



### عنوان مقاله

اثربخشی معنا درمانی گروهی مبتنی بر آموزه های قرآنی بر امید به زندگی در زنان مبتلا به سرطان سینه

### نویسندگان

دکتر معصومه ژبان باقری<sup>1</sup>، زهرا کاظمی کلور<sup>2\*</sup>  
 1- استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج، تهران، ایران.  
 2- کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

### مقدمه

در بین انواع سرطان ها، سرطان سینه شایع ترین سرطان در زنان ایران و جهان است. آخرین گزارش های انجمن سرطان ایران نشان می دهد که 25 درصد از کل سرطان ها را در زنان ایرانی سرطان سینه تشکیل می دهد (طالقانی، پارسا یکتا و نیکبخت، 2009). یک بیمار مبتلا به سرطان، به دلیل علائم ناتوان کننده بیماریش، ممکن است توان سازگاری با شرایط این بیماری و امید به زندگی خود را از دست بدهد و دچار افسردگی شدید شود. اختلالات روانی به دلیل کاهش ایمنی بدن، توان مقابله بدن را در برابر بیماری های جسمی مختل می سازند. در چنین شرایطی، اختلال روانی علت بروز بیماری جسمی است به طوری که هیچ علت فیزیولوژیکی و عضوی برای بیماری جسمی فرد وجود ندارد. اختلال روانی به دلیل تأثیرات روانی که در فرد ایجاد می کند قدرت مقابله فرد را با بیماری های سرطان را کاهش می دهد (گراوندی، گرام، مظلومی و مظلومی، 1393). مطالعات نشان می دهند که درد و رنج حاصل از بیماری، نگرانی از آینده اعضای خانواده، ترس از مرگ، عوارض ناشی از درمان بیماری، کاهش میزان عملکردها و اختلال در تصویر ذهنی و مشکلات جنسی از جمله عواملی هستند که گزارش شده است. در همین راستا یکی از مداخلات روانشناختی که دارای تأثیرات قابل ملاحظه ای در ارتقاء سلامت روان بیماران سرطانی است معنادرمانی است. معنادرمانی، رویکردی فلسفی برای مواجهه با مشکلات و چالش های زندگی آن دسته از افرادی است که با معنایابی در طول زندگی چالش دارند. این رویکرد درمانی بر چهار بُعد مهم یعنی مرگ، آزادی، تنهایی و بی معنایی که در وجود انسانی ریشه دارند، تأکید دارد. در معنادرمانی گروهی شرکت کنندگان با هدف کشف خود و با فرض بر اینکه علائق وجودی مشترکی دارند در گروه شرکت می کنند. آنچه آشکار است این است که گزینش هدف و یافتن معنی در زندگی می تواند به بیمار کمک کند تا بر اضطراب، افسردگی، و ناامیدی خود چیره شود (رضایی، رفاهی و احمدی خواه، 1391). یکی از این مفاهیم در روانشناسی مثبت، امید است که روانشناسان امید را عنوان کلی انتظارات مثبت برای دستیابی به اهداف تعریف می کنند (صالح صدق پور، محمودیان و سلمانیان، 1388). همچنین افراد دینی احساس آزادی شخصی بیشتری نسبت به دیگران می کنند و این مسئله باعث افزایش تحمل و پذیرش موقعیت های غیرقابل تغییر در آن ها می شود. بنابر مطالب گفته شده، سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا رویکرد معنادرمانی گروهی مبتنی بر آموزه های قرآنی بر امید به زندگی در زنان مبتلا به سرطان سینه شهر تهران اثربخشی دارد؟

### یافته ها و نتایج

داده های جمعیت شناختی نشان داد که 9/49 درصد افراد دارای سطح تحصیلات دیپلم، 2/13 درصد سطح کاردانی و 9/36 درصد افراد سطح کارشناسی بودند. 65/43 درصد افراد در دامنه سنی بین 30 الی 40 سال و 35/56 درصد افراد در دامنه سنی بین 41 الی 50 سال سن داشتند.

اطلاعات مربوط به داده های توصیفی افراد دو گروه در مراحل پیش از مومن و پس از مومن بعد از شرکت در جلسات آموزشی نشان داد که میانگین (و انحراف معیار) نمره امید به زندگی در مبتلایان به سرطان سینه در گروه آزمایش در مرحله پیش از مومن (66/18 و 54/6) و در مرحله پس از مومن (21/36 و 11/9) می باشد. اما میانگین (و انحراف معیار) این متغیر در گروه کنترل در مراحل پیش از مومن و پس از مومن تغییر محسوسی نشان نداد (به ترتیب 75/19 در برابر 70/19).

جدول شماره 1- نتایج تحلیل کوواریانس اثربخشی معنادرمانی گروهی مبتنی بر آموزه های قرآنی بر امید به زندگی

منابع	متغیر وابسته	مجموع مربعات	F	سطح معنی داری
	تفکر عاملی	42/633	43/932	0/043
گروه	تفکر راهبردی	31/700	32/634	0/012

با توجه به جدول بالا مشخص است که بین میانگین های نمرات تفکر راهبری د در بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد. چنانچه در جدول بالا مشخص است این تفاوت معنی دار است ( $P < 0/001$ ). همچنین، مشخص است که بین میانگین های نمرات تفکر عاملی در بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد.

### بحث و نتیجه گیری

نتایج یافته ها نشان داد که بین میانگین های نمرات تفکر راهبری و تفکر عاملی در بین گروه آزمایش و کنترل تفاوت معنی داری وجود دارد. در تبیین نتایج بدست آمده می توان گفت که انسان تا هنگامی که نسبت به توانایی های خود، رویدادهای زندگی، حمایت های اجتماعی از سوی دیگران، و همچنین اعتماد و درک حضور خداوند نگرش مثبتی نداشته باشد، نمیتواند احساس امید را دریافت و درک کند. بنابراین، امید در انسان در قالب چهار مؤلفه شکل می گیرد که همانطور که بیان شد، یکی از مهمترین جنبه های آن، نگرش مثبت به حضور خداوند و تأثیر این باور بر تقویت امیدواری است؛ با وجود این، مثبت نگری حاصل از باورهای معنوی و رفتارهای دینی، غالباً سه مؤلفه دیگر امیدواری یعنی خوش بینی نسبت به خود، دیگران و محیط را نیز در درون خود دارد. این نتایج همسو با پژوهش رحمانیان، معین صمدانی و علیبازی (1396)، ابراهیمی پور و همکاران (1394) است.

این مطالعه نیز مانند دیگر مطالعه حوزه علوم رفتاری با محدودیت هایی همراه بود. از جمله محدودیت های مطالعه حاضر می توان به ابزار خودگزارشی جهت جمع آوری داده ها که امکان تحریف و سوگیری در پاسخ دهی را به همراه دارد، اشاره کرد. نمونه گیری به شیوه در دسترس نیز موجب می شود که در تعمیم نتایج به دیگر بیماران مزمن جوانب احتیاط را رعایت نماییم.

### روش

این تحقیق نیمه تجربی با طرح پیش از مومن و پس از مومن و با دو گروه آزمایش و کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی زنان مبتلا به سرطان سینه مراجعه کننده به یک بیمارستان شهر تهران در سال 1396-97 بود. با روش نمونه گیری در دسترس و براساس فرمول تعیین حجم نمونه کوکران تعداد 30 نفر انتخاب و در دو گروه آزمایش (15 نفر) و گروه کنترل (15 نفر) گمارش شدند. جمع آوری داده های پژوهش با استفاده از پرسشنامه امید شنایدر انجام شد. جهت تحلیل داده های جمع آوری شده از روش های آمار توصیفی و تحلیل کواریانس با SPSS نسخه 22 استفاده شد.

### منابع

- گراوندی، سمیه؛ گرام، کاظم؛ مظلومی، اکرم؛ مظلومی، الهام. (1393) اثربخشی گروه درمانی شناختی بر امید به زندگی و افسردگی زنان مبتلا به سرطان سینه. فصلنامه روانشناسی سلامت، 3(12)، 7-23.
- رحمانیان، مهدیه؛ معین صمدانی، مهدیه؛ علیبازی، هوشنگ. (1396). تأثیر معنویت درمانی گروهی بر بهبود امید به زندگی و سبک زندگی بیماران مبتلا به سرطان سینه. مجله مشاوره کاربردی، 13(0)، 114-101.
- رضایی، آذر؛ رفاهی، ژاله؛ احمدی خواه، محمدعلی. (1391). اثربخشی معنادرمانی به شیوه گروهی بر کاهش افسردگی بیماران سرطانی. نشریه روش ها و مله های روان شناختی، 7(2)، 37-46.
- صالحی زاده، عبدالرحیم؛ سودانی، منصور؛ خجسته مهر، رضا. (1396). اثر بخشی آموزش کسب امید با تأکید بر آموزه های قرآنی بر سلامت معنوی زنان. فرهنگ تربیتی زنان و خانواده، 38(11)، 31-47.
- محمودیان، مجید؛ صالح صدق پور، بهرام و سلمانیان، حمیدرضا. (1388). بررسی تأثیر آموزش آموزه های قرآنی بر بهبود پذیرش اجتماعی، فصلنامه تخصصی پژوهش های میان رشته ای قرآنی، 2، 17-26.

معارفه و توضیح موضوع گروه درمانی مبتنی بر آموزه های قرآنی، تأکید بر راز داری، بیان اهداف و قوانین گروه، بیان تداوم، تواتر و طول جلسات، گرفتن پیش از مومن (اعلام پایان جلسه از یک ربع مانده به ختم جلسه، جمع بندی و خلاصه جلسه، تعیین زمان جلسه بعد یا توافقی).	خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، آموزش مبارزه با نا امیدی از طریق آیت قرآنی و خلق اهداف و ارزش ها و پذیرش معنای مرگ به عنوان بخشی از زندگی.
خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، بیان مشکل و بحث در مورد بیماری (سرطان سینه) و بحث در مورد اثرات سرطان سینه در ایجاد مشکلات روانی، آشنایی با معنا و منابع معنایی در زندگی بر طبق منابع اسلامی معنایی از طریق آیت و آموزه های قرآنی.	خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، افزایش احساس مسئولیت برای یافتن معنا در زمان حال و پذیرش شرایط موجود و بیماری و غلبه بر پلس و نا امیدی و علاقه اجتماعی از طریق آیت قرآن
خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، معنایی و گرفتن معنا از آیت قرآنی و بیان تجربیات مرتبط و مسئولیت پذیری.	خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، مرور آموزش کسب امید با تأکید بر آموزه های قرآنی و بررسی قرار گرفته و تطبیق آنها با زندگی روزمره اعضا و تأثیر آن بر شرایط موجود و بیماری، حمایت عاطفی اعضا از یکدیگر از طریق تکمیل جملات ناتمام.
خوش آمد گویی و مرور جلسه قبل، تغییر نگرش ها و گرفتن معنا از طریق آیت قرآنی و بیان تجاربی از گذشته که احساس خوبی به اعضا می دهد.	خوش آمد گویی، مرور و بررسی تأثیرات جلسات قبل، نتیجه گیری، حل مشکل پس از مومن پایان بخشی دائم

