

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر شاخص های شناختی (اجتناب تجربه ای و تنظیم هیجان) در زوجین آسیب دیده از روابط فرا زناشویی

محل انتشار:

دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان، دوره 4، شماره 3 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

نویسندگان:

فیروزه کیهان - PhD student, Department of Psychology, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran

محمد حسن غنی فر - Assistant Professor, Department of Psychology, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran

قاسم آهی - Assistant Professor, Department of Psychology, Birjand Branch, Islamic Azad University, Birjand, Iran

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: روابط فرا زناشویی از جمله عواملی است که سلامت خانواده را با چالش مواجه کرده و مهم ترین عامل تهدیدکننده عملکرد، ثبات و تداوم روابط زناشویی است. هدف پژوهش حاضر، مقایسه اثربخشی زوج درمانی هیجان مدار و زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد بر شاخص های شناختی (اجتناب تجربه ای و تنظیم هیجان) در زوجین آسیب دیده از روابط فرا زناشویی بود. روش پژوهش: پژوهش حاضر از نوع طرح های کاربردی و تجربی میدانی از نوع پیش آزمون- پس آزمون و پیگیری همراه با گروه گواه بود. جامعه آماری مورد مطالعه در این پژوهش شامل کلیه زوجین آسیب دیده از روابط فرا زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود که از بین آن ها، تعداد ۶۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و در سه گروه زوج درمانی هیجان مدار، زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و گروه گواه (هر گروه ۲۰ نفر) گمارده شد. داده ها با استفاده از پرسشنامه اجتناب تجربی بوند و همکاران (۲۰۰۷) و پرسشنامه تنظیم هیجان گرانفسکی، کرایچ و اسپینهوون (۲۰۰۱) به دست آمد. درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد براساس بسته مک کی و همکاران (۲۰۱۲) و پروتکل درمان مبتنی بر زوج درمانی هیجان مدار (جانسون، ۲۰۰۴) در ده جلسه ۹۰ دقیقه ای به صورت هفتگی اجرا شدند. گروه گواه، درمانی دریافت نکرد و در لیست انتظار قرار گرفت. در راستای تحلیل استنباطی از روش تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر و نرم افزار SPSS.۲۲ استفاده شد. یافته ها: نتایج نشان داد بین سه گروه زوج درمانی هیجان مدار، زوج درمانی مبتنی بر پذیرش و تعهد و گروه گواه بر شاخص های شناختی اجتناب تجربه ای ($F=0.8/54$) و تنظیم هیجان ($F=5.3/31$) تفاوت معناداری از نظر آماری وجود دارد. اجتناب تجربه ای و تنظیم هیجان به ترتیب در گروه درمان پذیرش و تعهد در پایان پس آزمون پایین تر و بالاتر از گروه زوج درمانی هیجان مدار و گروه گواه بوده است ($p<0.1/0$). نتیجه گیری: می توان نتیجه گرفت از نظر تاثیرگذاری، درمان پذیرش و تعهد بیشترین تاثیر را بر بهبود متغیرهای اجتناب تجربه ای و تنظیم هیجان داشتند.

کلمات کلیدی:

emotion-oriented therapy, acceptance and commitment therapy, experiential avoidance, emotion regulation, couples, extramarital relationships, درمان هیجان مدار، درمان پذیرش و تعهد، اجتناب تجربه ای، تنظیم هیجان، روابط فرا زناشویی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1679181>



