

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش تلفیقی چشم انداز زمان و ذهن آگاهی، بر باورهای ارتباطی مادران با رضایت زناشویی پایین

محل انتشار:

دومین کنفرانس ملی مطالعات کاربردی در فرایندهای تعلیم و تربیت (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

کتایون حدادی - دانشجوی دکتری تخصصی روانشناسی، دانشکده علوم انسانی واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه

بهشته نیوشا - دانشیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه

فاطمه شاطریان محمدی - استادیار گروه روانشناسی، دانشکده علوم انسانی، واحد ساوه، دانشگاه آزاد اسلامی، ساوه

خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش تلفیقی چشم انداز زمان و ذهن آگاهی، بر باورهای ارتباطی مادران با رضایت زناشویی پایین بود. این پژوهش از نوع نیمه آزمایشی و طرح پیش آزمون- پس آزمون- پیگیری با گروه کنترل انجام شد. جامعه آماری این پژوهش عبارتست از مادران با رضایت زناشویی پایین منطقه ۵ تهران در سال ۱۴۰۱. در این پژوهش با روش نمونه گیری در دسترس ۳۰ نفر با رعایت ملاک های ورود و خروج انتخاب شدند و به طور تصادفی در گروه آزمایش و کنترل گمارش گردیدند. پیش از شروع مداخله، هر دو گروه در مرحله پیش آزمون شرکت داده شدند و پس از آن گروه آزمایش به صورت گروهی در ۱۲ جلسه ۶۰ دقیقه ای تحت آموزش تلفیقی چشم انداز زمان و ذهن آگاهی قرار گرفتند. گروه کنترل نیز هیچ مداخله ای دریافت نکرد. سپس هر دو گروه آزمایشی در مرحله پس آزمون شرکت نمودند و پس از ۳ ماه مرحله پیگیری انجام شد. برای سنجش باورهای ارتباطی از پرسشنامه باورهای ارتباطی ایدلسون و اپشتین (۱۹۸۲)، استفاده شد. داده ها با روش تحلیل کواریانس با استفاده از نرم افزار SPSS-۲۴ مورد تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد آموزش تلفیقی چشم انداز زمان و ذهن آگاهی بر باورهای ارتباطی مادران با رضایت زناشویی پایین، معنادار و اثربخش ($P < 0.01$) بوده است. همچنین نتایج آزمون پیگیری نیز نشان از پایداری و ماندگاری اثربخشی این روش داشته است.

کلمات کلیدی:

آموزش چشم انداز زمان، ذهن آگاهی، باورهای ارتباطی، رضایت زناشویی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1819457>

