

## عنوان مقاله:

بررسی تاثیر درمان پذیرش و تعهد و درمان شناختی، بر افسردگی و کیفیت زندگی مبتلایان به درد کم مزمن

## محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی نظامی، دوره 14، شماره 4 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

## نویسنده:

ناصر امینی صدر - دانشگاه آزاد اسلامی واحد خرمشهر

## خلاصه مقاله:

اهداف: در میان دردهای مزمن، کمردرد مزمن یکی از فراگیرترین انواع درد است. در این تحقیق مقایسه اثر بخشی درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در بیماران مبتلا به کمردرد مزمن بر افسردگی و کیفیت زندگی مورد بررسی قرار گرفت. مواد و روش: تحقیق حاضر آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری همراه با گروه شاهد است. جامعه آماری متشکل از بیماران نظامی دارای کمردرد مزمن در شهر تهران بود. جمعیت نمونه تحقیق شامل ۴۵ (هرگروه ۱۵ نفر) نفر به روش تصادفی هدفمند انتخاب و در گروه‌ها قرار داده شده اند. مداخله درمانی برای گروه اول درمان شناختی رفتاری و برای گروه دوم درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش بود و برای گروه کنترل هیچ آموزشی در نظر گرفته نشد. پرسشنامه‌های اطلاعات جمعیت شناختی، افسردگی و کیفیت زندگی استفاده شد. داده‌ها بر اساس آمار توصیفی و استنباطی مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌ها: در دو گروه آزمایشی میانگین (انحراف معیار) در پس آزمون و پیگیری افسردگی کاهش یافت و کیفیت زندگی افزایش یافت اما در گروه گواه میانگین (انحراف معیار) در پس آزمون و در پیگیری تفاوت نداشت. نتیجه گیری: درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش در کاهش افسردگی و افزایش کیفیت زندگی اثربخش بوده اند اما تفاوت معنی داری بین این دو روش مشاهده نشد ( $P > 0.05$ ) بررسی در مرحله پیگیری نیز ماندگار بود. اما بین دو روش آزمایشی با گروه گواه تفاوت معنا دار بود ( $P < 0.001$ ).

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی رفتاری، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، افسردگی، کیفیت زندگی، کمردرد مزمن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1941233>

