

اثر بخشی درمان متمرکز بر هیجان روی کسانی که مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفته اند: گزارش موردی

ابراهیم اکبری^۱، حمید پور شریفی^۲، صمد فهیمی^۱

مقدمه: درمان متمرکز بر هیجان به مراجعان کمک می کند تا عقل هیجانی خود را افزایش دهند تا بتوانند با استفاده از هیجانانشان، بر مشکلات هیجانی خود غلبه کنند، از این رو فراخوانی هیجانی، عامل بسیار مهمی در روان درمانی است؛ هیجان هم عامل تغییر و هم نتیجه تغییر است و به هیجان با دید مثبت می نگرد، زیرا آن پیامی از ما به خودمان است. در پژوهش حاضر سعی شده است تا اثربخشی این نوع درمان در بهبود افرادی که مورد سوء استفاده جنسی قرار گرفته، مورد بررسی قرار گیرد. **روش:** این پژوهش در چارچوب طرح تجربی تک موردی با استفاده از طرح خطوط پایه چندگانه پلکانی طی ۶-۸ جلسه روی آزمودنی ها (سه دختر) با پیگیری یک ماهه، اجرا شد. ابزار مورد استفاده شامل پرسشنامه افسردگی Beck، پرسشنامه نشخوار فکری RRS، عزت نفس روزنبرگ و مقیاس PTSD بود. **یافته ها:** نتایج پژوهش نشان می دهد، درمان متمرکز بر هیجان، موجب کاهش معنادار افسردگی، نشخوار فکری و استرس پس از سانحه و نیز افزایش معنادار عزت نفس در آزمودنی ها شده است. به علاوه این نتایج در دو نوبت پیگیری ۱ ماهه مؤثر بوده است. **نتیجه گیری:** تا زمانی که "فرد مورد سوء استفاده قرار گرفته" هیجانان خود را در مورد واقعه ای که برایش اتفاق افتاده برای خود روشن نکند و نداند که در مورد فردی که او را مورد آزار قرار داده چه حسی و هیجانی دارد؛ عصبانیت؟ ضعف؟ تحقیر؟ و... قادر نخواهد بود به هیجانان اولیه و فرا هیجانان خود دست یابد و با این مسئله کنار بیاید، زندگی عادی خود را بگذراند. با توجه به نتایج پژوهش، می توان نتیجه گرفت که درمان متمرکز بر هیجان، به آزمودنی کمک می کند آن دسته از پاسخهای هیجانی که زیر بنای موقعیت های استرسزا است را تجربه و مجدداً پردازش کند و این بازپردازشی الگوهای تعاملی هیجانی، او را قادر می سازد که تجارب جدیدی از خود فراهم سازد و به شیوه ای کاملاً متفاوت و سازنده عمل کند.

کلیدواژه: درمان متمرکز بر هیجان، سوء استفاده جنسی، استرس پس از سانحه

^۱ - دانشجوی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه تبریز

^۲ - روانشناس، استادیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تبریز