

# The Effect of Resilience Training on Reducing the Care Burden of Families with Schizophrenic Patients

**Maryam Sirjani:** M.Sc. of social work, University Of Social Welfare And Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

**Seyyed Mohammad Hossein Javadi:** Assistant professor, social work department, University Of Social Welfare And Rehabilitation, Tehran, Iran.

**Asma Baniasad:** Ph.D. student of social work, department of social work, University Of Social Welfare And Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

**Maryam Latifian\*:** Ph.D. student of social work, department of social work, University Of Social Welfare And Rehabilitation Sciences, Tehran, Iran.

## Abstract

**Introduction:** Schizophrenia is the most severe chronic psychiatric disorder that associated with impaired social and occupational abilities. In addition to the patient this disorder also affects the entire family system. The care burden is the psychological, physical and social stress that comes to caregivers as a result of long-term care. Therefore it causes many problems such as burnout, anxiety, and depression for caregivers. The aim of this study was to investigate the effect of resilience training on reducing the care burden of families with schizophrenia.

**Methods:** This study was semi-experimental with a pre-test-post-test and a randomized controlled group. The statistical population includes all caregivers of schizophrenia patients referred to Roozbeh psychiatric hospital in Tehran in 2019.

After obtaining written consent, thirty-six people who like to participate in the study were divided into experimental and control groups by random sampling method. After deducting the drops, fifteen people were in the experimental group and eighteen people in the control group. The research instrument was the Zarit burden interview and intervention protocol, then Henderson and Milleston resilience components training program was applied to the experimental group. The control group received no intervention. Data were analyzed by SPSS software using ANCOVA.

**Results:** The results showed that the social group intervention in the experimental group with the approach of resilience training was statistically significantly different from the control group and it was able to significantly increase the total resilience score compared to the control group. ( $P < 0/05$ )

**Conclusions:** Group social work interventions aimed at increasing resilience in caregivers of psychiatric disorders can be effective in increasing resilience and provide a basis for improving the quality of life of these people. The results of this study help social workers to use the resilience model to promote health, increase social, economic, and welfare performance and improve the level of tolerance of caregivers; leading to educating and working with families of schizophrenia patients.

## Keywords

Schizophrenia, Resilience, Care Burden, Family, Family Of Schizophrenia Patient

\*Corresponding Author  
Study Type: Original  
Received: 22 Oct 2020  
Accepted: 11 May 2021

Please cite this article as follows:

Sirjani M, Hossein Javadi S, Baniasad A, and Latifian M. The effect of resilience training on reducing the care burden of families with schizophrenic patients. Quarterly journal of social work. 2022; 11 (2); 13-20

# بررسی تاثیر آموزش تاب‌آوری بر کاهش بار مراقبتی خانواده‌های دارای بیمار مبتلا به اسکیزوفرنی

**مریم سیرجانی:** کارشناسی ارشد مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، گروه آموزشی مددکاری اجتماعی، تهران، ایران.  
**سید محمدحسین جوادی:** استادیار، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، گروه آموزشی مددکاری اجتماعی، تهران، ایران.  
**اسما بنی اسد:** دانشجوی دکتری مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، گروه آموزشی مددکاری اجتماعی، تهران، ایران.  
**مریم لطیفیان\*:** دانشجوی دکتری مددکاری اجتماعی، دانشگاه علوم توانبخشی و سلامت اجتماعی، گروه آموزشی مددکاری اجتماعی، تهران، ایران.  
maryamlatifian1993@gmail.com

## واژگان کلیدی

اسکیزوفرنی، تاب‌آوری، بار مراقبتی، خانواده، خانواده بیمار اسکیزوفرنی

\* نویسنده مسوول

نوع مطالعه: پژوهشی

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۸/۰۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۲۱

## چکیده

**مقدمه:** بیماری اسکیزوفرنی شدیدترین بیماری مزمن روانپزشکی است که با اختلال در توانایی‌های اجتماعی و شغلی همراه است. این اختلال علاوه بر فرد مبتلا، کل سیستم خانواده را نیز درگیر می‌کند. بار مراقبتی، استرس‌های روانی اجتماعی و جسمانی است که در اثر مراقبت طولانی مدت از بیمار به مراقبین وارد می‌شود و موجب مشکلات چون فرسودگی، اضطراب، افسردگی برای مراقبین می‌گردد. پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آموزش تاب‌آوری بر کاهش بار مراقبتی خانواده‌های دارای بیمار اسکیزوفرنی انجام شده است.

**روش:** در این مطالعه نیمه‌تجربی از طرح پیش‌آزمون پس‌آزمون با گروه کنترل استفاده شد. جامعه‌آماری شامل تمام مراقبین بیماران اسکیزوفرنیا مراجعه کننده به بیمارستان روانپزشکی روزبه در شهر تهران در سال ۱۳۹۸ بود. سی و شش نفر از افراد مایل به شرکت در مطالعه، پس از گرفتن رضایت کتبی از آنان با روش تصادفی به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. پس از کسر ریزش‌ها، پانزده نفر در گروه آزمایش و هجده نفر در گروه کنترل تا پایان مداخله حضور داشتند. در این پژوهش از پرسشنامه بار مراقبتی زاریت و پروتکل مداخله، برنامه آموزش مولفه‌های تاب‌آوری هندرسون و میلستن استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس و نرم‌افزار SPSS انجام گرفت.

**نتایج:** یافته‌ها نشان داد مداخله مددکاری اجتماعی گروهی در گروه آزمایش با رویکرد آموزش تاب‌آوری، از نظر آماری تفاوت معناداری با گروه کنترل داشت و مداخله مددکاری اجتماعی گروهی توانسته بود نمره کل تاب‌آوری را نسبت به گروه کنترل به صورت معناداری افزایش دهد. ( $P < 0/05$ )

**بحث و نتیجه‌گیری:** مداخلات گروهی مددکاری اجتماعی که با هدف افزایش تاب‌آوری در مراقبین بیماران دارای اختلال روانپزشکی انجام می‌شود، می‌تواند بر افزایش تاب‌آوری موثر باشد و زمینه را برای ارتقای کیفیت زندگی این افراد فراهم کند. نتایج این مطالعه به مددکاران اجتماعی کمک می‌کند که از مدل تاب‌آوری برای بالا بردن سطح سلامت، افزایش عملکرد اجتماعی، اقتصادی و رفاهی و بهبود سطح تحمل مراقبین و برای مراقبت و آموزش و کار با خانواده‌های بیماران مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی استفاده کنند.

مریم سیرجانی، سید محمدحسین جوادی، اسما بنی اسد و مریم لطیفیان. بررسی تاثیر آموزش تاب‌آوری بر کاهش بار مراقبتی خانواده‌های دارای بیمار مبتلا به اسکیزوفرنی. فصلنامه مددکاری اجتماعی، ۱۴۰۱؛

نحوه استناد به مقاله:

۱۱ (۲): ۱۳-۲۲

## مقدمه

اختلالات روانپزشکی یکی از پنج علت اصلی منجر به ناتوانی محسوب می‌شوند که همچنان در حال افزایش هستند. این اختلالات بر سطوح مختلف زندگی افراد اعم از فردی و اجتماعی تاثیرات منفی می‌گذراند و بار مالی و خسارت‌های زیادی را به نظام‌های سلامت در هر جامعه‌ای وارد می‌کنند. بیماری اسکیزوفرنی یکی از شایعترین اختلال‌های روانپزشکی است که حدود یک درصد از مردم جهان به آن مبتلا هستند و حدود یک و نیم تا سه درصد کل هزینه‌های بهداشتی در کشورهای توسعه یافته به این بیماری اختصاص دارد. بر اساس گزارش سازمان بهداشت جهانی حدود نه صد و نوزده میلیون نفر از مردم دنیا از اختلال‌های روانپزشکی رنج می‌برند اما فقط یک سوم آن‌ها برای درمان اقدام می‌کنند. به عبارت دیگر از هر سه الی چهار نفر، یک نفر در طول عمر خود به اختلالات روانی دچار می‌شود و نیاز به درمان پیدا می‌کند، اما تعداد کمی برای درمان به روانپزشک مراجعه می‌کنند، یا در صورت مراجعه، درمان خود را به جد و درست ادامه نمی‌دهند. [۱ و ۲] اسکیزوفرنی یکی از اختلالات شدید، پیچیده، و با علل چندگانه در زمینه روان محسوب می‌شود. مشخصه این بیماری از کارافتادن فرآیندهای فکری، پاسخگویی عاطفی ضعیف، رفتار اجتماعی غیرعادی و ناتوانی در درک واقعیت است که معمولاً به صورت توهمات، هذیان‌ها یا تکلم و تفکر آشفته خود را نشان می‌دهد و با اختلال در عملکرد اجتماعی یا شغلی همراه است. این اختلال فکر به صورت دشواری حفظ و تمرکز توجه، شکل گرفتن و شکل دادن مفاهیم در ذهن آشکار می‌گردد. [۳ و ۴] امروزه به دنبال جنبش موسسه زدایی، مسوولیت عمده مراقبت از بیماران مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی بر بعهده خانواده‌ها قرار دارد. [۵] یکی از اهداف سازمان بهداشت جهانی نیز توجه به نقش اعضای خانواده در مراقبت از این بیماران است. [۶] چون خانواده، مهمترین و بهترین حامی اجتماعی این بیماران محسوب می‌شوند. مراقبت بیماران اسکیزوفرنی فشار روانی زیادی را بر خانواده‌ها تحمیل می‌کند، به طوری که منجر به کاهش سلامت جسمانی و روانی آنان و کاهش کیفیت مراقبت از این بیماران می‌شود. [۷ و ۸] نیاز به حمایت طولانی مدت روانی-اجتماعی و کاهش مادام‌العمر بهره‌وری می‌تواند باعث آسیب‌ها روانی اجتماعی جسمی و اقتصادی بر خانواده‌ها و مراقبان اصلی این بیماران شود. [۹] خانواده‌ها نه تنها باید مراقبت‌های اولیه را برای بیماران فراهم کنند، بلکه باید بتوانند این اختلالات را مدیریت و کنترل کنند. به علاوه مساله‌های و مشکلاتی که مراقبین و خانواده‌ها با آن مواجه‌اند به جای حمایت، مورد غفلت و بی‌توجهی قرار گرفته‌اند و با مشکلات متعددی دست به گریبان می‌باشند. [۱۰]

عمده مشکلات و بار روانی تحمیل شده به خانواده این گروه از بیماران، متاثر از مشکلات اقتصادی، واکنش عاطفی پراسترس ناشی از نیاز به تطابق با اختلال، تغییر فعالیت‌های روزمره خانواده و محدودیت‌های مربوط به فعالیت‌های اجتماعی است. [۱۱] به طور کلی تجربه بیماری عمیقاً سلامت روانی و جسمانی اعضای خانواده را تحت تاثیر قرار می‌دهد به نحوی که به آن‌ها بیماران پنهان می‌گویند. [۱۲] یکی از مهمترین موضوعاتی که در خصوص این خانواده‌ها باید به آن توجه شود میزان تاب‌آوری است. تاب‌آوری به‌عنوان اطمینان فرد به توانایی‌هایش برای غلبه بر تنش یا توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی روانی، در شرایط ناگوار تعریف شده است. [۱۳] با توجه به تحقیقات صورت گرفته تاب‌آوری یکی از مفاهیم و سازه‌های بهنجار مورد توجه و مطالعه روانشناسی مثبت‌گراست و به فرایند پویای انطباق مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار اطلاق می‌شود. [۱۴] تاب‌آوری نقش میانجی بسیار مهمی در جلوگیری یا بروز خیلی از اختلال‌های روانپزشکی از خود نشان می‌دهد و به واسطه کاهش هیجان‌های منفی و افزایش سلامت روان، رضایت بیشتر از زندگی را در پی دارد و به‌عنوان منجی برای تسهیل غلبه بر مشکلات، مقاومت در برابر استرس و از بین بردن اثرات روانی آن‌ها عمل می‌نماید. [۱۵]

در این پژوهش از نظریه روانشناسی مثبت‌گرای سلیگمن به‌عنوان مبنای نظری پژوهش استفاده شده است. دیدگاه این نظریه بر این است که ویژگی‌های کارآمد و توانایی‌هایی در انسان وجود دارند که مانند سپری از او در برابر مساله‌ها و مشکلات زندگی محافظت می‌کنند. روانشناسی مثبت‌گرا به دنبال آن است که تصویری زیبا و ارزشمند از زندگی به نمایش گذاشته و افراد را توانمندتر و استعدادشان را شکوفا سازد. [۱۶]

در مطالعه ووس و همکاران بیش از یک سوم مراقبین شدید و خیلی شدید دچار افسردگی‌شده‌اند. هشتاد و دو درصد از آن‌ها دچار اختلال در خواب، شصت و نه درصد احساس خستگی یا فقدان انرژی، سی و نه درصد دچار عصبانیت، بیست و نه درصد تشخیص بیماری مرتبط با استرس نیز دارند و تنها بیست و پنج درصد مراقبین احساس رضایت از زندگی

منفی موقعیت‌های زندگی از افراد محافظت می‌کند. [۲۲]

مطالعاتی که تاکنون صورت گرفته در جهت کاهش استرس، اضطراب و افسردگی این گروه از خانواده‌ها به‌منظور افزایش تاب‌آوری آن‌ها بوده است. حال آنکه بار مراقبتی خانواده خود به‌عنوان یک موضوع مهم و قابل سنجش مطرح است زیرا مسوولیت مراقبت از بیماران روان بیشتر بر عهده اعضای خانواده می‌باشد و فشار مراقبتی ارتباط مستقیمی با نیازهای بیماران دارد. اکثر مراقبین بیماران روانی، فشار مراقبتی شدیدی را تجربه می‌کنند حال آنکه به این موضوع در تحقیقات داخلی کمتر پرداخته شده است. لذا هدف این پژوهش پاسخ این سوال است: آیا آموزش تاب‌آوری بر کاهش بار مراقبتی خانواده‌های دارای بیمار مبتلا به اسکیزوفرنی موثر است؟

را گزارش کرده‌اند. [۱۷] نتایج برخی مطالعات، بیشترین بار روانی ایجاد شده توسط بیماران را به عوامل مرتبط با رفتار آنان و اختلال در نقش‌های کاری، تحصیلی و شغلی بیماران معرفی کرده‌اند. [۱۸]

نتایج پژوهش مقبل اصفهانی ۱۳۹۸ نشان داد که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد می‌تواند تاب‌آوری خانواده‌های دارای اختلال روانپزشکی را بالا ببرد. [۱۸] بر اساس پژوهش سولومون ۲۰۰۰ برخی مداخلات درمانی نظیر آموزش، حمایت و روان درمانی می‌تواند تاثیر چشمگیری در کاهش افسردگی، اضطراب و استرس مراقبین خانوادگی داشته باشد و زمینه را برای افزایش کیفیت مراقبت خانواده بیماران فراهم کند. [۱۹] پژوهش تقوی لاریجانی ۱۳۹۸ نشان داد که آموزش روان‌شناختی بر تاب‌آوری خانواده‌های بیماران اسکیزوفرنی موثر است. [۲۰] رحمانی بعد از انجام یک مطالعه اعلام کرد که آموزش روان‌شناختی موجب بهبود نگرش مراقبان خانوادگی نسبت به بیماری روانی می‌شود. [۲۱] شاهی ۱۳۹۶ به بررسی تاثیر آموزش فراشناخت درمانی بر مراقبین این دسته از بیماران پرداخته و نتایج پژوهش وی نشان داد که این نوع درمان باعث کاهش اضطراب مراقبین بیماران مبتلا به اسکیزوفرنی می‌شود. [۱۰] همچنین بر اساس پژوهش سعادت‌تی ۱۳۹۸ تاب‌آوری در مقابل تاثیرات

## روش

پژوهش حاضر از نوع مطالعات کار آزمایی بالینی است که با استفاده از طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل انجام گرفته است. آزمودنی‌ها به روش گمارش تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. جامعه آماری، شامل خانواده و مراقبین بیماران مبتلا به اختلال اسکیزوفرنیا است که طی نیمه دوم سال ۱۳۹۸ بیمار خود را در بیمارستان روانپزشکی بستری کرده‌اند. برای این منظور، بیمارستان روزبه به‌عنوان محیط آزمایش انتخاب شد. بیمارستان روزبه یکی از مهمترین بیمارستان‌های تخصصی حوزه روانپزشکی می‌باشد که دو بست و بیست و چهار تخت فعال دارد و زیرمجموعه دانشگاه علوم پزشکی تهران محسوب می‌شود. در مرحله اول بر اساس مرور منابع و نظر استادان و متخصصان حوزه مددکاری اجتماعی و روانپزشکی، تعداد سی و شش نفر از مراقبین خانوادگی بیماران مبتلا به اسکیزوفرنیا که معیارهای ورود به مطالعه را داشتند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. بعد از بیان توضیحات و جلب رضایت کامل از آن‌ها رضایت‌نامه کتبی گرفته شد. خانواده‌ای که حاضر به همکاری شدند و شرایط ورود به مطالعه را داشتند برای ورود به پژوهش دعوت شدند. در مرحله دوم شرکت‌کنندگان به‌طور تصادفی در دو گروه آزمون و کنترل در هر گروه هجده نفر تقسیم شدند. مداخله افزایش تاب‌آوری بر روی گروه آزمون انجام شد و گروه کنترل هیچ‌گونه مداخله‌ای دریافت نکردند.

## ملاک‌های ورود و خروج

این مداخله توسط یکی از مددکاران اجتماعی بیمارستان با چهار سال سابقه فعالیت در حوزه روانپزشکی و همچنین یکی از روانشناسان با سابقه و به‌صورت گروهی بر روی حداقل یکی از اعضای خانواده بیماران مبتلا به اسکیزوفرنیا که بیمارشان در بیمارستان روانپزشکی روزبه بستری شده بود، صورت گرفت. به‌منظور جلوگیری از ریزش شرکت‌کنندگان شماره تماس از تمامی افراد گروه آزمون گرفته شد تا طی هفته‌هایی که مداخلات انجام می‌گیرد پیگیری و مشاوره تلفنی نیز انجام شود. با این وجود از این تعداد تا پایان جلسات سه نفر از گروه آزمون ریزش داشتند.

**ورود:** مراقب باید عضو خانواده بیمار و مراقب اصلی وی باشد. حداقل شش ماه از بیمار مراقبت کرده باشد. داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتن. رضایت آگاهانه و علاقمند بودن به همکاری. **خروج:** بی‌تمایلی به ادامه همکاری. شرکت نکردن در بیش از دو جلسه.

**همکاران:** این ابزار در سال ۱۹۹۸ توسط زاریت و همکاران جهت اندازه گیری بار مراقبتی ساخته شد که شامل بیست و دو سوال در مورد فشارهای شخصی، اجتماعی، عاطفی و اقتصادی است در این ابزار، فشار مراقبتی در مراقبین بر اساس سوالات به دو گروه عینی و ذهنی نیز تقسیم می شود. بر اساس این تقسیم بندی، در پرسشنامه فشار مراقبتی زاریت سه سوال دو، سه و پانزده فشار مراقبتی عینی و سه سوال هفت، هشت و چهارده فشار مراقبتی ذهنی و مابقی سوالات بار مراقبتی عمومی را می سنجدند. این پرسشنامه، بر درجه بندی پنج گانه لیکرت صورت بندی شده است. برای محاسبه امتیاز کلی پرسشنامه، نمره همه گویه های پرسشنامه با هم جمع می شود. بر این اساس، مجموع نمرات حاصل از صفر تا هشتاد و هشت متغیر است. نمره پایینتر، نشان دهنده بار مراقبتی کمتر می باشد. مجموع امتیازات کسب شده توسط هر مراقب، بار مراقبتی مراقب را نشان می دهد. کمترین و بیشترین شدت بار مراقبتی برای هر سوال به تفکیک گزارش می شود. نمره های صفر تا بیست کم بودن یا نبود فشار مراقبتی، نمره بیست و یک تا چهل فشار مراقبتی متوسط و نمره چهل و یک تا هشتاد و هشت فشار مراقبتی شدید را نشان می دهد. [۲۳] سلمانی ۱۳۹۲ و بیگ تبریزی ۱۳۹۴ در مطالعاتی جداگانه این ابزار را مورد استفاده قرار دادند و ضریب آلفای کرونباخ را به ترتیب نود و دو صدم و هفتاد و هفت صدم به دست آوردند که نشان می دهد این ابزار از پایایی مناسبی برخوردار است. [۲۴ و ۲۵] همچنین طالبی و همکارانش ۱۳۹۵ نیز روایی این پرسشنامه را با استفاده از شیوه تعیین روایی محتوایی کمی و با تعیین CVI و CVR انجام دادند. نظر یازده عضو هیات علمی دانشکده پرستاری نشان داد که ابزار فشار مراقبتی در بعد CVR دارای روایی محتوایی قابل قبول در تمامی عبارات می باشد. در بعد CVI امتیازات کسب شده بین هفت دهم تا یک بود که مناسب بودن عبارات را در ابعاد سادگی، مربوط بودن و وضوح نشان می دهد. [۲۶] در این پژوهش از برنامه آموزش مولفه های تاب آوری هندرسون و میلستسن که در سال ۱۹۹۷ در ایالات متحده آمریکا به اجرا درآمد، برای افزایش تاب آوری در گروه آزمون استفاده شد.

**روش اجرای:** هر دو گروه پرسشنامه مشخصات جمعیت شناختی و بار مراقبتی را تکمیل کردند؛ سپس گروه آزمون در جلسات تاب آوری شرکت داده شدند اما گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. این برنامه در هشت جلسه نود دقیقه ای اجرا شد و بر اساس پروتکل مذکور، تکنیک های متعددی در زمان اجرای مداخله مورد استفاده قرار گرفت. دو هفته بعد از دریافت مداخله مجدداً بار مراقبتی برای هر دو گروه اندازه گیری شد؛ در این پژوهش بعد از یک ماه پیگیری انجام و مجدداً متغیر وابسته اندازه گیری شد و نهایتاً داده ها با استفاده از آمار توصیفی و استنباطی در نرم افزار SPSS تجزیه و تحلیل شدند. با توجه به این که برای گروه کنترل مداخله ای صورت نگرفته بود، جهت رعایت اصول

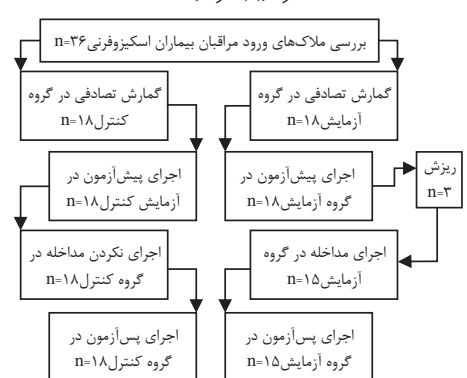
جدول (۱) دیگرام پژوهش

گروه ها	انتخاب تصادفی	پیش آزمون	متعیر مستقل	پس آزمون	پیگیری
گروه آزمایش	RE	T <sub>۱</sub>	X	T <sub>۲</sub>	T <sub>۳</sub>
گروه کنترل	RC	T <sub>۱</sub>	-	T <sub>۲</sub>	T <sub>۳</sub>

جدول (۲) مختصری از پروتکل مداخله افزایش تاب آوری

جلسات // روش // اهداف // موضوع  
 اول // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی // معرفی همدیگر، برقراری ارتباط، تعیین قوانین و اهداف، بیان تعریف ساده از تاب آوری، بیان ارتباط تاب آوری با پیشگیری از انجام رفتارهای پرخطر، بیان ارتباط تاب آوری با کیفیت زندگی // برنامه ارتباط با مخاطبان و آشنا کردن آن ها با بیماری اسکیزوفرن، تاب آوری و قوانین شرکت در کارگاه-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 دوم // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش فکری، داستان گویی // تعریف خودآگاهی، مولفه های اصلی خودآگاهی، شناسایی نقاط قوت و ضعف خود، خودآگاهی نسبت به اهداف آگاهی نسبت به توانمندی های خود و حذف یا کاهش باورهای غیرمنطقی و جایگزین کردن افکار مثبت به جای افکار منفی-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 سوم // سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، بارش فکری، بازی // به دست آوردن درک روشنی از عزت نفس، شناسایی علل و عوامل موثر در تقویت عزت نفس، اهمیت و تاثیر عزت نفس، شناسایی نقاط ضعف خود، کمک به دیگران در تقویت عزت نفس // تقویت عزت نفس، شناسایی نقاط قوت و خودگویی های مثبت و اهمیت نقش مراقبتی مراقبین و تطبیق خود با این نقش بحث خواهد شد-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 چهارم // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش فکری، تمرین و بازی، ایفای نقش // تعریف ساده و روشنی از ارتباط، برقراری ارتباط صحیح با اطرافیان، بی بردن به اهمیت ارتباط در زندگی، آموختن راه برقراری ارتباط را به دیگران // بهبود توانایی مراقبین در مهارت های برقراری ارتباط مثبت با دیگران و نحوه همکاری و همکاری بین اعضای خانواده-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 پنجم // پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش فکری // مراحل حل یک مساله، تفکر درباره یک مساله، حل مشکلات و نمودار کردن راه حل، برای حل مشکلات خود به نوعی خودکارآمدی دست یابند // مساله گشایی و نحوه مدیریت بحران ها-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 ششم // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی // بیان معیارهای صحیح یک تصمیم خوب، اهمیت و ارزش یک تصمیم درست در زندگی، پیش بینی عواقب و نتایج تصمیمات // تصمیم گیری و مسوولیت پذیری و بیان مناسب هیجانات و احساسات-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 هفتم // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش فکری، داستان گویی، بازی نقش // بیان مفهوم خشم، اضطراب و استرس، نشانه های خشم، اضطراب و استرس، علل و پیامدهای خشم، اضطراب و استرس، روش های مدیریت استرس را یاد بگیرند و بتوانند به دیگران یاد بدهند // مدیریت خشم، اضطراب و استرس-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده-تسهیلگر.  
 هشتم // سخنرانی، پرسش و پاسخ، بحث گروهی، بارش فکری، بازی نقش // بتوانند معنویت را از مذهب جدا کنند، از حس معنویت خود بعنوان یک عامل انگیزشی استفاده کنند، به آینده خوشبین و امیدوار شوند، به بی همتایی خود اعتقاد پیدا کنند // الهمدلی و جستجوی معنا، پرورش حس معنویت و ایمان و اختتامه-نقش مددکار اجتماعی آموزش دهنده.

نمودار (۱) نمودار CONSORT



به منظور جمع آوری داده ها از چک لیست اطلاعات فردی شامل اطلاعات دموگرافیک مراقبین و اطلاعاتی مربوط به بیمار آن ها و پرسشنامه بار مراقبتی زاریت استفاده شد. پرسشنامه بار مراقبتی زاریت و

رعایت موازین اخلاقی و فرهنگی متناسب با گروه هدف رعایت شود.

اخلاقی در پایان پژوهش بنا به تمایل ایشان مداخله آموزشی برای آنان نیز برگزار شد و همچنین سعی شد ملاحظات اخلاقی از قبیل رازداری، رعایت کرامت و حقوق شرکت‌کنندگان، کسب رضایت آگاهانه و

## یافته‌ها

جدول (۳) اطلاعات جمعیت شناختی نمونه مورد بررسی

شاخص‌های جمعیت شناختی	گروه	
	آزمایش	کنترل
میانگین سنی مراقبان	۵۰/۶	۴۹/۵
میانگین سنی بیماران	۴۱/۲	۳۷/۴
مدت بیماری	۹/۷	۸/۲
جنس مراقبان	ز: ۶۶/۷٪ م: ۳۳/۳٪	ز: ۵۵/۶٪ م: ۴۴/۸٪
جنس بیماران	ز: ۳۳/۳٪ م: ۶۶/۷٪	ز: ۳۳/۳٪ م: ۶۶/۷٪

ز = زن، م = مرد

جدول (۴) میانگین و انحراف استاندارد بار مراقبتی

متغیر	گروه آزمایش		گروه کنترل	
	پیش‌آزمون	پس‌آزمون	پیش‌آزمون	پس‌آزمون
انحراف میانگین استاندارد	۸/۸۵	۱۸/۲	۳/۳۲	۵۳
	۶۶/۵	۱۲/۹	۵۴/۵	۱۳/۱۷

جدول (۵) آزمون لون و برابری واریانس‌ها، آزمون تی مستقل و آزمون آنالیز کوواریانس در نمرات پیش‌آزمون در دو گروه مداخله و کنترل

نوع آزمون	واریانس	آزمون لون		آزمون تی مستقل		آزمون آنالیز کوواریانس	
		آماره F	معنی‌داری	آماره F	معنی‌داری	آماره F	معنی‌داری
پیش‌آزمون	۲/۰۶۱	۰/۱۶۱	۳/۴۲	۳۱	۵۳/۶	۰/۰۰۱	۰/۹۱۳
آزمون				۳۰	۳/۵۳		

شرکت‌کنندگان این پژوهش به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. در جدول شماره سه اطلاعات جمعیت‌شناختی نمونه مورد مطالعه آورده شده است. نتایج جدول شماره چهار نشان می‌دهد که میانگین و انحراف معیار نمره پیش‌آزمون گروه آزمایش به ترتیب شصت و شش و پنج صدم و هشتاد و پنج صدم و میانگین و انحراف معیار پس‌آزمون این گروه به ترتیب هجده و دو دهم و سه و دو صدم است و میانگین و انحراف معیار نمره پیش‌آزمون گروه کنترل به ترتیب پنجاه و سه و دو دهم و میانگین و انحراف معیار نمره پس‌آزمون این گروه به ترتیب پنجاه و چهار و پنج دهم و سیزده و هفده صدم است. قبل از استفاده از آزمون تحلیل کوواریانس جهت رعایت پیش فرض‌های آن، از آزمون لون استفاده شد. مطابق جدول شماره پنج بر اساس آزمون لون، شرط همسانی واریانس‌ها رعایت شده است. بنابراین آزمون تحلیل کوواریانس قابل اجرا است. نتایج جدول شماره پنج نشان می‌دهد که با کنترل پیش‌آزمون، تفاوت معنی‌داری sig برابر یک هزارم و F برابر پنجاه و سه شش دهم بین بار مراقبتی گروه آزمایش و کنترل وجود دارد. یعنی آموزش تاب‌آوری باعث کاهش بار مراقبتی مراقبان بیماران مبتلا به اختلال اسکیزوفرنی شده است.

## بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که آموزش تاب‌آوری بر کاهش بار مراقبتی مراقبین خانوادگی بیماران اسکیزوفرنی اثر معنادار دارد. که بیانگر موثر بودن مداخله و کاهش بار مراقبتی گروه هدف بوده است. لذا نتایج حاصل از این پژوهش با نظریه مثبت‌گرایی سلینگمن همراستا است چرا که هدف اصلی این نظریه ایجاد تسهیل در تغییر از اشتغال صرف با ترمیم بدترین چیزها در زندگی، به سمت به‌وجود آوردن کیفیت‌های مثبت است. این نظریه به دنبال توانایی‌های سالم، جاه طلبی‌ها، تجربیات زندگی مثبت و توانایی‌های افراد است. [۱۶] برنامه‌های آموزش تاب‌آوری خوش‌بینی و کنترل درونی را در این افراد افزایش می‌دهد. افراد خوش‌بین در هنگام رویارویی با شرایط چالش برانگیز، حالت اطمینان و پایدار دارند و باور دارند که می‌توانند در برابر ناملايمات به شیوه موفقیت آمیزی رفتار کنند. این رفتار در نگرش نسبت به ناملايمات در شیوه‌های مقابله با فشار روانی افراد تاثیر می‌گذارد.

نتایج حاصل از این پژوهش با مطالعات قبلی اصفهانی، [۱۸] سولومون، [۱۹] تقوی لاریجانی، [۲۰] شاهی [۱۰] و سعادت [۲۲] همسو است. چرا که در نتایج همگی این پژوهش‌ها آمده است که مداخلات آموزشی روانی اجتماعی می‌تواند تاثیر بسزایی در بالا بردن تاب‌آوری و کاهش بار مراقبتی مراقبان بیماران به‌ویژه مراقبان بیماران روان داشته باشد.

با بالا بردن تاب‌آوری مراقبان می‌توان به آن‌ها کمک کرد تا به ویژگی‌هایی از قبیل استقلال فکری و خلاقانه، خوش‌بینی، پشتکار و استقامت، مهارت حل مشکلات و تعارضات پی‌ببرند. با داشتن این ویژگی‌ها و آموزش و تقویت آن‌ها، می‌توان به افراد خصوصاً مراقبین خانوادگی افراد مبتلا به اسکیزوفرنیا، کمک کرد تا با این مهارت‌های مقابله‌ای موثر و کارآمد بتوانند به وضعیت مطلوب و پیشرفت حاصل گردند.

با توجه به این که مراقبان بیماران اسکیزوفرنیا با استرس‌های زیادی که ناشی از مراقبت از این بیماران می‌باشد، روبرو

**محدودیت‌ها:** از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، تعداد محدود آزمودنی‌ها بود؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی تعداد نمونه بیشتری انتخاب شوند. همچنین مطالعه حاضر در شهر تهران بیمارستان روزبه انجام گرفت و قابل تعمیم به دیگر نقاط کشور نیست، بنابراین پیشنهاد می‌شود مطالعات مشابه در سایر مناطق کشور انجام شود و نتایج آن با شهر تهران مقایسه شود. همچنین با توجه به اهمیت تاب‌آوری در مراقبین خانوادگی بیماران روانپزشکی، پیشنهاد می‌شود مطالعات دیگری با حجم نمونه بیشتر و با هدف شناسایی سایر عوامل مرتبط با تاب‌آوری در مراقبین و همچنین شناسایی سایر مشکلات روانی از جمله استرس و اضطراب صورت گیرد تا بتوان پژوهش‌های مداخله‌ای دیگری نیز در جهت افزایش مهارت‌های زندگی برای مقابله با عوامل تنش‌آفرین روانی اجتماعی اجرا نمود.

**پیشنهادها:** پیشنهاد می‌شود این مداخله برای مراقبین سایر بیماران روانی نیز انجام شود. به دلیل مشکلات زیاد بیماران اسکیزوفرنی و فقر مالی اکثریت خانواده‌های دارای این بیماران پیشنهاد می‌شود کارگاه‌های رایگان تاب‌آوری در سرای محله شهرداری‌ها برگزار شود. همچنین به ارگان‌هایی از قبیل بیمارستان‌ها، سازمان بهزیستی، مراکز مشاوره و زندان‌ها پیشنهاد می‌شود که آموزش این راهبرد مقابله‌ای موثر در برابر حوادث فشار افزا را در برنامه‌های خود بگنجانند و از آموزش تاب‌آوری در گروه‌های دیگر از قبیل نوجوانان، سربازان و سالمندان بهره گیرند.

هستند، نیاز به استفاده از راهکارهای ارتقای سلامت جسم و روان این افراد مطرح است و از آنجایی که مراقبین خانوادگی، قربانیان خاموش و از اعضای کلیدی مراقبت از بیماران اسکیزوفرنیا محسوب می‌شوند، برنامه آموزش تاب‌آوری که رویکردی چندبعدی است و در افکار، عواطف و رفتارهای مرتبط با افراد و مراقبان مداخله می‌کند، می‌تواند تاثیر بسزایی در کاهش استرس و افزایش مهارت‌های ارتباطی در آن‌ها داشته باشد. یافته‌های این مطالعه به مددکاران اجتماعی و سایر عرضه دهندگان مراقبت‌های بهداشتی کمک می‌کند که از مدل تاب‌آوری و یا مدل‌های مشابه برای بهبود سطح سلامت، افزایش ظرفیت بازگشتن از دشواری‌ها و توانایی درترمیم خویشتن، افزایش عملکرد اجتماعی، اقتصادی و رفاهی و پیش برد سطح تحمل مراقبین و برای مراقبت و آموزش در کار با خانواده‌های بیماران مبتلا به اختلالات روانپزشکی استفاده کنند.

## منابع

## References:

- Stein DJ, Phillips KA, Bolton D, Fulford KW, Sadler JZ, Kendler KS. What is a mental/psychiatric disorder? From DSM-IV to DSM-V. *Psychol Med*. 2010 Nov;40(11):1759-65. doi: 10.1017/S0033291709992261. Epub 2010 Jan 20. PMID: 20624327; PMCID: PMC3101504. 2010. 40(11): p. 1759-1765.
- Bockting WO, Miner MH, Swinburne Romine RE, Hamilton A, Coleman E. Stigma, mental health, and resilience in an online sample of the US transgender population. *May*;103(5):943-51. doi: 10.2105/AJPH.2013.301241. Epub 2013 Mar 14. PMID: 23488522; PMCID: PMC3698807. *American Journal of Public Health*, 2013. 103(5): p. 943-951.
- Uno Y, Coyle JT. Glutamate hypothesis in schizophrenia. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*. 2019;73(5):204-15.
- Karlsson H, Dalman C. Epidemiological studies of prenatal and childhood infection and schizophrenia. *Neuroinflammation and Schizophrenia*: Springer; 2019. p. 35-47.
- Chan SW-c. Global perspective of burden of family caregivers for persons with schizophrenia. *Archives of Psychiatric Nursing*. 2011;25(5):339-49.
- Shamsai F, Mohammadkhan Kermanshahi S, Vanaki Z. Meaning of health from the viewpoint of family members who take care of patients with bipolar disorder: A qualitative study. *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2012;22(90):52-65. [Persian]
- Haresabadi M, Bibak B, Bayati M, Arki M, Akbari H. Assessing burden of family caregivers of patients with schizophrenia admitted in Imam Reza Hospital-Bojnurd 2010. *Journal of North Khorasan University of Medical Sciences*. 2012;4(2):165-71.[Persian]
- Girma E, Möller-Leimkühler AM, Dehning S, Mueller N, Tesfaye M, Froeschl G. Self-stigma among caregivers of people with mental illness: Toward caregivers' empowerment. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*. 2014;7:37.
- Chime N, Malakoti S, Pennaghi L, Ahmadabadi Z, Nojomi M, Ahmadi Tonekaboni A. Factors affecting

burnout and mental health among caregivers of patients with schizophrenia. *Journal of Family Research*. 2008;4(15):277-92.

10. Shaheri K, Moradi Baglooei M, Sarichloo M E, Alipour M. Examining the effect of metacognitive group therapy on anxiety among caregivers of hospitalized patients with Schizophrenia. *Journal of Psychiatry*. 2017;5(5):34-42. [Persian]

11. Shirazi E, Shabani A, Hakim Shooshtari M, Ghadiri Vasfi M. Definition of cycle and episode in rapid cycling bipolar disorder: An area of debate in diagnosis and research. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2017;23(3):254-9. [Persian]

12. Kristjanson LJ, Aoun S. Palliative care for families: Remembering the hidden patients. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2004;49(6):359-65.

13. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*. 2003;18(2):76-82.

14. Luthar, Cicchetti, Becker, editors. *The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work*. Child Development; 2000.

15. Lök N, Bademli K. The relationship between the perceived social support and psychological resilience in caregivers of patients with schizophrenia. *Community Mental Health Journal*. 2020:1-5.

16. Sardary B, Khalili S. The effectiveness of positive psychology-based intervention on reducing emotional regulation problems in adolescents with symptoms of eating disorders. *Journal of Psychological Sciences*. 2019;18(76):478-. [Persian]

17. Voss C, Tasmania C, editors. *Hope, empowerment, resilience and outcomes for carers*. Carers NSW Biennial Conference, Brighton-le-Sands, New South Wales, Australia; 2011.

18. Moghbel Esfahani S, Haghayegh SA. The effectiveness of acceptance and commitment therapy on resilience, meaning in life, and family function in family caregivers of patients with Schizophrenia. *The Horizon of Medical Sciences*. 2019;25(4):298-311. [Persian]

19. Solomon P. Interventions for families of individuals with schizophrenia. *Disease Management and Health Outcomes*. 2000;8(4):211-21.

20. Taghavilarijani T, Noughani F, Danandehfard S. The effect of family psychological group training on resilience of the families of schizophrenic patients. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*. 2019;7(2):83-9. [Persian]

21. Rahmani F, Ebrahimi H, Ranjbar F, Asghari E. The effect of group psychoeducational program on attitude toward mental illness in family caregivers of patients with bipolar disorder. *Journal of Hayat*. 2016;21(4):65-79. [Persian]

22. Ghezelsefloo M, Saadati N, Yousefi Z, Zamanpour M. Study the Effect of Resilience Training on Reducing Stress and Communication Problems in the Primary Caregivers of the Elderly With Alzheimer Disease. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2019; 14 (3) :284-297

23. Kühnel MB, Ramsenthaler C, Bausewein C, Fegg M, Hodiamont F. Validation of two short versions of the Zarit Burden Interview in the palliative care setting: A questionnaire to assess the burden of informal caregivers. *Supportive Care in Cancer*. 2020:1-9.

24. Salmani N, Ashktorab T, Hasanvand S. Care burden and related factors in patient care of the oncology department of Vali Shah Hospital in Yazd. *Scientific-Research Journal of the School of Nursing and Midwifery*. 2013;23(84):11-77. [Persian]

25. Beigtabrizi L, Navab E, Farokhzade Afshar P, Asadi Noghabi A, Haghani H. The effect of behavioral-cognitive interventions on the care burden of family caregivers for the elderly with Alzheimer's. *Journal of Hayat*. 2015;21(1):94-102. [Persian]

26. Talebi M, Mokhtari Lake N, Rezasoltani P, Kazemnejad E, Shamsizadeh M. Care burden in caregivers of patients with dialysis kidney failure. *Comprehensive Nursing and Midwifery Quarterly*. 2015;26 ( 80): 59-68. [Persian]