

اثربخشی آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر مدل فرایندی گروس بر هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر

مقاله پژوهشی

اعظم امجد* ۱، محمد امین زاده ۲، زینب خانجانی ۳

چکیده

مقدمه: آثار و نتایج زیان بار و مخرب فردی، اجتماعی و فرهنگی وابستگی و اعتیاد به مواد مخدر سبب شده است تا کادر درمانی جامعه برای پیشگیری، ترک و جلوگیری از عود مصرف مواد مخدر اقدام کنند. پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر هست.

روش پژوهش: این مطالعه نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون - پس آزمون و گروه کنترل با جامعه آماری کلیه مردان دچار سوءمصرف مواد مخدر شهر تبریز در سال ۱۳۹۹ بودند. با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده تعداد ۳۰ نفر از آنان در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. گروه آزمایش تحت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای آموزش تنظیم هیجان قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل در لیست انتظار باقی ماند. از مقیاس هیجان خواهی (SSS-V) زاگرم و مقیاس پیش بینی از بازگشت به مواد (RPS) رایت به منظور گردآوری اطلاعات استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از تحلیل کوواریانس چندمتغیره با SPSS-24 استفاده شد. یافته ها: یافته ها تفاوت معناداری را بین عملکرد دو گروه آزمایش و کنترل در هیجان خواهی (۰/۰۰۳) و عود مصرف (۰/۰۰۱) در مرحله پس آزمون نشان داد ($P < 0/05$).

نتیجه گیری: با توجه به تأثیر آموزش تنظیم هیجان بر کاهش هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر توصیه می شود مشاوران، درمانگران و روانشناسان بالینی از روش مذکور برای کاهش هیجان خواهی و عود مصرف در این افراد استفاده کنند. **کلیدواژه:** راهبردهای تنظیم هیجان "عود مصرف" مدل گراس "وابستگی به مواد" هیجان خواهی

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۲/۳

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۱/۱۴

استناد: امجد، امین زاده، خانجانی، ز. اثربخشی آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر مدل فرایندی گروس بر هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر، خانواده و بهداشت، ۱۴۰۰(۱): ۶۴-۵۲

۱- *نویسنده مسئول، دکترای روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

Az_am1980@yahoo.com, orcid.org/0000-0002-1833-1524

۲- کارشناس ارشد روانشناسی شخصیت، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد کرج، ایران

Mohammad_aminzadeh86@yahoo.com

۳- استادی تمام، گروه روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

zeynabkhanjaani@gmail.com

© حقوق برای مؤلف (آن) محفوظ است. این مقاله با دسترسی آزاد در خانواده و بهداشت تحت مجوز کپی رایت کامنز (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) منتشر شده که طبق مفاد آن هرگونه استفاده غیر تجاری تنها در صورتی مجاز است که به اثر اصلی به نحو مقتضی استناد و ارجاع داده شده باشد.

مقدمه:

وابستگی به مواد مخدر از بحران‌های جهانی (۱)، به عنوان یک اختلال روانپزشکی (۲)، با ابعاد زیست شناختی (۳)، روانشناختی (۴) و اجتماعی (۵) یکی از مشکلات عصر حاضر است (۶). بر اساس تعریف راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی^۱ اختلالات مرتبط با مواد شامل اختلالاتی است که با سوءمصرف داروها و مخدرها، عوارض جانبی داروها یا قرارگرفتن در معرض سموم و زهرها ارتباط دارند (۷). افراد وابسته به مواد مخدر، مشکلات زیادی را از جمله دشواری در تنظیم هیجان (۸)، پرخاشگری^۲ (۹)، اضطراب و افسردگی (۴)، شادکامی^۳ پایین (۱۰)، سوگیری توجه^۴ (۴) و پایین بودن سطح کیفیت زندگی^۵ (۱) تجربه می‌کنند. افزون بر این‌ها یکی از عوامل مهم در آسیب‌پذیری در سوءمصرف و وابستگی به مواد مخدر، سطح هیجان‌خواهی بالاست (۱۲).

هیجان‌خواهی به صورت نیاز به تجارب و هیجان‌های متنوع، جدید و پیچیده و همچنین تمایل به پذیرش خطرات جسمی، روانی و اجتماعی برای دستیابی به این‌گونه تجارب تعریف شده‌است (۱۱). هیجان‌خواهی به صورت صفتی که ویژگی آن جستجوی هیجان‌ها و تجربه متنوع، تازه، پیچیده و شدید و میل اقدام به خطرهای جسمانی، اجتماعی، قانونی و مالی به خاطر خود این تجربه‌ها است، تعریف شده‌است (۱۳). هیجان‌خواه‌ها، افرادی ماجراجو و برون‌گرا هستند، از تکرار و یکنواختی خسته، کسل، بی‌حوصله و بی‌قرار می‌شوند و در جستجوی تجارب جدید، تازه، متنوع و هیجان‌انگیزند (۳). میزان هیجان‌خواهی در افراد وابسته به مواد مخدر از هر دو جنس نسبت به گروه سالم به طور معناداری بالاتر است و معتادانی که نمره بالاتری در هیجان‌خواهی می‌آوردند مصرف مواد را در سنین پایین‌تری تجربه می‌کنند (۱۴). در یک پژوهش دیگر نشان داده شده‌است که، هیجان‌خواهی یک پیش‌بین مهم برای سوءمصرف مواد می‌باشد (۱۴).

همچنین بر اساس نتایج یک پژوهش، هیجان‌خواهی، خود عاملی مهم برای عود مجدد به سوءمصرف مواد مخدر است (۱۴). عود به معنای ناتوانی و شکست در تداوم یک تغییر رفتاری و آغاز رفتار به دنبال یک دوره ترک آن عمل می‌باشد. لغزش و عود در اعتیاد به دلایل مختلف فردی و بین‌فردی همچون افسردگی و سوءاستفاده جنسی در کودکی و مشکلات زناشویی اتفاق می‌افتد (۱۵). با این حال، میزان بالای هیجان‌خواهی در افراد معتاد و میزان بالای عود بیماران اعتیاد در دوره‌های زمانی مختلف پس از آغاز، حین و پس از درمان موجب گردیده محققین و درمانگران در جستجوی درمان‌هایی باشند که اولاً از اثربخشی بالایی برخوردار بوده و ثانیاً میزان عود کمتری نشان دهند. آموزش تنظیم هیجان یکی از مداخلات روانشناختی است که می‌تواند نقش مهمی در کاهش مشکلات افراد وابسته به مواد مخدر داشته‌باشد (۱۶).

در مطالعات متعددی به نقش و تأثیر تنظیم هیجان بر عود مصرف مواد اشاره کرده‌اند. در مطالعه‌های که توسط ساز، سزنتاگوتای و هافمن^۶ (۱۷) کرده‌اند. انجام گرفته، اثرات راهبردهای تنظیم هیجان مختلف بر عود مصرف مواد مورد بررسی قرار گرفته است. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که تکنیک‌های باز ارزیابی یا برآورد مجدد (ایجاد تفسیر مثبت یا خنثی برای کاهش تنش منفی)، اثربخشی بیشتری نسبت به تکنیک‌های پذیرش و سرکوب (بازداری) برای عود مصرف مواد دارند.

¹ -diagnostic and statistical manual of mental disorders DSM-5

² - aggression

³ - happiness

⁴ - attentional bias

⁵ - quality of life

بر اساس نظریه فرایندی ۱، گروس ۲، تنظیم هیجان به عنوان فرونشانی ۳ و ارزیابی مجدد شناختی ۴ تعریف شده است (18). فرونشانی (سرکوب) شکلی از راهبردهای متمرکز بر پاسخ است و ارزیابی مجدد شناختی، به معنای تغییر دادن شناخت درباره موقعیت هیجانی است و از دانش به عنوان یک سیستم تولید هیجان استفاده می کند (19). بنابراین با توجه به آنچه ذکر شد، از آنجا که یکی از عوامل مهم زمینه ساز سوء مصرف مواد و عود مصرف ویژگی هیجان خواهی است و در تحقیقات مختلف به طور مکرر وجود این خصیصه به عنوان عامل خطر برای سوء مصرف به مواد مخدر ذکر شده است و افرادی که میزان هیجان خواهی بالاتری دارند، بیشتر به سوء مواد و سایر رفتارهای مخاطره آمیز مانند عود مصرف گرایش پیدا می کنند، لذا سوال پژوهش این است که آیا آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر مدل فرایندی گروس بر هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر موثر است؟

روش پژوهش:

پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی بر اساس طرح پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری با گروه کنترل بود. در این پژوهش جامعه آماری تمامی مردان دچار سوء مصرف مواد مخدر شهر تبریز در سال ۱۳۹۹ بودند، که از بین اینها ۳۰ نفر بصورت نمونه گیری تصادفی انتخاب و این افراد به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و کنترل (۱۵ نفر) قرار گرفتند. از فرمول کوکران برای حجم جامعه نامعلوم استفاده شد. بر این اساس با اطمینان ۰/۹۵، انحراف استاندارد ۰/۵ و حاشیه خطای ۰/۵ +/- حجم نمونه را 30 نفر تعیین شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل مذکور بودن، دامنه ۲۲ تا ۴۹ سال، مصرف مواد مخدر، حداقل تحصیلات راهنمایی و رضایت افراد بود. همچنین انصراف فرد از جلسات درمانی و غیبت بیش از دو جلسه در آموزش تنظیم هیجان از معیارهای خروج از پژوهش بود. گروه آزمایش تحت ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه ای آموزش تنظیم هیجان قرار گرفتند؛ در این مدت گروه کنترل در لیست انتظار گروه درمانی قرار داشتند. بعد از اتمام جلسات درمانی از هر دو گروه در شرایط یکسان پس آزمون به عمل آمد. در این تحقیق از آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و آمار استنباطی (تحلیل کوواریانس چندمتغیره) آزمون استفاده شد. همچنین قبل اجرای تحلیل مفروضه های آن شامل آزمون شاپیرو - ویلکز ۵ برای نرمال بودن، آزمون لوین ۶ برای همگنی واریانسها، آزمون ام باکس ۷ برای ماتریسهای واریانس - کوواریانس، شیب خط رگرسیون ۸ و همخطی چندگانه ۹ استفاده شد. نرم افزار تحلیل داده ها برنامه SPSS نسخه ۲۴ بود.

-
- 1 process model of emotion regulation
 - 2 Gross
 - 3 suppression
 - 4 cognitive reappraisal
 - 5 shapiro-wilk
 - 6 levene's test
 - 7 box M
 - 8 homogeneity of regression
 - 9 multicollinearity

جدول ۱. خلاصه جلسات درمانی تنظیم هیجان اقتباس از گروس

Summary of thrilling therapy sessions Adapted from Gross

جلسه	محتوی جلسه
۱	معرفی کلی آموزش تنظیم هیجان، بیان منطق و مراحل مداخله، ضرورت تنظیم هیجان، چرا باید این مهارت‌ها را بیاموزیم؟
۲	دیدگاه‌های درست در مورد هیجانات کدامند؟ مروری بر هیجان‌های اولیه و ثانویه، همه هیجان‌ها به ما کمک می‌کنند.
۳	آموزش و معرفی هیجان، هیجان نرمال و هیجان مشکل آفرین، خودآگاهی هیجانی، رویدادهای برانگیزاننده هیجان، شناسایی و نامگذاری و برچسب‌زدن به احساسات، تمایز میان هیجان‌های مختلف.
۴	شناسایی هیجان در حالت فیزیکی و روانشناختی، عوامل موفقیت در تنظیم هیجان.
۵	خودارزیابی با هدف شناخت تجربه‌های هیجانی خود، خودارزیابی با هدف شناسایی میزان آسیب‌پذیری هیجانی در فرد.
۶	خودارزیابی با هدف شناسایی از راهبردهای تنظیم هیجان فرد، جلوگیری از انزوای اجتماعی و اجتناب، آموزش راهبرد حل مسئله، آموزش مهارت‌های بین فردی (گفتگو، اظهار وجود و حل تعارض).
۷	متوقف کردن نشخوار فکری و نگرانی، آموزش مهارت‌های توجه.
۸	نقش ذهن (پردازش ذهنی و مجموعه‌ای از افکار، عقاید و خاطرات) در تولید، نگهداری، افزایش و کاهش پاسخ هیجانی، شناسایی ارزیابی‌های غلط و اثرات آنها روی حالت‌های هیجانی، آموزش راهبرد باز ارزیابی.
۹	ارزیابی: شناسایی میزان و نحوه استفاده از راهبرد بازداری و بررسی پیامدهای هیجانی آن. مواجهه: ایجاد حالت‌های هیجانی. مهارت آموزی، اصلاح رفتار از طریق تغییر تقویت کننده‌های محیطی.
۱۰	آموزش تخلیه هیجانی، آرمیدگی، تعدیل پاسخ هیجانی و عمل معکوس دهم ارزیابی میزان نیل به اهداف، کاربرد مهارت‌های آموخته‌شده در محیط‌های طبیعی خارج از جلسه.

برای مطالعه حاضر ابزارهای زیر به کار رفتند:

مقیاس هیجانخواهی زاگرن (V-SSS۱) توسط زاگرن، آیزنک و آیزنک ساخته شده است. این مقیاس، ابزار جدیدی است که به منظور استفاده متخصصان و روانشناسان در زمینه ارزشیابی صفت هیجانخواهی تهیه و تدارک گردیده است. این مقیاس یک توصیف کلی از صفت هیجانخواهی با سنجش چهار عامل فرعی (هیجانخواهی، تجرب‌طلبی، گریز از بازداری و ملال‌پذیری) را به دست

میدهد و برای هر یک از عاملها ۱۰ ماده مقیاس در نظر گرفته شده است. این مقیاس شامل ۴۰ ماده دو جزئی است که در هر ماده، یکی از دو جزء، بیان کننده میزان هیجان خواهی فرد است و جزء دوم، حالت عکس را دارد.

زاگرم و همکاران (۲۰) همسانی درونی خرده مقیاسهای شکل پنجم مقیاس (شکل کنونی) را در دامنه ۰/۸۳ تا ۰/۸۶ گزارش کردند. ریدوی و راسل (۲۱) همسانی درونی خرده مقیاسهای شکل پنجم مقیاس را در دامنه ۰/۴۸ تا ۰/۶۹ گزارش کردند. فتحی و مهرابیزاده هنرمند (۲۵) همسانی درونی مقیاس را ۰/۷۳ گزارش دادند. در این پژوهش، مقدار ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۹ به دست آمد که در سطح قابل قبولی است و تحقیقات انجام شده همخوانی دارد.

مقیاس پیش‌بینی از بازگشت به مواد ۱ رایت ۲ (۲): مقیاس پیش‌بینی بازگشت یک مقیاس خودسنجی ۴۵ (رایت ۳، ۱۹۹۳) سوالی است و هر سوال شامل یک موقعیت می‌شود که آزمودنی باید خود را در آن تصور کند. این مقیاس شامل دو قسمت می‌شود:

الف) شدت نیرومندی میل در موقعیت خاص، ب) احتمال مصرف در آن موقعیت

همه سوالات در یک مقیاس پنج درجه ای شامل هیچ=۰، ۱=ضعیف، ۲=متوسط، ۳=قوی، ۴=خیلی قوی نمره گذاری می‌شوند. پرسشنامه توسط گودرزی (۱۳۸۰) ترجمه شده است. به منظور سنجش پایایی، پرسشنامه توسط پژوهشگر بر روی یک جامعه ۴۵ نفره دارای ملاکهای وابستگی به مواد اجرا شد. ضریب آلفای کرونباخ بدست آمده برای قسمت اول پرسشنامه که میل به مصرف مواد را می‌سنجد برابر با ۰/۵۸ و برای قسمت دوم که احتمال مصرف و لغزش را می‌سنجد ۰/۶۳ محاسبه شد.

این آزمون دارای دو خرده مقیاس ۴۵ ماده ای می‌باشد که هر ماده در بردارنده موقعیتهای یا حالتی است که برای یک فرد وابسته به مواد که در دوران ترک مواد قرار دارد، می‌تواند باعث ایجاد وسوسه و به تبع آن، میل به مصرف مواد گردد. آزمودنی بر اساس طیف لیکرت (با نمره گذاری ۰-۴) به این آزمون پاسخ می‌دهد. در پژوهش مهرابی و همکاران (۱۳۸۳) اعتبار محاسبه شده برای این مقیاس با اجرا بر روی ۴۰ بیمار وابسته به مواد در دوره بهبود اولیه و با استفاده از روش آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس میزان وسوسه ۰/۹۴ و برای خرده مقیاس میزان میل ۰/۹۷ محاسبه شده است، همبستگی به دست آمده بین دو خرده مقیاس مذکور با استفاده از روش همبستگی پیرسون ($r=0/85$) نیز از لحاظ آماری، رابطه معناداری را نشان می‌دهد ($p=0/001$).

یافته‌ها:

پراکندگی آزمودنیها برحسب سن، تحصیلات و مدت ازدواج به قرار زیر است:

آزمودنی های مورد مطالعه دارای دامنه سنی ۲۲ تا ۴۱ سال، با میانگین $31/37 \pm 6/76$ سال بودند. از نظر تحصیلات ۳۳/۳ درصد سیکل، ۵۳/۳ درصد دیپلم و ۱۰ درصد دارای تحصیلات لیسانس و بالاتر بودند. همچنین از لحاظ وضعیت تاهل ۳۶/۷ درصد مجرد،

1 Predicting Relapse Scale (PRS)

2 Write

3 -Whright

۴۶/۷ درصد متأهل و ۱۳/۳ درصد مطلقه بودند. از لحاظ نوع ماده مصرفی هم ۴۳/۳ درصد انواع اپیوئیدها، ۵۰ درصد محرکها و ۳/۳ درصد توهمزها را مصرف می کردند.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش و کنترل

Table 2. Mean and standard deviation of research variables in experimental and control groups

متغیرهای وابسته		گروه آزمایش		گروه کنترل	
		پیش آزمون	پس آزمون	پیش آزمون	پس آزمون
هیجان طلبی	میانگین	۱۰/۸۷	۸/۷۳	۱۰/۹۳	۱۰/۶۰
	انحراف معیار	۰/۷۴۳	۱/۰۳۳	۰/۷۹۹	۱/۳۵۲
تجربه طلبی	میانگین	۷/۴۷	۴/۸۷	۷/۸۰	۷/۵۳
	انحراف معیار	۰/۵۱۶	۱/۱۲۵	۰/۶۷۶	۰/۹۱۵
ماجراجویی	میانگین	۴/۰۰	۲/۸۷	۳/۸۰	۳/۶۰
	انحراف معیار	۰/۵۳۵	۰/۹۱۵	۰/۵۶۱	۰/۶۳۲
تنوع طلبی	میانگین	۳/۸۰	۲/۷۳	۳/۸۰	۳/۶۷
	انحراف معیار	۰/۴۱۴	۰/۵۹۴	۰/۴۱۴	۰/۴۸۸
میزان وسوسه	میانگین	۸۳/۰۷	۶۶/۹۳	۸۷/۰۷	۸۶/۰۰
	انحراف معیار	۴/۶۰۵	۴/۲۵۰	۳/۰۱۱	۵/۱۲۷
میزان میل	میانگین	۸۶/۰۰	۷۲/۱۳	۸۵/۵۳	۸۴/۳۳
	انحراف معیار	۲/۰۳۵	۸/۸۵۵	۳/۲۲۶	۴/۵۳۰

جدول ۲ میانگین و انحراف معیار هیجان خواهی و ولع مصرف در گروه آزمایش و کنترل در دو مرحله پیش آزمون و پس آزمون را نشان می دهد. برای بررسی پیش فرض توزیع طبیعی بودن (نرمال بودن) از آزمون شاپیرو - ویلکز استفاده شد که هر دو گروه آزمایش و کنترل ($P > 0.05$) مورد تایید بود. پیش فرض همگنی واریانسها^۱ با آزمون لوین بررسی شد و مورد تایید قرار گرفت ($P > 0.05$). نتایج آزمون باکس جهت بررسی پیش فرض دیگر این آزمون یعنی تساوی واریانس - کوواریانس از لحاظ آماری معنی دار نبود ($\text{sig} = 0.167$)، ام باکس = $35/479$ و $F = 1/294$) و این به معنی برقراری مفروضه تساوی ماتریس های واریانس و کوواریانس می باشد. نتیجه آزمون

¹ -homogeneity of variance

کرویت بارتلت در سطح معناداری ۰/۰۰۱ برقرار بود. همچنین همگنی شیب خط رگرسیون نشان داد که سطح معنی داری اثر تعامل گروه و متغیر همپراش بزرگتر از ۰/۰۵ می باشد. از آنجایی که تعامل بین متغیرهای وابسته و همپراش غیرمعنادار مشاهده شد، بنابراین فرض همگنی شیب خط رگرسیون برای متغیرهای پژوهش پذیرفته می شود. خطی بودن ۲ از طریق رسم نمودار پراکنندگی بررسی شد از آنجایی که پیش فرضها برقرار بودند. در ادامه به بررسی فرضیه پژوهش از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شده است که نتایج آن در جدول ۳ و ۴ آمده است.

نتایج جدول ۳ بیانگر آن است که لامبدای ویلکز ($F=20/447$ و $Sig=0/001$) معنادار است. نتایج موید آن است که بین گروههای آزمایش و کنترل از لحاظ پس آزمون هیجان خواهی و ولع مصرف با کنترل پیش آزمون تفاوت معناداری وجود دارد. بر این اساس می توان گفت که تفاوت معناداری حداقل در یکی از متغیرهای وابسته ایجاد شده است و ضریب تاثیر نشان می دهد که ۸۷/۸ درصد تفاوت دو گروه مربوط به مداخله آزمایشی است. بعد از این، به بررسی این موضوع باید پرداخته شود که آیا هر یک از متغیرهای وابسته به طور جداگانه از متغیر مستقل (آموزش تنظیم هیجان) اثر پذیرفته است یا خیر؟ بدین منظور از آزمون تحلیل کواریانس چند متغیره استفاده شده است که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمونهای چند متغیره پس آزمون هیجان خواهی و ولع مصرف

Table 3. Results of multivariate tests after the excitement and craving test

توان آماری	ضریب تاثیر	معنی داری	مقدار	آزمون F	نوع آزمون
۰/۹۹۹	۰/۸۷۸	۰/۰۰۱	۰/۸۷۸	۲۰/۴۴۷	اثر پیلاپی
۰/۹۹۹	۰/۸۷۸	۰/۰۰۱	۰/۱۲۲	۲۰/۴۴۷	لامبدای ویلکز
۰/۹۹۹	۰/۸۷۸	۰/۰۰۱	۷/۲۱۷	۲۰/۴۴۷	اثر هتلینگ
۰/۹۹۹	۰/۸۷۸	۰/۰۰۱	۷/۲۱۷	۲۰/۴۴۷	بزرگترین ریشه روی

جدول ۴- نتایج اثرات بین آزمودنی نمرات پس آزمون هیجان خواهی و ولع مصرف

Table 4- Results of the effects between the subjects, the scores of the post-test of excitement and craving

متغیرهای وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	آماره F	معناداری	ضریب تاثیر	توان آماری
هیجان طلبی	۱۳/۹۷۸	۱	۱۱/۴۲۰	۰/۰۰۳	۰/۳۴۲	۰/۸۹۸
تجربه طلبی	۳۴/۵۲۳	۱	۳۴/۹۸۸	۰/۰۰۱	۰/۶۱۴	۰/۹۹۹
ماجراجویی	۲/۷۲۷	۱	۵/۵۶۷	۰/۰۲۸	۰/۲۰۲	۰/۶۱۶
تنوع طلبی	۴/۲۸۲	۱	۲۴/۸۱۶	۰/۰۰۱	۰/۵۳۰	۰/۹۹۷
میزان وسوسه	۱۹۳۴/۶۲۸	۱	۸۱/۶۸۴	۰/۰۰۱	۰/۷۸۸	۰/۹۹۹
میزان میل	۱۵۶۶/۳۷۱	۱	۴۶/۲۱۰	۰/۰۰۱	۰/۶۷۷	۰/۹۹۹

چنانچه در جدول ۴- مشاهده می شود استفاده از آموزش تنظیم هیجان بر هیجان طلبی ($F=۱۱/۴۲۰$ و $Sig=۰/۰۰۳$)، تجربه طلبی ($F=۳۴/۹۸۸$ و $Sig=۰/۰۰۱$)، ماجراجویی ($F=۵/۵۶۷$ و $Sig=۰/۰۲۸$)، تنوع طلبی ($F=۲۴/۸۱۶$ و $Sig=۰/۰۰۱$)، میزان وسوسه ($F=۸۱/۶۸۴$ و $Sig=۰/۰۰۱$) و میزان میل ($F=۴۶/۲۱۰$ و $Sig=۰/۰۰۱$) در مرحله پس آزمون تاثیر دارد. بنابراین فرض پژوهش مبنی بر اینکه آموزش تنظیم هیجان بر هیجان خواهی و ولع مصرف موثر است تایید شد.

بحث و نتیجه گیری:

هدف از پژوهش حاضر تعیین اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر هیجان خواهی و عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر بود. یافته ها تفاوت معناداری را بین عملکرد دو گروه آزمایش و کنترل در هیجان خواهی و عود مصرف در مرحله پس آزمون نشان داد. این نتیجه به دست آمده با نتایج تحقیقات برجعلی، اعظمی و چوپان (۲۲)، برجعلی، اعظمی، چوپان و عرب قهستانی (۲۳)، جلالوند، محمدی و ملازاده (۲۴) همسویی دارد. در تبیین اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر هیجان خواهی در بیماران وابسته به مواد مخدر می توان گفت که، بر اساس مدل کیفیت تولید هیجان، مدل فرایند تنظیم هیجان را ارائه کرده است (۲۰). نظریه فرایندی تنظیم هیجان گروس، شامل پنج مرحله شروع، موقعیت، توجه، ارزیابی و پاسخ است؛ به اعتقاد گروس هر مرحله از فرایند تولید هیجان، دارای یک هدف تنظیمی بالقوه است و مهارت های تنظیم کننده هیجان می توانند در نقاط مختلف این فرایند اعمال شوند (۲۱). هر مرحله از مدل فرایند تنظیم هیجان گروس شامل یک سری راهبردهای سازگار و یک سری راهبردهای ناسازگار است که در این میان افرادی که دارای مشکلات هیجانی هستند از راهبردهای ناسازگار مانند نشخوار فکری، اجتناب و غیره بیشتر استفاده می کنند. بنابراین لازمه مداخله در مشکلات هیجانی اصلاح یا حذف راهبردهای ناسازگار و آموزش راهبردهای سازگارانه است. بنابراین آموزش تنظیم

هیجان با حذف راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان و آموزش راهبردهای انطباقی و سازگارانه به افراد معتاد، میزان هیجان خواهی آنان را کاهش می‌دهد. لذا منطقی است که آموزش تنظیم هیجان بر بیماران وابسته به مواد مخدر موثر است.

همچنین در تبیین اثربخشی آموزش تنظیم هیجان بر عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر می‌توان گفت تنظیم هیجان ناکارآمد تجارب هیجانی از هسته‌های اساسی سوءمصرف مواد، وسوسه و عود مصرف است. دانش هیجانی به تنظیم هیجان کمک می‌کند. با توجه به این مطلب، افراد باید توانایی‌های مربوط به این سطح را به‌منظور استفاده از دانش‌های آن، در عمل پرورش دهند. افراد معتادی که توانایی تنظیم هیجانات خودشان را ندارند، به احتمال بیشتری تحت تاثیر عوامل محیطی قرار می‌گیرند. در مجموع، دشواری در تنظیم هیجان‌ها یکی از مشکلات افراد مبتلا به سوءمصرف مواد مخدر است و این مسئله منجر به شکست در مدیریت حالات عاطفی و هیجانی افراد مبتلا به سوءمصرف مواد می‌شود. کسی که از تنظیم هیجانی ناسازگار استفاده می‌کند، هنگام روبرو شدن با یک تجربه‌ی مشکل‌زا نمی‌تواند رفتارهایش را طوری تنظیم کند که بتواند به اهدافش در محیط برسد. تنظیم هیجانی ناسازگار شامل بیش‌تنظیمی هیجان ۲ و کم‌تنظیمی هیجان ۳ است. بیش‌تنظیمی هیجانی موقعی اتفاق می‌افتد که فرد راهبردهای تنظیم هیجانی را به کار می‌گیرد تا از آشکار شدن تجربه‌ی هیجانی جلوگیری به عمل آورد. در کم‌تنظیمی هیجان، رفتاری که در برابر یک هیجان انجام می‌دهد، اغلب قابل تفکیک از خود هیجان نیست و فرد نمی‌تواند از راهبردهای تنظیم هیجانی مناسب جهت کنترل رفتارش استفاده کند. زمانی که افراد معتاد آموزش تنظیم هیجان را آموزش می‌بینند، قادر خواهند بود که راهبردهای ناسازگارانه که در مواجهه با تنش‌ها از آن استفاده می‌کنند، اصلاح کرده و راهبردهای سازش‌یافته را جایگزین آن می‌کنند. لذا منطقی است که آموزش تنظیم هیجان بر عود مصرف در بیماران وابسته به مواد مخدر موثر است.

به طور کلی، نتایج نشان داد که سوءمصرف‌کنندگانی که از راهبردهای تنظیم هیجان سازگاران‌تری استفاده کنند، در دوره‌های درمان موفق‌تر هستند. بر عکس افرادی که قادر به کنترل هیجانات خود نیستند، به احتمال زیاد مصرف‌کننده دائمی مواد می‌شوند. بنابراین آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر نظریه فرایندی گروس با آگاه‌نمودن افراد در حال پرهیز از مواد، از وسوسه، عود مصرف و هیجانات مثبت و منفی همراه با آن و همچنین کاهش میزان هیجان خواهی افراد، می‌تواند بهزیستی روانشناختی این افراد را ارتقاء بخشد.

محدودیت‌های پژوهش:

از جمله محدودیت‌های این پژوهش میتوان به متفاوت نبودن درمانگر و پژوهشگر اشاره کرد که این امر ممکن است نتایج مربوط به پژوهش را تحت تأثیر قرار داده باشد. محدودیت دوم اجرای مکرر پرسشنامه‌هایی ثابت در دوره پس آزمون و دوره پیگیری بود که ممکن است به دلیل ایجاد اثر تمرین، بر نتایج تأثیرگذار بوده باشد. محدودیت سوم میتواند این باشد که ممکن است اجرای فنون آموزش تنظیم هیجانی که مستلزم مهارت و تجربه بسیار بالای درمانگر است توسط محقق حتی پس از طی دوره‌های آموزشی و مطالعات تفصیلی با کاستی‌هایی همراه بوده باشد. این محدودیت‌ها بر خورد محتاطانه با یافته‌ها را ضروری ساخته و الزم است در تعمیم‌پذیری احتیاط‌های لازم صورت گیرد.

1 emotion maladaptive regulation

2 regulation-over emotional

3 regulation-under emotiona

پیشنهادات پژوهش:

پیشنهاد می شود به منظور واضح تر شدن اثرات آموزشی این روش با دقت بالاتر، در مطالعات گسترده تری با حجم نمونه بالاتر به بررسی و مقایسه درمان مذکور با دیگر رویکردهای رایج پرداخته شود. همچنین پیشنهاد می شود، مراکز و کلینیک های درمان سوء مصرف مواد با اجرای کارگاه هایی و یا حتی در درمان های فردی زمینه آشنایی با هیجانات، انواع هیجان، نحوه ابراز و کنترل آنها، و شناسایی موقعیت های برانگیزاننده هیجان را برای افراد تحت درمان فراهم سازند تا هم بتوانند بهتر خود را با محیط زندگیشان سازگار کنند و هم از مصرف مجدد مواد در هنگام بروز هیجانات ناخوشایند پرهیز نمایند.

کاربرد پژوهش:

از یافته های این پژوهش می توان در مراکز ترک اعتیاد و معاونت پیشگیری از آسیب های خانواده استفاده شود؛ و کارگاهها و همایشهایی در زمینه آموزش تنظیم هیجان مبتنی بر مدل فرایندی گروس برای افراد معتاد به مواد مخدر در کمپ های ترک اعتیاد، بهزیستی، نیروی انتظامی برگزار شود.

ملاحظات اخلاقی:

در پژوهش حاضر، پژوهشگر پایبند به رعایت اصول و ارزشهای والای انسانی و اخلاقی شرکت کننده های در پژوهش بوده و با کسب رضایت آگاهانه و تعهد به محرمانه بودن نتایج پژوهش انجام شده است و محقق متعهد شده است که آزمودنیها را از آسیبهای مالی، جانی و روانی در این پژوهش مصون بدارد. و در طراحی و اجرا و انتشار نتایج پژوهش اصول اخلاقی به طور کامل رعایت شده است.

تشکر و قدردرانی

بدین وسیله پژوهشگران از دست اندرکاران و مسئولان مراکز ترک اعتیاد شهر تبریز که در انجام هر چه بهتر پژوهش نهایت همکاری را داشتند، همچنین از کلیه بیمارانی که با حضور فعال در جلسات امکان اجرای پژوهش حاضر را میسر نمودند، سپاسگزاری می نمایند.

References

1. Pirnia B., Rezayi A., Rahimian Bogar E.. On the Effectiveness of Well-Being Therapy in Mental Health, Psychopathology, and Happiness in Methamphetamine-Dependent Men. *Etiadpajohi*, 2016; 10(37): 227-240.
2. Hamidi F., Kheiran S.. Effectiveness of Mindfulness-based Relapse Prevention Interventions in Craving, Emotion Regulation, and Aggression among Methamphetamine Patients. *Etiadpajohi*, 2019; 12(49): 23-38. Persian
3. Jalalvand M., Mohammadi N., Molazade J.. Study of effectiveness emotion regulation skills based on gross model with craving, attentional bias in substance in dependent individuals. *RPH*. 2014; 8 (2): 1-10.
4. Pallari E. Soukup, T. Kyriacou, A. Lewison, G. Assessing the European impact of alcohol misuse and illicit drug dependence research: clinical practice guidelines and evidence-base policy. *Evidence-Based Mental Health*. 2020; 23(2): 67-76.
5. Rategh M., Farhadi H.. A Qualitative Study of the Causes of Drugs Relapse in Addicts. *Etiadpajohi*, 2019; 53(13): 197-216. Persian
6. McKay S., Skues J.L., Williams B.J.. With risk may come reward: sensation seeking supports resilience through effective coping. *Personality and Individual Differences*. 2018; 121(1): 100-105.
7. American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). American Psychiatric Pub; 2013.
8. Alizadehgoradel J., Imani S., Nejati V., Fathabadi J.. Comparing the effectiveness of transcranial Direct Current Stimulation, mindfulness-based substance abuse treatment and combined therapy of these two methods on emotion dysregulation in adolescents with Substance use disorders. *Etiadpajohi*, 2019; 52(13): 163-182.
9. Imani S. Zakeri, M. Effectiveness training cognitive emotion regulation skills in reducing drug craving and marital disturbance in men with substance use stimulant disorder. *Journal of psychological Science*, 2020; 18(83): 2133-2140. persian
10. McRae K., Gross J.J.. Emotion regulation. *Emotion*, 2020; 20(1): 1-10.
11. hadadi R., ghorbani M., Rostami R., Keshavarz G., Farahani E.. The Outcome of Matrix Model of Therapy on Quality of Life in Methamphetamine Abusers. *Etiadpajohi*, 2016; 39(10): 95-108.
12. Aazami Y. Sohrabi F., Borjali A., Chopan H.. The Effectiveness of Teaching Emotion Regulation Based on Gross Model on Reducing Anger in Drug-Dependent People. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 2013; 4(16): 53-68. persian
13. Regan T., Thamocharan S., Hahn H., Harris B. et al. Sensation seeking, sexual orientation, and drug abuse symptoms in a community sample of emerging adults. *Behavioural Pharmacology*. 2020; 31(1): 102-107. persian
14. Barnum T.C., Armstrong T.. Sensation seeking to marijuana use: Exploring the mediating roles of risk appraisal and social norms. *Addictive behaviors*. 2019; 92 (1):76-83.

15. Raines A.M., Allan N.P., McGrew S.J., Gooch C.V. et al. A computerized anxiety sensitivity intervention for opioid use disorders: A pilot investigation among veterans. *Addictive Behaviors*. 2020; 2(1): 1-12.
16. Borjali A., Aazami Y., Chopan H.. The Effectiveness of Emotion Regulation Strategies Training on Reducing of Sensation Seeking in Drug-Dependent Persons. *Journal of Clinical Psychology*, 2016; 8(2): 33-42. persian
17. Szasz P. L., Szentagotai A., Hofmann S.G.. The effect of emotion regulation strategies on anger. *Behaviour research and therapy*, 2019; 49(2): 114-119.
18. Borjali A.. Aazami Y., Chopan H.. The Effectiveness of Emotion Regulation Strategies Training on Reducing of Sensation Seeking in Drug-Dependent Persons. *Journal of Clinical Psychology*, 2016; 8(2): 33-42. Persian.
19. Jamt R.E., Gjerde H.. Furuhaugen H., Romeo G.. et al. Associations between psychoactive substance use and sensation seeking behavior among drivers in Norway. *BMC public health*. 2020; 20(1): 23-30.
20. Zuckerman M., Cloninger CR.. Relationships between Cloninger's, Zuckerman's, and Eysenck's dimensions of personality. *Personality and Individual Differences* 1996; 21: 283-5.
21. Russell D., Peplau L. A., Cutrona C. E.. The Revised UCLA Loneliness Scale: Con- current and discriminate validity evidence. *Jour- nal of Personality and Social Psychology*, 1980; 39: 472- 480
22. Azami Yousef, Sohrabi, Faramarz, Borjali, Ahmad, Chupan, Ahmad. The effectiveness of Gross model-based emotion regulation training on reducing anger in drug addicts. *Quarterly Journal of Counseling and Psychotherapy Culture*, 2018; 4(61), in Persian
23. Azami, Yousef, Borjali, Ahmad, Shepherd, Ahmad, Arab Ghohestani, David. The effect of teaching emotion regulation strategies based on Gross model on the level of aggression in substance abusers. *Journal of Rehabilitation in Nursing*, 2019; 2(1) in Persian
24. Jalalvand, Mohammad, Mohammadi, Noorullah, Mollazadeh, Javad. The effectiveness of emotion regulation skills based on the Gross process model on temptation and attention bias in drug addicts. *Quarterly Journal of Research in Mental Health*, 2018; 8(2) in Persian
25. Fathi, Kayhan, Mehrabizadeh Honarmand, Mahnaz. Study of depression, excitement, aggression, attachment styles and socioeconomic status as predictors of drug dependence in male adolescents in Ahvaz, *Educational and Psychological Studies* 2008; 2. Persian