

## Research Paper

## Effect of Hope Therapy-based Education on the Rumination of Women With Breast Cancer

Mojgan Jahantigh<sup>1</sup>, Niloofar Kondori Fard<sup>2</sup>, \*Nasrin Rezaee<sup>3</sup>

**Citation** Jahantigh M, Kondori Fard N, Rezaee N. [Effect of Hope Therapy-based Education on the Rumination of Women With Breast Cancer (Persian)]. Iran Journal of Nursing. 2023; 35(139):454-465. <https://doi.org/10.32598/ijn.35.139.67.6>

**doi** <https://doi.org/10.32598/ijn.35.139.67.6>

**ABSTRACT**

**Background & Aims** Breast cancer is one of the common diseases in women that endangers their physical and mental health. Rumination is one of the psychological problems in these women. The present study aims to determine the effect of an educational program based on hope therapy on the rumination of women with breast cancer.

**Materials & Methods** This is a quasi-experimental study. The study population consist of all women with breast cancer referred to the chemotherapy departments of hospitals affiliated to Zahedan University of Medical Sciences. The sampling was done using a continuous method. Then, the samples were divided into intervention (n=50) and control (n=50) groups randomly by lottery method. The intervention was conducted at eight group sessions, twice a week. The data collection tools were a demographic form and the Ruminative Response Scale (RRS). The data were analyzed in SPSS software, verion 16.

**Results** The mean score of rumination before the intervention was not significantly different between the two groups (P=0.29). After the intervention, the difference between the two groups was significant (P=0.0001). The paired t-test results showed a significant difference in the mean score of rumination before and after the intervention in the intervention group (P=0.003), but there was no significant difference in the control group (P=0.89).

**Conclusion** Education based on hope therapy can positively affect the rumination of women with breast cancer. By an hope therapy-based intervention, the disturbing thoughts, which are mostly related to disease and despair, can be reduced in women with breast cancer experiencing rumination.

**Received:** 19 Jun 2022

**Accepted:** 22 Dec 2022

**Available Online:** 01 Jan 2023

**Keywords:**

Hope therapy, Breast cancer, Rumination

1. Department of Nursing, Community Nursing Research Center, Faculty of Nursing and Midwifery, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.
2. Department of Nursing, Faculty of Nursing and Midwifery, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran.
3. Department of Psychiatric Nursing, Faculty of Nursing and Midwifery, Zahedan University of Medical sciences, Zahedan, Iran.

**\* Corresponding Author:**

**Nasrin Rezaee, PhD.**

**Address:** Department of Psychiatric Nursing, Faculty of Nursing and Midwifery, Zahedan University of Medical sciences, Zahedan, Iran.

**Tel:** +98 (915) 3411705

**E-Mail:** [nasrin\\_rezaee2005@yahoo.com](mailto:nasrin_rezaee2005@yahoo.com)

## Extended Abstract

### Introduction

Cancer is one of the most important diseases of the century and the third leading cause of death in the world. Breast cancer is one of the most common types of cancer among women. Breast cancer accounts for one-third of all cancer cases in women and is the most common malignancy of women worldwide. The incidence of breast cancer in Iranian women is increasing. This disease endangers various aspects of physical and mental health in women. The patients with cancer have different behaviors when facing the disease and continuing the treatment process. Their belief that the breast cancer is a fatal disease and their lack of hope can lead to rumination in them. Rumination is one of the psychological problems that develop hopelessness in women with breast cancer. Rumination refers to obsessive thinking about an idea or situation; and are repeated without dependence on environmental demands. Rumination can increase the effects of negative mood on problem solving and motivation. Considering the psychological effects of cancer, the use of psychological treatments and training can be important in reducing the psychological effects of breast cancer. The present study aims to determine the effect of training based on hope therapy on the rumination of women with breast cancer.

### Methods

This is a quasi-experimental study that was conducted in 2019. The study population consist of all women with breast cancer referred to chemotherapy departments of hospitals affiliated to [Zahedan University of Medical Sciences](#). The sampling was done using a continuous method to select samples from among the patients who met the criteria. Then, the samples were divided into intervention (n=50) and control (n=50) groups randomly by lottery method. The inclusion criteria were: Completing a course of chemotherapy, not having a history of metastasis (according to the patient records), no mental disorders before the diagnosis of cancer according to the patient report, not suffering from other chronic physical diseases, not experiencing traumatic events in life such as divorce or the death of loved ones, the ability to participate in group therapy sessions, and not participating in other educational programs at the same time. Exclusion criteria were absence from more than one educational session and worsening of the patient's condition during the intervention. The intervention was conducted at eight group sessions, twice a week. Education based on hope therapy is a therapeutic

program designed based on Snyder's theory of hope in order to increase hopeful thinking. In this program, the participants were first got familiar with the principles of hope theory and then they were taught how to apply these principles in their lives.

The data collection tools included a demographic form and the Ruminative Response Scale (RRS) designed by Nolen-Hoeksema which has 22 items rated on a Likert scale as: 1= almost never, 2= sometimes, 3= often, and 4= almost always. The total score ranges from 22 to 88. A higher score indicates higher rumination. The data were analyzed in SPSS software, version 16 using descriptive statistics (mean, standard deviation, percentage, frequency) and inferential statistics (independent t-test and paired t-test). The significance level was set at 0.05.

### Results

The mean age of patients was  $48.04 \pm 6.82$  years in the intervention group and  $47.72 \pm 5.59$  years in the control group. Most of the participants in both groups (68% in the intervention group and 72% in the control group) had no family history of breast cancer. In addition, 50% of women in the intervention group and 47% of women in the control group had undergone mastectomy. The mean score of rumination before the intervention was not significantly different between the two groups ( $P=0.29$ ). After the intervention, the difference between the two groups was significant ( $P=0.0001$ ). The paired t-test results showed a significant difference in the mean score of rumination before and after the intervention in the intervention group ( $P=0.003$ ), but there was no significant difference in the control group ( $P=0.89$ ).

### Conclusion

The findings showed that education based on hope therapy can positively affect the rumination of women with breast cancer. By hope therapy-based intervention, the disturbing thoughts, which are mostly related to disease and despair can be reduced in women with breast cancer experiencing rumination. It is recommended that an educational intervention based on hope therapy be implemented in oncology departments. Considering that women with breast cancer suffer from extensive psychological problems and, on the other hand, their emotional conditions are very effective in improving their physical health, it is recommended that the nurses pay attention to mental health of these women who are involved in disturbing and obsessive thoughts, in addition to their physical health.

## Ethical Considerations

### Compliance with ethical guidelines

This study was approved by the ethics committee of [Zahedan University of Medical Sciences](#) (Code: IR.ZAUMS.REC.1399.083).

### Funding

This study was extracted from a master thesis in Psychiatric Nursing. It was funded by [Zahedan University of Medical Sciences](#).

### Authors' contributions

The authors contributed equally to the preparation of this article.

### Conflict of interest

The authors had no conflicts of interest.

### Acknowledgments

The authors would like to thank all the women participated in this study for their contribution.

مقاله پژوهشی

تأثیر آموزش مبتنی به امیددرمانی بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان

مزگان جهانتیغ<sup>۱</sup>، نیلوفر کندری فرد<sup>۲</sup>، نسرین رضایی<sup>۳</sup>

Use your device to scan and read the article online



**Citation** Jahantigh M, Kondori Fard N, Rezaee N. [Effect of Hope Therapy-based Education on the Rumination of Women With Breast Cancer (Persian)]. Iran Journal of Nursing. 2023; 35(139):454-465. <https://doi.org/10.32598/ijn.35.139.67.6>

**doi** <https://doi.org/10.32598/ijn.35.139.67.6>

چکیده

تاریخ دریافت: ۲۸ تیر ۱۴۰۱

تاریخ پذیرش: ۰۱ دی ۱۴۰۱

تاریخ انتشار: ۱۱ دی ۱۴۰۱

**زمینه و هدف:** سرطان پستان از بیماری‌های شایع زنان است که سلامت جسمی و روانی آنان را به مخاطره می‌اندازد. نشخوار فکری از مشکلات روان‌شناختی این زنان است. بنابراین پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش مبتنی بر امید درمانی بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان انجام شد.

**روش بررسی:** این یک مطالعه نیمه‌تجربی است. تمام زنان مبتلا به سرطان پستان مراجعه‌کننده به بخش‌های شیمی‌درمانی دانشگاه علوم پزشکی شهر زاهدان جامعه پژوهش را تشکیل دادند. نمونه‌گیری در ابتدا به شیوه مستمر بود. سپس نمونه‌ها به روش تخصیص تصادفی در دو گروه آزمایش (۵۰ نفر) و کنترل (۵۰ نفر) قرار گرفتند. مداخله به مدت ۸ جلسه گروهی و ۲ بار در هفته انجام شد. ابزار گردآوری داده‌ها شامل فرم اطلاعات فردی و پرسش‌نامه نشخوار فکری بود. داده‌ها به کمک نسخه ۱۶ نرم‌افزار SPSS تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** میانگین نمره نشخوار فکری قبل از مداخله تفاوت آماری معناداری بین دو گروه نداشت ( $P=0/29$ )، اما بعد از مداخله گروه درمانی مبتنی بر امید درمانی مقایسه میانگین نمره نشخوار فکری در دو گروه معنادار بود ( $P=0/001$ ). آزمون آماری تی زوجی نشان داد بین میانگین نمره نشخوار فکری قبل و بعد از مداخله در گروه مداخله ( $P=0/003$ )، تفاوت آماری معناداری وجود داشت، در گروه کنترل در میانگین نمره نشخوار فکری تفاوت آماری معناداری یافت نشد ( $P=0/89$ ).

**نتیجه‌گیری:** یافته‌ها نشان داد آموزش مبتنی بر امید درمانی، بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان مؤثر است. این نتایج نشان می‌دهد زنان مبتلا به سرطان پستان که درگیر مشکلاتی همچون نشخوار فکری هستند با مداخله مبتنی بر امید درمانی افکار مزاحم آن‌ها که بیشتر حول وحوش بیماری و ناامیدی است، کاهش می‌یابد.

کلیدواژه‌ها:

امیددرمانی، سرطان پستان، نشخوار فکری

۱. گروه پرستاری، مرکز تحقیقات پرستاری جامعه، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.
۲. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.
۳. گروه روان‌پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران.

\* نویسنده مسئول:

دکتر نسرین رضایی

نشانی: زاهدان، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، دانشکده پرستاری و مامایی، گروه روان‌پرستاری.

تلفن: ۳۴۱۱۷۰۵ (۹۱۵) ۹۸+

رایانامه: [nasrin\\_rezaee2005@yahoo.com](mailto:nasrin_rezaee2005@yahoo.com)

## مقدمه

بر درمان و ارتباط با مراقبان بیمار اثر منفی می‌گذارد که می‌تواند با پیش‌آگهی خوبی همراه نباشد [۹]. علاوه بر این، نشخوار فکری درباره عود مجدد سرطان یا مسائل مرتبط با دوره درمان، باعث به وجود آمدن ناراحتی‌های روانی در کنار مشکلات جسمی و دوره سخت درمان برای بیماران مبتلا به سرطان می‌شود و آن‌ها را در شرایط سخت روانی قرار می‌دهد [۶]. مطالعه لی و همکاران نیز نشان داد نشخوار فکری با افزایش سرعت پیشرفت علائم سرطان، متاستاز و درد در بیماران سرطانی افسرده همراه است [۸].

مطالعات نشان دادند، نه تنها در روند درمان این بیماری باید به سلامت جسمی بیماران توجه کرد، بلکه باید به سلامت روان آنان نیز توجه داشت. در همین راستا، مطالعات روان‌شناختی با رویکردهای مختلفی انجام شده است. مطالعه کارآموزان و همکاران نشان داد مدیریت استرس باعث بهبود خودکارآمدی و افزایش شادکامی بیماران مبتلا به سرطان پستان شده است [۷]. با وجود این برخی مطالعات نشان می‌دهند غمگینی و ناامیدی این بیماران با هدف از زندگی ارتباط دارد [۶، ۸]. بیماران مبتلا به سرطان در مسیر آزمایشات درمانی امید خود را از دست می‌دهند و ناامیدی ادامه روند درمان را با مشکل روبه‌رو می‌کند. امید، عاملی اساسی در زندگی این بیماران است [۹]. با اینکه سرطان، سلامت روان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، اما به نظر می‌رسد بزرگترین مسئله برای بیمار غمگینی و ناامیدی او است [۱۰]. درمان‌های مبتنی بر امیددرمانی تاکنون توانسته بر امید، سلامت [۱۱] و شادکامی بیماران همودیالیزی [۱۲] تأثیر داشته باشد.

امیددرمانی یکی از درمان‌های روان‌شناختی بر مبنای رویکرد روانشناسی مثبت است که به جای تمرکز بر نقاط ضعف بر توانمندی‌ها و قابلیت‌های انسان توجه دارد. مفهوم امید با هیجانات مثبت و احساس خودارزشمندی همبستگی مثبت با افسردگی، اضطراب، ناامیدی و به‌طور کلی با عواطف منفی ارتباط دارد. شناسیدن، بنیان‌گذار نظریه امید و درمان مبتنی بر آن، امید را فرایندی شناختی می‌داند که طی آن افراد اهداف خود را تعیین، رانکارمایی برای رسیدن به آن اهداف را خلق، انگیزه لازم برای به اجرا درآوردن این رانکارما را ایجاد و در طول مسیر حفظ می‌کنند. او تأکید می‌کند که امید یک هیجان انفعالی نیست که تنها در اختلالات تاریک زندگی پدیدار شود [۱۱].

آمار ابتلا به سرطان پستان در حال افزایش است و براساس آمار سازمان بهداشت جهانی تا سال ۲۰۲۰ مرگ‌ومیر ناشی از سرطان به بیش از ۱۵ میلیون نفر در سال گزارش شد [۱]. باتوجه به اینکه زنان مبتلا به سرطان پستان ابعاد گوناگونی را از مشکلات روانی تجربه می‌کنند، به نظر می‌رسد بزرگترین مسئله این بیماران غمگینی و ناامیدی است [۱۳] که به دنبال بی‌هدفی از زندگی حاصل می‌شود. از این‌رو، باید به این مشکل بیماران توجه کرد. با تأکید بر این نکته که درمان‌های مبتنی بر امید بر پایه هدفمندی طراحی شده‌اند، پژوهش حاضر با هدف تأثیر

با وجود پیشرفت‌های قابل توجه در علم پزشکی، سرطان هنوز یکی از مهم‌ترین بیماری‌های قرن و سومین علت مرگ‌ومیر در دنیا و علت حدود ۱۲ درصد از موارد مرگ‌ومیر است. بر اساس آمار سازمان بهداشت جهانی<sup>۱</sup> حدود ۷۰ درصد از تمام مرگ‌های ناشی از سرطان مربوط به کشورهای در حال توسعه است [۱]. یکی از انواع سرطان‌ها که از نظر ابتلا، بیشترین آمار را در میان زنان دارد، سرطان پستان است. این سرطان عامل یک‌پنجم مرگ زنان ۴۰ تا ۵۰ ساله شناخته شده است. در ایران بر اساس آمار مرکز مدیریت بیماری‌های وزارت بهداشت، سرطان پستان از نظر بروز بین تمام سرطان‌ها در زنان همچنان در رتبه اول قرار دارد [۲].

بیماران مبتلا به سرطان بیشتر تحت درمان‌های جسمی متعددی همچون جراحی، شیمی‌درمانی و پرتودرمانی قرار می‌گیرند و کمتر به‌طور جدی به سلامت روان آن‌ها توجه می‌شود [۳]. بیماران مبتلا به سرطان پستان دچار درجات بالایی از اختلالات روانی هستند که دامنه این اختلالات از افسردگی، اضطراب، ناسازگاری با بیماری و کاهش اعتماد به نفس، کاهش کیفیت زندگی تا اختلالات هیجانی و ترس از عود بیماری و مرگ متفاوت است [۴].

بیماران مبتلا به سرطان در مواجهه با بیماری و ادامه روند درمان به گونه‌های مختلفی رفتار می‌کنند. اعتقاد به کشته شدن بیماری و درماندگی در بیماران مبتلا به سرطان موجب نشخوار فکری در این بیماران می‌شود. نشخوار فکری به‌عنوان اشتغال دائمی به یک اندیشه یا موضوع و تفکر درباره آن شناخته شده و طبقه‌ای از افکار آگاهانه است که حول یک محور مشخص می‌شود و بدون وابستگی به تقاضاهای محیطی تکرار می‌شوند. نشخوار فکری می‌تواند موجب افزایش اثرات خُلق منفی بر روی حل مسئله و انگیزش شود. همچنین تفکر افراد را به‌طور منفی جهت‌دار می‌کند و توان حل مسئله آن‌ها را ضعیف می‌کند. در این مرحله، فرد به برآوردهای افراطی از احتمال حوادث منفی و مسئولیت خودش در قبال ایجاد یا پیشگیری از پیامدهای فجایع مرتبط با افکار دست می‌زند و سعی در کنترل این افکار دارد [۵]. یافته‌های یک مطالعه نشان داد افرادی که نمی‌توانند پاسخ‌های هیجانی خود نسبت به رویدادهای روزمره را به‌طور مؤثری مدیریت کنند، دوره‌های شدیدتر و طولانی‌تری از ناراحتی‌های روانی را تجربه می‌کنند [۶].

براساس تحقیقات انجام‌شده بیماران مبتلا به سرطان از نگرانی، نشخوار فکری و ناامیدی فوق‌العاده در مراحل اولیه بیماری خود رنج می‌برند [۷، ۸]. حیدریان و همکاران نیز مطالعه‌ای براساس تجربه نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان انجام داد [۶]. عوامل روان‌شناختی منفی همانند نشخوار فکری درباره بیماری و نگرانی از آن بر روند بهبود بیماران مبتلا به سرطان و

1. World Health Organization (WHO)

بخش اول اطلاعات فردی بیمار شامل سن، سطح تحصیلات، تعداد فرزندان، وضعیت اقتصادی، مدت زمان بیماری، سابقه خانوادگی و سابقه عمل جراحی ماستکتومی بود. بخش دوم پرسش‌نامه نشخوار فکری بود.

### پرسش‌نامه نشخوار فکری

نولن-هوکسیما این پرسش‌نامه را برای سنجش نشخوار فکری ساخته‌اند که شامل ۲۲ سؤال و فاقد حیطه‌بندی است که در طیف لیکرت از تقریباً هرگز (۱)، گاهی اوقات (۲)، اغلب اوقات (۳) تا تقریباً همیشه (۴) رتبه‌بندی شده است. نمره کل پرسش‌نامه دامنه‌ای از ۲۲ تا ۸۸ دارد. هرچه نمره شرکت‌کننده‌ها بالاتر باشد، نشان‌دهنده نشخوار فکری بالای آن‌هاست. نولن-هوکسیما ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ را گزارش کردند [۱۵]. در مطالعه رجیبی و همکاران، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۳ برای کل مقیاس به دست آمده است [۱۶]. در مطالعه حاضر، پایایی ابزار با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

پژوهشگر پس از دریافت اجازه از کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی زاهدان و دریافت معرفی‌نامه، به مراکز شیمی‌درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی زاهدان مراجعه کرده و با مسئولین مربوطه برای همکاری در اجرای مطالعه هماهنگی انجام داد. سپس با مراجعه به بخش‌های شیمی‌درمانی، بیماران دارای معیار ورود شناسایی شدند. ضمن معرفی پژوهش و دریافت رضایت‌نامه آگاهانه کتبی، از بیماران خواسته شد که فرم اطلاعات جمعیت‌شناختی و پرسش‌نامه نشخوار فکری را تکمیل کنند. سپس برای بیماران گروه آزمایش در ۱۱ گروه ۴ تا ۵ نفره برنامه آموزشی مبتنی بر امیددرمانی طی ۸ جلسه (۲ جلسه در هفته) در مدت زمان ۴۵ تا ۶۰ دقیقه ارائه شد. بیماران در فاصله زمانی بین جلسات شیمی‌درمانی در آزمایش شرکت کردند. برای رفاه بیماران و ریزش احتمالی وسیله ایاب و ذهاب برای بیماران فراهم بود.

آموزش مبتنی بر امیددرمانی یک برنامه درمانی است که براساس نظریه امید‌شناختی به منظور افزایش تفکر امیدوارانه و تقویت فعالیت‌های مربوط به پیگیری هدف طراحی شده است. در این برنامه آموزشی شرکت‌کنندگان ابتدا با اصول نظریه امید آشنا و سپس به آن‌ها آموزش داده می‌شود که چگونه این اصول را در زندگی خود به کار برند. شرکت‌کنندگان یاد می‌گیرند که:

۱. چگونه اهداف مهم، قابل دستیابی و قابل اندازه‌گیری را تعیین کنند،
۲. گذرگاه‌های متعدد برای حرکت به سمت این اهداف را تعیین کنند،
۳. منابع انگیزشی و تأثیر متقابل هر مانع بر انگیزش را شناسایی کنند،
۴. پیشرفت به سمت هدف را بازنگری کنند،

آموزش گروهی مبتنی بر امیددرمانی بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان مراجعه‌کننده به مراکز درمانی شهر زاهدان در سال ۱۳۹۹ انجام شد.

### روش بررسی

پژوهش حاضر، مطالعه‌ای نیمه‌تجربی است و در نیمه اول (فروردین تا شهریور) سال ۱۳۹۹ انجام شد. تمام زنان مبتلا به سرطان پستان مراجعه‌کننده به بخش‌های شیمی‌درمانی (بیمارستان خاتم‌الانبیاء و امام علی (ع)) دانشگاه علوم پزشکی زاهدان جامعه پژوهش را تشکیل می‌دادند. نمونه‌ها به شیوه مستمر از میان بیمارانی که معیارهای ورود به مطالعه داشتند، انتخاب شدند. سپس نمونه‌ها به صورت تصادفی در گروه‌های آزمایش و کنترل قرار گرفتند. نمونه‌ها به صورت تصادفی از طریق قرعه‌کشی با کارت که به تعداد افراد گروه آزمایش و کنترل تهیه شده بود و با انتخاب کارت مورد نظر (قرمز و آبی) در گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند (تصویر شماره ۱). این مطالعه ۶ ماه طول کشید.

معیارهای ورود به مطالعه شامل پشت سر گذاشتن یک دوره شیمی‌درمانی، نداشتن سابقه متاستاز (براساس گزارش در پرونده)، فقدان اختلالات روانی قبل از تشخیص بیماری بنا بر گفته خود بیمار، مبتلا نبودن به بیماری‌های مزمن جسمی دیگری به جز سرطان، فقدان تجربه بحران‌های اخیر در زندگی به جز ابتلا به سرطان (همچون طلاق و مرگ عزیزان)، توانایی شرکت در جلسات درمانی گروه و شرکت نکردن هم‌زمان در سایر برنامه‌های آموزشی بود. معیارهای خروج از مطالعه شامل غیبت در بیش از ۱ جلسه در برنامه آموزشی و شدت یافتن و بحرانی شدن وضعیت بیمار هنگام اجرای آزمایش بود.

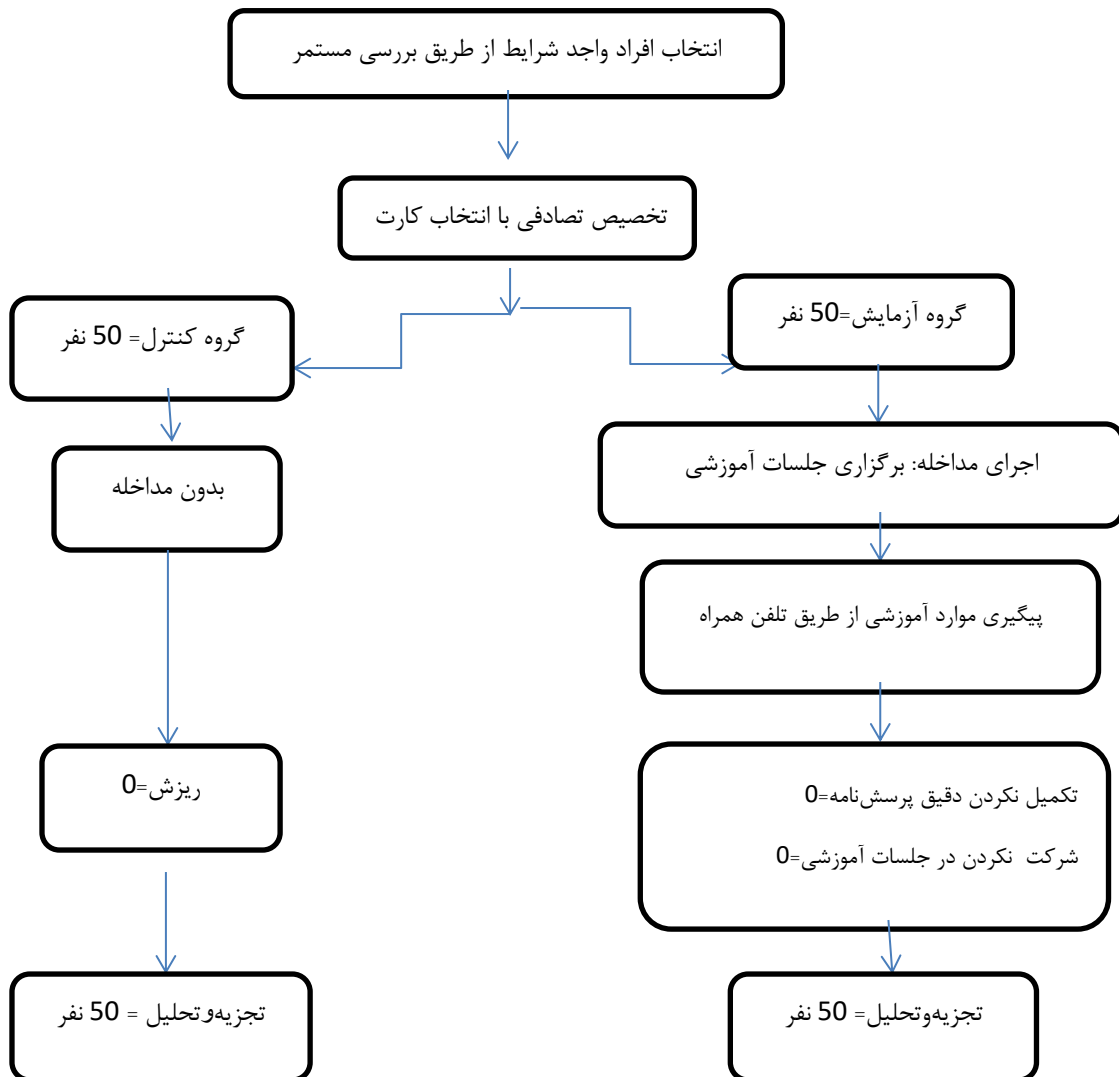
حجم نمونه براساس میانگین و انحراف معیار نمره نشخوار فکری در مطالعه قنوتی و همکاران [۱۴] و با حدود اطمینان ۹۵ درصد و توان آزمون آماری ۹۰ درصد و براساس فرمول در هر گروه تعداد ۳۶ نفر برآورد شد. به منظور اطمینان از کفایت حجم نمونه و با پیش‌بینی ریزش احتمالی نمونه‌ها در این مطالعه، در هر گروه ۵۰ نفر و در مجموع ۱۰۰ نفر حجم نمونه تعیین شد (فرمول شماره ۱).

$$1. n = \frac{(Z_{1-\frac{\alpha}{2}} + Z_{1-\beta})^2 (S_1^2 + S_2^2)}{(\bar{X}_1 - \bar{X}_2)^2} = 36$$

$$Z_{1-\frac{\alpha}{2}} = 1/96 \quad S_1 = 9/41 \quad \bar{X}_1 = 39/16$$

$$Z_{1-\beta} = 0/84 \quad S_2 = 11\bar{X}_2/26 = 60/83$$

ابزار جمع‌آوری اطلاعات در این مطالعه پرسش‌نامه‌ای متشکل از ۲ بخش بود که به ورت خودگزارش‌دهی تکمیل شد.



تصویر ۱. دیاگرام فرایند اجرا

## نشریه پرستاری ایران

این مطالعه در **دانشگاه علوم پزشکی زاهدان** به ثبت رسید. سایر ملاحظات اخلاقی، از جمله رضایت آگاهانه کتبی، اطمینان از محرمانه بودن اطلاعات، آزاد بودن شرکت در جلسات یا ترک مطالعه در هر مرحله‌ای از پژوهش مورد توجه قرار گرفتند.

داده‌ها به کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ و با استفاده از آمار توصیفی میانگین، انحراف معیار و درصد فراوانی و استنباطی تی مستقل و تی زوجی تجزیه و تحلیل شدند. سطح معناداری برای آزمون‌ها کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

## یافته‌ها

میانگین سن بیماران در گروه آزمایش  $48/04 \pm 6/82$  سال و گروه کنترل  $47/72 \pm 5/59$  سال بوده است. بیشتر شرکت‌کنندگان در هر ۲ گروه (گروه آزمایش ۶۸ درصد و گروه کنترل ۷۲ درصد)

اهداف و گذرگاه‌ها را در صورت لزوم اصلاح کنند [۱۷]. محتوای این روش آموزشی به دفعات در مطالعات متعددی همچون بهبود کیفیت زندگی، امید و بهزیستی مادران دارای فرزند عقب‌مانده ذهنی [۱۸]، کیفیت زندگی و تاب‌آوری زنان معتاد [۱۹] افزایش امید به زندگی مبتلایان ایدز [۲۰] استفاده و تأیید شده است.

برنامه آموزش مبتنی بر امیددرمانی براساس محتوای تعیین شده در **جدول شماره ۱**، توسط روان‌پرستار در یکی از کلاس‌های آموزشی بیمارستان و با رعایت فاصله و استفاده از ماسک به صورت سخنرانی، بیان مثال و پرسش و پاسخ با بیماران ارائه شد. پس از گذشت ۱ ماه از آزمایش، مجدداً پرسش‌نامه‌ها تکمیل شدند. پژوهشگر برگزارکننده کلاس‌های آموزشی در تجزیه و تحلیل داده‌ها شرکت نداشت. بیماران گروه کنترل فقط برنامه روتین بخش را دریافت کردند.

جدول ۱. ساختار و محتوای جلسات آموزش امیددرمانی

جلسات	محتوای جلسه
اول	تعیین اهداف
دوم	شناسایی منابع انگیزشی و تأثیرات متقابل منابع انگیزشی
سوم	تعیین راه‌های رسیدن به اهداف
چهارم	پیشرفت به سمت هدف را بازنگری کنند
پنجم	بازنگری اهداف و راه‌های رسیدن و در صورت لزوم اصلاح
ششم	بررسی پیشرفت به سمت هدف
هفتم	مرور مجدد مراحل و تمرین
هشتم	جمع‌بندی و توسعه امید

نشریه پرستاری ایران

شهر شیراز نشان داد که آموزش امیددرمانی به‌عنوان یکی از روش‌های به‌کار گرفته‌شده برای مقابله با استرس است [۲۱].

همچنین نتایج مطالعه دیگری که در شهر ارومیه بر روی بیماران مبتلا به سرطان انجام شده بود، نشان داد امیددرمانی گروهی بر کیفیت زندگی و کاهش نشانه‌های افسردگی که پیامد نشخوار فکری است، مؤثر بوده است [۲۲]؛ بنابراین در تبیین این یافته می‌توان گفت که در مشاوره و آموزش گروهی بر پایه امیددرمانی به مراجعان آموزش داده می‌شود تا اهداف مهم و قابلیت دستیابی را در نظر بگیرند. داشتن هدف و امید به دستیابی آن به زندگی فرد معنا می‌بخشد و فرد را در مسیر خاصی قرار می‌دهد. همچنین فرد یاد می‌گیرد به‌جای تمرکز بر تفکرات تکراری و موهوم به هدفی مشخص و در دسترس بیندیشد [۲۳].

همچنین یافته‌های مطالعه فرهادی و همکاران که در شهر اهواز بر روی بیماران مبتلا به سرطان انجام شده بود، نشان داد امیددرمانی بر بُعد سلامت روان کیفیت زندگی بیماران مبتلا به سرطان تأثیر معناداری داشته است [۲۴]. براساس نظر اشناپدر، ۳ الگوی انسداد هدف وجود دارد که فرد را مستعد ابتلا به ناامیدی و افسردگی و متعاقب آن افکار مزاحم و تکرار شونده یا نشخوار فکری می‌کند. یکی مسدود شدن هدف مهم و اساسی، دوم، انتخاب اهدافی که رضایت‌بخش نیستند و سوم، انتظار تعمیم‌یافته برای شکست است.

سابقه خانوادگی بیماری سرطان پستان نداشتند. سایر مشخصات جمعیت‌شناختی بیماران در جدول شماره ۲ ارائه شده است. نتایج آزمون آماری تی‌مستقل نشان داد میانگین نمره نشخوار فکری قبل از آزمایش تفاوت آماری معناداری بین ۲ گروه نداشت ( $P=0/29$ )، اما بعد از آزمایش گروه درمانی مبتنی بر امیددرمانی میانگین نمره نشخوار فکری معنادار بود ( $P=0/001$ ). آزمون آماری تی‌زوجی نشان داد بین میانگین نمره نشخوار فکری قبل و بعد از آزمایش در گروه آزمایش ( $P=0/003$ ) تفاوت آماری معناداری وجود دارد، اما بر اساس آزمون تی‌زوجی در گروه کنترل در میانگین نمره نشخوار فکری تفاوت آماری معناداری یافت نشد ( $P=0/89$ ) (جدول شماره ۳).

بحث

پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش مبتنی بر امیددرمانی بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان انجام شد. نتایج نشان داد میانگین نمره نشخوار فکری در بیماران سرطان پستان در گروه آزمایش کاهش معناداری داشته است که نشان‌دهنده تأثیر معنادار و مثبت آموزش امیددرمانی بر نشخوار فکری بیماران مراجعه‌کننده به مراکز درمانی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی زاهدان بود. در این راستا، مطالعه منوچهری و همکاران با عنوان اثربخشی آموزش امیددرمانی بر به‌کارگیری روش‌های مقابله مثبت با استرس در همسران بیماران معنادار در



جدول ۲. مشخصات جمعیت‌شناختی زنان مبتلا به سرطان پستان در گروه آزمایش و کنترل

نتیجه آزمون	میانگین $\pm$ انحراف معیار / تعداد (درصد)		گروه	متغیر
	کنترل	آزمایش		
$t=0/25$ $df=98$ $P=0/8$	۴۷/۷۲ $\pm$ ۵/۵۹	۴۸/۰۴ $\pm$ ۶/۸۲		سن (سال)
$t=0/36$ $df=98$ $P=0/77$	۹/۸۴ $\pm$ ۴/۰۴	۹/۵۴ $\pm$ ۴/۱۷		مدت ابتلا به بیماری (ماه)
$t=1/60$ $df=98$ $P=0/11$	۲/۳۲ $\pm$ ۱/۳۹	۲/۷۶ $\pm$ ۱/۳۴		تعداد فرزندان
$X^2=0/19$ $df=1$ $P=0/66$	۱۴(۲۸)	۱۶(۳۲)	دارد	سابقه خانوادگی
	۳۶(۷۲)	۳۴(۶۸)	ندارد	
$X^2=2/25$ $df=2$ $P=0/29$	۴(۸)	۹(۱۸)	ضعیف	وضعیت اقتصادی
	۴۰(۸۰)	۲۵(۷۰)	متوسط	
	۶(۱۲)	۶(۱۲)	خوب	
$X^2=0/06$ $df=2$ $P=0/96$	۱۰(۲۰)	۱۱(۲۲)	ابتدایی	سطح تحصیلات
	۲۶(۵۲)	۲۵(۵۰)	سیکل	
	۱۴(۲۸)	۱۴(۲۸)	دیپلم و بالاتر	
$X^2=0/19$ $df=1$ $P=0/84$	۲۳(۴۶)	۲۵(۵۰)	دارد	سابقه عمل جراحی
	۲۷(۵۴)	۲۵(۵۰)	ندارد	

نشریه پرستاری ایران

بود، نشان داد استفاده از روش امیددرمانی گروهی می‌تواند بر سلامت معنوی بیماران مبتلا به سرطان مؤثر باشد [۲۶]. از این نتیجه هم می‌توان استنباط کرد که درمان مبتنی بر امید اثرات چندگانه دارد که همه نشان از ارتقای امید و امیدواری در فرد

با درمان مبتنی بر امید، افکار ناامیدی و مزاحم کاهش می‌یابد یا حذف می‌شوند. در بیماران مبتلا به سرطان پستان این پیامد می‌تواند فرد را در ادامه روند و پیگیری درمان تشویق کند [۲۵]. علاوه بر این، یافته‌های مطالعه‌ای که در شهر گناباد انجام شده

جدول ۳. مقایسه میانگین و انحراف معیار نمره نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان قبل و بعد از آزمایش گروه‌درمانی مبتنی بر امیددرمانی

آزمون تی زوجی	میانگین $\pm$ انحراف معیار			گروه	زمان
	تغییرات	پس از آزمایش	پیش از آزمایش		
$t=3/10$ $df=39$ $P=0/003$	۴/۲۲ $\pm$ ۱۰/۰۵	۴۰/۷۰ $\pm$ ۵/۵۰	۴۵/۱۲ $\pm$ ۹/۷۷		آزمایش
$t=0/12$ $df=39$ $P=0/89$	۱۳/۲۵ $\pm$ ۰/۲۴	۴۶/۹۸ $\pm$ ۸/۴۹	۴۷/۲۲ $\pm$ ۱۰/۱۳		کنترل
	$t=1/77$ $df=98$ $P=0/007$	$t=4/28$ $df=98$ $P=0/0001$	$t=1/05$ $df=98$ $P=0/29$		آزمون تی مستقل

نشریه پرستاری ایران

آموزش مبتنی بر امیددرمانی می‌تواند بر متغیرهای روان‌شناختی تأثیر بگذارد؛ بنابراین باتوجه به این نکته مهم که بیماران مبتلا به سرطان پستان از مشکلات روانی گسترده‌ای رنج می‌برند و از طرفی شرایط هیجانی آنان بر بهبود سلامت جسمی آنان بسیار تأثیرگذار است، پیشنهاد می‌شود پرستاران بالینی در بخش‌های مراقبتی، نه تنها به مسائل جسمی، بلکه به سلامت روان این بیماران که درگیر افکار مزاحم هستند نیز توجه داشته باشند. آموزش مبتنی بر امیددرمانی یکی از انواع روان‌درمانی است که می‌توان برای آنان در کنار درمان‌های طبی انجام داد.

### ملاحظات اخلاقی

#### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

این مقاله قسمتی از پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌پرستاری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان است که با کد اخلاق IR.ZAUMS.REC.1399.083 به ثبت رسیده است.

#### حامی مالی

این پایان‌نامه با حمایت مالی معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی زاهدان انجام شده است.

#### مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در آماده‌سازی این مقاله مشارکت یکسان داشتند.

#### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

#### تشکر و قدردانی

از تمام زنان مبتلا به سرطان پستان که ما را در انجام این پژوهش یاری دادند، تشکر و قدردانی می‌شود.

است و فاکتوری مهم در سلامت فرد است. نتایج یک مطالعه مرور نظام‌مند نشان داد انواع روان‌درمانی یا سایکوتراپی توانسته در بیماران با مشکل بالینی مثل بیماران مبتلا به سرطان تأثیر داشته باشد [۲۵]. بر اساس یافته‌های به‌دست‌آمده می‌توان اظهار داشت که امید، پیش‌بینی‌کننده خوب برای مهار نشخوار فکری است. درواقع، به نظر می‌رسد افرادی که آموزش امید دریافت کردند، نشاط و اعتماد به نفس بالاتر و سازگاری روان‌شناختی بهتری دارند و با اطمینان بیشتری می‌توانند بر مشکلات غلبه کنند.

در راستای اثربخشی درمان‌های روان‌شناختی، از جمله امیددرمانی می‌توان گفت این آزمایش ضمن افزایش خودپنداره مثبت و تقویت و تشویق برای بالفعل درآوردن توانایی‌های بالقوه مثبت در فرد که با ارتقای امید هم‌راستاست، می‌تواند برای این بیماران که خود را در انتهای زندگی می‌بینند، نوعی مراقبت تسکینی محسوب شود. در همین راستا، نتایج مطالعه اسدی و همکاران نشان داد بسته آموزشی مبتنی بر امید، بر نشخوار فکری والدین دچار فرزند مبتلا به سرطان تأثیر معنادار داشته و موجب کاهش نشخوار فکری در آنان شده است [۵].

همچنین یافته‌های مطالعه عبادی که در بیمارستان شهدای تجریش تهران انجام شده بود، نشان داد رویکرد واقعیت‌درمانی مبتنی بر امید در ارتقای سطح امید بیماران مبتلا به سرطان پستان مؤثر بوده است [۲۷]. علاوه بر این، یافته‌های مطالعه گونزالس-هرناندز و همکاران که به تأثیر درمان مبتنی بر شفقت بر بیماران تحت درمان مبتلا به سرطان پستان در کشور اسپانیا پرداخته بودند، نشان داد درمان‌های روان‌شناختی بر پذیرش بیماری و افزایش خودمهرورزی و کنترل بر استرس‌های درمان سرطان نقش بسزایی دارند [۹]. به‌طور مشابه، مطالعه منوچهری و همکاران با عنوان اثربخشی آموزش امیددرمانی بر به‌کارگیری روش‌های مقابله مثبت با استرس نشان داد آموزش امیددرمانی به‌عنوان یکی از روش‌های به‌کار گرفته‌شده برای مقابله با استرس است [۲۱].

از محدودیت‌های پژوهش حاضر این است که نتایج به‌جامعه بیماران که بیماری آنان پیشرفت کرده یا متاستاز داده باشد، تعمیم‌پذیر نیست. همچنین نداشتن دوره پیگیری یکی دیگر از محدودیت‌های این مطالعه است.

### نتیجه‌گیری

یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد آموزش مبتنی بر امیددرمانی بر نشخوار فکری زنان مبتلا به سرطان پستان مراجعه‌کننده به بخش‌های شیمی‌درمانی دانشگاه علوم پزشکی زاهدان مؤثر بوده است. بیماران مبتلا به سرطان پستان تحت شیمی‌درمانی، مشکلات روانی متعددی در ارتباط با بیماری تجربه می‌کنند. این مشکلات موجب نشخوار فکری و مرور مکرر وقایع ناراحت‌کننده در بیمار می‌شود. پیامد نشخوار فکری برای بیمار این است که زندگی معنای خود را از دست می‌دهد و غمگینی بر آنان مستولی می‌شود و شادکامی و نشاط آنان کاهش می‌یابد.

## References

- [1] Bekelman DB, Parry C, Curlin FA, Yamashita TE, Fairclough DL, Wamboldt FS. A comparison of two spirituality instruments and their relationship with depression and quality of life in chronic heart failure. *J Pain Symptom Manage*. 2010; 39(3):515-26. [DOI:10.1016/j.jpainsymman.2009.08.005] [PMID] [PMCID]
- [2] Asgarian F, Mirzaei M, Asgarian S, Jazayeri M. [Epidemiology of breast cancer and the age distribution of patients over a period of ten years (Persian)]. *Iran J Breast Dis*. 2016; 9(1):31-36. [Link]
- [3] Musarezaie A, Abbasi-Jebelli M. [A survey on the relationship between quality of life and mental health among women with breast cancer referred to the cancer specialized medical center in Isfahan (Persian)]. *Nurs Dev Health*. 2018; 9(1):59-69. [Link]
- [4] Sharifi M. [Relationship between fear of recurrence and psychological well-being in women with Breast cancer: The predictive role of causal cancer attribution (Persian)]. *Nurs Midwifery J*. 2021; 19(6):496-506. [DOI:10.52547/unmf.19.6.496]
- [5] Asadi P, Farhadi H, Golparvar M. Effectiveness of training package of hope-based therapy through cognitive spiritual method on the psychological wellbeing and rumination of the parents of the children with cancer. *Med J Mashhad Univ Med Sci*. 2021; 64(3):3253-68. [Link]
- [6] Heidarian A, Zahrakar K, Mohsenzade F. [The effectiveness of mindfulness training on reducing rumination and enhancing resilience in female patients with breast cancer: A randomized trial (Persian)]. *Iran J Breast Dis*. 2016; 9(2):52-9. [Link]
- [7] Karamozan M, Bagherie M, DarehKurdi A, Khodaei A. [The effect of cognitive-behavioral stress management training on improving self-efficacy and increasing the happiness of patients with breast cancer (Persian)]. *Q J Pers Individ Differ*. 2013; 1(2):32-47. [Link]
- [8] Liu Y, Jiang TT, Shi TY. The relationship among rumination, coping strategies, and subjective well-being in Chinese patients with breast cancer: A cross-sectional study. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci)*. 2020; 14(4):206-11. [PMID]
- [9] Gonzalez-Hernandez E, Romero R, Campos D, Burychka D, Diego-Pedro R, Baños R, et al. Cognitively-based compassion training (CBCT®) in breast cancer survivors: A randomized clinical trial study. *Integr Cancer Ther*. 2018; 17(3):684-96. [DOI:10.1177/1534735418772095] [PMID] [PMCID]
- [10] Sadoughi M, Mehrzad V, Mohammad Salehi Z. [The relationship between anxiety, depression, and quality of life among breast cancer patients in Seyedoshohada Hospital in Isfahan in 2016: The mediating role of resilience (Persian)]. *J Rafsanjan Univ Med Sci*. 2017; 16(5):395-408. [Link]
- [11] Ahmadi Gh, Sohrabi F, Barati Sadeh F, Ghaderi M. [Predictive role of meaning of life in student's depression (Persian)]. *J Excell Couns Psychother*. 2015; 4(14):86-99. [Link]
- [12] Rahimpour M, Shahgholian N, Yazdani M. Effect of hope therapy on depression, anxiety, and stress among the patients undergoing hemodialysis. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2015; 20(6):694-9. [DOI:10.4103/1735-9066.170007] [PMID] [PMCID]
- [13] Hamidian P, Rezaee N, Shakiba M, Navidian A. The effect of cognitive-emotional training on post-traumatic growth in women with breast cancer in Middle East. *J Clin Psychol Med Settings*. 2019; 26(1):25-32. [PMID]
- [14] Alighanavati S, Bahrami F, Godarzi K, Rouzbahani M. [Effectiveness of compassion-based therapy on rumination and concern of women with breast cancer (Persian)]. *Health Psychol*. 2018; 7(27):152-68. [Link]
- [15] Nolen-Hoeksema S, Wisco BE, Lyubomirsky S. Rethinking rumination. *Perspect Psychol Sci*. 2008; 3(5):400-24. [DOI:10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x] [PMID]
- [16] Rajabi G, Gashtil K, Amanollahi A. [The relationship between self-compassion and depression with mediators thought rumination and worry in female nurses (Persian)]. *Iran J Nurs*. 2016; 29 (99 and 100):10-21 [DOI:10.29252/ijn.29.99.100.10]
- [17] Khodabakhshi Koolaee A, Sarvestani A, Mansour L, Habibi H, Rahmatizadeh M. Impact of methamphetamine and opium use in sexual satisfaction and body image in married substance and non-substance user men. *Soc Determ Health*. 2015; 1(2):71-80. [Link]
- [18] Kanani K, Hadi S, Soleimani M, Arman Panah A. [Examining the effect of hope therapy on the improvement of life quality, hope and psychological well-being in mothers of mentally retarded children (Persian)]. *Iran J Pediatr Nurs*. 2015; 1(3):34-47. [Link]
- [19] Dehghani Z, Khodabakhshi-Koolaee A. [Effectiveness of group hope therapy on quality of life and resilience in addicted women (Persian)]. *J Educ Community Health*. 2017; 4(1):28-34. [DOI:10.21859/jech.4.1.28]
- [20] Bakhshi F, Yektaee T, Hajimiri K, Inanlou M. The efficacy of group-based logotherapy on hope of life in HIV patients in North of Iran. *Caspian J Health Res*. 2019; 4(1):16-20. [DOI:10.29252/cjhr.4.1.16]
- [21] Manouchehri M, Gholzari M, Kordmirza Nikouzadeh E. [The effectiveness of hope therapy on employing positive coping with stress strategies in wives of addicted men (Persian)]. *Clin Psychol Stud*. 2016; 6(21):78-90. [Link]
- [22] Molaei Z, Ahangarzadeh Rezaei S, Khalkhali HR. [The effect of hope-based group therapy on the cancer patients' quality of life based on snyder's hope theory. *Nurs Midwifery J*. 2017; 15(6):404-14. [Link]
- [23] Azimian M, Arian M, Shojaei SF, Doostian Y, Ebrahimi Barmi B, Khanjani MS. The effectiveness of group hope therapy training on the quality of life and meaning of life in patients with multiple sclerosis and their family caregivers. *Iran J Psychiatry*. 2021; 16(3):260-70. [Link]
- [24] Farhadi A, Movahedi Y, Movahedi M. [The effectiveness of hope-based group psychotherapy on the promotion of health related quality of life in patients with cancer (Persian)]. *Yafte*. 2014; 16 (1):32-42. [Link]
- [25] Akechi T, Okuyama T, Onishi J, Morita T, Furukawa TA. Psychotherapy for depression among incurable cancer patients. *Cochrane Database Syst Rev*. 2008; 2008(2):CD005537. [PMID]

- [26] Saberi Noghabi E, Zarvandi R, Jeddi H, Jamali Noghabi Z, Mazloun Shahri SB, Noori R. [The effect of group hope therapy on spiritual health of cancer patients: A semi experimental study (Persian)]. *J Rafsanjan Univ Med Sci*. 2020; 19(4):369-82. [DOI:10.29252/jrums.19.4.369]
- [27] Ebadi P, Bahari F, Mirzaei HR. [The effectiveness of reality therapy on the hope of breast cancer patients (Persian)]. *Iranian Journal of Breast Diseases*. 2013; 6(2):26-34. [Link]