

عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر رضایت زناشویی و علایم روانشناختی زنان متاهل

محل انتشار:

فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، دوره 22، شماره 3 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

کامران یزدانبخش - استادیار گروه روانشناسی عمومی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران.

نرگس محمد نجار - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران غرب، تهران، ایران.

علی احمدیان - دانشجوی دکتری روانشناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه رازی، کرمانشاه، ایران

زهرا قاسملو نسب - کارشناس ارشد روان شناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد همدان، همدان، ایران

زیبا ارحمی عیسی لو - کارشناس ارشد روان شناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران..

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش تعیین تاثیر شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر رضایت زناشویی و علائم روانشناختی در زنان متاهل بود. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این پژوهش را زنان متاهل مراجعه کننده به کلینیک های منطقه ۲ شهر تهران در سال ۱۳۹۸ تشکیل می دادند که ۳۰ نفر از آنها با روش نمونه گیری دردسترس انتخاب و در دو گروه ۱۵ نفری (آزمایش و کنترل) جایگزین شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه فهرست نشانگان روانشناختی (Derogatis, Lipman, ۱۹۷۳ & Covi) و رضایت زناشویی (Enrich, ۱۹۸۳) بود. گروه آزمایش، ۸ جلسه یک ساعت و نیمه، تحت شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی قرار گرفتند. پس از اتمام دوره، پس آزمون اجرا و برای تحلیل داده ها از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس چندمتغیری نشان داد شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کاهش نمرات علائم روانشناختی (جسمانی سازی، افسردگی و اضطراب) و افزایش رضایت زناشویی آزمودنی های گروه آزمایش، موثر و معنادار است ($P \leq 0.001$). بر این اساس می توان نتیجه گرفت که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی می تواند بر علائم روانشناختی زنان (جسمانی سازی، افسردگی و اضطراب) و رضایت زناشویی تاثیر مثبتی داشته باشد.

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، علایم روانشناختی، رضایت زناشویی، زنان متاهل

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1392797>

