

## عنوان مقاله:

اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری و دلزدگی زناشویی در زنان

## محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی زن، دوره 3، شماره 4 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

سید مجتبی عقیلی - Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University

سمیه متقی زاده - Master of Psychology, Payame Noor University, Golestan, Iran

## خلاصه مقاله:

خانواده مهمترین واحد جامعه است و ازدواج، هسته اولیه ایجاد رابطه خانوادگی و گسترش آن است. میزان رضایت زناشویی از عوامل مهمی است که به طور کلی خانواده را تحت تاثیر قرار می دهد. هدف پژوهش حاضر، اثر بخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد بر سازگاری و دلزدگی زناشویی در زنان بود. این مطالعه از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. و جامعه آماری زوجین مراجعه کننده به مرکز مشاوره وابسته به بهزیستی ناحیه ۹ شهر مشهد بود که از این میان ۳۰ نفر از زنان دارای ناسازگاری و دلزدگی زناشویی مراجعه کننده به مرکز مشاوره به شیوه نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش (۱۵ نفر) و گواه (۱۵ نفر) قرار گرفتند و پیش و پس از مداخله، پرسشنامه های سازگاری زناشویی و دلزدگی زناشویی را تکمیل کردند. گروه آزمایش درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد را به صورت ۸ جلسه ۹۰ دقیقه ای و یک بار در هفته دریافت نمود اما گروه گواه تا پایان پژوهش هیچ مداخله ای دریافت نکرد داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS۲۲ و آزمون تحلیل واریانس تجزیه و تحلیل شدند. نتایج نشان داد بین میانگین نمرات سازگاری زناشویی و دلزدگی زناشویی در مراحل قبل و بعد از مداخله تفاوت معناداری وجود داشت ( $p < 0/0$ ). و مداخله انجام گرفته باعث افزایش نمره کل سازگاری زناشویی و کاهش دلزدگی زناشویی شد. بنابراین استفاده از درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد به عنوان یک رویکرد کارآمد و مداخله اثربخش در افزایش سازگاری زناشویی زنان و به عنوان راه حلی در کاهش علائم روانی، جسمانی و عاطفی دلزدگی و به عبارتی کاهش کلی دلزدگی استفاده کرد.

## کلمات کلیدی:

Acceptance and commitment based therapy, marital adjustment, marital burnout  
درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد، سازگاری زناشویی، دلزدگی زناشویی.

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1607097>

