

## عنوان مقاله:

کارآمدی فنون زوج درمانی یکپارچه شناختی - رفتاری بر تمایز یافتگی و سلامت روان زوجین متعارض: مطالعه تک موردی

## محل انتشار:

دومین کنگره تازه یافته ها در حوزه خانواده، بهداشت روان، اختلالات، پیشگیری و آموزش (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

## نویسندگان:

حانیه موسی زاده - دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، دانشگاه تهران، تهران، ایران

محمدحسن آسایش - دکترای تخصصی مشاوره، استادیار، گروه روانشناسی تربیتی و مشاوره، دانشگاه تهران، تهران، ایران

## خلاصه مقاله:

تمایز یافتگی به معنای توانایی فرد برای تفکیک خود از خانواده اصلی در سطح هیجانی و شناختی و ایجاد تعادل در سطح درون روانی و بین فردی خود است. زوج های برخوردار از سطوح بالای تمایز یافتگی می توانند حسروشنی از فردیت را ایجاد و حفظ نموده و در همان حال به یک صمیمیت عاطفی مستمر، بالغانه و غیر تهدید آمیز دست یابند. از آنجا که سطوح بالاتر تمایز یافتگی با سطوح بالای سلامت روان افراد در خانواده ها همبستگی داشته و دارای اهمیت است؛ از این رو هدف پژوهش حاضر، بررسی کارآمدی فنون زوج درمانی یکپارچه شناختی - رفتاری بر تمایز یافتگی و سلامت روان یک زوج متعارض بود. روش پژوهش حاضر یکی از انواع پژوهش های تک موردی و طرح آن از نوع AB بود. در این پژوهش یک زوج از بین مراجعہ کنندگان به یک مرکز مشاوره خصوصی به صورت هدفمند انتخاب شد. ابزارهای پژوهش شامل مصاحبه و دو پرسشنامه GHQ-28 و DSQ بود که برای ارزیابی خط پایه و مداخله، بر روی خانواده اجرا شد. فرایند مشاوره طی 10 جلسه صورت گرفت. در جلسات مداخله از روشهایی چون گفتگوی همدلانه، حل مسئله سیستمی، مثبت نگری، تغییر رفتار سیستمی و فنون تنظیم هیجانی مبتنی بر ذهن آگاهی که به صورت یک الگوی یکپارچه استفاده شد (خدایاری فرد و عابدینی، 1398، خدایاری فرد و آسایش، 2018)، استفاده شد. نتایج بدست آمده از طریق تحلیل چشمی و تحلیل کیفی، حاصل از نظرسنجی اعضا بیانگر تاثیر فنون یکپارچه مشاوره خانواده شناختی- رفتاری بر سلامت روان و تمایز یافتگی آنها بود. هم سویی و عدم هم سویی یافته ها در پایان، مورد بحث واقع شده است.

## کلمات کلیدی:

خانواده درمانی شناختی- رفتاری، درمان یکپارچه، سلامت عمومی، تمایز یافتگی، تعارض، مطالعه تک موردی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1038121>

