

عنوان مقاله:

تأثیر مشاوره مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی بر کنترل عواطف زنان

محل انتشار:

ششمین کنگره انجمن روانشناسی ایران (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسنده:

سوگل کاوندی - کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

انسان ها در رویارویی با موقعیت های گوناگون هیجان ها و عواطف متفاوتی از خودشان نشان می دهند؛ از این میان، هیجان ها و عواطف منفی شدید، غیرسازنده و زیان بار است. از آن جا که، در مورد کنترل عواطف و هیجان های زنان پژوهش های معدود بصورت گرفته است، هدف از این پژوهش بررسی اثر بخشی مشاوره مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی بر کنترل عواطف بود. روش پژوهش از نوع پژوهش های نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون، پس آزمون با گروه کنترل بود. شرکت کنندگان تعداد 16 نفر از مراجعان بودند که از میان کلیه مراجعان زن در محدوده سنی 25 تا 45 سال، مرکز مشاوره سلامت شهر تهران در سال 1393 با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل جایگذاری شدند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه کنترل عواطف ویلیامز بود. یافته های به دست آمده از کواریانس نشان دادند که تفاوت معنی داری بین نمرات کنترل عواطف و چهار بعد آن (افسردگی، اضطراب، خشم و عواطف مثبت) وجود داشت. مشاوره مبتنی بر کیفیت زندگی تأثیر معنیداری برای کنترل عواطف زنان داشت. بنابراین این مشاوره باعث می شود که فرد بتواند به طور کلی کنترل عواطف خود را بعد از مشاوره به دست بگیرد.

کلمات کلیدی:

مشاوره مبتنی بر بهبود کیفیت زندگی، کنترل عواطف، شناخت درمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/732386>

