

درمان شناختی رفتاری

بیماران مبتلا به درد قفسه سینه

تالیف:

فرید میرزائی



انشارات موجک



سازمان اسناد و کتابخانه ملی جمهوری اسلامی ایران

سرشناسه: میرزایی، فریده، ۱۳۴۹-

عنوان و نام پدیدآور: درمان شناختی رفتاری بیماران مبتلا به درد قفسه سینه / تألیف فریده میرزایی.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات موجک، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۸۲ ص.

شابک: ۷-۱۰۸-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸، ۳۰۰۰۰۰ ریال

وضعیت فهرست‌رسانی: فیا

موضوع: شناخت درمانی -- ایران -- نمونه پژوهی

موضوع: Case studies -- Iran -- Cognitive therapy

موضوع: بیماران مزمن -- ایران -- توانبخشی -- نمونه پژوهی

موضوع: Chronically ill -- Rehabilitation -- Case studies

موضوع: بیماران مزمن -- ایران -- بهداشت روانی -- نمونه پژوهی

موضوع: Chronically ill -- Mental health -- Iran -- Case studies

رده بندی کنگره: RC۴۸۹

رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴۲

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۰۳۸۴۴

انتشارات موجک

تلگرام: ۰۹۰۱۷۶۷۲۵۰۲ کانال: telegram.me/mojak1

تلفن مرکز پخش: ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۶ - ۰۲۶۳۲۴۰۳۵۱۳ - ۰۲۱۶/۱۲۷۵۹۳

ایمیل: mojakpublication@yahoo.com

سایت: www.mojak.ir



عنوان: درمان شناختی رفتاری بیماران مبتلا به درد قفسه سینه

تألیف: فریده میرزایی

طراح جلد: سیده زهرا روشنایی

مشخصات ظاهری: ۸۲ صفحه، قطع وزیری

چاپ اول: تابستان ۱۳۹۸، تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

قیمت: ۳۰۰۰۰۰ ریال، شابک: ۷-۱۰۸-۹۹۴-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر برای انتشارات موجک محفوظ است. هیچ شخص حقیقی و حقوقی حق چاپ و تکثیر این اثر را به هر شکل و صورت اعم از فتوکپی، چاپ کتاب و ... را ندارد. متخلفین به موجب بند ۵ ماده قانون حمایت از ناشرین تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

۱	پیشگفتار
۵	فصل اول: اختلالات روان تنی
۵	۱-۱ بیماری های روان تنی
۵	۲-۱ علل اختلالات روان تنی
۶	۱-۲-۱ الگوی زیست پزشکی
۶	۲-۲-۱ الگوی روان پویشی
۷	۳-۲-۱ الگوهای شناختی رفتاری
۷	۴-۲-۱ شرطی سازی
۷	۳-۱ مروری بر درمان اختلالات روان تنی
۸	۱-۳-۱ پسخوراند زیستی
۸	۲-۳-۱ هیپنوتیزم
۸	۳-۳-۱ کنار آمدن
۹	۴-۳-۱ خانواده درمانی
۹	۵-۳-۱ درمان های شناختی رفتاری
۱۰	۴-۱ تاثیر روانشناختی بیماری ها
۱۱	فصل دوم: درمان شناختی- رفتاری
۱۱	۱-۲ روان درمانگری
۱۲	۲-۲ درمان شناختی- رفتاری

- ۳-۲ اصول کلی درمان شناختی-رفتاری ۱۲
- ۴-۲ علت استفاده از درمان شناختی-رفتاری ۱۳
- ۵-۲ رویکردهای درمان شناختی-رفتاری ۱۴
- ۱-۵-۲ رویکرد رفتاری ۱۴
- ۲-۵-۲ رویکرد شناختی ۱۵
- ۶-۲ مراحل اساسی درمان شناختی-رفتاری ۱۶
- ۶-۲-۱ فهم روند درمان شناختی-رفتاری و نحوه اجرای آن ۱۶
- ۶-۲-۱-۱ ایجاد ارتباط درمانی و حفظ آن در درمان شناختی-رفتاری ۱۷
- ۶-۲-۱-۲ درگیر کردن بیمار در درمان شناختی رفتاری ۱۷
- ۷-۲ درمان شناختی- رفتاری برای بیماران با درد قفسه سینه ۱۸
- ۷-۲-۱ فرایند ارزیابی در مورد بیماران با درد قفسه سینه ۱۹
- ۷-۲-۲ مفهوم پردازش برای بیماران درد قفسه سینه ۲۱
- ۷-۲-۳ مشخص نمودن نقش عوامل شناختی-رفتاری در بروز نشانه‌ها ۲۲

فصل سوم: درمان حمایتی ۲۳

- ۱-۳ روان درمانی حمایتی ۲۳
- ۲-۳ اهداف درمان حمایتی ۲۵

فصل چهارم: تحقیقات درمان شناختی- رفتاری ۳۱

- ۱-۴ تحقیقات داخلی ۳۱
- ۲-۴ تحقیقات خارجی ۳۲

فصل پنجم: مطالعه موردی ۳۷

- ۱-۵ بیان مساله ۳۷
- ۲-۵ اهمیت موضوع ۳۹

۴۳..... ۳-۵ اهداف

۴۳..... ۴-۵ فرضیه‌ها

۴۴..... ۵-۵ تعاریف متغیرها

۴۵..... ۶-۵ طرح پژوهش

۴۵..... ۷-۵ جامعه آماری و نمونه

۴۵..... ۸-۵ ابزار جمع‌آوری داده‌ها

۴۷..... ۹-۵ خلاصه جلوه‌های مداخله روانشناختی

۴۷..... ۱۰-۵ خلاصه جلسه‌های درمان شناختی رفتاری

۵۲..... ۱۱-۵ خلاصه جلسه‌های درمان حمایتی

۵۵..... فصل ششم: یافته‌ها

۵۵..... ۱-۶ مشخصات جمعیت شناسی

۵۷..... ۲-۶ آزمون فرضیه‌ها

۶۷..... فصل هفتم: جمع‌بندی

۶۷..... ۱-۷ یافته‌ها

۶۹..... ۲-۷ پیشنهادها

۷۱..... منابع

۷۱..... منابع فارسی

۷۶..... منابع انگلیسی

پیشگفتار

محققان اعتقاد دارند که عوامل روان شناختی از جمله عواملی هستند که در تبدیل درد حاد به درد مزمن و استمرار آن و نیز در تبیین شدت درد و مشکلات مرتبط با آن (از جمله افسردگی و ناتوانی جسمی) نقش مهمی ایفا می کنند (ورتلی^۱ و همکاران، ۲۰۱۶: ۲۶۴).

این کتاب با توجه به نقش عوامل روانشناختی در صدد بررسی تاثیر دو نوع درمان روانشناختی، یعنی درمان شناختی-رفتاری و درمان حمایتی بر وضعیت گروه بیماران دارای درد قفسه روان زاد است. این دسته از بیماران از رنج قفسه سینه رنج برده که دلیل قلبی نداشته اند.

همچنین درمان حمایتی درمانی است که هدف اصلی آن تقویت کارکرد بهینه روان شناختی بیمار، تقویت اعتماد بنفس و آگاه ساختن وی نسبت به واقعیت بیماری و مشکل و محدودیت آن است. و نیز از اصول کلی این درمان آگاه سازی، اطمینان بخشی، هدایت یا راهنمایی، تلقین، تشویق، فرصت برای تخلیه هیجانی و تغییر در محیط پیرامون بیمار قابل اشاره است (ناظمی و همکاران، ۱۳۹۴).

استفاده از فنون حمایتی برای برقراری اتحاد کاری با بیمار، «مؤامنه حمایتی» و تشویق بیمار برای بیان و فهم تعارض های ارتباطی اصلی است به طوریکه بیمار ظرفیت شایسته، پیش بینی، تغییر یا کنترل احساسات و رفتارهای خود را بدست آورد (فتحعلی لواسانی و همکاران، ۱۳۹۸).

متغیرهای اصلی کتاب شامل درمان شناختی-رفتاری، درمان حمایتی و درد مزمن روان زاد است. رفتار درمانی شناختی^۲ که به اختصار CBT نیز یاد می شود، یک رویکرد روان درمانی است، که احساسات ناکارآمد و رفتارها، فرایندها و مضامین شناختی ناسازگارانه را، از طریق شماری از روش های سیستماتیک، صریح و هدف مدار نشانه می گیرد. رفتار درمانی شناختی با «تمرکز بر حل مسئله» عهده دار حل مشکلات به خصوصی می شود، و در این رویکرد درمانگر با «عمل گرای» تلاش می کند با کمک به مراجع در انتخاب استراتژی خاصی برای مواجهه با مشکل به او کمک کند.

^۱ Wertli

^۲ Cognitive Behavioral Therapy

درمان حمایتی یکی دیگر از مداخله‌های روانشناختی است که در این کتاب مورد توجه است. درمان شناختی رفتاری شامل روش‌ها و فنونی است که وجه اشتراک آنها، تأکید بر نقش فرایندهای شناختی و رفتاری در شکل‌گیری و تداوم اختلالات روان شناختی و به کارگیری روش‌های تجربی مبتنی بر شناخت‌گرایی و رفتارگرایی در کنترل و درمان اختلالات است (زارب^۱، ۱۹۹۲؛ ترجمه محمد خدایاری فرد و یاسمین عابدینی، ۱۳۸۲).

به طور خلاصه توافق کلی بر آن است که عوامل فیزیولوژیک نمی‌تواند به تنهایی توجیه‌کننده شدت درد را. اک شده باشد و آن چنان که گچل^۲ و ترک^۳ (۲۰۰۲) معتقدند در این میان عوامل روانشناختی نیز می‌توانند سهم باشند و بر این اساس در سده بیستم به دنبال شکست درمان‌های پزشکی برای درد، تحصیسات به جنبه‌های غیر حسی درد روی آوردند.

کتاب حاضر با هدف بررسی اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و روان درمانی حمایتی بر روی بیماران دارای درد قفسه روان اد صورت گرفت. جامعه آماری مورد مطالعه شامل بیماران مذکور در بیمارستان امام خمینی (ره) مرکز قلب تهران بوده است که از این میان ۸۰ نفر در چهار گروه تحت مطالعه قرار گرفتند. که دو گروه ۲۰ نفره گروه‌های کنترل و آزمایش برای مشاوره شناختی-رفتاری و دو گروه ۲۰ نفره، گروه‌های کنترل و آزمایش درمان حمایتی را تشکیل دادند. پس از اطمینان از همسانی ۴ گروه، اقدام به درمان گروه‌های آزمایش شد که در این راستا ۶ جلسه یک ساعته طی دو هفته برای بیماران گروه آزمایش درمان حمایتی و همچنین ۶ جلسه یک ساعته برای بیماران گروه آزمایش مشاوره شناختی-رفتاری به طور مجزا برگزار شد. پس از بررسی پرسشنامه‌ها در دو مرحله آزمون‌های آماری مرتبط (تی-مستقل، تحلیل واریانس) صورت گرفت.

بر اساس نتایج حاصل از آزمون فرضیه‌ها، مشخص شد که هر دو نوع درمان شناختی-رفتاری و درمان حمایتی باعث بهبود وضعیت افراد شده و در مقایسه این دو نوع مداخله درمانی تفاوت معناداری وجود ندارد.

شیوه سازماندهی کتاب حاضر به صورت زیر می‌باشد.

^۱ Zarb

^۲ Gatchel

^۳ Turk

فصل اول: اختلالات روان تنی

فصل دوم: درمان شناختی - رفتاری

فصل سوم: درمان حمایتی

فصل چهارم: تحقیقات درمان شناختی - رفتاری

فصل پنجم: مطالعه موردی

فصل ششم: یافته‌ها

فصل هفتم: جمع‌بندی

در پایان، بر خود لازم می‌دانم از همه عزیزانی که در مراحل گوناگون آماده‌سازی این کتاب من را یاری نموده‌اند، بویژه از استاد بنیادین گوارم جناب آقای دکتر عبدالله شفیع آبادی صمیمانه تقدیر و تشکر نمایم.

فریده میرزائی

تابستان ۱۳۹۸