

# بررسی تأثیر مشاوره شناختی رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری: یک کارآزمایی بالینی شاهددار

عاطفه صفرعلی نژاد<sup>۱</sup>، دکتر سونیا اویسی<sup>۲</sup>، دکتر محمد ابراهیم ساریچلو<sup>۳</sup>،

دکتر زینت جورابچی<sup>۴\*</sup>

۱. کارشناس ارشد مشاوره در مامایی، گروه مامایی و سلامت مادر و کودک، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.
۲. دکترای بهداشت مادر و کودک، مرکز تحقیقات بیماری‌های متابولیک، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.
۳. دانشجوی دکترای روانشناسی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.
۴. دکترای بهداشت جامعه، گروه مامایی و سلامت مادر و کودک، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۱۱/۱۰ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۰۲/۱۰

## خلاصه

**مقدمه:** زنان باردار از لحاظ سلامت روان، حساس و آسیب‌پذیر می‌باشد. از این رو ممکن است روان درمانی یک مداخله مؤثر جهت بهبود وضعیت روانی مادر باشد، لذا مطالعه حاضر با هدف بررسی تأثیر درمان شناختی رفتاری گروهی بر افسردگی حین بارداری انجام شد.

**روش کار:** این مطالعه کارآزمایی بالینی در سال ۹۶-۱۳۹۵ بر روی ۶۰ زن باردار که در سن بارداری ۲۲-۱۲ هفته به مراکز سلامت کننده شهر قزوین مراجعه کرده بودند، انجام گرفت. تمام مادران منتخب بر اساس پرسشنامه بک دارای افسردگی در حد خفیف یا متوسط بودند که به صورت تصادفی به دو گروه ۳۰ نفری آزمون و شاهد تقسیم شدند. گروه آزمون به مدت ۶ هفته تحت درمان شناختی- رفتاری گروهی قرار گرفتند و گروه شاهد هیچ آموزشی دریافت نکردند. بلافاصله بعد از اتمام دوره و ۲ ماه بعد، مجدداً آزمون بک به عنوان پس آزمون در تمام افراد اجرا گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS (نسخه ۲۳) و آزمون ANOVA و کای دو انجام شد. میزان  $p$  کمتر از ۰/۰۵ معنی‌دار در نظر گرفته شد.

**یافته‌ها:** بر اساس نتایج آزمون من‌ویتنی، تفاوت معنی‌داری بین گروه آزمون و شاهد در مراحل پس آزمون ( $p=0/001$ ) و پیگیری ( $p\leq 0/001$ ) وجود داشت. همچنین بر اساس تحلیل ANOVA در گروه آزمون از لحاظ کاهش علائم افسردگی ( $p\leq 0/001$ ) در مرحله پس آزمون و پیگیری، تفاوت معنی‌داری وجود داشت که این تفاوت‌ها در گروه شاهد مشاهده نشد.

**نتیجه‌گیری:** درمان شناختی- رفتاری گروهی، می‌تواند به عنوان یک رویکرد درمانی در بهبود افسردگی زنان باردار مؤثر باشد.

**کلمات کلیدی:** افسردگی، بارداری، درمان روانی گروهی، درمان شناختی، درمان شناختی- رفتاری، گروه درمانی،

مشاوره

\* نویسنده مسئول مکاتبات: دکتر زینت جورابچی؛ دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی قزوین، قزوین، ایران. تلفن: ۰۲۸-۳۳۶۸۲۴۴۰؛ پست الکترونیک: zjourabchi@qums.ac.ir