

## عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مثبت اندیشی بر رضایت و سازگاری زناشویی

## محل انتشار:

سومین کنگره علمی پژوهشی سراسری توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی، جامعه شناسی و علوم فرهنگی اجتماعی ایران (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 7

## نویسندگان:

مهناز کریمی ارقینی - گروه مشاوره و راهنمایی، دانشکده علوم انسانی، واحد ابهر، دانشگاه آزاد اسلامی، ابهر، ایران

زیبا کریمی ارقین - گروه جامعه شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه البرز، قزوین، ایران

## خلاصه مقاله:

هدف این پژوهش بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مثبت اندیشی بر سازگاری و رضایت زناشویی بود. روش این پژوهش شبه تجربی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر، زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره و روان درمانی شهر کرج در سال 1395 بودند. از این جامعه، 20 زوج به صورت در دسترس انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه کنترل 20 نفر (10 زوج) و آزمایش 20 نفر (10 زوج) گمارده شدند. از هر دو گروه پیش آزمون به عمل آمد و گروه آزمایش آموزش مهارت های مثبت اندیشی را در 8 جلسه دریافت نمودند. در حالی که به گروه کنترل این آموزش ارائه نشد و در پایان برای هر دو گروه پس آزمون اجرا شد. ابزار این پژوهش پرسشنامه های پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک والاس و رضایت زناشویی انریچ بود. تحلیل داده ها با استفاده از روش تحلیل کوواریانس نشان داد که میانگین نمرات سازگاری زناشویی و رضایت زناشویی در گروه آزمایش به طور معناداری افزایش یافته است ( $P > 0/05$ ). یافته ها بیانگر این است که آموزش مهارت های مثبت اندیشی سبب بهبود رضایت و سازگاری زناشویی زوجین می گردد.

## کلمات کلیدی:

مهارت های مثبت اندیشی، رضایت زناشویی، سازگاری زناشویی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/677715>

