

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی و مداخله مبتنی بر شفقت به خود بر سبک های حل تعارض زوجین

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی علوم انسانی، حقوق، مطالعات اجتماعی و روانشناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

نویسندگان:

احمد رئیسی شیخ ویسی - دانشجوی دکتری روانشناسی آزاد اسلامی واحد یاسوج

فرناز کلیدری - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سمنان

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر مقایسه اثربخشی مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی و مداخله مبتنی بر شفقت به خود بر سبک های حل تعارض زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهرکرد بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل کلیه زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر شهرکرد در پاییز ۱۳۹۹ بود. پس از نمونه گیری در دسترس داوطلبانه تعداد ۳۰ زوج که نمره بالاتر از ۱۱۵ را در پرسشنامه تعارض زناشویی کسب کرده بودند، انتخاب شده و بصورت تصادفی در سه گروه (دو گروه آزمایش و یک گروه کنترل) قرار گرفتند. گروه اول مداخله ذهن آگاهی و گروه دوم مداخله شفقت به خود را دریافت کردند؛ گروه کنترل هیچگونه مداخله ای دریافت نکرد. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه رفتار تعارض اشتراوس (۱۹۷۹) بود. که ضریب پایایی بوسیله ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۷ محاسبه شد. مداخلات به شکل زوجی طی ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت یکبار در هفته اجرا شد و داده ها با استفاده از مانکوا و آزمون تعقیبی بونفرونی تحلیل شد. فرضیه در سطح $p < 0/05$ تایید شد. یافته ها حاکی از اثرگذاری مداخلات بر سبک های حل تعارض زوجین بود؛ و نیز مداخله مبتنی بر شفقت به خود (ضریب اتا برای سبک های حل تعارض، ۰/۳۴۴) (نسبت به مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی (ضریب اتا برای سبک های حل تعارض، ۰/۲۱۱) از اثربخشی بیشتری برخوردار بود. لذا می توان از این مداخلات به عنوان مداخلات موثر برای حل تعارض زوجین استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

مداخله مبتنی بر ذهن آگاهی، مداخله مبتنی بر شفقت به خود، سبک های حل تعارض

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1464781>

