



Research Article

The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy and Motivational Interviewing on Self-Esteem of Divorced Women

Abbas Bayat Asghari ¹ , Javad Javaheri ^{2,*} , Alireza Manzari Tavakoli ³ , Hamid Molai Zarandi ⁴ 

¹ PhD Student in Psychology, Islamic Azad University, Zarand Branch, Kerman, Iran

² Community Medicine Specialist, Assistant Professor of Community and Family Medicine Department, Faculty of Medicine, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran

³ PhD in Psychology, Assistant Professor, Department of Public Administration, Kerman Branch, Islamic Azad University, Kerman, Iran

⁴ Ph.D. in Psychology, Associate Professor, Department of Psychology, Islamic Azad University, Zarand Branch, Kerman, Iran

* **Corresponding author:** Javad Javaheri, Community and Family Medicine Department, Faculty of Medicine, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. E-mail: dr.javaheri@arakmu.ac.ir

DOI: [10.61186/jams.25.6.10](https://doi.org/10.61186/jams.25.6.10)

How to Cite this Article:

Bayat Asghari A, Javaheri J, Manzari Tavakoli A, Molai Zarandi H. The Effectiveness of Cognitive Behavioral Therapy and Motivational Interviewing on Self-Esteem of Divorced Women. *J Arak Uni Med Sci.* 2023;**25**(6):10-16. DOI: [10.61186/jams.25.6.10](https://doi.org/10.61186/jams.25.6.10)

Received: 01 Feb 2023

Accepted: 18 Mar 2023

Keywords:

Motivational Interviewing
Cognitive Behavioral Therapy
Self-Esteem
Divorced Women

© 2023 Arak University of Medical Sciences

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to compare the effectiveness of cognitive-behavioral therapy and motivational interviewing on self-esteem in divorced women.

Methods: The current study was a semi-experimental pre-test and post-test design. The statistical population consisted of 260 divorced women aged 20 to 50. 60 women were selected based on the inclusion criteria and randomly assign to three groups of cognitive-behavioral therapy, motivational interview therapy and control group. The instrument of data collection was Rosenberg Self-Esteem Questionnaire. For the experimental groups, 12 sessions of 75 minutes were held. No intervention was done for the control group. Before the interventions and at the end of the study, people in all groups filled out the questionnaire. The data was analyzed using SPSS version 25 software and analysis of covariance (ANCOVA).

Results: There was a significant difference between the three groups of cognitive-behavioral therapy, motivational interview and the control group in the comparison of the mean score of self-esteem variables ($P < 0.05$). Also, in the one-by-one comparison of the cognitive-behavioral therapy and motivational interview therapy groups with the control group, there was a significant difference in the post-test stage ($P < 0.05$).

Ethical considerations: In this research, the principle of confidentiality, preservation of personal information and non-disclosure of the identity of the participants were ensured and it was reminded that the obtained information will only be used statistically.

Conclusions: The findings indicate that cognitive-behavioral therapy and motivational interviewing are effective in enhancing self-esteem in divorced women. It suggests that these two methods are used along with other psychological and pharmaceutical therapies for divorced women as a clinical intervention.

اثربخشی درمان شناختی رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر عزت نفس زنان مطلقه

عباس بیات اصغری^۱، جواد جواهری^{۲*}، علیرضا منظری توکلی^۳، حمید ملایی زرندی^۴

^۱ دانشجوی دوره دکتری روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زرنند، کرمان، ایران
^۲ متخصص پزشکی اجتماعی، استادیار گروه پزشکی اجتماعی و خانواده، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران
^۳ دکتری روانشناسی، دانشیار، گروه مدیریت دولتی، واحد کرمان، دانشگاه آزاد اسلامی، کرمان، ایران
^۴ دکتری روانشناسی، استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد زرنند، کرمان، ایران
* نویسنده مسئول: جواد جواهری، متخصص پزشکی اجتماعی، استادیار گروه پزشکی اجتماعی و خانواده، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران. ایمیل: dr.javaheri@arakmu.ac.ir

DOI: 10.61186/jams.25.6.10

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۱/۱۲	چکیده
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۱۱/۲۹	مقدمه: هدف از پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی درمان شناختی - رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر عزت نفس در زنان مطلقه بود. روش کار: پژوهش حاضر یک طرح مداخله‌ای از نوع نیمه تجربی بود. جامعه آماری ۲۶۰ نفر از زنان مطلقه ۲۰ تا ۵۰ سال بودند. ۶۰ نفر از زنان مذکور بر اساس معیارهای ورود انتخاب و به طور تصادفی به سه گروه درمان شناختی - رفتاری، درمان مصاحبه انگیزشی و گروه شاهد تقسیم شدند. ابزار جمع آوری داده‌ها پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ بود. برای گروه‌های آزمایش، جلسات درمان به تعداد ۱۲ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای برگزار شد. قبل از انجام مداخلات و در پایان مطالعه افراد در تمام گروه‌ها، پرسشنامه عزت نفس را پر کردند. داده‌ها به کمک نرم افزار SPSS نسخه ۲۵ و با استفاده از تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: در مقایسه میانگین نمره متغیر عزت نفس بین سه گروه درمان شناختی-رفتاری، مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل تفاوت معنی داری وجود داشت ($P < 0/05$). همچنین در مقایسه تک به تک گروه‌های درمان شناختی-رفتاری و درمان مصاحبه انگیزشی با گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون اختلاف معنی داری وجود داشت ($P < 0/05$). ملاحظات اخلاقی: در این پژوهش به اصل راز داری، حفظ اطلاعات شخصی و فاش نشدن هویت شرکت کنندگان اطمینان داده شد و یاد آوری گردید که از اطلاعات به دست آمده فقط استفاده آماری خواهد شد. نتیجه گیری: یافته‌ها حاکی از آن است که روش‌های درمان شناختی - رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر افزایش میزان عزت نفس در زنان مطلقه مؤثر هستند. پیشنهاد می‌شود در کنار سایر مداخلات روانشناختی و دارویی، از این دو روش به منظور تقویت عزت نفس در زنان مطلقه به عنوان یک مداخله بالینی استفاده گردد.
واژگان کلیدی: درمان شناختی رفتاری مصاحبه انگیزشی عزت نفس زنان مطلقه	
تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی اراک محفوظ است.	

مقدمه

که خود را باور ندارند و دائماً احساس پوچی و بی ارزشی می‌کنند کمبود عزت نفس دارند که مانع بزرگی در مسیر پیشرفت آنان است و دائماً آنها را به عقب سوق می‌دهد (۴). تداوم اضطراب در زندگی روزمره منجر به احساس نگرانی، ترس و عدم کنترل بر زندگی می‌گردد که به نوبه خود افسردگی و ناامیدی را برای فرد به ارمغان می‌آورد و کیفیت زندگی فرد را مختل می‌نماید. بسیاری از افراد افسرده در توانایی تفکر، تمرکز، یا تصمیم‌گیری مشکل دارند (۵). در بین روش‌های درمانی، درمان شناختی - رفتاری رشد و توسعه جدیدی در روان‌درمانی اختلالات اضطرابی پیدا کرده است. هرچند شکل‌گیری این روش‌ها در درمان مشکلات و بیماری‌های روانی طولانی نیست اما توانسته است علاقه زیادی را در بین متخصصان بالینی به خود معطوف سازد (۶). رویکرد شناختی - رفتاری تلفیقی از دو رویکرد رفتاردرمانی و شناخت درمانی است در حقیقت در این رویکرد نکات قوت رویکرد رفتاردرمانی و رویکرد شناخت درمانی یعنی عینی‌گرایی ارزیابی و سنجش از یک سو و دخالت دادن نقش حافظه در بازسازی و تفسیر اطلاعات از سوی دیگر گرد

طلاق یا اتمام وضعیت تأهل، یکی از مهمترین پدیده‌های اجتماعی محسوب می‌شود که به عوامل متعددی بستگی دارد. طلاق عامل از هم گسیختگی ساختار بنیادی‌ترین بخش جامعه، یعنی خانواده، و یکی از آسیب‌های عمده زندگی خانوادگی است. طلاق بعد از مرگ همسر، نیازمند بیشترین تغییر برای سازگاری مجدد در افراد است (۱). در واقع، بیشتر مردم به این منظور که بقیه عمرشان را با هم زندگی کنند، ازدواج می‌کنند، اما با این حال طلاق به صورت یک پدیده عادی با سرعت هشدار دهنده‌ای در حال گسترش می‌باشد. این سرعت رشد، به صورت قابل توجهی نه تنها در کشورهای پیشرفته، بلکه در کشورهای در حال توسعه نیز در حال افزایش است (۲). یکی از تأثیرات منفی طلاق بر روان‌زنان افسردگی و کاهش عزت نفس می‌باشد. از جمله ویژگی‌هایی که افراد را هنگام رویارویی با مشکلات یاری می‌کند، عزت نفس است که در کنار آمدن با فشارهای روانی زندگی نقش مهمی دارد. عزت نفس و اعتماد به نفس، بنیادی‌ترین بخش شخصیت فرد است که در تمام جوانب زندگی، خود را به گونه‌ای ظاهر می‌سازد (۳). زنان مطلقه‌ای

در این مطالعه درمان شناختی-رفتاری و مصاحبه انگیزشی به عنوان دو روش مداخله در گروه‌های مجزا در مقابل یک گروه بدون هیچ گونه مداخله به عنوان گروه کنترل یا شاهد به کار گرفته شد. جامعه آماری ۲۶۰ نفر از زنان مطلقه ۲۰ تا ۵۰ ساله ثبت شده در سامانه سیب (سامانه یکپارچه بهداشت) مراکز خدمات جامع شهری و روستائی و پایگاه‌های شهری دانشکده علوم پزشکی خمین بودند. حجم نمونه پژوهش ۶۰ نفر از زنان مطلقه بودند که با توجه به دارا بودن معیارهای های ورود به مطالعه انتخاب و به روش تصادفی (طبق جدول اعداد تصادفی) به دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل تخصیص داده شدند. قبل از ورود به مطالعه از تمامی افراد خواسته شد تا فرم رضایت آگاهانه را مطالعه و امضا نمایند. مجوز انجام این پژوهش توسط کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان صادر گردید. این مطالعه در شش ماهه اول سال ۱۴۰۱ انجام گرفت.

ملاک‌های ورود به مطالعه شامل: اخذ نمره پایین در پرسشنامه عزت نفس، پذیرش و تکمیل رضایت نامه اختیاری و آگاهانه، حداقل ۶ ماه از طلاق آنها گذشته باشد، فاصله سنی بین ۲۰ تا ۵۰ سال، داشتن حداقل مدرک تحصیلی دیپلم، توانایی تکمیل پرسشنامه، مطالعه و یادگیری رویکردهای درمانی شناختی-رفتاری و مصاحبه انگیزشی را داشته باشد. ملاک‌های خروج از مطالعه شامل: وجود اختلالات سایکوز و پارانیوید در آزمودنی‌ها، غیبت بیش از دو جلسه در کلاس‌های آموزشی، عدم علاقه مندی افراد به ادامه آموزش‌ها بود. ۲ گروه تحت آزمایش، از روشهای درمان مصاحبه انگیزشی و درمان شناختی-رفتاری به مدت ۱۲ جلسه ۷۵ دقیقه‌ای برای هر گروه استفاده شد. فاصله زمانی بین پره تست و پست تست ۲ ماه بود. قبل و بعد از مداخلات و در تمام ۳ گروه از پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ، استفاده شد. نمرات کسب شده از این پرسشنامه به عنوان پیشی آزمون و پس آزمون مورد بررسی قرار گرفت.

پرسشنامه عزت نفس روزنبرگ دارای ۱۰ سؤال ۲ گزینه‌ای می‌باشد. روش نمره گذاری این آزمون که شامل ۲ گزینه موافق و مخالف است به این صورت است که در ۵ سؤال نخست به گزینه موافق نمره‌ی یک و به گزینه مخالف نمره‌ی صفر و در ۵ سؤال آخر به گزینه موافق نمره‌ی صفر و به گزینه مخالف نمره‌ی یک تعلق می‌گیرد. بنابراین کسب نمره ۱۰ در پرسشنامه معادل عزت نفس خیلی بالا، نمره ۱۰- در پرسشنامه معادل عزت نفس خیلی پایین، نمره بالاتر از ۰ در پرسشنامه معادل عزت نفس بالا و نمره پایین‌تر از ۰ در پرسشنامه معادل عزت نفس پایین است.

کرید و پاتون (۲۰۰۴) ضریب پایایی این آزمون را ۰/۸۴ برآورد کردند. در پژوهش که توسط صادقی (۱۳۹۰) انجام گرفت در مطالعه‌ی مقدماتی و هم در مطالعه نهایی پایایی پرسش نامه آلفای کرونباخ محاسبه شده و به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۷۱ به دست آمده است. رجیبی و بهلول (۱۳۸۶) ضریب پایایی این پرسشنامه را در نوجوانان و جوانان ایرانی ۸۴/۰ گزارش داده‌اند. و هم چنین همسانی درونی این آزمون از ۹۲/۰ تا ۷۲/۰ به دست آمده است. رزنبرگ ضریب تکرار پذیری ۹۲/۰ و مقیاس پذیری ۷۲/۰ برای این آزمون گزارش کرده است. هم چنین همسانی درونی مناسبی نیز از ۷۲/۰ تا ۹۷/۰ گزارش شده است. برای بررسی وضعیت متغیرها از آمار توصیفی شامل جداول فراوانی، نمودارهای ستونی و شاخصهای میانگین و انحراف معیار استفاده شد.

آمده‌اند (۷). مصاحبه انگیزشی، روشی بیمار محور است که به منظور افزایش انگیزه درونی افراد برای تغییر رفتار. از بررسی و حل ابهامات استفاده می‌کند و نتایج سودمند آن در زمینه سلامت به طور گسترده‌ای مورد تأیید قرار گرفته است (۸). این درمان، مداخله‌ای نوید بخش برای تغییر رفتار بهداشتی مثبت در حوزه پزشکی، بهداشت و روانپزشکی است. علاوه بر انعطاف پذیری و قابلیت کاربرد آن در حیطه‌های مختلف رفتاری، به صورت فردی و گروهی قابل اجرا می‌باشد، به صورت درمان مستقل یا به همراه سایر درمان‌ها و به اشکال مختلف حضوری، تلفنی و اینترنتی مورد استفاده قرار می‌گیرد و از نظر زمانی و اقتصادی مقرون به صرفه می‌باشد (۹).

در مطالعات فراوانی اثر بخشی درمان شناختی - رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر روی افسردگی و عزت نفس نشان داده شده است. از جمله در پژوهش شاره و رباطی، نتایج نشان داد که گروه درمانی شناختی- رفتاری بر افزایش خودکارآمدی در درد، کاهش خستگی، افزایش امید به زندگی، کاهش افسردگی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس اثربخش است (۱۰). همچنین نتایج مطالعات زارع و همکارانش، رجیبی و همکاران اثربخشی گروه درمانی شناختی- رفتاری را در کاهش افسردگی دانش آموزان دبیرستانی و دختران نوجوان نشان داد (۱۱). قربانی و هومن، دهقانی فیروزآبادی و همکاران در پژوهش خود اثربخشی مصاحبه انگیزشی به شیوه گروهی، بر ارتقای عزت نفس و امید به زندگی و خود کارآمدی را به ترتیب در افراد مبتلا به ایدز و زنان معتاد نشان دادند (۱۳-۱۶). کلانتری و همکاران، محمدنژاد و همکاران نیز اثربخشی درمان شناختی رفتاری را بر خودکارآمدی و عزت نفس مردان متأهل مبتلا به سوء مصرف مواد و زنان هیستریکتومی شده در سنین باروری نشان دادند (۱۴، ۱۵). در پژوهش‌های دیگری که توسط اصغری پور و همکاران و رضایی و همکاران انجام شد اثربخشی درمان شناختی- رفتاری به ترتیب بر افسردگی و عزت نفس دانشجویان و بیماران مبتلا به آسم نشان داده شد (۱۷، ۱۸). ژانگ و همکاران در یک مرور سیستماتیک و فراتحلیل تأثیر درمان شناختی- رفتاری را برای کاهش افسردگی، اضطراب در بیماران مبتلا به پارکینسون نشان دادند (۱۹). اکل سولاقوفی و همکاران در یک کار آزمایشی تصادفی کنترل شده و مقایسه‌ای شناختی- رفتاری درمانی مبتنی بر اینترنت (iCBT) که با مقایسه درمان معمول افسردگی و اضطراب در بین بازماندگان سرطان پستان انجام شد، نشان دادند مداخله رفتار درمانی شناختی برای کاهش افسردگی و اضطراب این گروه موثرتر بوده است (۲۰). سانمز و همکاران در یک کارآزمایی کنترل شده تصادفی، نشان دادند که رفتار- درمانی شناختی در روان پریشی اولیه موجب کاهش افسردگی و افزایش عزت نفس خواهد شد (۲۱). از آنجا که در پژوهش‌های صورت گرفته داخلی بیشتر از مداخلات درمان شناختی - رفتاری و یا مصاحبه انگیزشی به طور جداگانه استفاده شده است، هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان شناختی - رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر عزت نفس در زنان مطلقه بود.

روش کار

پژوهش حاضر یک کارآزمایی بالینی از نوع نیمه تجربی است. این کار آزمایشی با شماره شناسه ۶۲۶۵۰ و کد IRCT N1 در سایت IRCT کشور به ثبت رسیده است. 20220328054360

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها در آمار استنباطی از تحلیل کوواریانس Analysis of Covariance (ANCOVA) استفاده شد. یافته‌های استنباطی حاصل از تحلیل داده‌ها، آزمون فرضیه‌ها ارائه شده است. سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شده است.

است. برای تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS ویراست 25 استفاده شده است. سطح معنی‌داری ۰/۰۵ در نظر گرفته شده است.

جدول ۱. مقایسه متغیرهای دموگرافیک در سه گروه درمان شناختی-رفتاری، درمان مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل

گروه/متغیر	شناختی-رفتاری		
	مصححه انگیزشی	کنترل	فرآوانی (%)
وضعیت اقتصادی	ضعیف	۵۰/۱۰	۱۰/۰۶
	متوسط	۵۰/۱۰	۷۰/۱۴
	خوب	۰	۳۰/۰۶
شغل	خانه دار	۶۵/۱۳	۸۰/۱۶
	پوشش نهادهای حمایتی	۱/۱	۵/۱
	کارمند	۲۰/۴	۵/۱
	شغل آزاد	۱۰/۲	۱۵/۳
محل سکونت	شهری	۶۵/۱۳	۳۰/۰۶
	روستایی	۳۵/۷	۷۰/۱۴
سطح سواد	دیپلم	۸۰/۱۶	۸۵/۱۷
	فوق دیپلم	۰/۱	۱۰/۲
	لیسانس	۵/۰	۵/۱
	فوق لیسانس	۱۵/۳	۰/۰
مشاوره پیش از ازدواج	بله	۲۰/۴	۲۵/۵
	خیر	۸۰/۱۶	۶۰/۱۲
سابقه طلاق در سایر اعضای خانواده	ندارد	۴۵/۹	۷۰/۱۴
	دارد	۵۵/۱۱	۳۰/۰۶

جدول ۲. مقایسه میانگین نمره متغیر عزت نفس به تفکیک گروه‌های تحت مطالعه قبل و بعد از اجرای مداخلات

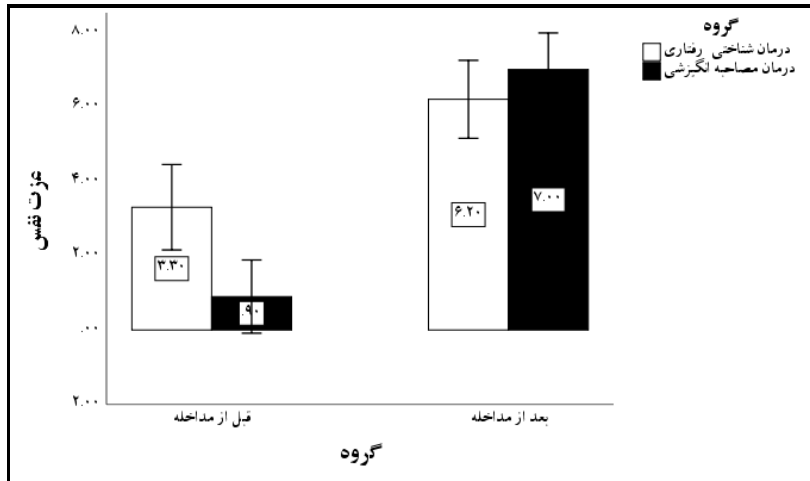
متغیر	درمان شناختی-رفتاری		درمان مصاحبه انگیزشی		کنترل	
	قبل از مداخله	بعد از مداخله	قبل از مداخله	بعد از مداخله	قبل از مداخله	بعد از مداخله
عزت نفس	۳/۳۰±۲/۴۵	۶/۲۰±۲/۲۴	۷/۰۰±۲/۱۰	۷/۰۰±۲/۱۰	۳/۰۰±۲/۳۸	۲/۱۰±۳/۰۸

جدول ۳. نتایج پیش فرض‌های آزمون تحلیل کوواریانس برای متغیر عزت نفس

متغیر	آزمون همگنی واریانس			بررسی نرمال بودن داده‌ها			همگنی شیب رگرسیون		
	درجه آزادی	مقدار F	سطح معناداری	درجه آزادی	مقدار F	سطح معناداری	درجه آزادی	مقدار F	سطح معناداری
عزت نفس	۲	۰/۱۲۵	۰/۸۸۳	۱	۰/۹۶۲	۰/۲۹۷	۱	۰/۲۴۵	۰/۶۲۴

جدول ۴. تحلیل کوواریانس تأثیر درمان شناختی-رفتاری و درمان مصاحبه انگیزشی بر عزت نفس

متغیر/منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	آماره F	سطح معنی داری	مجذور اتا
پیش آزمون	۱۲/۲۱	۱	۱۲/۲۱	۱/۹۹	۰/۰۰۱	۰/۲۳۰
گروه	۳۳/۲۰۳	۱	۳۳/۲۰۳	۹/۹۲۹	۰/۰۰۳	۰/۲۱۲
خطا	۴۰/۸۲۷	۵۱	۰/۸۰۱			



نمودار ۱. مقایسه میانگین نمرات عزت نفس قبل و بعد از مداخله در دو گروه درمان شناختی-رفتاری و درمان مصاحبه انگیزشی

جدول ۴ حاکی از آن است که میانگین نمره متغیر وابسته عزت نفس در مرحله پس از آزمون، تفاوت معنی دار آماری بین گروه‌های درمان شناختی-رفتاری، درمان مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل دارد ($p < 0.003$). یافته مهم دیگر آن است که نمره متغیر عزت نفس در مرحله پیش از آزمون به عنوان یک متغیر مخدوشگر عمل کرده است ($p < 0.001$) و شاخص مجذور اتا نشان می‌دهد که شدت اثر آن برابر 0.212 می‌باشد به این معنی که ۲۱٪ از واریانس این متغیر در مرحله پس از آزمون، توسط مقادیر پیش از آزمون تبیین شده و بقیه تحت تأثیر سایر عوامل می‌باشد.

نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی نشان داد که بین گروه درمان شناختی-رفتاری و گروه درمان مصاحبه انگیزشی از نظر میانگین تعدیل شده متغیر عزت نفس در مرحله پس از آزمون اختلاف آماری معنی داری وجود دارد ($p < 0.001$). نمودار ۱ به مقایسه تغییرات میانگین نمرات عزت نفس در گروه درمان شناختی-رفتاری و گروه درمان مصاحبه انگیزشی، در قبل و بعد از اجرای مداخلات پرداخته است. این نمودار نشان می‌دهد که میانگین نمره عزت نفس در گروه درمان مصاحبه انگیزشی ($7/00$) به صورت معناداری بیشتر از گروه درمان شناختی-رفتاری ($6/20$) بوده است.

بحث

هدف این پژوهش تعیین و مقایسه اثربخشی دو روش درمانی مؤثر و شناخته شده درمان شناختی-رفتاری و مصاحبه انگیزشی به طور همزمان بر وضعیت عزت نفس زنان مطلقه و مقایسه آن با گروه شاهد بود. در سه گروه مورد پژوهش یعنی گروه درمان شناختی-رفتاری، مصاحبه انگیزشی و گروه شاهد از نظر متغیرهای سن، وضعیت اقتصادی، شغل، محل سکونت، میزان تحصیلات، مشاوره پیش از ازدواج و سابقه طلاق در سایر اعضای خانواده از نظر آماری اختلاف معنی داری وجود نداشت. به طور خلاصه نتایج مهم زیر از انجام این پژوهش حاصل شد.

نتایج تحلیل کوواریانس نشان داد که بعد از مداخلات از نظر متغیر وابسته یعنی میزان عزت نفس در زنان مطلقه، اختلاف معنی داری بین سه گروه درمان شناختی-رفتاری، درمان مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل وجود دارد. همچنین این تحلیل نشان داد در مقایسه تأثیر

یافته‌ها

میانگین سنی نمونه‌های مورد مطالعه به ترتیب در گروه درمان شناختی-رفتاری $39/25 \pm 7/81$ سال، گروه درمان مصاحبه انگیزشی $38/75 \pm 6/19$ سال و گروه کنترل $35/25 \pm 8/97$ سال بود و از نظر این متغیر بین سه گروه اختلاف آماری معنی‌داری وجود نداشت ($p = 0.214$). مدت زمان زندگی مشترک زناشویی قبل از جدایی، در گروه درمان شناختی-رفتاری $10/60 \pm 8/24$ سال، گروه درمان مصاحبه انگیزشی $11/95 \pm 6/92$ سال و گروه کنترل $5/14 \pm 6/90$ سال بود که از این نظر بین سه گروه اختلاف معنی‌دار آماری وجود ندارد ($P = 0.064$).

جدول ۱ متغیرهای دموگرافیک را در گروه‌های تحت مطالعه نشان می‌دهد. با توجه به یافته‌های این جدول مشخص شد که بین سه گروه از نظر متغیرهای وضعیت اقتصادی، شغل، محل سکونت، سطح سواد، سابقه مشاوره پیش از ازدواج، سابقه طلاق در سایر اعضای خانواده اختلاف معنی‌دار آماری وجود نداشته است ($P > 0.05$).

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار نمره متغیر عزت نفس را در گروه درمان شناختی-رفتاری، درمان مصاحبه انگیزشی و گروه کنترل قبل و بعد از مداخله نشان می‌دهد. مقایسه میانگین این متغیر در گروه درمان شناختی-رفتاری و درمان مصاحبه انگیزشی در مقایسه پس از آزمون نسبت به پیش از آزمون نشان از افزایش آن بعد از مداخلات داشته که از نظر آماری هم معنی دار هست (به ترتیب $P < 0.001$ و $P < 0.001$).

به منظور بررسی و مقایسه اثربخشی مداخله‌های درمانی و همچنین تعدیل اثرات مقادیر اندازه‌گیری شده در مرحله پیش از آزمون برای متغیر عزت نفس، از روش تحلیل آماری آنالیز کوواریانس استفاده شد. نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که اولاً با توجه به معنی دار نبودن آزمون لوین ($P < 0.0883$) فرض همگنی واریانس‌ها رعایت شده است. ثانیاً نتایج آزمون شاپیرو ویلک حاکی از رعایت پیش فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها است ($P < 0.297$) ثالثاً مقدار آماره F و سطح معنی داری متناظر آن (به ترتیب 0.245 و 0.624) بر برقرار بودن فرض همگنی شیب رگرسیون صحت می‌گذارد. بنابراین انجام آزمون کوواریانس تک متغیره مجاز بوده که نتایج به دست آمده از این تحلیل در جدول ۴ مشاهده می‌گردد.

مطالعه حاضر است و اگر چه تأثیر درمان شناختی رفتاری از مصاحبه انگیزشی کمتر بود ولی در مقایسه با گروه کنترل از اثربخشی خوبی برخوردار بود که در چهار مطالعه قبل هم این اثرات مثبت دیده شده بود.

سانمز و همکاران در یک کارآزمایی کنترل شده تصادفی، نشان دادند که رفتار- درمانی شناختی در روان پریشی اولیه موجب کاهش افسردگی و افزایش عزت نفس خواهد شد (۲۱).

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر و مشکلات مهم فرا روی پژوهشگر جلب همکاری و اعتماد و اطمینان زنان مطلقه برای شرکت در جلسات آموزشی بود. پیشنهاد می‌گردد با توجه به اینکه ابزار بکار رفته پرسشنامه بود و افراد ممکن است به دلایل مختلف واقعیت‌ها را در مورد خود منعکس نکنند، برای رفع این کمبود بهتر بود در مطالعات پژوهشی آینده از مصاحبه و مشاهده یا سایر موارد در صورت امکان استفاده شود.

نتیجه گیری

دو روش درمان شناختی- رفتاری و درمان مصاحبه انگیزشی مستقلاً و در مقایسه با گروه کنترل توانستند بر روی میزان عزت نفس زنان مطلقه تأثیر قابل توجهی داشته باشند لذا پیشنهاد می‌شود با توجه به بالا بودن برخی از آسیب‌های اجتماعی و پایین بودن عزت نفس زنان مطلقه نسبت به زنان عادی، زنان متقاضی طلاق و طلاق گرفته در کارگاه‌های آموزش افزایش عزت نفس شرکت کنند تا از این طریق بر مشکلات ناشی از طلاق فائق آیند.

تشکر و قدردانی

از تمامی شرکت کنندگان در پژوهش حاضر تشکر و قدردانی می‌گردد. همچنین از معاونت بهداشتی دانشکده علوم پزشکی خمین و درمانگاه شبانه روزی غدیر که بدون همکاری آنها انجام این مطالعه غیر ممکن بود، نهایت سپاسگزاری بعمل می‌آید.

تضاد منافع

"هیچ گونه تعارض منافع توسط نویسندگان بیان نشده است."

کد اخلاق

اطلاعات این پژوهش با کد اخلاق شماره IR.IAU.KERMAN.REC.1400.027 کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان، ثبت شده است.

درمان شناختی- رفتاری بر عزت نفس در زنان مطلقه با گروه شاهد، تفاوت معنی داری بین گروه درمان شناختی- رفتاری و گروه درمان مصاحبه انگیزشی در مرحله پس‌آزمون وجود داشت.

مطالعات و پژوهش‌های فراوانی وجود دارد که حکایت از اثر بخشی و تأثیر مثبت درمان شناختی - رفتاری و مصاحبه انگیزشی بر روی عزت نفس دارد.

قربانی و هومن، دهقانی فیروزآبادی و همکاران در پژوهش خود اثربخشی مصاحبه انگیزشی به شیوه گروهی، بر ارتقای عزت نفس و امید به زندگی و خود کارآمدی را به ترتیب در افراد مبتلا به ایدز و زنان معتاد نشان دادند (۱۶،۱۳). این نتایج هم راستای با یافته‌های مطالعه حاضر هست بویژه اینکه در هر دو پژوهش با گروهی از زنان آسیب دیده و با عزت نفس خدشه دار و پایین یعنی زنان معتاد و زنان مطلقه روبرو هستیم و از این جهت اثر بخشی روش درمانی مصاحبه انگیزشی در این زنان مورد تأیید قرار می‌گیرد.

ذاکر و همکاران در پژوهش خود نتیجه گرفتند که مصاحبه انگیزشی می‌تواند در افزایش عزت نفس زنان دارای رفتارهای پرخطر مؤثر واقع شود و تلاش برای درمان رفتارهای پرخطر بدون در نظر گرفتن بحث انگیزش کافی نیست چرا که بیشتر این افراد بیش از آن که دارای مقاومت یا اراده ضعیف باشند در مورد تصمیم‌گیری در زمینه تغییر احساس دوگانه‌ای دارند (۲۲). شکرانه و همکاران در یک کارآزمایی نیمه تجربی نشان دادند که مداخله درمانی به روش مصاحبه انگیزشی می‌تواند جهت کاهش وزن و افزایش عزت نفس کودکان چاق مؤثر باشد (۲۳).

گرچه گروه هدف این مطالعات دقیقاً با مطالعه حاضر مشابه نیست ولی حداقل در همه آنها جنس مؤنث در مداخلات حضور داشتند و مجدداً و در تأیید یافته‌های این مطالعه دیده می‌شود که به کارگیری روش مصاحبه انگیزشی در جهت ارتقا و بهبود عزت نفس در زنانی که به نوعی دچار آسیب جسمی و یا روحی روانی داشته‌اند همچنان اثر گذار و مثبت است.

کلانتری و همکاران، محمدنژاد و همکاران نیز اثربخشی درمان شناختی رفتاری را بر خودکارآمدی و عزت نفس مردان متأهل مبتلا به سوء مصرف مواد و زنان هیستریکتومی شده در سنین باروری نشان دادند (۱۴، ۱۵). در پژوهش‌های دیگری که توسط اصغری پور و همکاران و رضایی و همکاران انجام شد اثربخشی درمان شناختی- رفتاری به ترتیب بر افسردگی و عزت نفس دانشجویان و بیماران مبتلا به آسم نشان داده شد (۱۷، ۱۸). نتایج این پژوهشها نیز مشابه یافته‌های

References

1. Ismailpour Kh, Mohammadzadegan Q, Vakili Y. Comparison of uncertainty intolerance in divorced and non-divorced women as a predictor of depression, anxiety and stress. *Women Famul Stud.* 2013;21(6):7-26.
2. Sharma B. Mental and emotional impact of divorce on women. *J India Academ Appl Psychol.* 2011;37(1):125-131.
3. Ma C, Zhou Y, Zhou W, Huang C. Evaluation of the effect of motivational interviewing counselling on hypertension care. *Patient Educ Couns.* 2014;95(2):231-237. doi: 10.1016/j.pec.2014.01.011 pmid: 24530144
4. McCullough ME, Carter EC. Waiting, tolerating, and cooperating. *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications.* 2011. 422 p.
5. Zarani F, Ismaili SA, Ghazali N, Aghamohammadi S, Khazaei M. The Fifth Edition of the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders; Development, Review, Prospect. *J Res Behav Sci.* 2016;14(1):125-136.
6. Farzaneh S, Asghar J, Mohammad Q. The effectiveness of cognitive-behavioral group counseling (CBT) in reducing symptoms of anxiety sensitivity in divorced women.
7. Azizi A, Ghasemi. Comparing the effectiveness of three solution-oriented approaches, cognitive-behavioral and acceptance and commitment-based therapy on depression and quality of life of divorced women. *Culture Counsel Psychotherap.* 2017;8(29):207-236.
8. Rollnick S, Miller WR, Butler CC. Aloia MS Motivational interviewing in health care: helping patients change behavior. Taylor & Francis. 2008.
9. Ebnetter D, Latner J, Rosewall J, Chisholm A. Impulsivity in restrained eaters: emotional and external eating are associated

- with attentional and motor impulsivity. *Eat Weight Disord.* 2012;**17**(1):e62-65. doi: 10.1007/BF03325330 pmid: 22751274
10. Shareh H, Robati Z. Effect of cognitive-behavioral group therapy on pain self-efficacy, fatigue, life expectancy and depression in patients with multiple sclerosis: A randomized controlled clinical trial. *Iran J Psychiatr Clin Psychol.* 2021;**26**(4):418-431. doi: 10.32598/ijpcp.26.3.225.11
 11. Zare N, Dehghani G. The effectiveness of cognitive behavioral therapy on self-esteem and fear of negative evaluation of high school students in Bushehr province. *Sci J Soc Psychol.* 2015;**3**(35):49-62.
 12. Rajabi A, Ahwazi S, Elahi A A. The effect of group cognitive-behavioral therapy on reducing depressive symptoms in adolescent girls. *J Educat Psychol Stud.* 2018;**15**(29):125-148.
 13. Ghorbina H. The effectiveness of motivational interviewing on increasing self-esteem and life expectancy in people with AIDS in Ahvaz. *Sci J Soc Psychol.* 2018;**7**(47):41-54.
 14. Hormazi K, Bijani A, Hosseini-Nejad. Effectiveness of cognitive behavioral therapy group on self-efficacy and self-esteem of married men suffering from substance abuse. *Sci Quarter J Counsel Res.* 2014;**13**(52):91-108.
 15. Golnoush M, Tana M, Kath H, Haz MH. Investigating the effect of cognitive-behavioral counseling on the self-esteem of hysterectomized women of childbearing age.
 16. Dehghani Firouzabadi. The effectiveness of motivational interview group sessions on improving self-esteem and self-efficacy addicted women. *Addict Quarter J Substance Abuse Res.* 2012;**7**:145-153.
 17. Asgharipour. The effectiveness of cognitive-behavioral group therapy on self-esteem, depression and attribution style of students of al-Zahra College, Mashhad. *Res Clinic Psychol Counsel Ferdowsi Univ Mashhad.* 2011;**1**:39-52.
 18. N. RD, Taher H, Molvi Z. The effectiveness of cognitive-behavioral therapy on anxiety and depression in patients with asthma. *Clinic Psychol Personal.* 2013;**10**(2):23-32.
 19. Zhang Q, Yang X, Song H, Jin Y. Cognitive behavioral therapy for depression and anxiety of Parkinson's disease: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract.* 2020;**39**:101111. doi: 10.1016/j.ctcp.2020.101111 pmid: 32379650
 20. Akkol-Solakoglu S, Hevey D, Richards D. A randomised controlled trial comparing internet-delivered cognitive behavioural therapy (iCBT) with and without main carer access versus treatment-as-usual for depression and anxiety among breast cancer survivors: Study protocol. *Internet Interv.* 2021;**24**:100367. doi: 10.1016/j.invent.2021.100367 pmid: 33552931
 21. Sonmez N, Romm KL, Ostefells T, Grande M, Jensen LH, Hummelen B, et al. Cognitive behavior therapy in early psychosis with a focus on depression and low self-esteem: A randomized controlled trial. *Compr Psychiatry.* 2020;**97**:152157. doi: 10.1016/j.comppsy.2019.152157 pmid: 31935529
 22. Zakirharfteh B, Dehghan N, Haghighi J. Investigating the effect of motivational interviewing on improving the self-esteem of women with high-risk behaviors in Zahedan city, the second national congress of psychology and psycho-social injuries, Chababar. 2016.
 23. Shokraneh E, Neshatdoost HT, Abedi MR, Talebi H. The Effect of Motivational Interviewing on Body Mass Index and Self-Esteem in Obese Girl Children. *J Res Behav Sci.* 2017;**15**(3):277-284.