

مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونری

Comparsion of effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy on Quality of life in Coronary heart disease patients undergoing percutaneous coronary intervention

AbbasAli Mahmoudi Molaei

Ph.D student of General Psychology, Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.

Dr. Ramazan Hassanzadeh*

Professor of Department of Psychology, Sari Branch, Islamic Azad University, Sari, Iran.

Hasanzadeh@iausari.ac.ir

Dr. Afsane Khajevand Koshely

Associate Professor of Department of Psychology, Gorgan Branch, Islamic Azad University, Gorgan, Iran.

عباسعلی محمودی مولایی

دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد گرگان،
دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

دکتر رمضان حسن زاده (نویسنده مسئول)

استاد گروه روانشناسی، واحد ساری، دانشگاه آزاد اسلامی، ساری، ایران.

دکتر افسانه خواجه‌نژاد خوشلی

دانشیار، گروه روانشناسی، واحد گرگان، دانشگاه آزاد اسلامی، گرگان، ایران.

Abstract

The present study was conducted with the aim of comparing the effectiveness of cognitive behavioral therapy and therapy based on acceptance and commitment to the quality of life in coronary heart patients. The research method was semi-experimental with a pre-test-post-test design and a control group. The statistical population included all angioplasty patients referred to Fatemeh Zahra(S) Heart Clinic in Sari in 1400. The number of 45 people were selected as a sample using the purposeful sampling method and randomly assigned to three groups (two experimental groups and one group). The participants of the first experimental group received 10 sessions of cognitive behavioral therapy and the participants of the second experimental group received 8 sessions of therapy based on acceptance and commitment. The quality of life questionnaire SF36 (Weir and Sherburne,1992) was implemented as a research tool in two stages before and after training in all three groups. The analysis of findings by multivariate analysis of covariance test showed that by controlling the pre-test effect, there is a significant difference between the post-test average of the quality of life in the experimental and control groups at the level of 0.001. The results of the follow-up test showed that the effectiveness of cognitive behavioral therapy is higher than the therapy based on acceptance and commitment to the quality of life ($p=0.0002$). Therefore, in the field of treatment and counseling of patients with coronary heart disease, cognitive behavioral therapy seems efficient.

Keywords: cognitive-behavioral therapy, therapy based on acceptance and commitment, quality of life.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی در بیماران کرونری قلب انجام شد. روش پژوهش نیمه‌آزمایشی ابا طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه بیماران آنژیوپلاستی شده مراجعه کننده به کلینیک قلب فاطمه زهرا (س) ساری در سال ۱۴۰۰ بود. تعداد ۴۵ نفر به عنوان نمونه به روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی در سه گروه (دو گروه آزمایشی و یک گروه) گمارش شدند. شرکت‌کنندگان گروه آزمایش اول ۱۰ جلسه درمان شناختی رفتاری و شرکت‌کنندگان گروه آزمایش دوم ۸ جلسه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد دریافت کردند. پرسشنامه کیفیت زندگی SF-36 (ویر و شریون، ۱۹۹۲) به عنوان ابزار پژوهش در دو مرحله قبل و بعد از آموزش در هر سه گروه اجرا شد. تحلیل یافته‌ها توسط آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره نشان داد که با کنترل اثر پیش‌آزمون بین میانگین پس‌آزمون کیفیت زندگی در گروه آزمایش و کنترل تفاوت معناداری در سطح ۰/۰۱ وجود دارد. نتایج آزمون تعقیبی نشان داد اثربخشی درمان شناختی رفتاری نسبت به درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیشتر است ($p=0.0002$). بنابراین، در حوزه درمان و مشاوره بیماران مبتلا به کرونری قلب، درمان شناختی رفتاری کارآمد به نظر می‌رسد.

واژه‌های کلیدی: درمان شناختی-رفتاری، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، کیفیت زندگی.

مقدمه

در سراسر جهان، ۲۳ میلیون نفر مبتلا به بیماری‌های قلبی عروقی هستند و شیوع این بیماری در ایران ۳۵۰۰ مورد در هر ۱۰۰ هزار نفر است (رنجران و همکاران، ۱۳۹۸). بیماری‌های قلبی عروقی علت اصلی مرگ در سطح جهان و عامل ۸۲ درصد موارد مرگ در کشورهای در حال توسعه است (عشنوندی و همکاران، ۱۳۹۶). در ایران نیز اولین علت مرگ، بیماری‌های قلبی عروقی هستند که عامل ۳۵ درصد موارد مرگ محسوب می‌شود (بابامحمدی و همکاران، ۱۳۹۸). بیماران قلبی مشکلات متعددی نظیر درد قفسه سینه، عدم تحمل فعالیت، تنگی نفس، سازگاری غیرموقت با بیماری و مشکلات روانی را تجربه می‌کنند (هینکل و چیور^۱، ۲۰۱۸). این بیماران به علت تغییرات پیش‌آمده در نحوه زندگی، بستری شدن در بیمارستان، عدم آگاهی از روند درمان و بهبودی و لزوم رعایت محدودیت‌هایی در سبک زندگی در معرض انواع مختلف استرس، اضطراب و افسردگی قرار دارند (ملک‌پور گلسفیدی و همکاران، ۱۳۹۶). کاهش محدودیت‌های فیزیکی، بهبود درک و وضعیت سلامت از فواید مداخله پرکوتانئوس کرونری موفقت‌آمیز است. در این راستا، سنجش کیفیت زندگی مرتبط با سلامت بیماران، شاخصی برای ارزیابی مداخلات درمانی محسوب می‌شود (روآنو^۲ و همکاران، ۲۰۱۵).

کیفیت زندگی مفهومی گستردگی، چند بعدی و ذهنی است. سازمان بهداشت جهانی کیفیت زندگی را احساس ذهنی فرد نسبت به موقعیت خود در زندگی تعریف می‌کند که با فرهنگ، ارزش‌های اجتماعی، اهداف، استانداردها و علایق شخصی افراد مرتبط است (به نقل از درویش‌پور و همکاران، ۱۳۹۵). مشکلات ناشی از کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به کرونر قلبی ضرورت پیدا می‌کند که یک مداخله روانشناختی و غیردارویی برای بهبود کیفیت زندگی در کنار درمان دارویی به کار گرفته شود. از جمله این درمان‌ها، می‌توان به درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد اشاره کرد.

یکی از روش‌های درمانی موثر در بهبود بسیاری از ویژگی‌های روانشناختی، درمان شناختی رفتاری است (شوریتس^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). این شیوه درمانی بر این فرض استوار است که باورهای نادرست و ناامیدکننده، رفتارهای مقابله‌ای ناموثر و حالات خلقی منفی در شکل‌گیری و تداوم مشکلات موثر هستند (مک فارلان^۴ و همکاران، ۲۰۱۹). درمان شناختی رفتاری بر مدل آموزش روانی ساختار دار استوار است و بر نقش تکلیف خانگی تأکید می‌کند (لوونزو^۵ و همکاران، ۲۰۱۹). این درمان دارای ویژگی‌های منحصر به فردی است که هم از راهبردهای شناختی شامل کشف تحریف‌های شناختی و افکار اضطراب‌آور، بازسازی شناختی و تقویت خودگویی‌های مقابله‌ای موثر و هم از راهبردهای رفتاری شامل الگوبرداری، مواجهه سازی، ایفای نقش، آرام‌سازی عضلانی، آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و افزایش خودکنترلی و خودکارآمدی استفاده می‌کند (پیترز^۶ و همکاران، ۲۰۱۹). پژوهش‌های متعددی اثربخشی درمان شناختی رفتاری را بر کیفیت زندگی بیماران مزمن تایید کرده‌اند (فریبرزی و خضری، ۱۳۹۹؛ باباپور و همکاران، ۱۳۹۸؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸؛ چمنی قلندری و همکاران، ۱۳۹۸؛ عیسی‌زادگان و همکاران، ۱۳۹۴).

همچنین درمان دیگری که به نظر می‌رسد برای بهبود کیفیت زندگی در افرادی که دارای بیماری مزمن موثر واقع شود، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد^۷ است که به عنوان درمان شناختی موج سوم^۸ که توسط هیز^۹ توسعه داده شده است که اصول رفتاری، ذهن آگاهی و پذیرش را با هم ترکیب می‌کند. در این درمان، ذهن آگاهی به حالتی از آگاهی اشاره دارد که بر بودن در لحظه حال تمرکز دارد. پذیرش به انجام تمرینات مبتنی بر پذیرش (تمرینات تمایل) همه رویدادهای ذهنی (مانند افکار و هیجانات) بدون تغییر، اجتناب یا کنترل آنها اشاره دارد. در نهایت اصول رفتاری برای شفافسازی ارزش‌های شخصی و انجام اقدامات منتهی به دستیابی به هدف اشاره می‌شود (پولاکاهانو^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹). در این راستا پژوهش‌های متعددی در نمونه‌های مختلف مبتلا به بیماری مزمن اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را بر کیفیت زندگی افراد مبتلا به بیماری‌های مزمن اثرباز معرفی کردند (کلباسی و همکاران، ۱۴۰۰؛

1 Hinkle, Cheever

2 Ruano

3 Shortis

4 McFarlane

5 Lorenzo

6 Peters

7 acceptance and commitment therapy

8 third-wave cognitive therapy

9 Hayes

10 Puolakanaho

عسکری و همکاران، ۱۳۹۸؛ ساریزاده و همکاران، ۱۳۹۷؛ دهقانی و رضایی دهنوی، ۱۳۹۷؛ دهقانی، ۱۳۹۵). با توجه به اینکه تاکنون اثربخشی هر یک از درمانهای شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، در بسیاری از متغیرهای روانشناسی اثبات شده‌اند، لیکن پژوهش حاضر به بررسی مقایسه دو درمان در بیماران کرونر قلبی پرداخته است که درمان سودمند در خصوص بیماران کرونر قلبی انتخاب شود. اگرچه تاکنون در رابطه با متغیر کیفیت زندگی در جوامع متعدد و با روش‌های درمانی متفاوت کار شده است، لیکن با وجود اهمیت کیفیت زندگی در بیماران مبتلا به کرونر قلب تحت مداخله پرکوتانیوس کرونری، مداخلات روانشناسی کمتری بر روی این گروه از بیماران صورت گرفته است. همچنین از آنجا که تاکنون مقایسه این دو درمان در خصوص متغیر کیفیت زندگی بر روی بیماران کرونر قلبی صورت نگرفته است، انتخاب درمان موثر، توانایی افزایش کیفیت زندگی بیماران کرونر قلبی را خواهد داشت. با توجه به موارد ذکر شده، پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان شناختی – رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی در بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانیوس کرونری انجام شد.

روش

روش پژوهش نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه بیماران آنژیوپلاستی شده مراجعه کننده به کلینیک قلب بیمارستان فاطمه زهرا (س) ساری در محدوده سال ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بود که شامل ۳۵۰ نفر زن و ۱۵۶ نفر مرد) بودند. برای انتخاب نمونه آماری ابتدا از بین بیماران آنژیوپلاستی شده مراجعه کننده به کلینیک قلب بیمارستان فاطمه زهرا (س) در ساری، تعداد ۴۵ نفر که تمایل به شرکت در پژوهش داشتند، به صورت هدفمند انتخاب شدند و سپس افراد نمونه، به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایشی و یک گروه کنترل (هر گروه شامل ۱۵ نفر) جایگزین شدند. ملاک ورود به پژوهش شامل بیماران ۳۰ تا ۶۰ ساله‌ای که تشخیص بیماری کرونری قلب دریافت کرده بودند و تحت PCI (مداخله کرونری پرکوتانیوس) قرار گرفتند، وجود سلامت جسمانی در حد انجام آزمون و شرکت در دوره درمانی (در صورتی که در گروه آزمایش قرار گرفتند)، دارا بودن سواد حداقل دیپلم و عدم وجود مشکلات روانشناسی جدی از جمله سایکوز (بررسی توسط روانپرداز و روانشناس) بود. همچنین ملاک‌های خروج در پژوهش شامل عدم تمایل به ادامه همکاری شرکت‌کنندگان، غیبت بیش از دو جلسه متوالی، ابتدا به مشکلات شناختی و خلقی در حین پژوهش بود. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی، از افراد شرکت‌کننده در پژوهش، فرم رضایت آگاهانه به صورت کتبی اخذ شد، طرح پژوهش توضیح داده شد و بر محramانه بودن اطلاعات تأکید شده و در صورت تمایل پس از اتمام پژوهش، شرکت‌کنندگان از نتایج پژوهش آگاه شدند. داده‌های به دست آمده در نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ توسط آزمون کواریانس چندمتغیره و آزمون تعییبی LSD تحلیل شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه کیفیت زندگی (SF-36): این پرسشنامه خودگزارشی که عمدتاً جهت بررسی کیفیت زندگی و سلامت استفاده می‌شود توسط ویر و شربورن^۱ در سال ۱۹۹۲ ساخته شد و دارای ۳۶ عبارت است و ۸ قلمرو عملکرد جسمی (شامل ۱۰ سوال)، عملکرد اجتماعی (شامل ۲ سوال)، ایفای نقش جسمی (شامل ۴ سوال)، ایفای نقش هیجانی (شامل ۳ سوال)، سلامت روانی (شامل ۵ سوال)، سرزندگی (شامل ۴ سوال)، درد بدنشی (شامل ۲ سوال) و سلامت عمومی (شامل ۵ سوال) را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. گذشته از این، پرسشنامه حاضر، دو سنجش کلی را نیز از کارکرد فراهم می‌آورد؛ نمره کلی مولفه فیزیکی، بعد فیزیکی سلامت را مورد سنجش قرار می‌دهد و نمره کلی مولفه روانی، بعد روانی اجتماعی سلامت را ارزیابی می‌نماید. نمره گذاری به صورت دو وجهی، لیکرت سه گزینه‌ای، لیکرت پنج گزینه‌ای و لیکرت شش گزینه‌ای است. نمره آزمودنی در هر یک از این قلمروها بین ۰ تا ۱۰۰ متغیر است و نمره بالاتر به منزله کیفیت زندگی بهتر است. پایابی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای نمره کل ۰/۸۶ و روابی همزمان آن ۰/۶۴ گزارش شده است (ویر و شربورن، ۱۹۹۲). روابی و پایابی این پرسشنامه در جمعیت ایرانی مورد تایید قرار گرفته است و ضرایب همسانی درونی خرده مقیاس‌های ۸ گانه آن بین ۰/۰۸۵ تا ۰/۰۷۰ و ضرایب بازآزمایی آنها با فاصله زمانی یک هفته بین ۰/۰۴۳ تا ۰/۰۷۹ گزارش شده است. همچنین این پرسشنامه می‌تواند در تمام شاخص‌ها، افراد سالم را از افراد بیمار تفکیک نماید (اصغری و فقیهی، ۱۳۸۲). در پژوهش حاضر میزان آلفای کرونباخ برای پرسشنامه کیفیت زندگی ۰/۰/۷۸ به دست آمد.

مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی
Comparsion of effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy on Quality of ...

در قدم اول، کلیه بیماران کرونری قلب که پس از مداخله آنژیوپلاستی برای بررسی و ارزیابی قلبی به کلینیک تخصصی قلب مرکز قلب مازندران (بیمارستان فاطمه زهرا ساری) مراجعه کردند؛ با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش، بر حسب تمایل وارد پژوهش شدند. ابتدا توسط مصاحبه، اطلاعات دموگرافیک آنها تهیه شد. سپس به پرسشنامه کیفیت زندگی (ابزار استاندارد) پاسخ دادند. افرادی که از کیفیت زندگی پایین‌تری پایین‌تری برخوردار بودند، انتخاب شدند. بیماران به طور تصادفی درسه گروه قرار گرفتند. برای گروه آزمایشی اول (۱۵ نفر) درمان شناختی رفتاری به مدت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت هفتگی اجرا شد (جدول ۱). برای گروه آزمایشی دوم (۱۵ نفر) درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به مدت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای به صورت هفتگی برگزار شد (جدول ۲). گروه، آموزشی را دریافت نکردند و در انتظار ماندند تا در صورت انتخاب درمان سودمند، پس از پایان پژوهش، بر حسب تمایل آموزش لازم به آنها داده شود. پس از پایان آموزش برای هر دو گروه آزمایشی، مجدداً از هر سه گروه (دو گروه آزمایش و یک گروه) خواسته شد تا به هر پرسشنامه کیفیت زندگی پاسخ دهند.

جدول ۱: محتوی ساختار جلسات شناختی رفتاری (لیهی، ۲۰۱۱)

جلسه	محتوا
۱	آشنایی اهضای گروه با هم، آشنایی با درمان شناختی رفتاری، آشنایی با تاثیر عوامل روانشناختی بر بیماری‌های قلبی عروقی توسط متخصص قلب و عروق و تعیین هدفهای درمان
۲ و ۲	آگاه کردن بیمار از نشانه‌های افسردگی، اضطراب و استرس و شناسایی افکار مرتبط با این علائم تمایز بین فکر و احساس و تعیین رابطه افکار با احساسات، هیجانها و رفتار و توجه به احساسات خود
۴	فنون توقف افکار منفی و چالش با افکار منفی
۵	فنون جایگزینی افکار مثبت به جای افکار منفی
۶	تکنیکهای آرمیدگی
۷	مهارت‌های حل مسئله و کنترل خشم
۹ و ۸	جمع بندی مباحث گفته شده
۱۰	

جدول ۲: محتوی ساختار جلسات درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (هیز و همکاران، ۲۰۱۲)

جلسه	محتوا
۱	آشنایی اعضاء با درمانگر و یکدیگر، آشنایی و توصیف کلی از رویکرد درمانی، قرارداد درمانی
۲	بررسی مشکلات بیماران از منظر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (استخراج تجربه اجتناب، آمیختگی و ارزشهای فرد و اینکه کنترل مسئله است نه راه حل)
۳	شفاف سازی ناکارآمدی، کنترل رویدادهای منفی با استفاده از استعاره‌ها و آموزش تمایل نسبت به هیجانات و تجارب منفی
۴	آموزش جدا کردن ارزیابی‌ها از تجارب شخصی، در نظر گرفتن خود به عنوان زمینه و اتخاذ موضع مشاهده افکار بدون قضاوت ارزیابی با زمان حال و آموزش فنون ذهن آگاهی
۵	شناسایی ارزشهای زندگی بیماران و سنجش ارزشهای بر مبنای میزان اهمیت آنها در زندگی بیماران
۶	ارائه راهنمکارهای عملی در رفع موانع ضمん به کارگیری استعاره‌ها و برنامه ریزی برای تعهد نسبت به پیگیری ارزشها
۷	جمع بندی مفاهیم بررسی شده در طی جلسات، درخواست از بیماران برای توضیح دستاوردهایشان از درمان و برنامه آنها برای ادامه زندگی
۸	

بافته‌ها

در گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری ۹ مونث و ۶ مذکور، در گروه آزمایش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۷ مونث و ۸ مذکور و در گروه کنترل نیز ۱۰ مونث و ۵ مذکور حضور داشتند. در گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری ۱۳ متأهل و ۲ مجرد، در گروه آزمایش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۷ متأهل و ۸ مجرد و در گروه کنترل نیز ۹ متأهل و ۶ مجرد بودند. همچنین، میانگین (و انحراف معیار) سنی

در گروه آزمایش شناختی رفتاری (۴۲/۶) (۵۷/۴)، در گروه آزمایش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (۴۱/۶) و در گروه گواه (۶/۰/۹) بود. میانگین و انحراف استاندارد نمرات متغیرهای پژوهش در گروههای آزمایش و در جدول ۳ نمایش داده شده است.

جدول ۳: آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش به تفکیک گروه در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون.

گروه شناختی رفتاری	گروه کنترل	گروه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد	میانگین (انحراف معیار)
پیش‌آزمون	(۵/۰/۴) ۱۳۶/۲	(۴/۶۱) ۱۳۵/۰۰	(۳/۵) ۱۳۴/۸
پس‌آزمون	(۷/۰۰) ۱۴۵/۴۶	(۶/۸۲) ۱۴۱/۹۳	(۴/۴۵) ۱۳۰/۰۰

همان‌گونه که از نتایج جدول ۳ مشاهده می‌شود، میانگین نمرات متغیر کیفیت زندگی در هر دو روش درمانی در پس آزمون و پیگیری نسبت به پیش‌آزمون افزایش داشته‌اند، لیکن میانگین نمرات متغیر کیفیت زندگی در پس آزمون گروه کنترل، نسبت به پیش‌آزمون کاهش داشته است.

جهت ارزیابی آموزش‌های شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر متغیر پژوهش (کیفیت زندگی) از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده گردید. تحلیل کوواریانس مستلزم رعایت مجموعه‌ای از پیش‌فرضهاست. جهت آزمودن یکسان بودن واریانس مشاهدات بین گروه‌ها از آزمون لون استفاده شد و نتایج نشان دهنده یکسان بودن واریانس مشاهدات بین گروه‌ها بود. مقدار آماره F و سطح معناداری به ترتیب ۰/۴۴ و ۰/۶۴۷ به دست آمد. جهت آزمودن بودن داده‌ها از آزمون شاپیرو-ولک استفاده شد و نتایج نشان دهنده نرمال بودن داده‌ها در گروه‌ها بود. مقدار آماره F و سطح معناداری به ترتیب در گروه پیش‌آزمون آزمایش درمان شناختی رفتاری، ۰/۴۰۵ و ۰/۹۹۷ و در گروه پس‌آزمون ۰/۹۹۶ و ۰/۳۰۹، در گروه پیش‌آزمون درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، ۰/۷۹۵ و ۰/۵۵۳ و در گروه پس‌آزمون ۰/۵۰۷ و ۰/۹۵۹، و همچنین در گروه پیش‌آزمون کنترل ۰/۵۷۶ و ۰/۸۹۴ و در گروه پس‌آزمون ۰/۷۲۶ و ۰/۶۶۷ حاصل شد. همچنین همگن بودن شیب خط‌های رگرسیون نیز بررسی شد و نتایج نشان دهنده همگن بودن شیب خط رگرسیون بود. در این آزمون، مقدار آماره و سطح معناداری به ترتیب در گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری ۱۸/۰۷ و ۰/۰۰۱، در گروه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد ۱۳/۰۱ و ۰/۰۰۳ و در گروه کنترل ۱۷/۵۸ و ۰/۰۰۱ حاصل شد. لذا با توجه به تایید پیش‌فرضهای آزمون کواریانس، می‌توان از آن استفاده نمود. جدول ۴، نتایج حاصل از تحلیل کواریانس چند متغیره (مانکوا) بر کیفیت زندگی را نشان می‌دهد.

جدول ۴: نتایج حاصل از تحلیل کواریانس چند متغیره (مانکوا) بر کیفیت زندگی

نام آزمون	مقدار	F	درجه آزادی	خطای درجه آزادی	سطح معناداری	توان آزمون
اثر پلایی	۰/۷۱۳	۲/۹۵	۱۲	۶۴	۰/۰۰۳	۰/۹۷۸
لامبادی ویلکز	۰/۲۹۸	۴/۲۹	۱۲	۶۲	۰/۰۰۶	۰/۹۹۹
اثر هتلینگ	۲/۳۱	۵/۷۹	۱۲	۶۰	۰/۰۰۴	۱
بزرگترین ریشه خط	۲/۳	۱۲/۲۷	۶	۳۲	۰/۰۰۰۲	۱

همان طور که در نتایج جدول ۴ حاصل شده است، همه آزمون های مانکوا در سطح (P<۰/۰۰۱) معنی‌دار می‌باشند، بر این اساس می‌توان بیان داشت حداقل در یکی از خرده‌مقیاسهای کیفیت زندگی تفاوت معناداری وجود دارد.

مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی
Comparsion of effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy on Quality of ...

جدول ۵: نتایج حاصل از تحلیل کوواریانس چند متغیره بر کیفیت زندگی

منبع پراکنده	متغیرها	مجموع مریعات	درجه آزادی	میانگین مریعات	F	معناداری	اندازه اثر	توان آزمون
سلامت روانی		۱۳۷/۲۱۸	۲	۶۸/۶۰۹	۹/۰۶۰	۰/۰۰۱	۰/۴۲۹	۰/۹۶۴
سلامت عمومی		۹۲/۹۶۲	۲	۴۶/۴۸۱	۵/۹۸۰	۰/۰۰۱	۰/۳۴۴	۰/۸۵۳
عملکرد جسمانی		۸۳/۲۰۲	۲	۴۱/۶۰۱	۶/۵۳۳	۰/۰۰۱	۰/۳۶۱	۰/۸۸۴
درد بدنی		۹۸/۵۴۵	۲	۴۹/۲۷۲	۸/۰۵۴	۰/۰۰۱	۰/۴۰۳	۰/۹۴۲
حدودیت ایفای نقش به دلیل جسمانی		۱۱۴/۹۸۴	۲	۵۷/۴۹۲	۱۰/۰۸۲	۰/۰۰۱	۰/۴۵۳	۰/۹۷۸
عملکرد اجتماعی		۸۴/۱۶۲	۲	۴۲/۰۸۱	۵/۹۸۰	۰/۰۰۱	۰/۳۴۸	۰/۵۴۲
حدودیت ایفای نقش به دلیل روانی		۷۹/۳۱۲	۲	۳۹/۶۵۶	۶/۵۳۳	۰/۰۰۱	۰/۳۱۹	۰/۵۶۳
خستگی یا نشاط		۵۸/۳۸۲	۲	۲۹/۱۹۱	۵/۰۳۲	۰/۰۰۱	۰/۲۸۹	۰/۵۱۹
کیفیت زندگی		۲۸۲۶/۹۰۲	۲	۱۴۱۳/۴۵۱	۶۰/۴۷۴	۰/۰۰۱	۰/۸۸۶	۱

با توجه به اطلاعات مشاهده شده در جدول ۵، نتایج این آزمون حاکی از آن است که در مجموع بین کیفیت زندگی در دو گروه آزمایش و در پیش آزمون و پس آزمون تفاوت معناداری وجود دارد ($F=۰/۴۷۴$ و $p=۰/۰۰۱$). که به طور کلی حکایت از اثر درمان شناختی - رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی دارد.

جدول ۶: نتایج آزمون تعقیبی LSD جهت تعیین دو اثربخشی بر متغیر کیفیت زندگی

مقایسه بین گروهها	سطح معناداری	خطای استاندارد میانگین	تفاوت میانگین	تفاوت معناداری
درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد	درمان شناختی رفتاری	۲/۲۹	۱/۵۵	۰/۰۴۸
درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد	درمان شناختی رفتاری	-۱۱/۷۲	۱/۵۴	۰/۰۰۰۲
درمان شناختی رفتاری	درمان شناختی رفتاری	-۱۴/۰۱	۱/۵۵	۰/۰۰۰۲

طبق نتایج جدول ۶، میانگین گروه درمان شناختی رفتاری بیشتر از میانگین نمرات گروه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد است. لذا مداخله شناختی رفتاری مؤثرتر از مداخله گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد در متغیر کیفیت زندگی بود.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش باهدف مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی در بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی انجام شد.

یافته‌ی اول پژوهش حاضر، حاکی از اثربخش بودن مداخله شناختی رفتاری بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی بود. یافته‌ی پژوهش حاضر با نتایج حاصل از پژوهش‌های فریبرزی و خضری، ۱۳۹۹؛ باباپور و همکاران، ۱۳۹۸؛ یوسفی و همکاران، ۱۳۹۸؛ چمنی قلندری و همکاران، ۱۳۹۸؛ عیسی‌زادگان و همکاران، ۱۳۹۴؛ همسو بود. در تبیین یافته‌ی حاضر می‌توان بیان کرد درمان شناختی رفتاری به طور کلی بر این باور است که تعییر در شناخت‌ها منجر به تعییر در احساسات و عواطف می‌شود و چرخه آگاهی شناختی به منظور تعییر عواطف و پیامد رفتار بازسازی شناختی را مورد توجه قرار می‌دهد. همچنین این درمان توانست با مکانیزم درنظر گرفتن ویژگی‌های شناختی از جمله باورها و انگاره‌های ذهنی راجع به بیماری و انجام بازسازی شناختی،

عواطف مرتبط با بیماری را کاهش داده و به فرد کمک می‌کند که در جریان زندگی عادی خود حرکت نماید (المن، ۲۰۲۱) و لذا سبب افزایش کیفیت زندگی در نمونه‌های پژوهش حاضر شد.

یافته‌ی دیگر پژوهش حاضر، حاکی از اثربخش بودن مداخله درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانوس کرونری بود. یافته‌ی پژوهش حاضر با نتایج حاصل از پژوهش‌های کلباسی و همکاران، ۱۴۰۰؛ عسکری و همکاران، ۱۳۹۸؛ ساریزاده و همکاران، ۱۳۹۷؛ دهقانی و رضایی دهنوی، ۱۳۹۷؛ دهقانی ۱۳۹۵ همسو بود. در تبیین یافته‌ی حاضر می‌توان بیان کرد درمان پذیرش و تعهد، ارزش‌ها را به عنوان کیفیت انتخاب شده اعمال هدفمندانه تعریف می‌کند (دهقانی و رضایی دهنوی، ۱۳۹۷) و به مراجعین یاد می‌دهد تا بین انتخاب و قضاوت‌های مستدل تمایز قائل شوند و ارزش‌ها را انتخاب نمایند. به مراجعین گفته می‌شود تا آنچه را از زندگی می‌خواهند بررسی کرده و آن را در حوزه‌های مختلف زندگی از قبیل زندگی شغلی، روابط صمیمانه، دوستی، رشد شخصی، سلامتی و معنویت مدنظر قرار دهند. این عناصر جزء مولفه‌های کیفیت زندگی است (نصیری و همکاران، ۱۳۹۴).

بررسی ارزش‌ها در این درمان خود می‌تواند منجر به بهبود کیفیت زندگی در افراد مبتلا به کرونر قلبی شود (دهقانی، ۱۳۹۵).

آخرین یافته‌ی پژوهش حاضر، مقایسه بین دو درمان و انتخاب درمان اثربخش تر بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانوس کرونری بود که نتایج نشان داد درمان شناختی رفتاری موثرتر از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانوس بود. در تبیین یافته‌ی فوق می‌توان بیان کرد که تکنیک‌هایی که مولفه رفتاری اعمال ناکارآمد را هدف قرار می‌دهند عبارتند از شناسایی رفتارهای ایمنی نگرانی، شناسایی و حذف رفتارهای اجتماعی فعال و منفعل، مواجهه ذهنی و تمرین مقابله، تغییر رفتار سبک زندگی و شناسایی رفتارهایی که نادیده گرفته شده بود. این تکنیک‌ها رفتارهای ایمنی نگرانی و اجتماعی فعال و منفعل را از طریق مواجهه و تکالیف بازداری پاسخ، را به تدریج حذف می‌کنند (علیاری خانشان وطن و همکاران، ۱۴۰۱) همچنین تکنیک آرام‌سازی به بیماران کمک می‌کند تا با به کار گیری این فنون تنفس‌های روانی را در خود کاهش دهند. علاوه بر آن، بیماران با فراغیری مهارت‌های ارتباطی، روابط و فعالیت‌های اجتماعی خود را بهبود می‌بخشند و گسترش می‌دهند. این روابط به افزایش کیفیت زندگی بیماران کمک می‌کند (امامی و همکاران، ۱۳۹۶).

پژوهش حاضر نشان داد که هر دو درمان شناختی رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد قادر به افزایش کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانوس کرونری می‌باشد، لیکن درمان شناختی رفتاری موثرتر در گروه نمونه واقع شد. از جمله محدودیت‌های پژوهش می‌توان به روش نمونه گیری هدفمند و انتخاب نمونه محدود به بیمارستان فاطمه زهرا (س) شهر ساری، اشاره نمود. همچنین با توجه به اینکه از هر دو جنس در پژوهش استفاده شد، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی در سایر شهرها نیز صورت گیرد و بین بیماران زن و مرد مقایسه صورت گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، جهت پایدار بودن روش درمانی، از زمان پیگیری نیز استفاده شود.

سپاسگزاری: بدین وسیله پژوهشگران از ریاست محترم کلینیک تخصصی قلب مرکز قلب مازندران (بیمارستان فاطمه زهرا ساری) و پرسنل بیمارستان و شرکت‌کنندگان در پژوهش جهت همکاری در انجام پژوهش، نهایت تشکر را دارند.

منابع

- اصغری مقدم، م.، و فقیهی، س. (۱۳۸۲). اعتبار و پایایی پرسشنامه زمینه‌یابی سلامت (فرم کوتاه ۳۶ سوالی) در دو نمونه ایرانی. *روانشناسی بالینی و شخصیت*, ۱(۱)، ۱-۱۰.
http://cpap.shahed.ac.ir/article_1.html%27%27.htm
- امامی، م.، عسکری زاده، ق.، و فضیلت پور، م. (۱۳۹۶). اثربخشی درمان گروهی مدیریت استرس به شیوه شناختی رفتاری بر تاب‌آوری و امیدواری زنان مبتلا به سلطان پستان. *پژوهش نامه روانشناسی مشتبه*, ۳(۴)، ۱۴-۱. <https://doi:10.22108/ppls.2018.106094.1217>
- باباپور، ج.، زینالی، ش.، عظیمی، ف.، و چاووشی، م. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر کیفیت زندگی، اضطراب و خستگی روانی پرستاران بخش سلطان. *نشریه آموزش پرستاری*, ۸(۴)، ۳۲-۲۶. https://fa.jne.ir/article_1-10_42.htm
- بابامحمدی، ح.، کدخدایی الیدرانی، م.، ابراهیمیان، ع.، قربانی، ر.، و نن ساز، ز. (۱۳۹۸). تاثیر مراقبت معنوی مبتنی بر الگوی قلب سلیم بر کیفیت زندگی بیماران مبتلا به انفارکتوس میوکارد حاد. *کوشش*, ۲۱(۲)، ۲۷۰-۲۶۲. <https://doi: 10.22038/mjms.2019.17677>

مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران کرونری قلب تحت مداخله پرکوتانئوس کرونروی
Comparsion of effectiveness of Cognitive-Behavioral Therapy and Acceptance and Commitment Therapy on Quality of ...

- چمنی قلندری، ر.، افسار اردلان، م.، دکانه ای فرد، ف.، چمنی، س.، قچیلی، ا.، و زارعی، ح. (۱۳۹۸). اثربخشی درمان شناختی-رفتاری بر سلامت عمومی و کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سندروم روده تحیریک پذیر. پرستار و پزشک در رزم، ۷(۲۳)، ۱۰-۵. <http://npwjm.ajaums.ac.ir/article-fa.html\1-695>
- درویشپور، ا.، جوادی پاشاکی، ن.، سالاری، ا.، طالشان نژاد، م.، و برابری، ف. (۱۳۹۵). مقایسه کیفیت زندگی بیماران قلبی-عروقی قبل و بعد از آنتیپلاستی عروق کرونر. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ۲۶(۳۷)، ۲۱۰-۲۰۶.
- <http://jums.mazums.ac.ir/article-fa.html\1-771>
- دهقانی، ا. (۱۳۹۵). اثربخشی درمان گروهی پذیرش و تعهد بر افسردگی و کیفیت زندگی بیماران زن دیالیزی. روان شناسی پالینی، ۸(۳)، ۱۰-۱. <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2240>
- دهقانی، ا.، و رضایی دهنوی، ص. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران تحت درمان نگهدارنده با متادون. طب داخلی روز، ۲۴(۳)، ۲۵۲-۲۴۶.
- <http://imtj.gmu.ac.ir/article-fa.html\1-2855>
- رنجبران، ر.، علی‌اکبری دهکردی، م.، صفاری‌نیا، م.، و علیپور، ا. (۱۳۹۸). تاثیرآموزش سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت بر سرزندگی، بهزیستی روانشناختی و فشار خون زنان مبتلا به بیماری‌های قلبی عروقی. پرستاری قلب و عروق، ۹(۱)، ۱۰-۹.
- <http://journal.icns.org.ir/article-fa.html\1-681>
- ساریزاده، م.، رفیعی‌نیا، پ.، صباخی، پ.، و تمدن، م. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی بیماران همودیالیزی، مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۷، ۲۵۲-۲۴۱.
- عسکری، ز.، طحان، م.، و آهنگری، ا. (۱۳۹۸). اثربخشی گروه درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر کیفیت زندگی سالمدان مبتلا به سندروم آشیانه خالی. دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، ۵(۲۶)، ۵۹۱-۵۸۵.
- عشوندی، خ.، امینی، ش.، مقییبیگی، ع.، و صادقیان، ع. (۱۳۹۶). تأثیر برنامه مراقبت معنوی بر اضطراب مرگ بیماران مبتلا به نارسایی مزمن کلیه مرحله‌های انتہایی تحت همودیالیز: یک مطالعه کارآزمایی پالینی. حیات، ۲۳(۴)، ۳۴۴-۳۳۲.
- <http://hayat.tums.ac.ir/article-fa.html\1-212>
- علیاری خانشان وطن، ف.، احدی، ح.، کلهرنیا گل کار، م.، و صادفت، م. (۱۴۰۱). اثربخشی درمان شناختی رفتاری در اضطراب و تحمل پریشانی بیماران عروق کرونر قلبی. توانبخشی در پرستاری، ۳(۱)، ۶۵-۴۵.
- عیسی‌زادگان، ع.، شیخی، س.، حافظنیا، م.، و کارگری، ب. (۱۳۹۴). اثربخشی درمان شناختی رفتاری و مداخلات دارویی بر افزایش خودکارآمدی و بهبود کیفیت زندگی مردان با سوءصرف مواد. مجله مطالعات علوم پزشکی، ۲۶(۱)، ۸۰-۷۴.
- <http://umj.umsu.ac.ir/article-fa.html\1-2723>
- فریبرزی، ف.، و خضری، ح. (۱۳۹۹). اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر کیفیت زندگی زنان مبتلا به لوپوس در شهر شیراز. سومین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی، مشاوره، تعلیم و تربیت، تهران. <https://civilica.com/doc/1197284>
- کلیساپی، ر.، حاتمی، م.، صیری، م.، حاکمی، م.، و ثابت، م. (۱۴۰۰). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش تعهد بر کیفیت زندگی و نوسانات شاخص فشارخون بیماران همودیالیز. ابن سینا، ۲۳(۱)، ۳۴-۲۵.
- <http://ebnesina.ajaums.ac.ir/article-fa.html\1-913>
- ملک پور گلسفیدی، ز.، نصرالهی، ب.، و دارندگان، کیوان. (۱۳۹۶). رابطه اضطراب و افسردگی با بیماری‌های قلبی عروقی بعد از عمل جراحی قلب. نشریه جراحی ایران، ۲۸۵-۶۱.
- منتظری، ع.، گشتاسبی، ا.، و وحدانی نیام. (۱۳۸۴). ترجمه، تعیین پایابی و روایی گونه فارسی ابزار استاندارد SF-36. پایش، ۱۱(۱)، ۵۶-۵۴.
- <http://payeshjournal.ir/article-fa.html\1-756>
- نصیری، ص.، قربانی، م.، و ادبی، پ. (۱۳۹۴). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد در کیفیت زندگی بیماران مبتلا به نشانگان کارکردی گوارش. روان شناسی پالینی، ۷(۴)، ۵۱-۱۰.
- <https://doi.org/10.22075/jcp.2017.2221>
- یوسفی، ن.، محمدی، ف.، عزیزی، ا.، و شمس اسفند آبادی، ر. (۱۳۹۸). مقایسه اثربخشی درمان شناختی رفتاری کلاسیک و درمان شناختی رفتاری مبتنی بر غنی سازی بر افسردگی و کیفیت زندگی در زنان افسرده. روان شناسی پالینی، ۱۱(۱)، ۱۱۲-۱۱۰.
- <https://doi.org/10.22075/jcp.2020.16811.1595>
- Almén, N. (2021). A cognitive behavioral model Proposing that clinical burnout may maintain itself. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7), 3446. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073446>.
- Hayes, SC., Pistorello, J., & Levin, ME. (2012). Acceptance and commitment therapy as a unified model of behavior change. *The counseling psychologist*, 40(7), 976-1002. <https://doi.org/10.1177/0011100012460836>
- Hinkle, JL., & Cheever, KH. (2018). *Brunner and Suddarth's textbook of medical-surgical nursing*: Wolters kluwer india Pvt Ltd.
- Lorenzo-Luaces, L., Keefe, JR., & DeRubeis, RJ. (2016). Cognitive-Behavioral Therapy: Nature and relation to non-cognitive behavioral therapy. *Behavior Therapy*, 47(6), 785-803. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.02.012>
- McFarlane, FA., Allcott-Watson, H., Hadji-Michael, M., McAllister, E., Stark, D., Reilly, C., & et al. (2019). Cognitivebehavioural treatment of functional neurological symptoms (conversion disorder) in children and adolescents: a case series. *European Journal of Paediatric Neurology*. 23(2), 317-28. <https://doi.org/10.1016/j.ejpn.2018.12.002>
- Peters, L., Romano, M., Byrow, Y., Gregory, B., McLellan, LF., Brockveld, K., & et al. (2019). Motivational interviewing prior to cognitive behavioural treatment for social anxiety disorder: A randomised controlled trial. *Journal of affective disorders*. 256, 70-8. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.05.042>
- Ruano-Rodríguez, C., Serra-Majem, L., Dubois, D.(2015). Assessing the impact of dietary habits on health-related quality of life requires contextual measurement tools. *Front Pharmacol*. 6, 101-112. <https://doi.org/10.3389/fphar.2015.00101>. eCollection 2015.
- Shortis, E., Warrington, D., & Whittaker, P. (2020). The efficacy of cognitive behavioral therapy for the treatment of antenatal depression: A systematic review. *Journal of affective disorders*. 272, 485-95. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.067>
- Ware, JE., & Sherbourne, CD.(1992). The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36). I. Conceptual framework and item selection. *Med Care*. 30, 473-83. <https://www.jstor.org/stable/3765916>