



مناقشة رسالة الماجستير

العنوان

فاعلية العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة في تقليل أعراض الاكتئاب لدى المراجعين المتحدثين باللغة العربية

للطالبة

صفاء بنت علي بيت جميل

المشرف

د. بريدجيت كودي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم علم النفس والإرشاد

المكان والزمان

11:30 صباحاً

الأربعاء، 25 يناير 2017

مبنى H1، الطابق الأول، غرفة 1078

الملخص

تستهدف هذه الدراسة تقييم فاعلية العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة في الحد من أعراض الاكتئاب لدى المراجعين المتحدثين باللغة العربية بصورة عامة. تعد هذه الدراسة الأولى من نوعها على مستوى العالم العربي – على حد علم الباحثة- في مجال العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة الذي يعتمد على أساس توفير علاجات معرفية سلوكية بكثافة منخفضة للمراجعين وكان ذلك بمعدل جلسة واحدة اسبوعياً (60 دقيقة لكل جلسة) على مدى ستة أسابيع متتالية. ويتمثل الهدف الرئيسي من هذا البحث في دراسة ما إذا كانت فاعلية العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة في تقليل أعراض الاكتئاب لدى المراجعين العرب تتساوى مع المراجعين في الدول الأوروبية. وتحديداً، هذه الدراسة شرعت في تقييم فاعلية تقنيات التنشيط السلوكي وإعادة الهيكلة المعرفية في التأثير على مستويات الشدة المختلفة للاكتئاب بين السكان المتحدثين باللغة العربية في دولة الإمارات العربية المتحدة. تم إجراء هذا البحث باستخدام تصميمين: الأول تصميم التجارب الحقيقية والثاني يتمثل في تصميم ما قبل الاختبار وما بعد الاختبار. وقد تم تعيين 50 مشاركاً من قسم الطب النفسي في مستشفى محلي بدولة الإمارات العربية المتحدة من اللذين يمثلون ثقافات عربية مختلفة، 25 يمثلون المجموعة الضابطة و25 يمثلون المجموعة التجريبية. وقد استخدمت الباحثة الرئيسية العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة لفوج معين وقامت بتجميع البيانات من المجموعة التجريبية عن طريق المقابلة المباشرة و/أو المقابلة الهاتفية. وقد اعتمدت الباحثة الرئيسية القياسات التالية والتي تم التحقق من صحتها لتحديد شدة الاكتئاب والقلق ومستوى الأداء الوظيفي: استبيان الصحة للمريض – 9 (PHQ-9)، اضطراب القلق العام – 7 (GAD-7) وقياس العمل والتكيف الاجتماعي (WSAS) لقياس النتائج. وقد أظهرت النتائج عن وجود تحسن ملحوظ في أعراض الاكتئاب بين المرضى العرب اللذين تلقوا العلاج بنفس مستوى فاعليته على المرضى الأوروبيين كما افترضت الدراسة. كما كشفت الدراسة عن وجود مستويات متفاوتة الشدة من الاكتئاب من بين الفئة التي تلقت العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة أثناء التقييم الأساسي. وبعد ستة أسابيع، تمكن العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة من تقليل أعراض الاكتئاب بشكل كبير. وهذا الانخفاض في أعراض الاكتئاب تزامن مع انخفاض في مستوى القلق وزيادة في الأداء الوظيفي كما تم تحديده من خلال WSAS وGAD-7. وعلى حد علمنا، هذه هي الدراسة الأولى في التدخل باستخدام العلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة على السكان المتحدثين باللغة العربية المقيمين في دولة الإمارات العربية المتحدة. وتتحدى هذه الدراسة الفرضية السابقة أن التدخلات النفسية لا تحدث نتائج جيدة للسكان المتحدثين باللغة العربية. وهناك حاجة إلى مزيد من الدراسات لاستكشاف المزيد من الإمكانيات المحتملة للعلاج المعرفي السلوكي منخفض الكثافة على السكان العرب. وتعتبر هذه الدراسة بمثابة بوابة للبحث في العلاج المعرفي منخفض الكثافة في المستقبل كعلاج للاكتئاب. بمختلف مستويات الشدة.

الكلمات المفتاحية: الاكتئاب، الرعاية الصحية الأولية، العلاج السلوكي المعرفي منخفض الكثافة، التنشيط السلوكي، إعادة الهيكلة المعرفية، دعم الأدوية، صحة النوم، العلاج المعرفي السلوكي، العلاج النفسي، نتائج العلاج.