

مقایسه اثر بخشی مشاوره به شیوه شناختی - رفتاری سیمونتن (ریلکسیشن به علاوه تلقینات آگاهانه مستقیم درباره مبارزه با بیماری) بر کاهش اضطراب بیماران سرطانی با سطح تحصیلات بالا و پایین

کاترین فکری

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

دکتر عبدالله شفیع آبادی

استاد مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی

چکیده

سرطان فرایند بیماری زایی است که طی آن سلول‌ها به دلیل جهش ژنتیکی DNA خود تغییر شکل داده و بدون توجه به پیام‌ها یا سیگنال‌های تنظیم‌کننده رشد در محیط اطراف سلول به طور غیرطبیعی شروع به تکثیر می‌کنند. البته سرطان و مرگ لازم و ملزوم هم نیستند و اگر بسیاری از سرطان‌ها در حالت جنینی تشخیص داده شوند شفاپذیر خواهند بود. امروزه حتی بسیاری از سرطان‌های پیشرفته نیز تا اندازه‌ای درمان‌پذیر شده‌اند. بنابراین سرطان معمولاً به عنوان یک بیماری حاد کوتاه‌مدت و کشنده شناخته نمی‌شود بلکه یک بیماری طولانی‌مدت و مزمن است که مبتلایانش در ۶ مرحله یعنی هنگام تشخیص، قبل و بعد از جراحی، در خلال درمان، بلافاصله پس از اتمام درمان و در طول دوره مراقبت‌های بعد از درمان قرار می‌گیرند. این مطالعه به بررسی اثربخشی مشاوره شناختی-رفتاری سیمونتن (ریلکسیشن به علاوه تلقینات آگاهانه مستقیم درباره مبارزه با بیماری) بر کاهش اضطراب بیماران سرطانی با سطح تحصیلات بالا و پایین پرداخته است.

۳۶ نفر از بیماران مبتلا به سرطان سینه داوطلب بخش رادیوتراپی انستیتو کانسر بیمارستان امام خمینی تهران انتخاب و به تصادف در سه گروه گواه، آزمایش ۷ جلسه‌ای و آزمایش ۱۵ جلسه‌ای جایگزین شدند، سپس ۶ نفر از افرادی که از نظر اطلاعات دموگرافیک تفاوت فاحشی با دیگران داشتند حذف گردیدند و حجم هر گروه به ۱۰ نفر رسید و در نهایت نتایج آزمون‌های تحلیل واریانس براساس تفاضل نمرات پیش تست و پس تست مشخص کرد که روش تصورات ذهنی هدایت شده اضطراب زنان مبتلا به سرطان سینه را کاهش ($F = 28/67 > 3/35$) می‌دهد. با توجه به نتایج آزمون تعقیبی شفه نیز مشخص شد که بین گروه آزمایش (۷ جلسه‌ای و ۱۵ جلسه‌ای) و گروه گواه تفاوت وجود دارد ($P = 0/001 < 0/05$) اما گروه‌های آزمایش با یکدیگر فرقی ندارند ($P = 0/076 > 0/05$). به عبارتی گروه آزمایش ۷ جلسه‌ای و ۱۵ جلسه‌ای از روش تصورات ذهنی هدایت شده به یک میزان سود برده‌اند.

سپس برای پاسخگویی به این سؤال که آیا سطح تحصیلات بیماران هر گروه آزمایشی بر میزان تأثیری که آنان از روش مذکور گرفته‌اند مؤثر است؟ دو گروه آزمایش ۷ و ۱۵ جلسه‌ای براساس اطلاعات دموگرافیک به طور جداگانه به دوزیر گروه (زیر دیپلم) و (دیپلم و بالاتر) تقسیم شدند. سپس نمرات آنان در پرسشنامه اضطراب اسپیل برگر قبل و بعد از اجرای جلسات مشاوره به شیوه شناختی - رفتاری سیمونتن (ریلکسیشن به علاوه تلقینات آگاهانه مثبت و مستقیم درباره مبارزه با بیماری و به دست آوردن سلامتی) مورد ارزیابی قرار گرفت و در نهایت برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون t مستقل در سطح معناداری (۰/۰۵) استفاده شد. نتایج حاکی از آن بود که بین اضطراب زیر گروه‌های گروه آزمایش ۷ جلسه‌ای قبل ($t = 0/83 < 2/036$) و بعد ($t = 2/036 < 0/51$) از برگزاری جلسات مشاوره و همچنین بین اضطراب زیر گروه‌های گروه آزمایش ۱۵ جلسه‌ای قبل ($t = 0/59 < 2/036$) و بعد ($t = 0/78 < 2/036$) از جلسات مشاوره تفاوت معنادار وجود ندارد. این امر بیانگر کارایی روش مذکور در بهبود سلامت روان بیماران سرطانی علیرغم وضعیت تحصیلی‌شان است. لذا توصیه می‌شود که روش تصویرسازی ذهنی سیمونتن برای زنان مبتلا به سرطان سینه صرفنظر از سطح تحصیلاتشان مورد استفاده قرار بگیرد.

واژگان کلیدی: مشاوره به شیوه شناختی - رفتاری، اضطراب، سرطان، سطح تحصیلات