

# بررسی نقش آموزش‌های رفتاری - شناختی بر کاهش اضطراب خانم‌های مبتلا به ناباروری اولیه تحت درمان GIFT و ZIFT

وجیهه قرائی (M.Sc.)<sup>۱</sup>، محمد علی مظاهری (Ph.D.)<sup>۲</sup>، علی صاحبی (Ph.D.)<sup>۳</sup>، سپیده پیوندی (M.D.)<sup>۴</sup>، مرضیه آقا حسینی (M.D.)<sup>۵</sup>

- ۱- کارشناس ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه شهیدبهشتی، تهران، ایران.
- ۲- استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.
- ۳- استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه فردوسی، مشهد، ایران.
- ۴- استادیار، گروه زنان و زایمان، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی ساری، ساری، ایران.
- ۵- دانشیار، گروه زنان و زایمان، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی تهران، تهران، ایران.

## چکیده

**مقدمه:** ناباروری یک بحران پیچیده زندگی است که منجر به فشارهای عمیق عاطفی و روانی بر زوجین می‌شود. در واقع ناباروری و مراحل درمان آن زمینه‌های به وجود آمدن استرس است. دوره‌هایی از امیدواری که به دنبال غلبه برنامه‌ی در طول درمان پیش می‌آید، با هزینه‌های بالا و میزان موفقیت پائین درمان‌های پزشکی می‌تواند به افسردگی، اضطراب و ... منجر شود. از آنجائی که قسمتی از موفقیت برنامه‌های کمک باروری به شیوه‌های سازگاری با اضطراب و استرس ناشی از درمان بستگی دارد، پژوهشی شبه‌تجربی به روش کارآزمایی بالینی با هدف تعیین تأثیر یکی از تکنیک‌های درمان رفتاری - شناختی بر کاهش اضطراب خانم‌های نابارور اولیه تحت درمان با روش‌های ZIFT و GIFT مراجعه کننده به بخش درمان ناباروری بیمارستان شریعتی تهران از تیرماه تا بهمن ماه سال ۱۳۸۱ انجام گرفت.

**مواد و روشها:** تعداد ۶۰ نفر خانم تحت درمان در دو گروه تجربی و کنترل قرار گرفتند (۳۰ نفر گروه تجربی و ۳۰ نفر گروه کنترل). دو گروه در ابتدای مطالعه (روز ۲۱ سیکل قاعدگی) توسط آزمون اضطراب حالت و صفت اشنپیل برگر مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس در گروه تجربی مداخله آموزش‌های رفتاری - شناختی شامل بازسازی شناختی و آرام‌سازی تنفسی به مدت ۱۵ تا ۲۰ روز انجام شد؛ ولی در مورد گروه کنترل مداخله‌ای اعمال نشد. سپس میزان اضطراب حالت و صفت دو روز قبل از انجام عمل GIFT و ZIFT (روز ۱۰ سیکل قاعدگی) و همچنین دو روز بعد از انجام عمل GIFT و ZIFT در هر دو گروه مورد ارزیابی قرار گرفت.

**نتایج:** نتایج پژوهش نشان داد میانگین اضطراب حالت و صفت در بدو مطالعه و در پایان مطالعه در دو گروه اختلاف آماری معنی‌داری نداشت. اما میانگین اضطراب حالت ( $P=0/002$ ) و صفت ( $P=0/028$ ) حین مطالعه در دو گروه اختلاف معنی‌داری داشت؛ به طوری‌که در گروه تجربی کاهش چشمگیری در اضطراب حین مطالعه (قبل از عمل جراحی) مشاهده شد. همچنین اختلاف معنی‌داری بین میانگین اضطراب حالت و صفت بدو و حین مطالعه در گروه تجربی وجود داشت ( $P=0/000$ ) ولی در گروه کنترل تفاوت معنی‌داری وجود نداشت. به علاوه اختلاف معنی‌داری بین میانگین تفاوت اضطراب حالت و صفت حین و پایان مطالعه و بدو و پایان مطالعه بین دو گروه وجود داشت ( $P < 0/05$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج مطالعه نشان داد که آموزش‌های رفتاری - شناختی در کاهش اضطراب خانم‌های نابارور اولیه تحت درمان با روش‌های ART مؤثر است. همچنین یافته‌های مطالعه نشان داد که خانم‌های نابارور تحت مداخله آموزش‌های رفتاری شناختی که در پایان مطالعه از اضطراب کمتری برخوردار بودند، بطور معنی‌داری درمان موفقیت‌آمیز بیشتری را در مقایسه با گروه کنترل داشتند. با توجه به نقش آموزش‌های رفتاری - شناختی و حمایت عاطفی افراد نابارور تحت درمان در کاهش اضطراب و بالا بردن میزان موفقیت روش‌های درمانی، پیشنهاد می‌شود در مراکز درمان ناباروری برنامه‌های آموزشی و حمایتی توسط تیم درمانی بویژه روانشناسان تدوین و اجرا گردد.

گل واژگان: آموزش‌های رفتاری - شناختی، اضطراب، ناباروری، ART، GIFT، ZIFT

آدرس مکاتبه: وجیهه قرائی، پلاک ۳۹، خاقانی ۲، خیابان خاقانی، رضاشهر، کدپستی ۹۱۷۷۷، مشهد، ایران.

پست الکترونیک: v\_gharaie@yahoo.com