

**دانشگاه آزاد اسلامي واحدابهر**

**موضوع :**

**مقايسه ميزان افسردگي جانبازان خفيف و شديد**

 **استاد:**

 **تهيه كننده:**



**تقدير و تشكر**

از زحمات جناب آقاي دكتر شقافي كه با راهنماييهاي صميمانه خود مرا در تهيه اين پژوهش ياري نمودند وهمچنين از همكاري كليه كارمندان بنياد جانبازان شهرستان ايوان غرب كمال تشكر و قدر داني مي نمايم .

 **تقديم به :**

همه جانبازان عزيز كه صادقانه سلامت خويش را نثار زيبا ترين ارزشها نمودند.

**فهرست**

**عنوان صفحه**

**فصل اول 7**

مقدمه 8

بيان مسئله 15

اهداف تحقيق 17

ضرورت واهميت تحقيق 19

سوال مسئله 20

اضطراب 21

اختلال خلقي عاطفي 22

جانباز 23

روان درماني 24

ناهنجاري 25

**فصل دوم 27**

روش تحقيق ( ادبيات و پيشينه تحقيق ) 28

نظريه علل افسردگي 29

نظريه هاي يادگيري 30

مروري برتحقيقات انجام شده 35

علائم افسردگي 36

علائم عمومي افسردگي 38

طبقه بندي افسردگي براساس علائم و نشانه ها 40

انواع باليني افسردگي 46

همه گيرشناسي افسردگي ( شيوع افسردگي ) 47

سبب شناسي افسردگي ( علل افسردگي ) 49

افسردگي و تجارت نخستين كودكي 50

علل افسردگي هاي بيمار گونه 51

**فصل سوم 55**

جامعه آماري مورد 56

حجم نمونه 56

روش آماري 59

**فصل چهارم 60**

نمودار شماره (1) 67

نمودار شماره (2) 68

تجزيه و تحليل آماري 69

تحليل نتايج 71

**فصل پنجم 72**

بحث و نتيجه 73

محدوديتهاي 74

پيشنهادات 76

ضميمه 78

تست افسردگي بك 79

منابع و ماخذ 85

|  |
| --- |
|  |

**مقدمه**

افسردگي يكي از رايج ترين انواع ناراحتيهاي رواني است كه باعث مراجعه به روانپزشكان ،روانشناسان و ديگر متخصصان بهداشت رو اني مي گردد . از اين لحاظ افسردگي با سرما خوردگي در ميان ناراحتيها ي جسمي قابل مقايسه است . در هر لحظه از زمان 15 تا 20 در صد افراد بزرگسال جامعه ممكن است عوارض و نشانه هاي مختلف افسردگي شديد را از خود نشان دهند .حداقل 12 درصد از جمعيت كشور هاي پيشرفته در طي عمر خود براي معالجعه علايم افسردگي شديد به متخصصان رواني مراجعه مي كنند و حدس زده مي شود كه 75در صد افرادي كه در موسسات درمان رواني بستري ميشوند دچار افسردگي هستند . به دلايلي كه هنوز كاملاًروشن نيست در صد بيشتري از بانوان دچار افسردگي مي شوند ،نسبت زنان به مردان افسرده در ممالك پيشرفته صنعتي تقريباً2به1 مي با شد . افسردگي از زمان باستان شايع ترين نوع ((نا بساماني عاطفي )) شناخته شده است و در بسياري از مدارك زمان گذشته مي توان آثار آن را مشاهده كرد در حدود 450 سال پيش از ميلاد مسيح ،بقراط از اين بيماري به نام ملانكولي ياد كرده است . از مطالعه تاريخ چنين بر مي آيد كه دانشمندان ايراني مانند ابو علي سينا ور ازي اين بيماري را مي شناختند و از آن به عنوان عارضه اي رواني ياد كرده اند در سال 1986 كراپلين ،افسردگي را جزء بيماريهاي عاطفي (اختلالات خلقي )طبقه بندي كرد . از آغاز دوره پيش سنگ تا قرون 16تا 17 تكامل بشر از لحاظ ساز گاري اجتماعي و آسايش زندگي بسيار پايين بود . باانقلاب صنعتي همه چيز شروع به تحول نمود . صنعت رشد فزاينده اي پيدا كرد ،شهر هاي متمدني مثل لندن ،نيويورك و توكيو به سرعت توسعه يافتند ،جمعيت شهرها به چندين برابر رسيد و سطح در آمد مردم به شكل قا بل توجهي افزايش يافت اغلب مردم غربي در كمال رفاه و آسايش زندگي مي كردند اما ساختمان جسماني و عقلاني بشر در چند هزار سال گذشته تغيير بسيار جزِِئي حاصل كرد ،انسان مجبور بوده است تطابق و تغيير موقعيت را بياموزد ليكن وا كنشهاي اساسي و غريزه اي او هنوز هم شباهت بسيار نزديكي با حيوانات عالي تر دارد و اين همان مطلبي است كه اريك فرام در تئوري خود در بارهٌ شخصيت گفته ، و آن اينكه انسان زماني كه براي آزادي از اصل خود ، يعني طبيعت جدا شده و به زندگي متمدن شهري روي آورده ، احساس تنهايي مي كند و اين احساس موجب اضطراب و افسردگي او شده است كه اين مطلب ازدياد افسردگي را در جوامع صنعتي تأييد مي كند .

ناراحتيهاي گوناگون رواني و از جمله افسردگي طبيعتاٌ در درجات شديد خود جسم آدمي را هم تحت تأثير قرار مي دهد و شخص را تا حد بيماريهاي روان ــ تني (1) پيش مي برد.

حد نهايت آسيبي كه ناراحتيهاي رواني ، از جمله افسردگي ايجاد مي كنند خود كشي (2) مي باشد . بيماريهاي روان ــ تني ناشي از تأثيراختلالات رواني مانند اضطراب و افسردگي بر روي جسم انسان است . به عقيده تعدادي از دانشمندان و به خصوص پژوهشگران انگليسي كه در اين مورد تحقيقات متعددي انجام داده اند علت بسياري از بيماريهاي جسمي (مثل زخم معده ، ناراحتيهاي قلبي و عروقي ، سكته هاي مغزي ، فشار خون و تعدادي از درد هاي مفاصل و...) را ناشي از فشار ها و استرسهاي رواني ميدانند ،

عده اي عقيده دارند تعداد اين بيماريهاي روان تني بيش از 60 در صد بيماريهاي جسمي مي باشد .

افسردگي درجات و انواع مختلفي دارد و از عوامل متعددي ممكن است ناشي گردد.

اين عوامل شامل : سرشت طبيعي (3) ، وراثت ، اختلال در فعاليت شيميايي و هورموني بدن ، تجارب خانوادگي (بخصوص داشتن پدر و مادر افسرده يا الكليك)،

از دست دادن يكي از والدين بخصوص مادر در اوايل زندگي يا محروميت از علاقه و محبت والدين ، حوادث ناراحت كننده و منفي در سالهاي اخير زندگي ، گرفتاري با همسر يا زوجه اي خشن و پر خاشگر ، نداشتن روابط اجتماعي نزديك با افراد قابل اعتماد ، بر خوردار نبودن از حمايت اجتماعي كافي و بالاخره نداشتن يا از دست دادن حسن احترام يا اعتماد به خود مي باشد و يا مي توان افسردگي را ناشي ازنگرش منفي نسبت به خود يا استدلالهاي غلط در مورد وقايع مختلف زندگي و شناخت نادرست نسبت به آنها دانست .

يكي از افسردگي هاي شايع در بين زنان افسردگي پس از زايمان (1) يا جنون

پس از زايمان مي باشد كه ناشي از بهم ريختگي هورموني پس از زايمان ، ضربه اي كه در هنگام زايمان به مادر وارد مي شود و برداشت مادر از اينكه قسمتي از وجودش از او جدا شده است . افسر دگيهاي پس از زايمان اگر خفيف باشد ، عادي تلقي مي شود و در صورتي كه افسردگي شديد باشد و به حالت صدمه زدن به خود (مادر ) و نوزاد در آيد خطرناك ميباشد و احتياج به در مان فوري دارد .

در مورد مردان قسمتي از جامعه آماري افسرده ها مربوط به افراد معلول و جانبازمي با شد كه علت افسردگي در آنان به چند عامل مهم بر مي گردد:

1. غمگين بودن آنها َ به خاطر نقص در يكي از اعضاي بدن و يا از دست دادن عضوي از بدنشان .
2. نوع نگرش و طراز برخورد غلط مردم و كلاًً جامعه نسبت به فعاليت و كار آيي آنها .
3. شناخت منفي جانبازان نسبت به ابعاد وجودي خود كه ناشي از نگرش غلط و طراز بر خورد اشتباه مردم با آنها مي باشد .

اگر چه افسرگي از دير باز به عنوان يكي از نا بسامانيهاي رواني عمده شناخته شده است اما در دو دههء اخير اهميت اين بيماري هم از حيث رنج و آزادي كه مبتلايان به آن تحمل مي كنند و هم از لحاظ بار سنگيني كه اين ناراحتي بر منابع در ماني ملتها تحميل مي نمايد بيش از پيش مورد توجه قرار گرفته است و بخاطر وسعت فراگير اين بيماري و نيز تجارب كلينيكي ، حداقل در ممالك صنعتي مغرب زمين باعث شده متخصصان مربوطه از دو دهه اخير به عنوان دوره جديد ملانكولي (افسردگي شديد ) در تاريخ روانپزشكي معاصر نام ببرند .به نظر اين محققان در دو دههٌ اخير افسردگي جاي تشويش و اضطراب را ، كه در دو دههٌ بعد از جنگ بين المللي دوم به عنوان مهمترين عارضه رواني تلقي مي شد ، گرفته است و اينك رايج ترين ناراحتي رواني افراد بالغ را تشكيل مي دهد .

همراه با بروز و شيوع وسيع افسردگي ، هم در كل جمعيت و هم در جمعيت مراجعان به مراكز بهداشت و درمان رواني ، اقدامات گو ناگوني از طرف متخصصان بهداشت رواني در زمينه تشخيص ،طبقه بندي ،بررسي عللو عوارض ودرمان انواع افسردگي به عمل آمده است . پژو هشهاي دقيقي كه در زمينه بررسي اساس شيميايي حالات عاطفي و غير عادي و تاًثيرات در ماني دارو هايضد افسردگي بعمل آمد پيچيدگي خاص اين حالات و ارتباط متقابل آنها را با فعاليتهاي شناختي و روابط شخصي و اجتماعي فرد به خوبي نشان داده است. حاصل اين مطالعات تجديد نظري اساسي در سيستم تشخيص و طبقه بندي اختلالات عاطفي و افسردگي را ضرو ري ساخته و به نظام جديدي كه در چاپ سوم و چهارم راهنمايي تشخيص و طبقه بندي انجمن روان پزشكي آمريكا پيشنهاد شده منجر گشته است. ازسوي ديگر ،جستسجو ي راههاي جديد درمان اختلالات عاطفي مورد توجه متخصصان بهداشت رواني قرار گرفته است . در اين ميان ،پيروانمكتب رفتار درماني كوششهايي رادر جهت استفاده از اصول روانشناسي رفتاري در شناخت و درمان افسردگي به عمل آورده اند كه هم از حديث تازگي برداشت و هم از لحاظ درجه موفقيت در ماني مورد توجه اهل فن قرار گرفته است .

با توجه به اهميت مو ضوع و توجه روز افزون به درمان افسردگي و علت يابي آن ضروري به نظر ميرسد كه مورد جانبازان نيز به اين امر توجه كافي مبذول شود . چون جانبازان در زمان جنگ نيز فشار هاي و استر سهاي روحي و رو اني زيادي را تحمل كرده اند .

اين عوامل هم تأثير بسزايي در وضعيت ر.حي و رو اني جانبازان از بعد عاطفي دارد كه البته عوامل متعدد ديگري نيز مزيد بر علت مي باشد و بجاست مسئولين گرامي تمهيداتي را درجهت جلو گيري از ابتلاء به اختلالات رواني وبه خصوص افسردگي جانبازان به اجراءدر آورند ،كه اگر اين مسئله مورد توجه قرار گيرد و اقدامات لازم صورت گيرد بسياري از اختلالات جسمي اين عزيزان نيز بر طرف خواهد شد .

افسردگي در جانبازان به دنبال خود ،درو نگرايي را نيز در پي دارد كه همين منوال ممكن است بيماريهاي جسمي را نيز در بر گيرد ،لذا اهميت اين مو ضوع بر هيچ كسي پوشيده نيست و محقق نيز در پژوهش خود اين مسئله رادر جانبازان شهرستان ايوان غرب مورد مطالعه و بررسي قرار داده است .

**بيان مسئله**

اصو لاًمسائل مربوط به روان انسان از دير باز مورد توجه بوده و انسان را به تفكر وا مي داشته است . دقت در خصوصيات خلقي و منش شخصيت و بطوركلي خصو صيات رواني مسئله اي نيست كه براي بشريت بي سابقه بوده و در سد ه هاي اخير بو جود آمده باشد ،اما بايد توجه داشت كه مسائل و تعاريف مربو ط به خصوصيات رواني در نزد افراد غير متخصص با آنچه در نزد دانشمندان علوم روانپزشكي و روان شناسي مطرح مي شود تفاوت عمد ه اي در روانشنا سي و رو انپزشكي اصطلاح افسردگي و به طور كلي اختلالات رواني بسيار وسيع تر از تعارف آن در نزد افراد غير متخصص مي باشد . روانشناسان و روان پزشكان افسردگي را به عنوان يك بيماري هم از جهت رو اني و هم از جهت بدني مورد مطالعه قرار داده وبا توجه به فر ضيات مختلفي كه در مورد افسردگي مطرح شده ،طبقه بندي هاي متعددي از افسردگي ارائه دادهاند .

با توجه به توضيحات فوق و عنوان پژوهش كه (بررسي رابطه بين افسردگي و ميزان معلوليت در جانبازان شهر ستان ايوان غرب ) نام دارد در حقيقت مي خواهيم بدانيم آبا رابطه اي بين ميزان و معلو ليت جانبازان و اقسردگي وجود دارد يا نه ؟

و اگر رابطه اي وجود دارد صر فاً بخا طر ميزان معلو ليت مي باشد يا بخاطر دلايل ديگري از قبيل نوع شغل ، سن ، ميزان تحصيلات و ...... مي باشد ؟

درك رابطه بين افسردگي كه شايع ترين اختلال خلقي مي باشد با انزواي اجتماعي و اقدامات مخرب بر عليه جامعه ،خانواده ، خود فرد و تشديد اين مسئله كه فرد احساس مي كند روز به روز از كار آيي او بخاطر نقص بدني كاسته ميشود و در واقع نقايص بدني بصورت يك امر غالبي در مي آيد و در نهايت خطر نا كترين اقدام يعني خود كشي را در پي مي سازد.

درك اين مطلب كه آيا جانبازان بخاطر معلوليت جسمي خود به سوي افسرد گي و به دنبال آن درو نگرايي روي آورده اند و اين راه را بهترين طريق براي رو برو شدن با وضعيت جسماني خود انتخاب كر ده ا ند يا اينكه قبل از معلو ليت هم افسر دگي داشته اند ، يا اينكه معلو ليت افسر دگي انها را شدت بخشيده است جاي بحث دارد و توجه كافي به اين عزيزان لازم و ضروري به نظر مي رسد . جانبازان مي توانند سر منشاء اقدامات مفيد و ساز نده اي باشند .

اگر توجه كافي به آنها بشود و به كار آيي آنها معتقد باشيم و اگر به آنها ميدان دهيم ،استعدادهاو نبوغ آنها آشكار مي شو د و اگر توجه كافي وجود نداشته باشد منجر به گوشه گيري و انزوا و افسردگي مي شودو عوارض بعدي نيز به دنبال آن مي آيند .

**اهداف تحقيق**

در اين پژوهش محقق بر آن است كه مطالعه اي بين مقايسه ميزان افسرد گي ضعيف و شديد داشته باشد . با توجه به اينكه جانبازان يكي از گرو هها ي با ارزش و قابل احترام جامعه مي باشند محقق بر آن است كه دايره شمول نتايجش را بطور اخص به گروه نمونه و بطور اعم ساير جانبازان تعميم دهد و اقدامات مشابهي از طريق اين پژوهش در اختيار همگان قرار گيرد تا نحوة بر خورد با آنان اصلاح گردد ، مسئله شناخت رو حيات آنان مورد توجه قرار گيرد و اينكه به مشاورة جانبازان اهميت داده شود در زمينةاختلالات رواني و خلقي و به ويژة افسر دگي آنها تحقيقات جامعي صورت گيرد واقدامات مقتضي در رابطه با درمان و پيش گيري اختلالات رواني جانبازان صورت گيرد .

اگر چه افسردگي شيوع بسياري دارد ولي اغلب بيماران افسرده تشخيص داده

نمي شوند يا به اشتباه يك اختلال جسمي يا رواني ديگر تشخيص داده مي شود از اين رو بيماران و خانواده آنها در معرض رنج و نا تواني غير مو جهي قرار مي گيرند . از آنجاييكه در مسائل كلينكي و درمان امر تشخيص به موقع و درست اهميت ويژ ه اي دارد اگر بتوانيم الگو هاي پاسخ فرد افسرده و بخصوص جانبازان رادر جامعه مورد مطالعه بدست آوريم و اين الگو ها را در اختيار دست اند كاران بهداشت و درمان جانبازان قرار دهيم قدم بزرگي در راه پيش گيري و درمان صحيح و كار بردي جانبازان افسرده و ساير جانبازان بر داشته ايم .

يكي ديگر از اهداف اين تحقيق آگاه نمودن جانبازان به مسائلي چون پيش گيري ،درمان و تشخيص افسردگي براي رسيدن به اهداف بهداشت رواني مي باشد. اين اهداف عبارتنداز :

1- آشنايي جانبازانبا علائم اختلالات رواني .

2- حساسيت نسبت به علائم اختلالات رو اني .

3- مقابله با ننگ آلو دگي اختلالات رو اني .

اين 3 مورد ما را متوجه اقداماتي مي كند كه بايد در مورد آگاهي جانبازان از علائم اختلالات رو اني و حساسيت نسبت به اين اختلالات انجتم داد و مسئولين محترم را متوجه اين موضوع نمود كه كوششي بيش از پيش در مورد سلامت رواني جانبازان انجام دهند كه اگر سلامت رواني جانبازان بطور كامل تحقق يافت بطور حتم به سلامت جسماني آنان كمك خواهد شد و كمتر مبتلا به بيماريهاي سايكو سوماتيك (روان –تني) خواهند شد و موفقيت بيشتر آنان را در زمينه هاي تحصيلي ،اجتماعي ،اقتصادي ، شغلي و ....... تضمين خواهد كرد .

**ضرورت و اهميت تحقيق**

وفور پديدهافسردگي و از جمله بروز آن در قشر با ارزش جانباز لزوم چنين تحقيقي را براي پژوهشگر ضروري ساخته بر خورد با اين موضوع مي تواند به بهبود وضع روحي و رواني جانبازان ختم شود و موقعيت آنان را در نظر شغلي ،تحصيلي ، اجتماعي و اقتصادي ارتقاءبخشد . بررسي همه جانبه ساختار رواني و شخصيتي افراد و شناخت استعداد هاي آنها كمك خواهد كرد كه از كدام توان و نيروي آنها مي توان نهايت استفاده را برد .

اهميت موضوع در اين است كه حداكثر بازده مطلوب و استفاده صحيح از استعدادهاي جانبازان عملي گردد .

با توجه به اينكه جهان امروز به اينكه جهان امروز جهان مقابله هاست كساني در اين مبارزه سر افراز خواهند شد كه از كمترين نيرو بهترين بازده را بدست آورند و در اين جهت اگر بتوان جانبازان را به شناخت بهتر و درك صحيح تري از خود ،نياز ها و علائقشان رهنمون نمود مي توان انتظار داشت كه ين نيرو هاي عظيم بعد از فارغ التحصيل شدن و مهارت آموزي و كسب تخصص،به بهترين وجه بازده و كار آيي لازم و مطلوب را داشته باشند . اگر بتوان از بروز مشكل و بخصوص افسردگي در جانبازان جلو گيري كرد و آنان را به فعاليت بيشتري در زمينه هاي اقتصادي ،اجتماعي تشويق نماييم واين عزيزان را از كناره گيري در صحنه ها بر حذر داريم بطور حتم بسياري از مشكلات جامعه بدست اين عزيزان حل خواهد شد و اقدامات بيشتر و مفيد تري را در جهت ارتقاءي كشور انجام مي دهند و لذا كشور را بيش به استقلال در تمامي زمينه ها سوق مي دهند.

**سوال مسئله**

ميزان افسردگي در جانبازان خفيف بيشتر است يا در جانبازان شديد ؟

**فرضيه هاي تحقيق**

افسردگي در جانبازان در صد بالا بيشتر از افسردگي جانبازان درصد پايين است.

**متغييرهاي مورد مطالعه**

افسردگي متغيير وابسته

جانبازان دو گروه جانبازان دو گروه متغيير مستقل