

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا (RACT) بر دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی زوجین

محل انتشار:

فصلنامه سنجش و پژوهش در مشاوره کاربردی، دوره 5، شماره 1 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

فرزانه مردانی - Ph. D student of counseling department, Qeshm branch, Islamic Azad University, Qeshm, Iran

سید عادل یوسفی - MA. student. Department of Psychology, Ayatollah Amoli Branch, Islamic Azad University, Amol, Iran

الیه قربانی - Ph.D. Counseling Department, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

زهره میرزایی - MA. Department of psychology, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran. Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: پیامد فقدان ابراز احساسات، تشدید افکار ناخوشایند و برانگیختگی منفی در افراد است و این امر به عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل درگیری‌های زناشویی شناخته می‌شود. همین افکار منفی خودآیند، در نهایت چرخه افزایش نارضایتی از ازدواج، احساس فرسودگی و دلزدگی زناشویی را تقویت می‌نماید؛ لذا هدف از پژوهش حاضر بررسی اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا (RACT) بر دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی زوجین بود. روش پژوهش: طرح پژوهش حاضر از نظر هدف از نوع کاربردی و شیوه انجام آن نیمه آزمایشی با طرح پیش‌آزمون و پس‌آزمون با یک گروه آزمایش و یک گروه کنترل و دوره پیگیری دو ماهه بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه زوجین مراجعه‌کننده به مراکز مشاوره خصوصی منطقه ۵ تهران بود که شیوه نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۳۰ زوج انتخاب و به صورت تصادفی در یک گروه آزمایش (۱۵ زوج) و یک گروه کنترل (۱۵ زوج) گمارده شدند و روی گروه آزمایش مداخله گروهی مبتنی بر درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا (RACT) بر مبنای بسته تدوین شده افشاری و همکاران (۲۰۲۲) صورت گرفت. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) و ناگویی هیجانی تورنتو (TAS-۲۰) بود. جهت تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها از نرم افزار SPSS-۲۶ و روش تحلیل واریانس مختلط با اندازه‌های مکرر سه مرحله‌ای استفاده شد. یافته‌ها: بر اساس یافته‌ها بین نمرات دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی گروه آزمایش و کنترل در مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون و پیگیری تفاوت معنادار وجود داشت. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل یافته‌ها حاکی از آن است که درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا (RACT) بر دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی گروه آزمایش تأثیر معنادار داشت. اثربخشی این مداخله در مرحله پیگیری نیز طبق آزمون تعقیبی بنفرونی پایدار بود. نتیجه‌گیری: بر اساس یافته‌های موجود می‌توان نتیجه‌گیری کرد که برای کاهش دلزدگی زناشویی و ناگویی هیجانی زوجین می‌توان از شیوه درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد واقعیت گرا (RACT) در مراکز مشاوره خانواده و زوج درمانی استفاده کرد.

کلمات کلیدی:

therapy based on realistic acceptance and commitment, marital burnout, Alexithymia, couples, پذیرش و تعهد واقعیت

گرا، دلزدگی زناشویی، ناگویی هیجانی، زوجین

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1627076>

