینا، دوره 30، شماره 1 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

سیمین فرهنگیان - *PhD Student of General Psychology, Department of Psychology, Ilam Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran*

زینب میهن دوست - *Assistant Professor, Department of Psychology, Ilam Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran*

وحید احمدی - *Assistant Professor, Department of Psychology, Ilam Branch, Islamic Azad University, Ilam, Iran*

## خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: شغل یکی از عوامل اثرگذار بر سلامت روانی افراد است. شغل پرستاری به علت داشتن تنش در ماهیت خود، منبع فشار روانی است. با وجود اینکه هدف مشترک همه رویکردهای روان درمانی، ارتقای سلامت روانی است، مطالعات نشان داده اند بین این رویکردها در میزان اثربخشی تفاوت وجود دارد؛ بنابراین، انتخاب بهترین درمان روان شناختی به منظور ارتقای سلامت روانی پرستاران همواره مهم و مورد توجه بوده است. مواد و روش ها: در این مطالعه نیمه آزمایشی، ۴۵ پرستار شاغل در بیمارستان امام خمینی (ره) سنقر در نیمه اول سال ۱۳۹۹ به شیوه غیراحتمالی داوطلبانه انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه ۱۵ نفره تقسیم شدند. گروه اول یک دوره درمان شناختی رفتاری را در ۱۲ جلسه ۱/۵ ساعته (هر هفته دو جلسه) و گروه دوم درمان مبتنی بر تنظیم هیجان را در ۱۲ جلسه ۱/۵ ساعته (هر هفته دو جلسه) دریافت کردند. گروه کنترل هیچ گونه درمانی دریافت نکرد. نتایج با استفاده از روش تحلیل کوواریانس چندمتغیره تحلیل شد. یافته ها: نتایج نشان داد اثربخشی درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر تنظیم هیجان بر متغیرهای وابسته پرخاشگری ( $p=0/04$ )، استرس شغلی ( $p=0/03$ ) و سلامت عمومی ( $p=0/01$ ) معنی دار است. مقایسه دو به دوی گروه ها در متغیرهای وابسته نشان می دهد در متغیر پرخاشگری، درمان مبتنی بر تنظیم هیجان موثرتر است ( $p=0/01$ ) و در متغیر استرس شغلی، درمان شناختی رفتاری تأثیر بیشتری دارد ( $p=0/04$ ). درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر تنظیم هیجان در سلامت عمومی پرستاران تأثیر یکسانی دارند ( $p=0/08$ ). نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده، پیشنهاد می شود مسئولان حوزه بهداشت و درمان به سلامت روانی پرستاران توجه بیشتری نشان دهند و با لحاظ کردن هر دو درمان، زمینه افزایش شناخت و ارتقای هیجان را در پرستاران فراهم کنند.

## کلمات کلیدی:

,Aggression, Cognitive-Behavioral Therapy, Emotion Regulation Therapy, General Health, Job Stress  
استرس شغلی، پرخاشگری، درمان شناختی رفتاری؛ درمان مبتنی بر تنظیم هیجان، سلامت عمومی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1881870>

