

عنوان مقاله:

اثربخشی روان درمانی چهارعاملی بر سلامت روان زنان مطلقه

محل انتشار:

نهمین کنگره بین المللی روان درمانی (اجلاس آسیایی در بستر ارزش های فرهنگی) (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 2

نویسندگان:

فاطمه رضانی - دانشجوی کارشناسی ارشد روان شناسی بالینی، دانشکده روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

فرح لطفی کاشانی - دانشیار، گروه روان شناسی دانشکده روان شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن

خلاصه مقاله:

طلاق و از هم پاشیدگی کانون خانواده، معضلی اجتماعی است که پیامدهای آن از جمله مشکلات عمده جوامع کنونی به شمار می-رود. نرخ طلاق در طی سالهای اخیر، نه تنها در کشورهای توسعه یافته بلکه در کشورهای درحال توسعه نیز به طور قابل ملاحظه ای رو به افزایش است (شارما و همکاران، 2011). طلاق سبب درهم ریختگی فردی و اجتماعی شده و در بسیاری از موارد تأثیرات سوء آن در زنان بیشتر از مردان است (قائم محمدی و چاوشی زاده تفتی، 2014). پژوهش ها در کشورهای متعدد نشان می دهد که زنان بعد از طلاق علائم بسیاری از قبیل افسردگی، انزوا، خشم، احساس درماندگی، نا امیدی و تمایل به خود سرزنی را تجربه می کنند (خجسته مهر، 2012). روان شناسان به دنبال یافتن روشهایی جهت بهبود سلامت روان هستند. روان درمانی چهارعاملی از جمله روش های درمانی است که در سال 1375 توسط لطفی کاشانی ارائه شد. بر اساس نظر لطفی کاشانی (1377) عوامل مؤثر در رویکردهای روان درمانی را می توان در چهار عامل خلاصه کرد: رابطه درمانی، امید و انتظار مثبت از درمان، آگاهی افزایی و نظم بخشی رفتار. این چهار عامل فرایند مشترک نظامداری را ایجاد می کنند که ویژه رویکرد خاصی نیست. در طی این فرایند، طی برقراری رابطه درمانی و به کارگیری اصول یادگیری و نظم بخشی رفتار، زمینه را برای ایجاد امید و انتظار درمان و افزایش آگاهی در مراجع مهیا کرده و به بهبودی مراجع می انجامد. بهبود و درمان در این چهار عامل نشان می دهد که در یک رابطه درمانی مناسب، برای درمانجو فرصت مناسبی فراهم می گردد تا افکاری را بیان نماید که قبلاً برای صحبت تغییر نداده است. بنابراین به وی کمک می شود تا از احساس و رفتاری که قبلاً متوجه اش نبوده آگاه گردد. در طی این فرایند درمانجو به بینش نوینی درباره ی وضعیت کنونی اش نائل می گردد و از احساسات و اقدامات خود آگاهی بیشتری پیدا می کند که به نوبه خود بخشی از درمان است. هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی روان درمانی چهار عاملی بر سلامت روان زنان مطلقه بود. پژوهش حاضر از نوع پژوهش های نیمه آزمایشی با پیش آزمون و پس آزمون و گروه کنترل است. جامعه آماری شامل زنان مطلقه منطقه 19 شهر تهران می باشد. جهت اجرای پژوهش 30 زن مطلقه از طریق نمونه گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت تصادفی به 2 گروه آزمایشی و کنترل تقسیم شدند. در گروه آزمایشی 8 جلسه روان درمانی مبتنی بر رویکرد چهارعاملی اجرا شد اما در گروه کنترل هیچ گونه مداخله درمانی صورت نگرفت. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ-28) و جهت تجزیه و تحلیل نتایج از روش تحلیل واریانس استفاده شده است. نتایج نشان داد که بین گروه آزمایشی و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 0.1$). این نتایج نشان می دهد که بعد از به کارگیری روان درمانی چهارعاملی، سلامت روان و چهار خرده مقیاس آن (علائم جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی) در زنان مطلقه بهبود یافت.

کلمات کلیدی:

روان درمانی چهارعاملی، سلامت روان، زنان مطلقه

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/557078>



