

## عنوان مقاله:

تأثیر مداخله مبتنی بر شفقت بر خوش‌بینی و تاب‌آوری زوجین دچار تعارض

## محل انتشار:

دوفصلنامه آسیب‌شناسی، مشاوره و غنی‌سازی خانواده، دوره 4، شماره 2 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

## نویسنده:

مریم زاهدی - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمین، خمین، ایران.

## خلاصه مقاله:

تعارضات زناشویی، کیفیت ارتباط میان زوجین، صمیمیت زناشویی و تاب‌آوری را کاهش می‌دهد. بر این اساس پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر مشاوره مبتنی بر شفقت بر خوش‌بینی و تاب‌آوری زوجین دچار تعارض صورت پذیرفت. روش پژوهش از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری دربرگیرنده همه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان در سال 1396 تشکیل می‌دادند. تعداد نمونه در پژوهش 30 زوج بود که با استفاده از شیوه نمونه‌گیری غیر تصادفی هدفمند انتخاب و به‌صورت گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و گروه گواه جایگزین شدند. گروه آزمایش مداخله مشاوره مبتنی بر شفقت را 8 جلسه یک و نیم‌ساعته به مدت 2 ماه دریافت نمود، درحالی‌که گروه گواه این مداخله را دریافت نکرد. سپس افراد هر دو گروه تحت پس‌آزمون قرار گرفتند. ابزارهای مورد استفاده دربرگیرنده پرسشنامه تعارض زناشویی (براتی و ثنایی، 1375)، پرسشنامه خوش‌بینی (شی‌یر و کارور، 1985) و تاب‌آوری (کانر و دیویدسون، 2003) بود. تجزیه و تحلیل داده‌های برآمده از این پژوهش توسط نرم‌افزار (SPSS) ویرایش 23 با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و تحلیل کوواریانس صورت گرفت. برآیندها نشان داد که مشاوره مبتنی بر شفقت بر خوش‌بینی و تاب‌آوری زوجین شهر اصفهان در مرحله پس‌آزمون تأثیر معنی‌دار داشته است ( $P < 0.0001$ ). بر پایه یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان چنین نتیجه گرفت که درمان مبتنی بر شفقت با بهره‌گیری از فنونی همانند آموزش ذهن‌آگاهی، همدلی و همدردی نسبت به خویش و مدیریت احساسات و عواطف دشوار می‌تواند خوش‌بینی و تاب‌آوری زوجین دچار تعارض را افزایش دهد.

## کلمات کلیدی:

,compassion-based counseling, conflicting couples', optimism, resiliency  
تاب‌آوری، خوش‌بینی، زوجین دچار تعارض، مشاوره مبتنی بر شفقت

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1139869>

