

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت بر ارتباطات میان فردی زوجین مبتلا به افسردگی

محل انتشار:

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

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

لیلی قاری سعادت - *Department of Psychology and Counseling, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran*

شهره قربان شیرودی - *Department of Psychology and Counseling, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran*

جواد خلعتبری - *Department of Psychology and Counseling, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran*

خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: افسردگی نوعی اختلال روان شناختی چندعاملی است که دلایل مختلفی از جمله شخصیت، شناخت یا روابط بین فردی در ایجاد آن تاثیر دارند. در افراد مبتلا به افسردگی، سطح ارتباطات میان فردی بسیار کم است؛ بنابراین، این پژوهش با هدف مقایسه اثربخشی درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت بر ارتباطات میان فردی زوجین مبتلا به افسردگی انجام شد. مواد و روش ها: روش مطالعه حاضر از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون، پس آزمون، پیگیری و گروه کنترل بود. ۴۵ نفر از زوجین مبتلا به افسردگی مراجعه کننده به کلینیک های منطقه یک شهر مشهد با در نظر گرفتن ملاک های ورود و به روش نمونه گیری تصادفی هدفمند وارد مطالعه شدند. سپس به طور تصادفی در گروه درمان راه حل محور کوتاه مدت (۱۵ زوج)، گروه درمان مبتنی بر شفقت (۱۵ زوج) و گروه کنترل (۱۵ زوج) گماشته شدند. برای گروه مداخله اول ۶ جلسه ۱/۳۰ تا ۲ ساعته برنامه آموزش درمان راه حل محور کوتاه مدت و برای گروه مداخله دوم ۸ جلسه ۱/۳۰ تا ۲ ساعته برنامه آموزش درمان مبتنی بر شفقت برگزار شد. برای گروه کنترل هیچ مداخله ای انجام نشد. ابزار گردآوری اطلاعات شامل پرسش نامه مهارت های ارتباطی ماتسون بود. داده های پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس، آزمون تعقیبی لامتریکس، آزمون تعقیبی شفه و آزمون تحلیل واریانس با نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ تحلیل شد. داده ها در سطح معنی داری $\alpha=0/05$ تجزیه و تحلیل شدند. یافته ها: یافته های توصیفی نشان داد میانگین و انحراف استاندارد متغیر ارتباطات میان فردی به ترتیب برای گروه کنترل در مراحل پیش آزمون (۴۴/۳۲±۴/۶۸)، پس آزمون (۴۵/۵۱±۴/۵۰) و پیگیری (۴۲/۳۲±۴/۱۲)، برای گروه درمان راه حل محور کوتاه مدت در مراحل پیش آزمون (۴۵/۵۳±۴/۷۷)، پس آزمون (۵۹/۳۲±۵/۹۳) و پیگیری (۶۷/۱۸±۶/۷۵)؛ گروه درمان مبتنی بر شفقت در مراحل پیش آزمون (۴۳/۱۹±۴/۶۲)، پس آزمون (۶۳/۷۴±۶/۰۴) و پیگیری (۷۳/۲۲±۷/۳۹) است. یافته های مربوط به مقایسه گروه ها نشان داد درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت بر ارتباطات میان فردی زوجین مبتلا به افسردگی تاثیر معناداری داشته است ($p<0/05$). همچنین بین اثربخشی درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت بر ارتباطات میان فردی زوجین مبتلا به افسردگی تفاوت معناداری وجود داشت ($p<0/05$). نتیجه گیری: نتایج نشان دادند درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت بر ارتباطات میان فردی زوجین مبتلا به افسردگی موثر است. بر اساس نتایج مطالعه حاضر پیشنهاد می شود مشاوران خانواده و زوج درمانگران از روش ها و تمرین های درمان راه حل محور کوتاه مدت و درمان مبتنی بر شفقت برای ارتقای سطح ارتباطات میان فردی زوجین افسرده استفاده کنند.

کلمات کلیدی:

Compassion-Focused Therapy, Depressed Couples, Interpersonal Relationships, Solution-Focused Brief Therapy

ارتباطات میان فردی، درمان راه حل محور کوتاه مدت، درمان مبتنی بر شفقت، زوجین مبتلا به افسردگی

