

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان تلفیقی پذیرش و تعهد با شفقت بر نگرانی و نشخوار فکری زنان مطلقه

## محل انتشار:

مطالعات روان شناختی، دوره 15، شماره 2 (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

## نویسندگان:

فاطمه تبریزی - دانشجوی دکترا گروه مشاوره و راهنمایی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران

محمد قمری - دانشیار گروه مشاوره و راهنمایی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران

کیومرث فرحبخش - دانشیار گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

سعیده بزازیان - دانشیار گروه روانشناسی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران

## خلاصه مقاله:

پژوهش حاضر با هدف تعیین اثربخشی درمان تلفیقی پذیرش و تعهد با شفقت بر نگرانی و نشخوار فکری زنان مطلقه انجام شد. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون، پس آزمون و گروه کنترل با پیگیری (سه ماهه) بود. جامعه آماری شامل کلیه زنان مطلقه 20 تا 50 ساله ای بود که در سال 95-96 جهت مشاوره به یکی از مراکز مشاوره، وابسته به بهزیستی استان تهران مراجعه کرده بودند. تعداد 20 نفر از زنان مطلقه به روش نمونه گیری در دسترس و هدفمند انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه 10 نفره، آزمایش و کنترل گمارده شدند. پیش از شروع مداخله، با استفاده از مقیاس های نگرانی مایر و نشخوار نولن-هوکسیما از دو گروه پیش آزمون به عمل آمد. سپس افراد گروه آزمایش تحت درمان تلفیقی پذیرش و تعهد با شفقت طی 10 جلسه 120 دقیقه ای یک بار در هفته قرار گرفتند و گروه کنترل هیچ گونه مداخله ای دریافت نکردند. گروه ها بعد از دوره مداخله و پس از سه ماه مجدد با ابزار فوق ارزیابی شدند. داده ها با استفاده از روش تحلیل واریانس آمیخته تحلیل شد. نتایج پژوهش نشان داد که درمان تلفیقی پذیرش و تعهد با شفقت در بهبود نگرانی و نشخوار زنان مطلقه تاثیر معنی دار داشته است. بنابراین می توان نتیجه گیری کرد که برای کاهش نگرانی و نشخوار فکری می توان از مداخلات مبتنی بر تلفیق درمان پذیرش و تعهد با شفقت استفاده کرد. واژگان کلیدی: درمان پذیرش و تعهد، درمان شفقت محور، نگرانی، نشخوار فکری، زنان مطلقه

## کلمات کلیدی:

درمان پذیرش و تعهد، درمان شفقت محور، نگرانی، نشخوار فکری، زنان مطلقه

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1032047>

