

## عنوان مقاله:

اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر فرسودگی زناشویی زوجین دارای تعارضات زناشویی

## محل انتشار:

ششمین کنگره بین المللی علوم روانشناختی و آموزشی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

نگین صابری فرد - کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد ایلام، ایران

فرزانه شفائی - کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور واحد قم، ایران

میثم هوشیار جلودار - کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیلهر سوار، ایران

مهران محبیان فر - کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، اهواز، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف اصلی این پژوهش، اثربخشی درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی برفرسودگی زناشویی زوجین دارای تعارضات زناشویی بوده است، پژوهش حاضر نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بوده است. جامعه آماری در این پژوهش زوجین دارای تعارضات زناشویی که به مراکز مشاوره ای شهر دزفول مراجعه کرده بودند. نمونه پژوهش شامل ۲۴ زوج متعارض است که براساس ملاک های ورود بطور دسترس انتخاب و بصورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل قرار گرفتند. بر روی داده هایی که با استفاده از پرسشنامه فرسودگی زناشویی جمع آوری شده بود. مداخله درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی برای زوجین گروه مداخله در هشت جلسه یک ساعت و نیم به صورت هفتگی برگزار شد و گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. نتایج نشان داد نمرات پس آزمون گروه آزمایش در متغیر فرسودگی زناشویی نسبت به گروه کنترل معنادار بوده است. بر این اساس می توان نتیجه گرفت که درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی بر فرسودگی زناشویی زوجین دارای تعارضات زناشویی تاثیر دارد.

## کلمات کلیدی:

درمان شناختی مبتنی بر ذهن آگاهی، فرسودگی زناشویی، زوجین دارای تعارضات زناشویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1378072>

