

مقایسه اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد و دارودرمانی در کاهش علائم افسردگی بیماران افسرده شهر اصفهان

محبوبه سعیدی^۱، ناصر دشتی^۲

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

^۲ هیئت علمی گروه روانشناسی، واحد یزد، دانشگاه آزاد اسلامی، یزد، ایران.

چکیده

هدف این پژوهش تعیین اثربخشی روش درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و مقایسه آن با دارودرمانی بر کاهش علائم افسردگی بیماران افسرده شهر اصفهان بود. روش پژوهش شبه آزمایشی و جامعه آماری شامل کلیه افراد دارای اختلال افسردگی اساسی در شهر اصفهان بودند. تعداد ۱۰۰ نفر با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردیدند و سپس پرسشنامه افسردگی بک در اختیار آن‌ها قرار گرفت و پس از تکمیل، از بین افرادی که دارای افسردگی اساسی تشخیص داده شدند، ۶۰ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در ۳ گروه ۲۰ نفری (دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل) قرار گرفتند، گروه اول آزمایش تحت درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد قرار گرفتند، گروه دوم تحت دارودرمانی قرار گرفتند و گروه سوم در انتظار درمان ماندند (گروه گواه). پس از مداخله در دو گروه آزمایش مجدداً پرسشنامه افسردگی بک را تکمیل نمودند. داده‌های حاصل از اجرای پرسشنامه به منظور تعیین اثربخشی روش‌های درمانی، از روش تحلیل کوواریانس با استفاده از نرم‌افزار SPSS-20 تحلیل شد. نتایج نشان داد که بین نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون هر دو گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل، در افسردگی تفاوت معناداری وجود دارد. ($P < 0/05$) و اینکه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد نسبت به دارودرمانی در کاهش علائم افسردگی مؤثرتر است، جنسیت آزمودنی‌ها و سطح تحصیلات در درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد معنی‌دار نبود و اینکه روش دارودرمانی برای افسردگی‌های شدید مؤثرتر از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است.

واژه‌های کلیدی: پذیرش و تعهد درمانی، دارودرمانی، افسردگی

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۷، شماره ۱، بهار ۱۴۰۰، صفحات ۸۶۰-۸۵۲