

## عنوان مقاله:

تاثیر آموزش مبتنی بر قدردانی بر احساس مثبت نسبت به همسر و دلزدگی در زنان دارای ناسازگاری زناشویی

## محل انتشار:

فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان درمانی، دوره 13، شماره 51 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 28

## نویسندگان:

مسعود صادقی - استادیار گروه روان شناسی دانشگاه لرستان

زهرا خلیلی گشنیگانی - دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی دانشگاه لرستان

کبری عالی پور - دانشجوی دکتری روان شناسی تربیتی دانشگاه لرستان

## خلاصه مقاله:

هدف از این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش قدردانی بر احساس مثبت نسبت به همسر و دلزدگی در زنان دارای ناسازگاری زناشویی بود. طرح پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه ی آماری پژوهش شامل تمامی زنان دارای ناسازگاری زناشویی مراجعه کننده به مرکز مشاوره ناحیه ۴ شهر کرج به تعداد ۷۰۰ نفر در سال ۱۳۹۸ بود. که با انجام فراخوانی در مرکز مشاوره از آن ها خواسته شد که تمایل خود را در شرکت در پژوهش اعلام کنند. در نهایت از بین تعداد اعضای داوطلب ۳۰ نفر از این زنان به روش نمونه گیری داوطلبانه انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵) و کنترل (۱۵) جایگزین شدند. جهت گردآوری داده ها از پرسشنامه دلزدگی زوجین پینز (۱۹۹۶) و پرسشنامه احساس های مثبت (۱۹۷۵) استفاده شد. گروه آزمایش به مدت ۹ جلسه تحت آموزش قدردانی قرار گرفتند، در حالی که گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. به منظور تحلیل داده ها از روش آمار توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (تحلیل کواریانس تک متغیره و چند متغیره) استفاده شد. تحلیل یافته های به دست آمده پس از تعدیل اثر گروه کنترل تاثیر مثبت و معناداری ( $P < 0.01/0$ ) این آموزش را بر روی متغیرهای پژوهش نشان داد. بر این اساس می-توان نتیجه گرفت که استفاده از رفتارهای مثبت مانند قدردانی توانسته است به شکل گیری و گسترش رفتارها و هیجاناتی مانند احساس مثبت نسبت به همسر و کاهش احساسات منفی مانند دلزدگی زناشویی کمک کند.

## کلمات کلیدی:

آموزش قدردانی، احساس مثبت به همسر، دلزدگی، ناسازگاری زناشویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1468235>

