

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی، کیفیت زندگی و افسردگی زنان متاهل

## محل انتشار:

سومین همایش ملی روانشناسی، تعلیم و تربیت و سبک زندگی (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

هارون محمدی - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

الهام مجیدی - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

## خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش، سنجش اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی، کیفیت زندگی و افسردگی زنان متاهل شهر اصفهان بود. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه زنان متاهل در سال 1398 بودند. تعداد 40 نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب، و به صورت تصادفی، در دو گروه کنترل (20 نفر) و آزمایش (20 نفر) قرار گرفتند. ابزار استفاده شده در این پژوهش پرسشنامه سازگاری زناشویی (اسپانیر، 1967)، کیفیت زندگی (سازمان بهداشت جهانی، 1989) و افسردگی (بک، 1961) بود. قبل از انجام مداخلات پیش آزمون برای هر دو گروه اجرا شد، سپس جلسات آموزش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد آموزش داده شد. بعد از اتمام جلسات، پس آزمون از هر دو گروه به انجام شد. تحلیل نتایج با آزمون تحلیل کوواریانس انجام شد نتایج نشان داد، درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی، کیفیت زندگی و افسردگی در زنان متاهل موثر بود  $p < 0/05$  به طور کلی می توان نتیجه گرفت که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری زناشویی، کیفیت زندگی و افسردگی زنان تاثیر دارد و می توان از این روش درمانی در کلینیک های روانشناسی و مراکز آموزشی استفاده کرد.

## کلمات کلیدی:

درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، سازگاری زناشویی، کیفیت زندگی و افسردگی، زنان.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1020991>

