



مقایسه اثر بخشی درمان شناختی- رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی در بیماران دارای سرطان پستان

تاریخ دریافت: ۹۹/۰۳/۱۳ - تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۷/۱۴

چکیده

مقدمه: سرطان پستان شایع ترین سرطان در میان زنان ایرانی می باشد. مقایسه اثر بخشی درمان شناختی- رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی در بیماران دارای سرطان پستان بود.

روش کار: تحقیق حاضر یک مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل ۳۰ نفر از بیماران مراجعه کننده به بخش رادیوتراپی آنکولوژی بیمارستان امام رضا(ع) کرمانشاه بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در گروه گواه (۱۰ نفر)، گروه آزمایش اول (۱۰ نفر)، آزمایش دوم (۱۰ نفر) گمارده شدند. ابزار عبارتند از: جلسات گروه درمانی شناختی- رفتاری و معنادرمانی و مقیاس استرس ادراک شده کوهن و مقیاس معنای زندگی. داده ها با استفاده از تحلیل کوواریانس چند متغیری و آزمون تعقیبی LSD تحلیل شدند.

نتایج: یافته ها نشان داد که درمان های شناختی- رفتاری و معنادرمانی بر میانگین نمرات متغیرهای استرس ادراک شده و معنا در زندگی در پس آزمون گروه آزمایش معنادار بوده است.

نتیجه گیری: این دو درمان مداخلات مفیدی جهت کاهش استرس ادراک شده و افزایش ارتقای معنای زندگی در بیماران سرطان سینه شد.

کلمات کلیدی: درمان شناختی- رفتاری، معنادرمانی، استرس ادراک شده، ارتقای معنای زندگی، سرطان پستان.

بی نوشت: این مطالعه فاقد تضاد منافع می باشد.

مارال مروجی^۱

سمیرا کرامتی^۲

گیتی شهبازی^۳

رامین قبادی داود^{۴*}

سیده مریم نورمحمدی^۵

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد

نیشابور، مشهد، ایران.

^۲ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد نیشابور،

مشهد، ایران.

^۳ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، علوم تحقیقات

تهران، ایلام، ایران

^۴ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی واحد تهران غرب،

تهران، ایران (نویسنده مسئول).

^۵ دکترای روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد، ایلام، ایران.

Email:raminghobadi1399@gmail.com

مقدمه

سرطان پستان^۱ شایع ترین سرطان و اولین علت مرگ ناشی از سرطان در زنان است. سرطان پستان، به نوعی سرطان گفته می شود که از بافت پستان آغاز می شود. علائم سرطان پستان می تواند یک توده در پستان، تغییر در شکل پستان، گودی پوست، ترشح مایع از نوک پستان، یا پوسته شدن قسمتی از پوست باشد (۱). سرطان پستان در تغییر سبک زندگی بیماران اثر گذار است (۲).

درد ناشی از سرطان مشکل شدیدی است که بر کیفیت زندگی افراد مبتلا به آن و خانواده های آنها آثار منفی می گذارد و باعث استرس و ناراحتی شدید از درد و بیماری و گاهی به رفتارهای پرخطر منجر می شود و این رفتارهای غیر کنترلی، پاسخی به ترس ها و استرس ادراک شده^۲ ناشی از بیماری و درد در بیماران به لوسمی است (۳). استرس واکنش تطبیقی به عامل بیرونی است که پیامدهای فیزیولوژیکی، رفتاری و روانشناختی زیادی برای هر فرد در پی دارد و می تواند باعث افزایش خطر و پیشرفت سلول های تومور و کاهش بقای بیماران مبتلا به سرطان شود. بر اساس این، کاهش استرس باید در اولویت های درمان این بیماران قرار گیرد (۴). مطالعات پژوهشی مؤید این نکته است که وجود معنا بر کاهش رنج نوجوانان سرطانی اثربخش است (۵). به طور کلی، معنای زندگی به عنوان احساسات ذهنی فرد از معناداری از جمله حس هدف یا جهت، درک شرایط زندگی و اهمیت آن تعریف می شود (۶). داشتن معنا در زندگی، یکی از پیش بینی کننده های آسایش و رضایت از زندگی است. افرادی که زندگی آنها معنای بیشتری دارد، بهتر با اضطراب و چالش های زندگی مقابله می کنند و پردازش بهتر اطلاعات و دید مثبت تری به آینده دارند. بنابراین، معنا در زندگی، مهارت مقابله ای مفیدی است که باعث می شود انسان از اوقات خوب خود لذت ببرد و شرایط بد را تحمل کند (۷).

با توجه به مشکلات وجودی متعددی که بیماران سرطانی با آن مواجه اند، یکی از رویکردهایی که می تواند بر افراد سرطانی موثر باشد، معنادرمانی است که یکی از مهمترین رویکردهای روان درمانی وجودی یا انسانگرا است که بر جنبه معنوی انسان و معنای وجود انسان تأکید دارد (۸). معنادرمانی، رویکردی فلسفی درباره ی مردم و وجود آنهاست که به مضامین وموضوعات مهم زندگی مانند معنای رنج، خلأ وجودی، مرگ و زندگی، آزادی و مسؤولیت پذیری در قبال خود و دیگران، معنایابی و کنار آمدن با بی معنایی می پردازد. این رویکرد انسانها را وا می دارد، آن سوی مشکلات و وقایع زندگی روزمره را ببینند (۹). از آنجایی که معنادرمانی و شرکت در گروه برای ایجاد حس همدردی و جلوگیری از تنهایی در افراد موثر است، پژوهشگر درصدد است با به کار بردن تکنیک های این روش تأثیر آنها را در کاهش علائم روان شناختی افراد مبتلا، بررسی نماید.

رویکرد درمان شناختی رفتاری تلفیقی از دو رویکرد رفتار درمانی و رویکرد شناختی است که به ترتیب در بستر شرطی سازی پاولفی و براساس دانش و شناخت پایه ریزی شده است (۱۰). پژوهش های بسیاری حاکی از اثر بخشی این مداخلات در کاهش مشکلات روانشناختی این گروه بوده است از جمله پژوهش ابوالقاسمی، ساعدی و موری نجف آبادی (۱۱) نشان دادند که معنادرمانی در کاهش افسردگی، اضطراب و افزایش امیدواری زنان سرطانی موثر و کارآمد است. پژوهش ترخان (۱۲) نشان داد که معنادرمانی نقش اساسی در کاهش نشانگان روانشناختی از جمله استرس ادراک شده و ناامیدی در زنان مبتلا به سرطان پستان دارد. و همچنین پژوهش محمدکریمی و شریعت نیا (۱۳) در مطالعه ی نشان دادند که مداخله ی معنوی بر افزایش کیفیت زندگی بیماران زن مبتلا به سرطان سینه تأثیر داشته است. پژوهش زانگ و همکاران (۱۴) در پژوهشی نشان دادند که معنای زندگی در رابطه ی بین استرس ادراک شده، ذهن آگاهی و علائم روانشناختی در بیماران مبتلا به سرطان معده، نقش تعدیل

¹ . Breast cancer

² . perceived Stres

از روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر به صورت تصادفی در گروه گواه (۱۰ نفر)، گروه آزمایش اول (۱۰ نفر)، آزمایش دوم (۱۰ نفر)، گمارده شدند. ملاک های ورود شامل داشتن تشخیص سرطان پستان، موافقت برای شرکت در پژوهش و رضایت نامه کتبی، داشتن تحصیلات حداقل دیپلم و بالاتر، داشتن سن بالاتر از ۲۰ و کمتر از ۶۰ سال بود و معیارهای خروج شامل مبتلا بودن به بیماری های روانپزشکی و سایر بیماریهای جسمی، شرکت نکردن در جلسات آموزشی بیش از دو جلسه. دو گروه قبل و بعد از مداخله با مقیاس استرس ادراک شده کوهن و مقیاس معنای زندگی (MLQ) مورد آزمون قرار گرفتند. گروه آزمایش مداخلات درمانی مربوط به درمان های شناختی- رفتاری نه جلسه ۹۰ دقیقه ای و معنادرمانی ده جلسه ۹۰ دقیقه ای به شیوه گروهی دریافت نموده ند. این در حالی است که گروه گواه هیچ گونه مداخله ای را در طول پژوهش دریافت نکردند. جلسات درمانی توسط پژوهشگر اجرا گردید. جهت رعایت اخلاق پژوهشی از شرکت کنندگان خواسته شد که با میل و رغبت خود در تحقیق و جلسات آموزشی شرکت کنند و شرکت در تحقیق کاملاً اختیاری است. همچنین به شرکت کنندگان مایل به شرکت در تحقیق گفته شد که اطلاعات آنها نزد محقق / محققان محرمانه باقی خواهد ماند.

جلسات گروهی به صورت نه جلسه ی ۹۰ دقیقه ای پدram و همکاران (۱۳۸۹) تنظیم شده بود (۱۸) که هفته ای یکبار برگزار می شد. خلاصه ی جلسات به شرح زیر است:

کننده دارد و با توجه به تأثیر معنای زندگی، علائم روانشناختی می تواند در این بیماران کاهش یابد. با توجه به پیامدهای منفی سرطان بر ابعاد مختلف زندگی فرد سرطانی و با توجه به روند رو به افزایش سرطان پستان در زنان ایران به طوری که شایع ترین نوع سرطان در ایران می باشد. آموزش مداخلات روان شناسی مشاوره ای موثر در این زمینه ضروری به نظر می رسد. به طوری که مطالعات مختلفی سودمندی مداخلات روانشناختی را بر کاهش علائم مرتبط با بیماری سرطان (همچون استرس ادراک شده، ارتقای معنای زندگی) افراد سرطان پستان گزارش کرده اند. بنابراین با توجه به حساسیت موضوع سرطان و تبعات و عوارض مادی و روانی آن بر خود بیمار و خانواده آنان و نیاز به مداخله جهت بهبود کیفیت زندگی و کاهش فشارهای روانی و نیز عدم وجود پژوهشی منسجم و کاربردی در خصوص تأثیر معنادرمانی بر نمونه حاضر (مبتلا به سرطان پستان)، لذا در این پژوهش درصدد پاسخگویی به این سوال می باشیم که آیا آموزش اثر بخشی درمان شناختی- رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی در بیماران دارای سرطان پستان مؤثر است؟

روش کار

پژوهش حاضر در قالب یک طرح نیمه آزمایشی با پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل بیماران زن مبتلا به سرطان پستان بود که برای درمان بیماری خود به بخش رادیوتراپی آنکولوژی بیمارستان امام رضا (ع) کرمانشاه مراجعه کرده بودند. از این جامعه، با استفاده

جدول ۱. جلسات شناختی- رفتاری

جلسه ی اول	آشنایی اعضای گروه با رهبر گروه و با یکدیگر، معرفی برنامه درمان و وضع قراردادها.
جلسه ی دوم	تعریف و تشریح مفهوم استرس ادراک شده و عوامل ایجاد کننده آن در بیماری سرطان پستان
جلسه ی سوم	تعریف و تشریح مفهوم ارتقای معنای زندگی و عوامل ایجاد کننده آن در بیماری سرطان پستان
جلسه ی چهارم	بیان پیامدهای جسمانی و روانی استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی برای بیماران مبتلا به سرطان پستان
جلسه ی پنجم	درخواست از بیماران برای بیان کردن استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی که در طی ابتلا به بیماری سرطان پستان تجربه کرده اند و در میان گذاشتن تجاربشان برای یکدیگر.
جلسه ی ششم	تشریح افکار خودآیند منفی مرتبط با استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی در طی بیماری سرطان پستان برای بیماران بر

جلسه ی هفتم	درخواست از بیماران برای بیان افکار خودآیند منفی شان در طی تجربه سرطان پستان برای یکدیگر در گروه و دادن. تکالیف خانگی برای مشخص نمودن محتوا و میزان افکار خودآیند منفی.
جلسه ی هشتم	آموزش دادن به بیماران در خصوص تشخیص افکار خودآیند منفی،
جلسه ی نهم	آموزش به بیماران در خصوص روش های مقابله افکار خودآیند منفی، پاسخ های احتمالی به این افکار و نحوه جایگزین ساختن این افکار با افکار مثبت است.

جلسات گروهی به صورت ده جلسه ی ۹۰ دقیقه ای بوالهروی و همکاران (۱۳۹۱) تنظیم شده بود (۱۹) که هفته ای یکبار برگزار می شد. خلاصه ی جلسات به شرح زیر است:

جدول ۲. جلسات معنادرمانی

جلسه ی اول	تعیین هدف گروه و قوانین گروه، آشنایی اعضای گروه با یکدیگر، مشاوره و بحث در مورد بیماری (سرطان سینه) و ارایه ی منشور گروه و قرارداد درمانی
جلسه ی دوم	بیان مشکل، بحث در مورد بیماری (سرطان سینه) و بحث در مورد اثرات سرطان سینه بر ایجاد اختلالات روانی
جلسه ی سوم	معنایابی و گرفتن معنا از بافت تاریخی زندگی و مسوولیت پذیری
جلسه ی چهارم	تغییر نگرش ها و گرفتن معنا از طریق راه های کشف معنا
جلسه ی پنجم	گرفتن معنا از خلق ارزش ها و مسوولیت
جلسه ی ششم	گرفتن معنا از میان تجربه ی ارزشها و گرفتن معنا از آرزوها و امیدها
جلسه ی هفتم	معنای مرگ، زندگی، آزادی و مسوولیت
جلسه ی هشتم	مسوولیت، خود حمایتی، علاقه ی اجتماعی و غلبه بر یاس
جلسه ی نهم	حمایت عاطفی اعضا از یکدیگر، تکمیل جملات ناتمام مانند برای تعامل اعضا، حمایت عاطفی اعضا با یکدیگر و تشویق اعضا برای درخواست حمایت عاطفی از یکدیگر
جلسه ی دهم	خلاصه و جمع بندی جلسات و اختتام، صحبت در مورد آموخته های خود در گروه

ابزار پژوهش

مقیاس استرس ادراک شده کوهن (pss) در سال ۱۹۸۳ توسط شلدون کوهن و همکاران تهیه شده و دارای ۳ نسخه ی ۴، ۱۰، ۱۴ ماده ای است که برای سنجش استرس عمومی ادراک شده در طول یک ماه گذشته به کار می رود. این فرم از طریق بررسی پاسخ ها، افکار و احساسات درباره ی حوادث استرس زا، کنترل، غلبه، کنار آمدن با فشار روانی و استرس های تجربه شده را مورد سنجش قرار می دهد. قربانی، دیویدسون؛ کریستل و بینگ و همکاران (۱۵). میزان پایایی پژوهش حاضر در این پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ به دست آمد.

مقیاس معنای زندگی (MLQ)^۱: این آزمون شامل ۱۰ سوال است که مرتبط با معنای حاضر در زندگی و جستجوی معنا در زندگی را می سنجد. پاسخ به هر سوال با میزان موافقت یا مخالفت با یک عبارت در یک طیف ۷ درجه ای سنجیده می شود. استگر و اویشی^۲ (۱۷) در ۴ مطالعه شواهدی را برای ثبات درونی، ثبات زمانی^۳، ساختار عاملی و اعتبار^۴ آزمون معنای زندگی ارائه داده اند. میزان پایایی پژوهش حاضر در این پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد.

1. Meaning in Life Questionnaire

2. Steger, M. F., & Oishi, L

3. Temporal stability

4. validity

نتایج

یافته های توصیفی

جدول ۳. میانگین و انحراف معیار پیش آزمون، پس آزمون متغیرهای استرس ادراک شده و معنا در زندگی به تفکیک گروه های آزمایش و گواه

متغیر	گروه	پیش آزمون		پس آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
استرس ادراک شده	درمان شناختی-رفتاری	۴۹/۶۰	۲/۹۵	۴۲/۰۰	۳/۷۱
	معنا درمانی	۴۷/۹۰	۴/۲۸	۴۱/۴۰	۴/۵۲
معنا در زندگی	گواه	۴۸/۸۰	۲/۵۲	۴۹/۰۰	۳/۱۹
	درمان شناختی-رفتاری	۲۳/۰۰	۳/۴۹	۲۹/۶۰	۳/۳۰
	معنا درمانی	۲۴/۷۰	۴/۷۱	۳۰/۲۰	۴/۰۷
	گواه	۲۳/۹۰	۳/۲۱	۲۱/۵۰	۳/۱۰

براساس نتایج جدول (۳) میانگین متغیر استرس ادراک شده در پس آزمون دو گروه آزمایشی درمان شناختی-رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی کمتر ولی در گروه گواه بیشتر شده بود. میانگین متغیر معنا در زندگی در پس آزمون دو گروه آزمایشی درمان شناختی-رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بیشتر ولی در گروه گواه کمتر شده بود.

جدول ۴. نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن تحلیل کوواریانس چند متغیری برای مقایسه سه گروه (مورد مطالعه بر میانگین های تعدیل شده متغیرهای استرس ادراک شده و معنا در زندگی)

متغیرها	منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	F	سطح معنی داری	اندازه اثر	توان آزمون
استرس ادراک شده	پیش آزمون	۳۶۲/۵۹	۱	۲۴۳/۵۰	۰/۰۰۱	۰/۹۰	۱/۰۰
	عضویت گروهی	۱۲۳/۳۶	۲	۴۱/۴۲	۰/۰۰۱	۰/۷۷	۱/۰۰
	خطا کل	۳۷/۲۲	۲۵				
معنا در زندگی	پیش آزمون	۶۴۴۰۶/۰۰	۳۰	۵۸/۳۶	۰/۰۰۱	۰/۷۰	۱/۰۰
	عضویت گروهی	۲۳۴/۱۳	۱	۱۶/۰۵	۰/۰۰۱	۰/۵۶	۰/۹۹
	خطا کل	۱۲۸/۸۵	۲				
	خطا کل	۱۰۰/۲۹	۲۵				
	کل	۲۰۹۳۷/۰۰	۳۰				

جدول (۴) نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن تحلیل کوواریانس چند متغیری برای مقایسه ۳ گروه مورد مطالعه در متغیرهای استرس ادراک شده و معنا در زندگی را نشان می دهد. براساس نتایج این آزمون در متغیر استرس ادراک شده با $F(2,25) = 41.42$ و در متغیر معنا در زندگی با $F(2,25) = 16.05$ اختلاف معنی داری بین ۳ گروه مورد مطالعه در سطح آلفای ۰/۰۱ وجود داشت ($P < 0.01$). در ادامه جدول (۵) با استفاده از آزمون تعقیبی LSD به مقایسه های چندگانه برای تعیین اینکه بین کدام یک از ۳ گروه اختلاف معنی داری وجود دارد پرداخته شده است.

جدول (۴) نتایج تحلیل کوواریانس تک متغیری در متن تحلیل کوواریانس چند متغیری برای مقایسه ۳ گروه مورد مطالعه در متغیرهای استرس ادراک شده و معنا در زندگی را نشان می دهد. براساس نتایج این آزمون در متغیر استرس ادراک شده با $F(2,25) = 41.42$ و در متغیر معنا در زندگی با $F(2,25) = 16.05$ اختلاف معنی داری بین ۳ گروه مورد مطالعه در سطح آلفای ۰/۰۱ وجود داشت ($P < 0.01$). در ادامه جدول (۵) با استفاده از آزمون تعقیبی LSD به مقایسه های چندگانه برای تعیین اینکه بین کدام یک از ۳ گروه اختلاف معنی داری وجود دارد پرداخته شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون تعقیبی LSD برای مقایسه های چندگانه

متغیر	گروه	گروه	اختلاف میانگین	خطای استاندارد	سطح معنی داری
استرس ادراک شده	درمان شناختی- رفتاری	معنا درمانی گواه	۰/۸۶	۰/۵۶	۰/۴۱
	معنا درمانی	گواه	-۳/۸۰	۰/۵۵	۰/۰۰۱
	درمان شناختی- رفتاری	گواه	-۴/۶۷	۰/۵۵	۰/۰۰۱
معنا در زندگی	درمان شناختی- رفتاری	معنا درمانی گواه	-۲/۳۴	۰/۹۳	۰/۰۵۶
	معنا درمانی	گواه	۲/۷۶	۰/۹۰	۰/۰۱۶
	معنا درمانی	گواه	۵/۱۱	۰/۹۰	۰/۰۰۱

ارتقای معنای زندگی در بیماران دارای سرطان پستان انجام گرفت. نتایج این مطالعه نشان داد که: نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیری نشان داد که تفاوت بین دو گروه آزمایشی و کنترل در دو متغیر استرس ادراک شده و معنا در زندگی معنی دار است یعنی اثر دو درمان درمان شناختی-رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بر ترکیب خطی دو متغیر استرس ادراک شده و معنا در زندگی معنی دار است.

با توجه به اینکه میانگین های تعدیل شده دو گروه آزمایش که در متغیر استرس ادراک شده کمتر از گروه گواه و در متغیر معنا درمانی بیشتر از گروه گواه بوده می توان نتیجه گرفت که اثر درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی در زنان دارای سرطان پستان معنی دار بوده است. با توجه به اینکه بین میانگین های تعدیل شده دو گروه آزمایش در هر دو متغیر وابسته اختلاف معنی داری وجود داشت می توان نتیجه گرفت که هر دو درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی تأثیر داشتند. با توجه به میانگین های تعدیل شده تأثیر معنا درمانی نسبت به درمان شناختی رفتاری در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی بیشتر بود ولی این اختلاف تأثیر از لحاظ آماری معنی دار نیست. در توافق با نتایج این مطالعه، مطالعات نشان داده اند، ابوالقاسمی، ساعدی و موری نجف آبادی (۱۱) نشان دادند که معنادرمانی در کاهش افسردگی، اضطراب و افزایش امیدواری زنان سرطانی موثر و کارآمد است. پژوهش ترخان (۱۲) نشان داد که معنادرمانی نقش اساسی در کاهش نشانگان روانشناختی از جمله استرس ادراک

براساس نتایج آزمون تعقیبی LSD (جدول ۵) در هر دو متغیر استرس ادراک شده و معنا در زندگی بین دو گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی با سطح معنی داری بزرگتر از ۰/۰۵ اختلاف معنی داری وجود نداشت ($P > 0.05$) ولی در هر دو متغیر استرس ادراک شده و معنا در زندگی بین دو گروه آزمایش درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی با گروه گواه با سطح معنی داری ۰/۰۰۱ اختلاف معنی داری وجود داشت ($P < 0.01$). با توجه به اینکه میانگین های تعدیل شده دو گروه آزمایش که در متغیر استرس ادراک شده کمتر از گروه گواه و در متغیر معنا درمانی بیشتر از گروه گواه بوده می توان نتیجه گرفت که اثر درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی در زنان دارای سرطان پستان معنی دار بوده است. با توجه به اینکه بین میانگین های تعدیل شده دو گروه آزمایش در هر دو متغیر وابسته اختلاف معنی داری وجود داشت می توان نتیجه گرفت که هر دو درمان شناختی رفتاری و معنا درمانی در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی تأثیر داشتند. با توجه به میانگین های تعدیل شده تأثیر معنا درمانی نسبت به درمان شناختی رفتاری در کاهش استرس ادراک شده و افزایش معنا در زندگی بیشتر بود ولی این اختلاف تأثیر از لحاظ آماری معنی دار نیست.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش استرس ادراک شده و

زندگی، انگیزه پیدا کرده و تلاش کنند. همچنین همین آگاهی باعث بالا رفتن تمایل آنها برای انجام تکالیف خانگی و تمرین فنون فراگرفته در جلسات درمانی، شود.

به طور کلی، در ارتباط با اثربخشی این مداخله، پژوهش های متعدد نقش پراهمیت معنادرمانی به شیوه گروهی را در ارتباط با متغیرهای گوناگون روانشناختی نشان داده اند که از این میان، نقش روان درمانی گروهی مبتنی بر معنا در کاهش رنج معنوی و هیجانی انتهای زندگی بیماران مبتلا به سرطان اثبات شد. همچنین یافته ها بیانگر آن اند که تجربه معنا در زندگی بطور مثبت با احساس سلامت روانشناختی و بطور منفی با احساس رنج مرتبط است. نتایج پژوهش با پژوهش بوالهروی و نظیری (۱۹)، یعقوبی و سهرابی (۲۰)، علیپور و اسماعیلی (۲۱) همسو می باشد. همچنین یافته های پژوهشی با عنوان اثر بخشی معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش نشانگان مشکلات روانی زنان مبتلا به سرطان سینه، نشان داد که روش مشاوره گروهی به شیوه معنادرمانی، باعث کاهش شکایات جسمانی، حساسیت در روابط بین فردی، افسردگی، اضطراب، پرخاشگری و ترس مرضی در بیماران مبتلا به سرطان سینه می شود (۲۲). همچنین اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی جهت کاهش استرس ادراک شده در بیماران مبتلا به سرطان سینه مؤثر است، به طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که می توان مداخله های گروهی مبتنی بر رویکرد شناختی-رفتاری و معنادرمانی را به طور موفقیت آمیزی برای کاهش استرس ادراک شده و ارتقای معنای زندگی در زنان مبتلا به سرطان پستان به کار گرفت. لازم به ذکر است که این پژوهش از محدودیت هایی برخوردار بود که عبارتند از: عدم انتخاب تصادفی نمونه و نیز شرکت زنان ساکن تهران در جلسات مداخله که می بایست ضمن در نظر داشتن تفاوت های فرهنگی، تعمیم نتایج با احتیاط صورت گیرد. همچنین عدم وجود دوره های پیگیری و عدم کنترل متغیرهایی همچون وضعیت تأهل، اشتغال و موقعیت اقتصادی - اجتماعی بیماران از دیگر محدودیت های پژوهش محسوب می گردد. پیشنهاد می شود که از این مداخله در مراحل مختلف انواع سرطان ها و همچنین سایر بیماری های خاص که زندگی

شده و ناامیدی در زنان مبتلا به سرطان پستان دارد. محمدکریمی و شریعت نیا (۱۳) در مطالعه ی نشان دادند که مداخله های معنوی بر افزایش کیفیت زندگی بیماران زن مبتلا به سرطان سینه تأثیر داشته است. زانگ و همکاران (۱۴) در پژوهشی نشان دادند که معنای زندگی در رابطه ی بین استرس ادراک شده، ذهن آگاهی و علائم روانشناختی در بیماران مبتلا به سرطان معده، نقش تعدیل کننده دارد و باتوجه به تأثیر معنای زندگی، علائم روانشناختی می تواند در این بیماران کاهش یابد. در تبیین یافته های این پژوهش می توان دریافت که یافته های پژوهش حاضر نشان داد گروه درمانی شناختی-رفتاری می تواند این هدف را محقق سازد و نتایج مؤید آن است که این شیوه گروه درمانی شناختی-رفتاری به طور معناداری استرس ادراک شده را کاهش می دهد. این امر حاکی از اثر بخشی گروه درمانی شناختی و رفتاری در کاهش این اختلالات است. بطور کلی با استناد به نتایج به دست آمده می توان گفت که پرداختن به مؤلفه های شناختی-رفتاری در سرطان که مستلزم توانایی های بیماران در سازگاری و کاهش استرس می باشد، یک نیاز اساسی محسوب می شود. استرس زنان مبتلا به سرطان سینه، بیشتر جنبه ی ذهنی و شناختی دارد زیرا در این روش، شخص می آموزد با تکنیک هایی که مربوط به تجربه کردن لحظه ی حال است، به طور موقت از نگرش و باورهای خود که ریشه در گذشته دارد و متأثر از ترس ها و نگرانی های آینده است، رها شود. همچنین، این نگرش در آنها به وجود می آید که به تمامی امور (خوشایند و ناخوشایند) پذیرش بدون داوری داشته باشند. اتخاذ چنین تدبیری، به خصوص برای فرد مبتلا به سرطان که احساسات دردناکی مانند ناامیدی، درماندگی و غمگینی را تجربه می کند، سودمند است. همچنین بر اساس نتایج بدست آمده می توان گفت که درمان شناختی-رفتاری باعث ارتقای معنای زندگی در زنان مبتلا به سرطان سینه در گروه های آزمایشی شده است. از دلایلی که برای این استنباط می توان آورد این است که آگاهی بیماران از تاثیرات عواطف منفی بر سلامت روان آنها و مزایای داشتن زندگی شاد، باعث می شود که برای کاهش عواطف منفی و در نتیجه افزایش معنای

افراد را در طولانی مدت درگیر می سازد و مستلزم اتخاذ
 راهبردهای مدارا با بحران است، توسط همکاران روانشناس در
 کنار درمان های رایج پزشکی استفاده شود.

References

- 1- Westhoff, C.L., Pike, M.C Hormonal contraception and breast cancer. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 2018; 2(15): 169-174.
- 2- Park, J.H., Chun, M., Jung, Y.S., Bae, S.H. Predictors of Psychological Distress Trajectories in the First Year After a Breast Cancer Diagnosis. *Asian Nursing Research*, 2017, 11(4), 268-275.
- 3- Pintado, S., Andrade, S. Randomized controlled trial of mindfulness program to enhance body image in patients with breast cancer. *European Journal of Integrative Medicine*, 2017;12(18): 147-152.
- 4- Kravits K. Hypnosis: adjunct therapy for cancer pain management. *Journal of the Advanced Practitioner in Oncology*, 2013, 42(4), 83-85.
- 5- Paquier-Valette C, Wierzbicka-Hainaut E, Cante V, Charles S, Guillet G. Evaluation of hypnosis in pain management during photodynamic therapy: a pilot study. *Annales de Dermatologie et de Vénéréologie* 2014, 141(3), 181-185.
- 6- Chung MC, Farmer S, Grant K, Newton R, Payne S, Perry M, et al. Coping with posttraumatic stress symptoms following relationship dissolution. *Stress and Health*, 2003; 19(1): 27-36.
- 7- Winger JG, Adams RN, Mosher, CE. Relations of meaning in life and sense of coherence to distress in cancer patients: a meta-analysis. *Psycho-Oncology*, 2015; 25 (1): 2 – 10.
- 8- Garcini LM, Short M, Norwood WD. Affective and motivational predictors of perceived meaning in life among college students. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 2013; 1 (2): 47-60.
- 9- Lukas, Z, Wang Hirsch, B. Comprehensive Handbook of psychotherapy". *New York: John Wiley & Sons, INC*, 2008; 3(15): 338-356.
- 10- Souri H. The Effect of Group Logo Therapy Training on Frustration and Aggression of Male High School Students. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 2015; 16(1): 118-125
- 11- Blanch .L. Effect of cognitive Behavioral group therapy Treatment of Anxiety and Depression in patients with Breast cancer in pubmed central will retrieve public Health Rep. *Knowledge & Research in Applied Psychology*, 2006, 110(3), 306-311.
- 12- Abolghasemi SH, Saeadi S, Morri Najafi, N. The effect of Guided Imagery and logo therapy on Depression, Anxiety and Hopefulness in Women with Cancer in Ahwaz. *Scientific Research Quarterly Journal Women and Culture*, 2011; 2(5): 31-47. (Persian).
- 13- Mohammadi Y L, Bastani F, Feizi Z. The effectiveness of meaningful therapy on perceived stress and frustration in women with breast cancer. *Iranian Breast Diseases Quarterly*. fourth year, fourth issue, 2011; 3(4): 204-214. (Persian).
- 14- karimi M, Shariatnia K. Effectiveness of spiritual therapy on the life quality of the woman with breast cancer in Tehran. *Journal of Urmia Nursing and Midwifery Faculty*, 2017 15 (2): 107-118. (Persian).
- 15- Zhong MM, Zhang QM, Bao JM, Xu W. Relationships between meaning in life, dispositional mindfulness, perceived stress, and psychological symptoms among Chinese patients with gastrointestinal cancer. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 2019; 207 (1): 34-37.
- 16- Ghorbani N, Davison H. Self-reported emotional intelligence: Construct similarity and functional dissimilarity of higher-order processing in Iran and the United States. *International Journal of Psychology*, 2002, 37(5): 297-308. (Persian).

- 17- Duran, A, Extremera, N., Rey,L., Fernandez-Berrocal, P. Predicting Academic burnout and engagement in educational settings: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema*, 18 (Suplemento),2006; 19(8):158-164.
- 18-Pedram M, Mohammadi M, Naziri Q . The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy on the treatment of anxiety disorder, depression and hope in women with breast cancer. *Journal of Women and Society*,2010; 1 (4): 61-76. (Persian).
- 19- Boalhari J, Naziri Q. The effectiveness of spiritual group therapy approach on reducing depression, anxiety and stress in women with breast cancer. *Journal of Sociology of Women*, 2014;18(12):511-525. (Persian).
- 20- Yaghoubi H, Sohrabi F. Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral therapy and spiritual-religious psychotherapy based on reducing the obvious anxiety . *International Journal of cancer patients* ;2015. 7(10):186-198. (Persian).
- 21- Alipour G, Ismaili M . Determining the effectiveness of meaning therapy on death anxiety in the elderly. *Journal of Counseling and Psychotherapy Culture*;2016. 9(10):241-251. (Persian).
- 22- Steger, M. F., & Oishi, L. Is a life without meaning satisfying?*Journal of gerontology, series B*,2004. 54(11): 125-135.
- 23- Garfamy H, Shafi Abadi A, Sanaei Zakir B. Efficacy of group logotherapy in reducing psychological symptoms in women with breast cancer. *Thought and behavior*;2009. 4(13):42-35.

Original Article

Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral and semantic therapy in a group manner on reducing perceived stress and improving the meaning of life in patients with breast cancer

Received:02/06/2020 –Accept: 05/10/2020

Giti Shahbazi¹
Maral Moraveji²
Samira Keramati³
Ramin Ghobadi Davod^{4*}
Saede Maryam Noor Mohammadi⁵

¹ Master of General Psychology,
Research Sciences, Tehran, Ilam, Iran

² Master of Clinical Psychology,
Neishabour Azad University, Mashhad,
Iran.

³ Master of Clinical Psychology,
Neishabour Azad University, Mashhad,
Iran

⁴ Master of Clinical Psychology, West
Tehran

⁵ PhD in General Psychology, Azad
University, Ilam, Iran.

Email: raminghobadi1399@
gmail.com

Abstract

Introduction: Breast cancer is the most common cancer among Iranian women. Comparison of the effectiveness of cognitive-behavioral therapy and group therapy in reducing perceived stress and improving the meaning of life in patients with breast cancer.

Materials and Methods: The present study was a quasi-experimental study with a pretest, posttest design with a control group. The statistical population consisted of 30 patients referred to the oncology radiotherapy ward of Imam Reza (AS) Hospital in Kermanshah who were selected by convenience sampling method and randomly in the control group (10 people), the first experimental group (10 people), the second experiment. (10 people) were appointed. The instruments are: cognitive-behavioral group therapy sessions and meaning therapy and Cohen's perceived stress scale and meaning of life scale. Data were analyzed using multivariate analysis of covariance and LSD post hoc test.

Results: The results showed that cognitive-behavioral and semantic therapies were significant on the mean scores of perceived stress variables and meaning in life in the post-test of the experimental group.

Conclusion: These two treatments were useful interventions to reduce perceived stress and increase the meaning of life in breast cancer patients.

Key words: Cognitive-behavioral therapy, meaningful therapy, Perceived stress, improving the meaning of life, Breast Cancer

Acknowledgement: There is no conflict of interest.