




Effect of Forgiveness Therapy on the Mental Health of Cardiovascular Patients Admitted to the Alli-Nasab Hospital in Tabriz

Younes Taraghe Talab¹ , Morteza Azizi^{* 2} , Hajar Aghaei¹ 

¹ Department of Psychology, Islamic Azad University, Tabriz Branch, Tabriz, Iran

² Islamic Azad University, Sarab Branch, Tabriz, Iran

ARTICLE INFO

Article Type:

Original Article

Article History:

Received: 18 Mar 2023

Accepted: 8 Jul 2023

ePublished: 23 Sep 2023

Keywords:

- Cardiovascular patients,
- Forgiveness therapy,
- Mental health

Abstract

Background. Forgiveness is related to an inter-personal process and the changes of personal knowledge, and it shows how incidents and consequences are investigated in current relationships between people. This study was aimed to determine the effectiveness of forgiveness therapy on the mental health of cardiovascular patients in Tabriz Alli-Nasab Hospital.

Material and methods. The research method was quasi-experimental pretest-posttest design with a control group. The statistical population involved all cardiovascular patients admitted to Alli Nasab Hospital in Tabriz in the summer of 2018. The sample included 24 patients selected by convenience sampling and randomly divided into experimental groups and control group (12 with experimental group and 12 with control group). In order to collect the data for the present study, the instruments used in this study were general health questionnaire (GHQ) (1979) and forgiveness therapy protocol (Laskin, 2001). The scores of each subject in the scale were calculated separately and then the scores of the 2 subscales were added and the total score was got. In this research, people whose total score was one standard deviation higher than the average (24) were in the above average to pathological level in terms of mental health. In this questionnaire, a lower score indicated better mental health. The experimental group received forgiveness therapy for 6 sessions of 90 minutes. The control group did not receive any training. After the completion of the training sessions, both groups were re-tested with the GHQ questionnaire, the obtained data was described with the mean and standard deviation, and the research hypotheses were analyzed with the covariance analysis method.

Results. The findings showed that forgiveness therapy decreased the scores and average of these variables in the post-test phase compared to the pre-test in the experimental group. In other words, forgiveness therapy reduced physical problems, anxiety and insomnia, social problems and depression in people with cardiovascular diseases by 0/95, 0/49, 0/42 and 0/96, respectively.

Conclusion. The results of the statistical analysis of this research showed that forgiveness therapy improved the mental health of cardiovascular patients.

How to cite this article: Taraghe Talab Y, Azizi M, Aghaei H. effect of forgiveness therapy on the mental health of cardiovascular patients admitted to the Alli-Nasab Hospital in Tabriz. *Spirituality Research in Health Sciences*. 2023;1(1):75-85. doi: 10.34172/srhs.2023.007. (Persian)

* Corresponding author; Email: <mailto:azizi@iausa.ac.ir>

Extended Abstract

Background

Cardiovascular diseases change the patient's life style, and mainly reduce their quality of life and psychological well-being. In this regard, the health of all people of a society is one of the most important basic issues of any country and is considered in three physical, psychological and social aspects. Also, another important issue is mental health of all modern human societies, and forgiveness has been considered as one of the components of positive psychology in the field of health. Forgiveness is getting rid of pain and suffering, preventing injuries and emotional injuries that are related to the unfair events, or in other words, getting rid of strong feelings about past events, and finally, it is the release of forces that are sometimes used for resentment, and attending unhealed emotional injuries.

Method

According to the purpose and hypotheses of the research, the methods of data collection were of intervention and cross-sectional types. The research design was quasi-experimental with pretest-posttest groups along with the control group. The questionnaire administered for pretest and posttest. The statistical population involved all cardiovascular patients admitted to Alli Nasab Hospital in Tabriz in the summer of 2018. The sample included 24 patients selected by convenience sampling and randomly divided into experimental groups and control group (12 with experimental group and 12 with control group). In order to collect the data for the present study, the instruments used in this study were general health questionnaire (GHQ) (1979) and forgiveness therapy protocol (Laskin, 2001). The present study investigated the following hypotheses: 1) forgiveness therapy is effective in the mental health of cardiovascular patients 2) Forgiveness therapy is effective in reducing the anxiety of cardiovascular patients. 3) Forgiveness therapy is effective in reducing depression in cardiovascular patients. 4) Forgiveness therapy is effective in improving the physical function of cardiovascular patients 5)

Forgiveness therapy is effective in improving the social function of cardiovascular patients.

Results

The findings showed that forgiveness therapy decreased the scores and average of these variables in the post-test phase compared to the pre-test in the experimental group. In other words, forgiveness therapy reduced physical problems, anxiety and insomnia, social problems and depression in people with cardiovascular diseases by 95%, 49%, 42% and 96%, respectively.

Conclusion

The results of the statistical analysis of this research showed that forgiveness therapy improved the mental health of cardiovascular patients.

تاثیر بخشش درمانی بر سلامت روان بیماران قلبی - عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب تبریز

یونس ترقی طلب^۱، مرتضی عزیزی^{۲*}، هاجر آقایی^۱

^۱ گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تبریز، تبریز، ایران
^۲ گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد سراب، سراب، ایران

چکیده

زمینه. این پژوهش به بررسی بخشش، فرایند درون فردی و تغییرات شناخت فردی پرداخته و بخشش را به عنوان فرایند بین فردی توصیف کرده و نشان داده که چگونه حوادث و پیامدها در روابط جاری میان افراد بررسی می‌گردند. هدف پژوهش حاضر بررسی اثربخشی بخشش درمانی بر سلامت روانی بیماران قلبی - عروقی بیمارستان عالی نسب تبریز بود.

روش کار. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با استفاده از طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه بیماران قلبی عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب تبریز در تابستان ۱۳۹۷ بود که برای نمونه ۲۴ نفر از بین بیماران بصورت در دسترس انتخاب و بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۲ نفر) و گروه شاهد (۱۲ نفر) تقسیم شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات مورد نیاز در این تحقیق از پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ) (۱۹۷۹) و بسته آموزشی بخشش دانشگاه استنفورد که توسط لاسکین (۲۰۰۱) ساخته شده است، استفاده شد.

یافته‌ها. نتایج به روش ضریب همبستگی و تحلیل مسیر با نرم افزارهای SPSS و Amos نشان داد، کمال‌گرایی اخلاقی با رفتار مطلوب اجتماعی و هویت اخلاقی رابطه معنادار دارد و مدل رابطه بین رابطه بین کمال‌گرایی اخلاقی با رفتار مطلوب اجتماعی و نقش واسطه‌ای هویت اخلاقی معنادار است ($p < 0/001$).

نتیجه‌گیری. نتایج حاصل از تحلیل آماری این پژوهش نشان داد که درمان مبتنی بر بخشش، سبب بهبود سلامت روانی بیماران قلبی عروقی شده است.

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:

مقاله پژوهشی

سابقه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۱/۲۹
 پذیرش: ۱۴۰۲/۴/۱۷
 انتشار برخط: ۱۴۰۲/۷/۱

کلیدواژه‌ها:

- بخشش درمانی،
- بیماران قلبی - عروقی،
- سلامت روانی

مقدمه

دستگاه گردش خون سردسته علل مرگ و میر و ناتوانی است. امروزه عوامل قلبی - عروقی در بریتانیا هر سال جان تقریباً ۳۵۰ هزار نفر مرد و زن را می‌گیرد که این میزان بیش از مرگ و میر ناشی از مجموع علل دیگر است.^۱ بیماری‌های قلبی - عروقی همواره در رأس علل اصلی مرگ و میر بوده است. در ایران نیز طبق گزارشی، بیماری قلبی - عروقی، اولین علت مرگ و میر افراد بالای سی و پنج سال ذکر گردیده است، همچنین نرخ افزایش ابتلا به بیماری قلبی در ایران ۳/۴ درصد است. طبق گزارش سازمان بهداشت جهانی ۱۰ درصد کل موارد ناتوانی در سال ۱۹۹۸ به بیماری‌های قلبی ارتباط داشت. علاوه بر هزینه‌های گزاف تشخیصی و درمان، هزینه‌های مراقبت بهداشتی غیر مستقیم مانند کاهش درآمد بیمار، کاهش تولید و کارایی،

هر کسی می‌داند زنده بودن یعنی چه، ولی هیچ کس نمی‌تواند دقیقاً توضیح دهد که زندگی چیست. با این حال همه ما به اهمیت سلامتی در کیفیت زندگی خود واقفیم. بالا رفتن دانش مردم در مورد عوامل زیست‌شناسی موثر بر سلامتی و همچنین پیشرفت‌های عظیم تکنولوژی در پزشکی، به پزشکان امکان داده است تا انواع بیماری‌ها، از جمله بیماری‌های قلبی و عروقی را به نحو موثرتری پیش‌گیری و درمان کنند. ولی متأسفانه پیشرفت‌های بزرگ قرن حاضر در زمینه علم پزشکی با افزایش قابل توجه بیماران مبتلاء به بیماری‌های قلب نسبتاً کم رنگ شده است. ممکن است عجیب به نظر برسد که بشنویم امید به زندگی در یک فرد از پایان دوره نوجوانی به بعد در حال حاضر تنها کمی بهتر از ابتدای قرن بیستم است. اختلالات قلب و

* نویسنده مسؤول؛ ایمیل: azizi@iausa.ac.ir

حق تالیف برای مولفان محفوظ است. این مقاله با دسترسی آزاد توسط دانشگاه علوم پزشکی تبریز تحت مجوز کپی‌رایت کامنز (CC BY 4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>) منتشر شده که طبق مفاد آن هرگونه استفاده تنها در صورتی مجاز است که به اثر اصلی به نحو مقتضی استناد و ارجاع داده شده باشد.

بین کلیه بیماران قلبی عروقی بستری در بیمارستان تخصصی قلب امام علی کرمانشاه بود، نشان داد رضایت از زندگی و عاطفه مثبت در گروه آزمایش به طور معنی‌داری افزایش داشت.^۶ فروزنده و همکاران نیز در تحقیقی در مورد بررسی وضعیت سلامت روان بیماران قلبی عروقی و تعیین عوامل مؤثر بر آن بیان کرد ۷۵ درصد از بیماران قلبی بستری در بخش دارای اختلالات روانی به ویژه افسردگی و اضطراب بودند که این یافته‌ها با نتایج برخی دیگر از مطالعات که شیوع افسردگی را ۵۱ تا ۶۵ درصد گزارش نموده‌اند، همخوانی دارد.^۷ آختار و بارلو به مرور نظام‌مند مطالعات انجام شده در زمینه نقش بخشش درمانی در بهبود بهزیستی و سلامت روانشناختی پرداختند. از این منظر بخشش درمانی در کاهش افسردگی، خشم، خصومت، استرس و پریشانی و بهبود عواطف مثبت نقش پررنگی دارد.^۸ در تحقیقی درباره تاثیر مداخلات مبتنی بر بخشش درمانی خاطر نشان شد که این مداخلات تاثیرات مطلوبی در متغیرهای مورد بررسی داشته است.^۹ بخشش و عدم بخشش با تعداد زیادی از مولفه‌های مرتبط با سلامت روان در ارتباط متقابل هستند.^{۱۰}

Raj و همکاران به بررسی سلامت روان براساس رویکرد بخشش پرداختند. این پژوهشگران در مقوله بخشش مفاهیمی مثل جایگاه احساسی مثبت، همدلی، دیدگاه گیری مثبت و مذهبی بودن را معرفی می‌کنند و معتقد هستند که این مولفه نقش بلامنازعی در بهزیستی و سلامت روانشناختی، بهبود پذیرش خود و تحمل مشکلات زندگی ایفا می‌کنند.^{۱۱} همچنین نوری و یوسفی خاطر نشان کردند که بین گروه‌های آزمایشی و گروه کنترل از لحاظ متغیر بخشش و خرده مقیاس‌های آن در مرحله پس آزمون و پیگیری تفاوت معناداری وجود دارد ($p < 0/001$). همچنین روش ذهن آگاهی تأثیر بیشتری بر میزان بهبود بخشش در بلندمدت دارد ($p < 0/001$). با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت آموزش ذهن آگاهی بیشتر از بخشش درمانی به درمان بخشش دانش‌آموزان در بلندمدت کمک می‌کند و اثربخشی ماندگارتری دارد.^{۱۲} با توجه به مطالعه اثربخشی بخشش درمانی بر شادکامی و کیفیت زندگی تحصیلی دانش‌آموزان، بخشش درمانی بر شادکامی و کیفیت زندگی تحصیلی دانش‌آموزان مؤثر بوده است؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش بخشش درمانی باعث افزایش شادکامی و بهبود کیفیت زندگی تحصیلی

معلولیت، هزینه‌های دوره بیکاری و بیمه ایام بیکاری در این دسته از بیماران قلبی، چندین برابر هزینه مستقیم آن است.^۲ در مجموع بیماری‌های قلبی - عروقی باعث تغییر سبک زندگی بیماران می‌شود که عمدتاً کیفیت زندگی و بهزیستی روانشناختی در این بیماران بصورت جدی کاهش می‌یابد. در همین راستا تأمین بهداشت همه افراد جامعه از مهم‌ترین مسائل اساسی هر کشور است، این امر در سه جنبه جسمانی، روانی و اجتماعی مورد ملاحظه قرار می‌گیرد، در صورتی که بعد روانی بهداشتی به اندازه کافی مورد توجه قرار نگیرد، فراوانی مشکلات روانی و رفتاری رو به فزونی خواهد گذاشت تا حدی که عوارض ناشی از بی‌توجهی به آن در ابعاد فردی و اجتماعی، خانوادگی و انسانی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی اثرات سوء و غیرقابل جبران را در پی خواهد گذاشت.

مفهوم سلامتی به معنای امروزی شامل تعادل و هماهنگی تمامی امکانات جسمی روانی و اجتماعی زندگی همراه با شادی، کارایی، اعتدال و مقاومت در برابر فشارها و عوامل خارجی است.^۳ سلامت روانی از مسائل مهم تمام جوامع مدرن بشری است و بخشایش به عنوان یکی از مولفه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر در حیطه‌ی سلامت مورد توجه بوده است، از این رو تقریباً در اولین بررسی‌ها پیرامون بخشایش به ارتباط با سلامت روان پرداخته شده است.^۴ به عقیده سیمون و سیمون، بخشش ثمره فرعی تداوم فرایند التیام است، فرایندی که نشان دهنده عزت نفس مثبت است. بخشش خلاص شدن از درد و رنج، جلوگیری از آسیب‌ها و جراحات‌های عاطفی که ناشی از وقایع نامنصفانه است و یا به عبارتی رهایی از احساسات تند نسبت به وقایع گذشته است و در نهایت، آزاد شدن نیروهایی است که زمانی برای آزرده‌گی، مرارت و مراقبت از زخم‌های عاطفی التیام نیافته صرف می‌شد. آنان همچنین بیان می‌کنند که بخشش عمل بی‌قید و شرطی است که بدون چشم داشت صورت می‌گیرد.^۵ به طور کلی وظیفه اصلی بخشش، کمک به افراد در غلبه بر تنفر، تندی/ تلخی و حتی کینه و نفرت نسبت به افرادی است که با آنها غیر عادلانه و حتی در بعضی مواقع بی‌رحمانه رفتار کرده‌اند. این وظیفه با تغییر شناختی، عاطفی و رفتاری است انجام می‌شود.

کریمی و همکاران در تحقیقی با عنوان اثربخشی درمان شناختی رفتاری بر بهزیستی ذهنی بیماران قلبی عروقی که از

سالمندان به این نتیجه رسیدند که در این مرحله از زندگی راهبردهای معنوی و مذهبی و معنویت درمانی می‌تواند موجب بهبود سلامت روان، خود مراقبتی و خود ارزشمندی سالمندان می‌شود بر این اساس پیشنهاد می‌شود که از طریق دایر کردن مراکز مشاوره و کلاس‌هایی جهت آموزش و یادآوری معنویات در خانه‌های سالمندان به آنان کمک شود تا زندگی مطلوب‌تری را تجربه کنند.^{۱۵} با عنایت به تحقیقات و یافته‌های مذکور هدف از پژوهش حاضر این که آیا بخشش درمانی بر سلامت روان بیماران قلبی-عروقی مؤثر است.

در این پرسشنامه نمره ۲۳ در نظر گرفته می‌شود. هدف این پرسشنامه دستیابی به یک تشخیص خاص در سلسله مراتب بیماری‌های روانی نیست، بلکه منظور اصلی آن ایجاد تمایز بین بیماری روانی و سلامت است.^{۱۶} فرم ۲۸ ماده‌ای پرسشنامه سلامت عمومی دارای این مزیت است که برای تمام افراد جامعه طراحی شده است. این پرسشنامه به عنوان یک ابزار می‌تواند احتمال وجود یک اختلال روانی را در فرد تعیین کند. فرم ۲۸ سوالی این پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ به وسیله Hillier و Goldberg ساخته شد و دارای ۲۸ ماده و ۴ زیر مقیاس بترتیب زیر می‌باشد:

- زیر مقیاس اول (A) نشانگان جسمانی: شامل مواردی درباره احساس فرد نسبت به وضع سلامت خود و احساس خستگی او است و نشانه‌های بدنی را دربر می‌گیرد.
 - زیر مقیاس دوم (B) اضطراب: شامل مواردی است که با اضطراب و بی‌خوابی مرتبط هستند.
 - زیر مقیاس سوم (C) اختلال در کنش و کارکرد اجتماعی: گستره توانایی افراد را در مقابله با خواسته‌های حرفه‌ای و مسائل زندگی روزمره می‌سنجد.
 - زیر مقیاس چهارم (D) افسردگی: دربرگیرنده موادی است که با افسردگی و خیم و گرایش شخصی به خودکشی مرتبطند. روش نمره‌گذاری گزینه‌های GHQ با استفاده از مدل لیکریت بوده است و نمرات هر آزمودنی در مقیاس به طور جداگانه محاسبه شده و پس از آن نمرات ۴ زیر مقیاس را جمع کرده و نمره کلی را بدست می‌آوریم. در این پژوهش افرادی که نمره کل آنها یک انحراف استاندارد بالاتر از میانگین ۴۲ باشد از نظر سلامت روانی در سطح بالای متوسط تا سطح مرضی قرار دارد. در این پرسشنامه نمره کمتر بیانگر سلامت روان بهتر می‌باشد.^{۱۷}

دانش‌آموزان شده است.^{۱۳} در این راستا، در بررسی اثربخشی معنویت درمانی گروهی بر افسردگی، سلامت روان و سرمایه‌های روانشناختی در بهبودیافتگان کووید ۱۹ پرداختند و یافته‌ها نشان دادند که بین گروه‌های آزمایش و کنترل در پس‌آزمون متغیرهای افسردگی، سلامت روان و سرمایه روان‌شناختی، با کنترل پیش‌آزمون تفاوت معناداری وجود داشت و براساس نتایج، معنویت درمانی، درمانی اثربخش در جهت بهبود افسردگی، سلامت روان و ارتقای سرمایه روان‌شناختی در بهبودیافتگان از بیماری کووید ۱۹ است.^{۱۴} در بررسی اثربخشی معنویت درمانی بر سلامت روان، خودمراقبتی و خود ارزشمندی سالمندان مقیم سرای

روش کار

با توجه به هدف و فرضیه‌های تحقیق شیوه‌های جمع‌آوری داده‌ها از نوع مداخله‌ای و با در نظر گرفتن زمان اجرا از نوع مقطعی است و طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با گروه‌های پیش‌آزمون - پس‌آزمون همراه گروه کنترل می‌باشد. در طرح حاضر آزمودنی‌های هر دو گروه، یک بار پیش از مداخله آموزشی و بار دوم پس از آن مورد آزمون قرار گرفتند.

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری: جامعه آماری در تحقیق حاضر کلیه بیماران قلبی - عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب تبریز است که بین ماه‌های فروردین تا مرداد سال ۹۷ در بیمارستان مذکور بستری بوده‌اند. نظر به اینکه این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و مداخله‌ای است، بنابراین نمونه مورد نیاز از بین بیماران قلبی بیمارستان ۲۴ نفر بطور هدفمند انتخاب گردید و بطور تصادفی در ۲ گروه ۱۲ نفری آزمایش و گروه کنترل قرار گرفتند. معیار خروج از پژوهش عدم تمایل آزمودنی به شرکت در جلسات مداخله‌ای می‌باشد. همه بیماران منتخب سنین پایین‌تر یا ۶۰ سال داشتند که در ابتدا به پرسشنامه سلامت عمومی GHQ که ابزار گردآوری اطلاعات این تحقیق می‌باشد پاسخ دادند. پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHQ): شناخته شده‌ترین آزمون غربالگری است که تا کنون در روانپزشکی تأثیر بسیار زیادی بر پیشرفت پژوهش‌ها داشته است، این پرسشنامه توسط Goldberg برای تفکیک افراد مبتلا به اختلالات روانی از جمعیت مراجعه کننده به مراکز پزشکی عمومی ساخته شده است^{۱۶}، امروزه این پرسشنامه به منظور استفاده به ۳۶ زبان ترجمه شده است. لازم به ذکر است که نمره برش

جلسه دوم: توضیح ۳ جزء اصلی بخشایش و واژه تظلم، تجسم ذهنی، انتخاب پاسخ. جلسه سوم: تمرکز به حالات مثبت ذهنی، توضیح قوانین شخصی، آگاهی قلبی. جلسه چهارم: تمرین تجسم ذهنی مثبت، تمرین برای کنار گذاشتن اعتقادات و قوانین فردی منفی. جلسه پنجم: تمرکز بر داستان‌های بیان شده توسط آزمودنی‌ها، تمرین عملی. جلسه ششم: مرور کلی، بخشایش کلی و خاص، اختتام برنامه آموزشی و ارزیابی نهایی.

یافته‌ها

جهت پاسخ گویی به سوال این پژوهش از روش تحلیل کوواریانس چند متغیره استفاده شد و نتایج این تحلیل در مورد گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون و سطوح معنی‌داری آنها در سلامت روانی در جدول زیر ارائه شده است:

ضریب اعتبار نسخه فارسی پرسشنامه ۲۸ ماده‌ای سلامت عمومی با روش بازآزمایی با فاصله زمانی ۷ و ۱۰ روز روی گروه ۸۰ نفره به میزان ۰/۹۱ برآورد شده که در آن خطای یک هزارم معنادار است.^{۱۸} میزان اعتبار این پرسشنامه به شیوه همسانی درونی (آلفای کرونباخ) برای مقیاس‌های علایم جسمی ۰/۸۵، اضطراب و بی‌خوابی ۰/۷۸، اختلال در عملکرد اجتماعی ۰/۷۹ و افسردگی و خیم ۰/۹۱ و کل پرسشنامه ۰/۸۵ به دست آمده است.^{۱۸} بخشایش درمانی بر اساس بسته آموزش دانشگاه استنفورد: در پژوهش حاضر از طرح ۹ مرحله‌ای بسته آموزشی بخشایش دانشگاه استنفورد که توسط Luskin معرفی شده استفاده شد.^{۱۹} محتوای بسته آموزشی در ۶ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای و یک جلسه در هفته بر بیماران اجرا شد. خلاصه جلسات آموزش بخشایش به شرح زیر می‌باشد:

جلسه اول: آشنایی، ارتباط و همدلی، آشنایی با تعاریف بخشایش، توضیح خشم.

جدول شماره ۱: نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیره گروه‌های آزمایش و کنترل در مرحله پس آزمون

نام آزمون	مقدار	F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	P
اثر پیلایی	۰/۵۷۵	۵/۰۷۴	۴	۱۵	۰/۰۰۹
لامبدای ویلکز	۰/۴۲۵	۵/۰۷۴	۴	۱۵	۰/۰۰۹
اثر هتلینگ	۱/۳۵۳	۵/۰۷۴	۴	۱۵	۰/۰۰۹
بزرگ‌ترین ریشه ری	۱/۳۵۳	۵/۰۷۴	۴	۱۵	۰/۰۰۹

براساس این یافته، پاسخ به سوال کلی پژوهش حاضر مثبت و بخشش درمانی تاثیر معناداری را بر سلامت روان بیماران قلبی - عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب داشته است. جدول شماره ۲ نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره را نشان می‌دهد:

مندرجات جدول شماره ۱ نتایج حاصل از تحلیل واریانس چندمتغیره را روی نمرات سلامت روانی گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد. مبتنی بر این یافته‌ها، بخشش درمانی بر حداقل یکی از ابعاد سلامت روانی بیماران قلبی عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب تبریز تاثیر معناداری داشته است.

جدول شماره ۲: نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک‌متغیره

متغیر	SS	df	MS	F	P	اندازه اثر
مشکلات	۱۹/۳۵	۱	۱۹/۳۵	۵/۷۵	۰/۰۲۸	۰/۲۴۲
جسمانی	۶۰/۵۹	۱۸	۳/۳۶	-	-	-
اضطراب	۱۴/۲۴	۱	۱۴/۲۴	۵/۳۹	۰/۰۳۲	۰/۲۳۱
و بیخوابی	۴۷/۵۱	۱۸	۲/۶۴	-	-	-
عملکرد	۲۳/۶۷	۱	۲۳/۶۷	۹/۶۹	۰/۰۰۶	۰/۳۵۰

-	-	-	۲/۴۴	۱۸	۴۳/۹۸	خطا	اجتماعی
۰/۳۶۵	۰/۰۰۵	۱۰/۳۶	۱۲/۹۲	۱	۱۲/۹۲	مقدار ثابت	افسردگی
-	-	-	۱/۲۴	۱۸	۲۲/۴۵	خطا	

پژوهش نشان می‌دهد که بخشش درمانی موجب کاهش نمرات و میانگین این متغیرها در مرحله پس آزمون نسبت به پیش آزمون در گروه آزمایش شده است؛ به عبارت دیگر بخشش درمانی به ترتیب به میزان ۰/۲۴، ۰/۲۳، ۰/۳۵ و ۰/۳۶ موجب کاهش مشکلات جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، مشکلات اجتماعی و افسردگی در افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی شده است.

داد که آموزش بخشش درمانی بر پنج بعد از ابعاد نه‌گانه سلامت روان در پرسشنامه (SCL-90) مانند وسواس و اجبار، افسردگی، خصومت و پرخاشگری، افکار پارانوئیدی و روان پریشی موثر بوده است. غفوری^{۲۳} و همچنین ملک زاده ترکمانی^{۲۴} در پژوهش‌های مجزایی به بررسی اثربخشی روان درمانی معنوی مبتنی بر بخشودگی در کاهش تعارضات و دزدگی‌های زناشویی و افزایش رضایت‌مندی زناشویی پرداختند و تأثیرات مثبت و معنادار این روش را گزارش کردند.

همان گونه که ذکر شد، پژوهش‌های انجام شده در زمینه بخشش و سلامت روانی این دو متغیر را با یکدیگر همبسته می‌دانند. Matsuyoki^{۲۵} در پژوهش خود فرایند بخشش را به عنوان شاه‌راه سلامت روانی معرفی می‌کند؛ Friedberg و همکاران^{۲۶} نیز در پژوهشی دیگر نشان داد که بخشش کمتر، فشار روانی ادراک شده بیشتری را پیش‌بینی می‌کند؛ همچنین این پژوهشگران مدعی شدند که نشخوار فکری نیز ارتباط بین بخشش و فشار روانی را تقویت می‌کند و باعث می‌شود که این افراد در مواجهه با تجارب تروماتیک به سمت اختلالاتی مثل اختلال استرس پس از ضربه و افسردگی گرایش پیدا کنند. بنابراین می‌توان انتظار داشت که بخشش درمانی و تعمیم راه‌حل‌های آن به مشکلات روزمره زندگی، تأثیرات منفی این دوره‌های معیوب را کاهش دهد.

نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که بخشش درمانی تأثیرات معناداری در مولفه‌های مشکلات جسمانی ($p < 0/05$)، اضطراب و بیخوابی ($p < 0/05$)، عملکرد اجتماعی ($p < 0/01$) و افسردگی ($p < 0/01$) داشته است. اندازه اثر محاسبه شده در این متغیرها به ترتیب ۰/۲۴۲، ۰/۲۳۱، ۰/۳۵۰ و ۰/۳۶۵ برآورد شده است؛ اندازه اثر نشان دهنده میزان تأثیر بخشش درمانی بر متغیرهای مذکور است. جدول یافته‌های توصیفی

بحث

پژوهش حاضر، با هدف تعیین اثربخشی بخشش درمانی بر سلامت روانی بیماران قلبی عروقی بستری در بیمارستان عالی نسب تبریز انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد بخشش درمانی در ابعاد مختلف سلامت روان شامل مشکلات جسمانی، اضطراب و بیخوابی، عملکرد اجتماعی و افسردگی گروه آزمایش معنادار است. نتایج این پژوهش با یافته‌های تحقیقات^{۲۰-۲۴} هم سو می‌باشد. یاریان^{۲۰} در پژوهش خود تأثیر مداخله گروهی بخشش بر سلامت ذهنی و کنترل خشم زندانیان با جرم نزاع دسته جمعی را مورد بررسی قرار دادند. نتایج این پژوهش نشان داد که سلامت ذهنی گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل در مرحله پس‌آزمون بهبود یافته است و این اثربخشی نیز از نظر آماری معنادار برآورد شد. یخچالی و وکیلی در پژوهش خود به بررسی تأثیر بخشش درمانی بر سلامت روان و روابط بین فردی زنان در آستانه طلاق پرداختند. یافته‌های این پژوهش حاکی از این بود که میانگین نمرات سلامت روان و روابط بین فردی زنان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری بهبود یافته است.^{۲۱} در پژوهشی دیگر دستجردی^{۲۲} به بررسی اثربخشی آموزش بخشش درمانی بر سلامت روان زنان خانه‌دار پرداختند. نتایج این پژوهش حاکی از این بود که آموزش بخشش درمانی با سلامت روان رابطه معناداری دارد و باعث افزایش سلامت روان می‌گردد. همچنین نتایج نشان

افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی می‌شود. در تبیین این یافته از پژوهش به مدل Baumeister، Exline و Sommer اشاره کرد، مدل بین فردی بخشش درمانی برای بخشش دو مولفه عمده در نظر می‌گیرد که عبارتند از: مولفه درون فردی و مولفه بین فردی. مولفه درون فردی می‌تواند بخشش درونی یا کاستی آن را منعکس سازد و مولفه بین فردی شامل ابزار بخشش به فرد خاطی است.^{۲۴} بر مبنای این مدل ۴ حالت از بخشش تعریف می‌شود:

نه بخشش درونی و نه بخشش بیرونی: در این حالت شخص بدون گذشت است.

بخشش خاموش: به حالتی از بخشش است که شخص احساس کند فرد خاطی را بخشیده است ولی این مساله را با او در میان نگذارد.

بخشش پوچ: این حالت از بخشش نقطه مقابل بخشش خاموش است که در آن شخص با وجود اینکه فرد خاطی را نبخشیده است ولی عنوان می‌کند او را مورد بخشش قرار داده است.

بخشش کامل: این حالت از بخشش زمانی مطرح می‌شود که هم فرد از درون خود احساس می‌کند که فرد خاطی را بخشیده است و هم این بخشش با فرد خاطی در میان گذاشته می‌شود.

یافته اختصاصی چهارم پژوهش این بود که بخشش درمانی تاثیر معناداری در کاهش افسردگی افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی دارد؛ در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان گفت همانطور که تحقیقات نشان می‌دهد، بخشیدن دیگران با افسردگی رابطه تنگاتنگی دارد؛ توضیح این رابطه از طریق دو فرایند عمده و اولیه‌ای که زمینه ساز بخشش می‌شوند، به خوبی قابل فهم است: اول رها کردن حق فرد برای انتقام و خصومت، دوم مهربانی غیرقابل استحقاق و ملایمت نسبت به شخص خاطی. فرایند اول باعث کاهش هیجان‌های منفی مثل خشم و نشخوار فکری می‌شود و فرایند دوم به افزایش احساسات مثبت منجر می‌گردد و در این صورت، خاصیت پیشگیرانه خود را برای اختلال افسردگی نشان می‌دهد. بنابراین، بخشیدن دیگران، افراد را در مقابل تجارب بین فردی منفی و ادراکات مربوط به افسردگی محافظت می‌کند.

با توجه به یافته‌های اختصاصی پژوهش می‌توان نتیجه گرفت، بخشش درمانی قادر به بهبود هر چهار بعد سلامت روان در بیماران قلبی - عروقی است با این تفاوت که در بعد افسردگی دارای بیشترین تاثیر و

از جمله یافته‌های اختصاصی پژوهش حاضر این بود که بخشش درمانی تاثیر معناداری در کاهش مشکلات جسمانی افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی دارد؛ هر چند میزان اندازه اثر آن نسبت به سایر مولفه‌های سلامت روان پایین‌تر برآورد شد ولی معناداری آن در سطح $p < 0.05$ مورد تایید قرار گرفت. در تبیین این یافته از پژوهش می‌توان گفت مطابق با پژوهش‌های انجام شده، اعتقاد به باورهای معنوی و پایبندی به آن نقش موثری در تحمل بیماری‌های فیزیکی، بهبود بیماری‌های جسمانی و حتی کاهش دوران نقاهت افراد مبتلا به این بیماری‌ها دارد. در واقع می‌توان گفت افرادی که بیماری خود را با توجه به آینده آن در نظر می‌گیرند و به آن معنای درست و هدفمند می‌دهند، بهتر می‌توانند با این بیماری‌ها کنار بیایند. بیماری‌های قلبی - عروقی نیز با نرخ شیوع بالای خود از این فرایند مستثنأ نیستند و می‌توان انتظار داشت که افراد مبتلا به این طیف از بیماری‌ها، با شرکت در جلسات بخشش درمانی و توجه به ابعاد معنوی این سازه در جهت تحمل بهتر و سازگارانه‌تر آن تلاش نمایند.^{۲۷}

یافته اختصاصی دوم پژوهش این بود که بخشش درمانی تاثیر معناداری در کاهش اضطراب و مشکلات خواب افراد مبتلا به بیماری‌های قلبی - عروقی دارد؛ در تبیین این یافته از پژوهش نیز به صورت اختصاصی می‌توان گفت که نتایج پژوهش‌های انجام شده حاکی از آن هستند که حالت عدم بخشش اشتباهات دیگران موجب نشخوار فکری و یادآوری مکرر این خطاها می‌شود؛ به بیان دیگر وقتی يك مشکل بین فردی صورت می‌گیرد، پاسخ اولیه فرد مقابل، به احتمال زیاد نشخوار فکری درباره اشتباهی خواهد بود که اتفاق افتاده است، این امر نیز می‌تواند باعث ایجاد هیجانات ابراز نشده مانند انزجار، تلخ کامی، خشم و ترس انباشته شده، تنفر، خصومت و استرس و اضطراب شود. از این رو انتظار می‌رود افراد کم گذشت در واکنش به اضطراب و استرس بیشتر از مکانیزم‌های دفاعی ناسازگار استفاده کنند و سلامت روانی خود را در معرض تهدید قرار دهند.^{۲۸} این در حالی است که در صورت مواجهه صحیح با مشکل و اتخاذ راهکارهای سازگارانه‌تر مثل بخشش می‌توان از پیامدهای بعدی آن جلوگیری کرد. یافته سوم پژوهش این بود که بخشش درمانی به صورت معناداری موجب کاهش مشکلات عملکرد اجتماعی

با آموزش رویکرد بخشش درمانی، به آگاهی‌بخشی سایر گروه‌های در معرض خطر اقدام شود.

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های حاصل از این مطالعه استنباط می‌شود که درمان مبتنی بر بخشش، سبب بهبود سلامت روانی بیماران قلبی عروقی شده است.

قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد تبریز می‌باشد. بدین وسیله از کلیه کسانی که در پژوهش حاضر همکاری داشتند تشکر و قدردانی می‌گردد.

مشارکت پدیدآوران

همه نویسندگان طراحی و تحلیل نتایج مطالعه، اجرای مطالعه و تهیه دست نوشته را عهده داشتند. همچنین همه نویسندگان نسخه نهایی مقاله را خوانده و تایید کرده‌اند.

دسترسی پذیری داده

این مقاله حاصل جمع‌آوری نتایج است و داده‌ای ندارد.

ملاحظات اخلاقی

کلیه مراحل انجام پژوهش حاضر به همراه رعایت اصول و ملاحظات استاندارد اخلاقی همچون همکاری در پاسخگویی به سوالات موجود در پرسشنامه‌ها و استفاده از داده‌ها و محرمانه بودن آنها انجام شده است.

تضاد منافع

وجود ندارد.

منابع مالی

منابع مالی ندارد.

در بعد کارکرد جسمانی دارای کمترین اثر بخشی می‌باشد. لذا برنامه آموزشی بخشش درمانی با افزایش بینش و آگاهی افراد را قادر خواهد کرد به نحوه صحیح به محرک‌های برانگیزاننده‌ای که سبب زندگی، با افزایش بنیه، طاقت و تحمل فایق آیند و با شوق، رنجش و خشم درونی در فرد می‌شود پربرکتی را با ذهنی رها از رنجش و تهمت و با سرزندگی و آرامش ادامه دهند.

از طرفی با توجه به اثربخشی روش بخشش درمانی بر انواع متغیرها و پدیده‌های روانشناختی و استقبال وافر از تحقیقات موج سوم روانشناسی (روانشناسی مثبت‌گرا) توسط متخصصین و درمانگران و فعالان حوزه بهداشت روان می‌توان در این تحقیق نیز بر این ادعا صحت گذاشت که بخشش درمانی بر بهبود سلامت روان و مشکلات بیماران قلبی موثر است و در کاهش هزینه‌های درمانی برای بیماران، خانواده‌ها و بالاخص جامعه بسیار مهم هست و محققین، روانشناسان و روانپزشکان می‌توانند از این روش درمان در بهبود علائم و تخفیف مشکلات روانشناختی بیماران در مراکز درمانی آموزشی، مراکز بهداشت و درمان و ... استفاده نمایند.

مهمترین محدودیت پژوهش حاضر، نبود دوره پیگیری برای بررسی ماندگاری تاثیرات بخشش درمانی بود. محدودیت دیگر پژوهش، استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس بود که بنابراین تعمیم نتایج پژوهش به گروه‌های بزرگتر باید با احتیاط صورت پذیرد.

محدودیت دیگر پژوهش این بود که مداخله تنها روی یک طیف خاص از بیماری‌ها (قلبی - عروقی) انجام شد؛ به همین دلیل در تعمیم نتایج بدست آمده به سایر گروه‌ها باید جانب احتیاط رعایت شود. پیشنهاد می‌شود با توجه به تایید تاثیرات مثبت رویکرد بخشش درمانی و نرخ شیوع زیاد بیماری‌های قلبی - عروقی، آموزش‌های ارائه شده در این پژوهش به صورت گروهی ارائه شوند. پیشنهاد می‌شود با برگزاری کارگاه‌های آموزشی و تهیه بروشورهای مرتبط

References

1. Chandra P. Heart disease. Translated by Dahi. Tehran: ghoghnoos Publication; 1375.
2. Diwan R. Relational Wealth and Quality of Life , Juornal of socioeconomics .2002;29(3): 21-29. <https://doi.org/10.1186%2Fs12939-021-01591-3>
3. Shahravi A. Mehrabizadeh honarmand, M. Adel, S. Shahravi, M. Shahravi, S. The effectiveness of cognitive-behavioral stress management intervention on the general health of cardiovascular patients.

- Jundishapur Scientific Journal of Medicine. 2015;15, 6. [persian].
4. Chalme R. The mediating role of forgiveness in the relationship between personality traits and psychological well-being of adolescents. *Psychological methods and models*. 2018; 2(6):1-16. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.22285516.1390.2.6.1.2>.
 5. Simon, Simon. *Forgiveness*. Translation: Mehdi Karacha Daghi. Tehran: Dorsa Publication. 2015.
 6. Karimi S, Kakabrai Kivan K, Moradi Gh Y. The effectiveness of cognitive behavioral therapy on the mental well-being of cardiovascular patients. *Journal of kermanshah university of medical sciences*. 1393;3(18):147-156. [in Persian].
 7. Faruzandeh N, delaram M, Faruzandeh M, Derakhshandeh S. Examining the mental health of cardiovascular patients and determining some factors affecting it in patients admitted to the ccu and heart departments of Hajar Shahr Korde Hospital. *Clinical Journal of Nursing and Midwifery*. 1392;2(2):18-25. [in Persian].
 8. Akhtar S, Barlow J. Forgiveness therapy for the promotion of mental well-being: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*. 2018;19(1):107-122. <https://doi.org/10.1177/1524838016637079>.
 9. Baskin TW, Enright RD. Intervention studies on forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Counseling & Development*. 2004;82(1):79-90. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1002/j.1556-6678.2004.tb00288.x>.
 10. Webb J R, Toussaint L, Conway-Williams E. Forgiveness and health: Psycho-spiritual integration and the promotion of better healthcare. *Journal of Health Care Chaplaincy*. 2012;18(1-2):57-73. <https://doi.org/10.1080/08854726.2012.667317>.
 11. Raj P, Elizabeth C S, Padmakumari P. Mental health through forgiveness: Exploring the roots and benefits. *Cogent Psychology*. 2016; 3(1),1153817. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1153817>.
 12. Nouri S, Yousefi F. Comparing the Effectiveness of Forgiveness Therapy and Mindfulness Training on Improving Forgiveness among High School Students. *Scientific Journal of Military Psychology*. 2022; 13(49):65-87. [persian].
 13. Etthadifar M, Janaabadi H, Davarpanah AS. The Efficacy of forgiveness therapy in the happiness and quality of educational life. *Journal of Educational Psychology Studies*. 2022;18(44):51-61. [persian]
 14. Isa Zadeh F, Saffari Nia. The Effectiveness of Group Therapy on Depression, Mental Health and Psychological Capital in Enhancement of Coord-19. 2021. *Quran and medicine*; 5. [persian].
 15. Fumishi Shokri E, Cheraghpour Khonddar R. The effectiveness of spiritual therapy on mental health, self-care and self-esteem of elderly residents of nursing homes. *New developments in psychology, educational sciences and education*. 2022;(46),43-54. [persian].
 16. Goldberg DP, Hillier VF. A scaled version of the General Health Questionnaire. *Psychol Med*. 1979 Feb;9(1):139-45. doi: [10.1017/s0033291700021644](https://doi.org/10.1017/s0033291700021644). PMID: [424481](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/424481/).
 17. Fathi Ashtiani A (2015). *Psychological tests*. Tehran: Ba'ath publication. [persian].
 18. Bahmani B, Asgari A. National standardization and evaluation of psychometric indicators of GHQ general health questionnaire for Iranian medical students, *Proceedings of the Third National Seminar on Mental Health of Iranian Students*. 1385; 62-67. [persian]
 19. Luskin F. *Forgive for Good*. San Francisco: Harper publisher; 2001.
 20. Yarian S, Mahmoudi Moghadam S, Khoramin Sh, Nikdel F. The effectiveness of forgiveness group intervention on mental health and anger control of prisoners with the crime of mass conflict. *Thought and Behavior*. 1393;8(31): 17-94. [persian]
 21. Yakhchali M, Vakili P. The effect of forgiveness therapy on mental health and interpersonal relationships of women on the verge of divorce. *Contemporary Psychology*. 1396;12:1921-1925. [persian]
 22. Dastjerdi S, Moulai M. The effectiveness of therapeutic forgiveness training on the mental health of housewives in dastgard Barkhar. *National conference of modern researches of Iran and the world in psychology, educational sciences and social*

- studies. Shiraz, Islamic Azad University, Zarghan branch. 1396. [persian].
23. Ghafouri S, Mashhadhi A, Hassan Abadi H. The effectiveness of spiritual psychotherapy based on forgiveness in increasing marital satisfaction and reducing conflicts of couples in Mashhad. *Principles of Mental Health*. 2012; 15(1):45-57. [persian].
 24. Baumeister R.F, Exline J.J & Sommer K.L. The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives*, 79-104. 1998; Philadelphia: Templeton Foundation Press.
 25. Etthadifar M, Janaabadi H & Davarpanah AS. The Efficacy of forgiveness therapy in the happiness and quality of educational life. *Journal of Educational Psychology Studies*. 2022;18(44):51-61. [in Persian]. doi: [10.22111/JEPS.2021.6364](https://doi.org/10.22111/JEPS.2021.6364).
 26. Isa Zadeh F, Saffari Nia. The Effectiveness of Group Therapy on Depression, Mental Health and Psychological Capital in Enhancement of Coord-19. 2021; *Quran and medicine*;5. [in Persian].
 27. Nouri S, Yousefi F. Comparing the Effectiveness of Forgiveness Therapy and Mindfulness Training on Improving Forgiveness among High School Students. *Scientific Journal of Military Psychology*. 2022;13 (49):65-87. [in Persian].
 28. Fumishi shokri E, Cheraghpour Khonddar R. The effectiveness of spiritual therapy on mental health, self-care and self-esteem of elderly residents of nursing homes. *New developments in psychology, educational sciences and education*. 2022;(46):43-54.